

# Antropolojinin Narrative Terapi'ye Katkıları: İnsan Biliminin Narrative Terapi ile Buluşması

Rabia OLUCAK<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Klinik Psikolog, Türk Kızılay Kahramanmaraş Toplum Merkezi

## Öz

Bu makale, üçüncü dalga "Postmodern Yaklaşımlar" başlığı altında olan Narrative Terapi ve onun gelişiminde etkisi olan antropolojinin ve antropologların katkısını incelemektedir. Narrative Terapi temelde sosyoloji, psikoloji, coğrafya ve antropoloji bilimleri ile doğrudan ilişki içindedir. İnsanı çok katmanlı bir anlayış ile anlama yolundadır. Bireylerin kendi gerçeklikleri olduğunu kabul eder ve bunun ışığında bireylerin kendi bilgisine önem vererek seansta konumlanır. Bu noktada, Narrative Terapi, insanın çeşitli yönlerini inceleyen antropolojiden ve onun felsefesinden çeşitli şekilde etkilenmiştir. Bu etkilerin başlıcaları; terapistin danışan ilişkisindeki konumu, kullandığı dili, danışanlara yaklaşımı, zımni "yok ama örtük" kavramı, kültürle ilişkisi, kişilerin ortak paylaşımları ve deneyimlerini içermektedir. Makalede, bu başlıklar örneklerle ele alınıp Narrative Terapi'nin şekillendiği yerlerin bir kısmı keşfedilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** narrative terapi, antropoloji, antropolog, kültür, insan

## Contributions of Anthropology to Narrative Therapy: Human Science Meets with Narrative Therapy

### Abstract

This article examines Narrative Therapy, which is under the title of "Postmodern Approaches" in the third wave, and the contribution of Anthropology and Anthropologists who have been influential in its development. Narrative Therapy is basically in direct relation with sociology, psychology, geography and anthropology sciences. It understands human with a multi-layered understanding. It accepts that individuals have their own reality and in the light of this, it positions itself in the session by giving importance to the individual's own knowledge. At this point, Narrative Therapy has been variously influenced by the Anthropology which examines various aspects of humans and its philosophy. The main of these effects are; it includes the therapist's position in the client relationship, the language it uses, approaching to clients, "absent but implicit" concept, the relationship with culture, people's common shares and experiences. In the article, these topics will be discussed with examples and some of the places where Narrative Therapy takes shape will be discovered.

**Anahtar Kelimeler:** narrative therapy, anthropology, anthropologist, culture, human

*Yazışma / Correspondence: Rabia Olucak, [rabiaogulmus@gmail.com](mailto:rabiaogulmus@gmail.com)*

*Yayın Geliş Tarihi: 13.01.2023*

*Yayına Kabul Tarihi: 06.12.2023*

*Online Yayın Tarihi: 27.12.2023*

## GİRİŞ

Narrative terapi birçok bilim dalından etkilenecek ortaya çıkmıştır. Kurucuları White ve Epston, aileler ve çocuklarla olan çalışmalarından elde ettikleri bilgileri ve geliştirdikleri teknikleri felsefeden eğitime, psikolojiden, dil biliminden edebiyata, sosyolojiden antropolojiye birçok farklı disiplinden aldıkları bileşenlerle zenginleştirmişlerdir. Bu bileşenleri hem bireysel hem çift ve aile uygulamalarına yerleştirmişlerdir. Bu uygulamalar, farklı kültürlerden olan birçok terapistin katkıları ile genişlemiş ve gelişmiştir (Dinç ve Dinçer, 2020). Bu makalede Antropoloji biliminin psikoloji ile ilişkisinde Narrative Terapi'ye olan etkisini ve antropologların Narrative Terapi'ye katkısının incelenmesi amaçlanmıştır.

