

SOSYAL "MİKROKOZMOS" İLE "İLİŞKİNİN ŞİMDİ VE BURADALIĞI" NIN BAĞLANTISI

Doç. Dr. Nilüfer VOLTAN-ACAR*

GİRİŞ

Grupla psikolojik danışmanın, bireysel danışmayla karşılaştırıldığında birçok üstün yanlarının olduğu görülmektedir. Üyeler, yardım alıp vermeyi, grupta öğrenirler (Ohlsen, 1977), grupta öğrendiklerini sosyal yaşama aktarabilirler, grupta yalnız olmadıklarını, başkalarının da sorunları kaygıları olabileceğini görürler (Yalom, 1985, s. 7), diğer üyelerce birçok çözüm yolları seçenekler grupta ortaya konabilir.

Grupla psikolojik danışmanın üstün yanlarından biri de, danışma grubunun "Mikrokozmos" özelliği taşımasıdır.

Sosyal "Mikrokozmos"

"Mikrokozmos" küçük dünya anlamına gelmektedir. Sosyal "mikrokozmos" ise kişinin küçük sosyal dünyası demektir ki, bu da grupla danışma sürecinde danışma grubu olur.

"Pek az yapısal sınırlamaların bulunduğu, özgürce etkileşimde bulunan grup zaman içinde katılan üyelerinin küçük bir dünyası haline gelir." (Yalom, 1985, s. 30).

Grup içinde üyelerin birbirlerine karşı tutumları, davranışları, onların dış dünyadaki kişilerle olan davranış örüntülerinin bir yansımasıdır. Bir başka deyişle, bireylerin grup içindeki etkileşimi, kişiler arası ilişkilerinin bir göstergesidir. Bu nedenle grup bireylerinin bir "küçük dünyası" dır. Danışman grup üyelerini grupta gözleyerek, onların küçük dünya dışındaki davranış örüntülerini saptayabilir. Örneğin, grupta bilgiçlik taslayan, hep arkadaşlarına akıl veren bir üye, büyük bir olasılıkla kişiler arası ilişkilerinde de akıl veren bilgiçlik taslayan biridir. Ya da grupta çekingen olan, kıyıda köşede kalan bir üye, gerçek yaşamında da sessiz bir kişidir.

* Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi.

“İlişkinin Şimdi ve Buradalığı”

Terapütik ilişki içinde danışanla danışmanın o andaki aktüel etkileşimine “ilişkinin şimdi ve buradalığı” (relational immediacy) denilmektedir (Hammond ve ark., 1977; Patterson, 1974). Gestalt yaklaşımında bu kavram “şimdi ve burada” olarak açıklanmıştır (Corey, 1982).

İster grupla olsun, ister bireysel olsun danışmanın özü ilişkidir. Bu nedenle danışmanların ilişki üzerinde odaklaşması gerekmektedir. Danışanın, danışmanla ilişki kurma biçimi, bir yerde onun kişiler arası ilişkilerinin bir aynasıdır.

Danışma oturumlarında, danışman, danışanla kendi ilişkisi üzerinde durmayı ihmal etmemelidir. Şöyle ki;

Danışman

- Şu anda bana nasıl davrandın?
- Bana olumlu duygularını ilettyordun oysa yüzün asıldı.
- Şu anda seninle benim aramızda neler geçiyor.
- Şimdi ne yaşıyorsun, ne gibi duygular içindesin?

diyebilir.

Danışan-Danışman ilişkisinin “şimdi ve buradalığı” ne bir transference ilişkisidir, ne de bu kavramın Sullivan’ın açıkladığı “parataxic distortion”* kavramıyla ilgisi vardır. Bu ilişkide danışman, bir başka kişinin temsilcisi olarak değil, kendisi olarak danışan tarafından algılanır.

“İlişkinin Şimdi ve Buradalığı” ve “Sosyal Mikrokozmos”

Danışanın danışmanla olan ilişkisi, danışanın tutum, ilgi, ihtiyaç ve daha önceki ilişkilerinden etkilenmiştir.

Yukarıda grupla psikolojik danışmada “mikrokozmos” un ne anlama geldiği açıklanmıştır. Bu açıklamalardan, grupla psikolojik danışmada yer alan, danışmana ipuçları verebilecek “mikrokozmos” un, bireysel danışmada kullanılan “ilişkinin şimdi ve buradalığı” kavramından başka birşey olmadığı anlaşılabilir. Bir başka deyişle, bireysel danışmada danışan-danışman ilişkisi, “ilişkinin şimdi ve buradalığı” nı, grupla danışmada üyelerin birbirleriyle ilişkisi de “mikrokozmos” u vermektedir. Ancak, buradan grupla psikolojik danışmada “ilişkinin şimdi ve

* “parataxic distortion”, Sullivan, bu kavramı, bireyin başkalarını algılayışını çarpıtma eğilimi olarak kullanılmıştır. Gerçekçi bir yüklemeye dayalı değil, bireyin hayalinde olan kişiselleştirmelere dayalı olarak “parataxic distortion” meydana gelir ve sadece terapütik ilişkilerde değil tüm kişiler arası ilişkiler için bu kavram kullanılır (Yalom, 1985, s. 21).

buradalığı”nın olmadığı anlamı çıkarılmamalıdır. Şöyle ki, grupla psikolojik danışmada, hem sosyal “mikrokozmos” hem de danışan-danışman arası “ilişkinin şimdi ve buradalığı” vardır.

KAYNAKÇA

- Corey, G. **Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy** Monterey: Brooks/Cole Publishing Comp., 1982.
- Hammond, C ve ark., **Improving Therapeutic Communication**. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1977.
- Ohlsen, M. **Group Counseling**. New York: Harper and Row , 1977.
- Patterson, C. **Relationship Counseling and Psychotherapy**. New York: Harper and Row, 1974.
- Yalom, I. **The Theory and Practice of Group Psychotherapy**. New York: Basic Books, 1985.