Narrative Terapi'nin tekniklerinin gelişmesinde Antropologların önemli bir katkısı olmuştur. "Yok ama örtük" kavramının seans içerisinde kullanılmasında Bateson'un çalışmalarının, yerel bilginin ve terapi de dilin kullanılması Antropolog Geertz'in çalışmalarının ve Antropolog Barbara Myerhoff'un çalışmasının (1982, 1986) izleyicinin katkısının önemini daha iyi anlamamızı sağlamıştır. Böylelikle "tanımsal tören" kavramı Narrative Terapide kullanılmaya başlanmıştır. White (2011), yaşadığımız dünyaya yetişmek için antropoloji, kültürel çalışmalar, sosyoloji, kadın çalışmaları vb. okumalarımızı yenilememiz gerektiğinin altını çizmiş ve bu konuların Narrative Terapi'nin can damarı olduğunu belirtmiştir.

## 2. Antropoloji Nedir?

Etimolojik olarak antropoloji kelimesinin kökü olan anthropos -(insan) ve isim takısı - logos (bilim)

Yunancadan gelir. Antropoloji temelde, insan ve onun kültürlerini ele alan en kapsamlı bir bilim dalıdır. Aynı zamanda, antropoloji, biyolojik ve sosyal bilimlerin yaklaşımlarını birleştiren tek bilimdir. Onun temel uğraş alanları, bir yandan hayvanlar aleminin bir üyesi olarak insanın araştırılması, diğer yandan toplumun bir üyesi olan insan davranışlarının araştırılmasıdır. Aynı şekilde antropolog, ilgi alanına giren çağdaş insan toplulukları ve uygarlıklar arasındaki karşılaştırmalı araştırmalarla önemli noktaları ortaya çıkarır. Antropolog, üyesi olduğu bilimin bir dalında bir yandan insanı yaşayan diğer bütün yaratıklardan ayıran fiziksel özellikleri keşfetmeyi ve betimlemeyi, öte yandan insan ailesinin kendisindeki yararlı ayırt ediciliği araştırır. Uygarlık (ya da antropologların adlandırdığı gibi "kültür") merkezlerinin karşılaştırmalı araştırmaları, toprağa yerleşik birçok insan grubu arasında seçkinleşmiş kültürlerde ortaya çıkan farklılıklar ve benzerlikler üzerinde odaklanır (Bostan, 2016). Böylece, bu karşılaştırmalı araştırmaların amacı insan toplumları ve kültürlerinin oluşumunu ve gelişimini yöneten ilkeleri ya da yasaları bulup ortaya çıkarmaktır. Böylece, bu karşılaştırmalı araştırmaların amacı insan toplumları ve kültürlerinin oluşumunu ve gelişimini yöneten ilkeleri ya da yasaları bulup ortaya çıkarmaktır. Antropoloji, yaygın ve doğru biçimde sosyal bir bilim olarak kabul edilir. Bu bilim dalı, temelde sosyoloji, psikoloji, coğrafya, ekonomi ve siyaset bilimleriyle doğrudan ilişki içindedir. Belirtilen bu bilim dalları da aslında biyolojiden ve insan bilimlerinden ayrı düşünülmemektedir (Beals ve Hoijer 1972/2018).

### **3. Antropoloji ve Antropologların Narrative Terapi'ye Katkıları**

#### **3.1. Narrative Terapi'nin Sesi**

Narrative Terapi'nin kullandığı metafor sistemini geliştirirken nelerin üzerinde yoğunlaştığı ve nelerden etkilendiğini incelemekte fayda olabilir (White, 2011). Metafor bir şeyi anlatırken doğadan ve başka bir şeyden alınan güzel bir benzetme olmaktadır. Genellikle güzel olanı anlatırken başka alanda güzelliği ile bilinen bir şeye atıfta bulunmak metafor olarak nitelendirilmektedir. Metafor anlatımı güçlendirirken, aynı zamanda sanatsal bir değer de kazandırmaktadır (TDK, 2022). White (2007) "Narrative Pratiğinin Haritası" kitabında, belirttiği üzere; terapistin sesini merkezden uzaklaştıran terapötik uygulamaların geliştirilmesine önem vermiştir. Terapistin sesini merkezden uzaklaştıran uygulamalar, terapistlere danışan kişilerin bazı yaşam "bilgilerini" ve yaşam becerilerini terapötik çabanın merkezine getirme etkisine sahiptir. Bunlar genellikle terapötik konsültasyonların başlangıcında çok görünür olmayan bilgi ve becerilerdir. Diğer şeylerin yanı sıra, burada terapötik uygulamalar, insanların yaşam tarihlerinde üretilen bu bilgi ve becerilerin zengin bir şekilde tanımlanmasına, bunların öneminin artırılmasına ve bunların çabalarla ilişkisinin vurgulanmasına katkıda bulunur. Narrative metaforuyla özellikle alakalı olan başka bir amaç, normatif olmayan uygulamalar türetme bağılılığıyla şekillenmiştir. Burada, normatif olmayan uygulamalara, sorgusuz sualsiz ve otomatik bir şekilde, ana akım kültürün değerli yaşam biçimlerini, dünyada "gerçek", "uygun",

"sağlıklı" vb. olarak kabul edilen bu yaşam biçimlerini güçlendirmemeleri ve yeniden üretmemeleri anlamında atıfta bulunmuştur. Narrative metaforu, kültürel antropolojiden edebiyat teorisine, etnometodolojiden söylemsel çalışmalara kadar bir dizi disiplinde sorgulamayı şekillendiren bir düşünce geleneği içinde olduğunu vurgulamaya özen göstermiştir (White, 2011).

#### **3.2. Narrative Terapinin Danışanın Kültürü ile İlişkisi**

Beels (2002), "Aile Terapisinin Kültürel Tarihi Notları" makalesinde, Narrative terapistlerinin, çalıştıkları grubun benzersiz bir şekilde ifade edilen kişisel tarihleriyle yerel inancını birleştirmeye ve onlara kendi terimleriyle geçerlilik kazandırmaya antropolojik bir ilgisi olduğunu keşfetmiştir. Narrative Terapi'nin önemli amaçlarından biri de; bireylerin kendini ifade etme şekillerinin, içinde yaşadıkları kültür ve inancın etkisini ele alarak ilerlemesidir. Narrative Terapi, bu kültürü ve söylemlerin detayını öğrenmek ve uygulamasını gerçekleştirebilmek için antropolojiden faydalanmıştır. Böylelikle, bireylerin kendi iç dünyasında geliştirdiği metaforlarla öncelik vermektedir. Narrative Terapi bireylere değerler, idealler, normlar empoze etmekten kaçınır. Bu konularda insanların değer ve tercihlerini ön plana çıkartmaya çalışır. Terapiye gelen bireylere de neyin iyi neyin iyi gelmediğini söyleme ve bilme iddiasında değildir. Bütün soruların cevabını kişinin kendisinde, çevresinde veya içinde buldukları kültürde olduğunu düşünür (Dinç ve Dinçer, 2020).

### 3.3. Narrative Terapinin Dili

Antropolog Geertz (1988), bir başkasının iç yaşamında neler olduğunu sihirli bir müdahale ile değil, danışanların kendi ifadeleri ile elde edeceğimizi vurgular. Yani, terapistlerin sihirli sözleri ve cümleleri ile danışanların bir anda iyileştirebileceği bilgisi hem terapistin rolünü bir anda büyütebileceği gibi danışanında sürece dair beklentisini yanlış şekillendirebilir. White, dilin kullanımı konusunda çok hassas olmamız gerektiğine birçok kitabında ve makalesinde değinmiştir. “Kelimeler çok önemlidir. Birçok yönden, kelimeler dünyadır. Dolayısıyla, kişilerle olan çalışmalarında ve ayrıca yazılarında dile karşı bir duyarlılığın ortaya çıktığını umuyorum” (White 1995: 30) şeklinde belirtir. White ve Epston'un Narrative Terapide dilin kullanımı ve gelişimi noktasında birçok farklı alanlardan beslendiklerini görebiliriz. Bu noktada, Payne (2006) “Narrative Terapi” kitabında, White ve Epston'un Avrupa ve Kuzey Amerika'dan birçok yerleşik aile terapisi fikrini yeniden ele aldıklarını ve fikirlerin tarihi, postmodern felsefe, sosyal psikoloji, antropoloji, feminist teori ve edebiyat teorisinden yararlandığını vurgulamıştır. Narrative Terapide dilin kullanımının şekillenmesinde belki de en önemli felsefeden bir tanesi de yerel bilgiye verilen önem diyebiliriz. Postmodern düşünürler, danışanların anlatılarında ifade ettikleri “yerel bilginin” uzman bilgisi kadar saygıya değer olduğunu kabul etmişlerdir. Narrative Terapi yerel bilgi kavramını Antropolog Clifford Geertz'den almıştır (Payne, 2006). Bu terim hem toplum hem de bireyler için geçerlidir. Bununla birlikte Narrative Terapide, bu günlük somut bilginin ifade edildiği dile, profesyonel terminolojiden daha fazla

değer verilir. Böylelikle, danışanın kendisini ifade etme şekli terapide dikkatle gözlenir ve danışanın süreci en etkili şekilde kavraması sağlanır.

Antropolojide, uzman bilgisi varsayımlarından uzaklaşan, insanların kendi hayatlarına ilişkin bilgilerinden katkıda bulunabileceklerine saygıya doğru bir hareket vardır. Narrative Terapide antropolojinin dili kullanma şeklinden etkilenip terapi düzenine ve yapısına yansıtılmıştır. Uzman dilin kullanılmasından ziyade, kişilerin hayatlarındaki zorlandıkları süreçleri kendi deneyimleri ile dile aktarımdaki gücünü keşfetmişlerdir. Profesyonel terminolojiden uzaklaşarak, seans içerisindeki uzman rolünün danışana aktarılmasında dilin önemi büyüktür. Örneğin; Narrative terapistler genellikle, sorunun kişinin içinde ya da onun içinde var olmaktan ziyade, kişi üzerinde bir etkisi olduğuna dair örtük bir varsayımı somutlaştıran bir dil kullanırlar. Bu dilsel aygıtta 'sorunu dışsallaştırma' denir. Terapist, 'depresyona girdiniz' yerine 'depresyon hayatınızı işgal etti' der ya da 'ikiniz de stresliydimiz' yerine 'ikiniz de stresten etkilendiniz' diyebilir. Narrative Terapi dilin etkisini ilk seanstan son seanslara kadar aynı şekilde götürmeye gayret eder. Amaç, kişinin kendi kimliğini sorunlarından ayırmasına ve bunları, psikolojisinin veya kişiliğinin neden olduğu gibi değil, koşulların veya kişilerarası süreçlerin ürünü olarak algılamasına yardımcı olmaktır (Dinç ve Dinçer 2020; Payne 2006; White, 2011).

Narrative Terapi, Antropolojiden aldığı bireylere saygıyı dil üzerinden terapi sistemine yansıtması ile birlikte terapi sisteminin gelişiminde çok önemli bir rolün oluşmasını sağlamıştır. Antropologlar, örneğin; bir topluluğun eserlerinin önemini

anlayabileceklerini varsaymak yerine, topluluk üyelerine bunların kendileri için ne anlama geldiği ile ilgilenmişlerdir. Antropologlar, çok çeşitli kültürlerde hem gayri resmi hem de törensel olarak hikâye anlatmanın nasıl merkezi bir öneme sahip olduğunu tanımlarlar. Hem günlük deneyimler hem de akademik çalışmalar, hikâye anlatımının biçimleri ve içeriği ile insanların anlatıcılığının önemini ve her yerde mevcut olduğunu doğrular. Sosyal bağlamdan ve hikâyelerine nüfuz eden kültürlerinin dili, kavramları ve varsayımlarından etkilenir (Turner ve Bruner 1986; White ve Epston 1990).

### 3.4. Narrative Terapi'nin "Zımnı" Kavramı

White (2000), insanların yaşam ifadelerinde 'yok ama örtük' olanı ortaya çıkarmaya çalışan bir soru kategorisi önermiştir. Bunu tarihle yeniden ilişki kurma süreci olarak tanımlamıştır: Tarihle yeniden ilişki kurmanın yollarından biri, yaşamın tüm ifadelerinde var olmayan ancak örtük olanın tanımlanması ve zengin bir şekilde tanımlanmasıdır. İnsanların yaşadıkları deneyimlerinin yönlerini anlamlandırmasını ve dolaşıma dahil edilmesi mümkün kılan her neyse, onun zengin bir şekilde tanımlanması yoluyla olduğunu belirtir. Burada tarif edilen sorular ya da anahtarlar, bu "yok ama örtük" kavramıyla bilgilendirilir. Bahsedilen anahtarlar, insanların eylemlerinde ve ifadelerinde örtük olarak nelere değer verdiğini ortaya çıkarmaya çalışır. Bu umutlar, arzular veya amaçlar daha önce isimlendirilmemiş olsa bile eyleminize ilham veren nedir? Narrative Terapi'nin yeniden yazma konuşmaları, insanların umutlarını, arzularını, isteklerini ve amaçlarını belirlemek için sorular

sorar. Kişinin değerli veya kutsal olarak gördüğü şeyin ne olduğunu tanımlamaya çalışırlar. Ve bunun farkına varmak, bunu kabul etmek, insanların bu amaçları korumasını ve soruna karşı direnişlerinde onları dizginlemelerini sağlar (White, 2000; White 2011).

İnsanların eylemlerinde ve ifadelerinde neyin eksik olduğunu, ancak neyin örtük olduğunu arayan sorular tarafından yönlendirilen konuşmaların benzersiz bir önemi vardır. Daha önce kullanılmayan yeni anlamların kapılarını açarlar. Bulunan anlamlar hikâyeye farklı bir değer katmaktadır. Hayatlarımız hikâyeler aracılığıyla ve hikâyeler tarafından organize edilir. Aynı zamanda hangi deneyimlerin seçildiği kültür, dil, sosyal etkileşimler ve inançlarla ilgilidir. Her zaman, hiç anlatılmamış deneyim alemleri vardır. Ama bazen insanlar terapistte gittiklerinde, alternatif yaşam deneyimleri sağlam kapılar ardında kilitli kalıyormuş gibi olabilmektedir. Narrative Terapi'ye göre ise bu kapıları açmakta anahtarlarımız sorulardır. Alternatif hatıraların kapılarını açabilecek sorulardır. Bu örtük anılar ise var olan anıları canlandıracak sorular ile elde edilmektedir (White, 2000; White 2011).

Michael White tarafından tanımlanan – Antropolog Bateson (1979) ve Derrida'nın (1978) çalışmalarına dayanarak- tüm deneyim ifadelerinin (duygu/anlam/eylem) nasıl ilişkisel olduğunu vurgulayan bir kavram/pratik, karşıtlıklara ve muhakemelere bağlı olduğuna değinirler; hayattaki herhangi bir ifade, bir ayırt etme edimini gerektirir. Deneyimlerimizi aynı kavram üzerinde zıtlıklarla elde ederiz. Örneğin; bir insan, umuda aşına olmasaydı, umutsuzluk

Olucak; Antropoloji'nin Narrative Terapi'ye Katkıları

yaşayamazdı. İnsanlar umutlu deneyimler yaşamamış olsaydı, o zaman umutsuzluğun da ne olduğunu tam olarak kavrayamazlardı. (Denborough, 2019). Böylelikle, Narrative Terapi seanslarını şekillendirirken Bateson'un "yok ama örtük" kavramından destek almıştır. Bir örnek üzerinden ele alırsak eğer, diyelim ki bir kişi 'umutsuzluk' hakkında danıştığı anda öncelikle bu umutsuzlukla ilgili deneyimlerini ve yaşamlarında nasıl tezahür ettiğini üzerine çalışılmaktadır. Sosyoekonomik koşulları ve yerel kültürün güç ilişkilerini içerebilen bu umutsuzluğun bağlamlarını da White seansta ele almaktadır. Bu bağlamlar daha sonra ön plana çıkarılabilir ve çeşitli şekillerde ele alınabilir. Ama aynı zamanda White, bu umutsuzluğun neyi ifade ettiğiyle ya da eksik ama örtük olan açısından neye tanıklık ettiğiyle de ilgilenmektedir. Kişinin bu şekilde deneyimlerini bu şekilde nasıl tanımladığı ve temsil ettiği ile keşfin sağlanması ve umutsuzluğu fark etmelerini mümkün kılan koşullar üzerine çalışmanın önemli olacağını vurgular. (White, 2000; Denborough, 2019).

### 3.4.1. Danışan Seans Örneği

"Yok ama örtük" yani zımni kavramı danışan üzerinde bazı sorular üzerinden ele alınmıştır. Endişe ve korku ile mücadele eden genç bir erkek danışanım ile yapılan görüşme kaydı ele alınmıştır. Danışan, terapi esnasında sınav kaygısı yaşadığını ve yüksek düzeyde sıkıntı çektiğine dair bir hikâye anlatmıştır. Kaygı neredeyse devam etmesine izin vermediğini ve birçok kez pes etme düşüncelerinin rahatsız etmeye devam ettiğini belirtmiştir. Genel olarak her sınava girdiğinde kaygı yaşadığını ve bazı fiziksel belirtiler gösterdiğini belirtmiştir.

İçinden de sürekli olarak "yapamayacaksın, başarısız olacaksın" gibi düşüncelerin geçtiğini belirtmiştir. Ama sonrasında bir şekilde sınava girmeyi başardığını ve geçtiğini belirtmiştir. Bu noktada deneyimlediği anılarını çıkartmak üzere bazı sorular yönlendirilmiştir.

#### 1. Harekete ilham eden şeylerle ilgili sorular:

Terapist: Devam etmen ve kaygıyı dinlememen için sana ilham veren şey neydi?

Danışan: Çok dibe çöktüğüm olumsuzluğa kapıldığım anlarda ailemin benim için yaptığı fedakârlıkları hatırlıyorum. Maddi ve manevi bana çok destek verdiler. Onların varlığını hissediyorum. Kendimi aileme karşı sorumlu hissediyorum.

#### 2. Bu eylemlerde bulunan hayat değerleri/kavramları ile ilgili sorular:

Terapist: Ailenize olan bağlılığınızı ve sorumluluğunuzu hatırlatan bu parçanıza ne ad verirsiniz?

Danışan: Aileme karşı hissettiğim "vefa" diyebilirim.

#### 3. Bu zımni değeri/ hayat kavramını tarihselleştirmek için sorular:

Terapist: Ailenize olan bu sevginizin ifade edildiği bir hikâye anlatır mısınız?

Danışan: Babam normalde üniversite okumayı çok istiyormuş ama dedem okula göndermemiş çünkü dedeme yardım etmesi gerekiyormuş. Ve babamda bu noktada okuyabilmem için çok katkı sağladı. Sağladığı katkıları hayatımın her alanında hissettim. Arka planımda böyle değerli bir hikâyeden dolayı devam etmek için motive oldum.

4. Bu değer/kavram ile kişinin hayatı nasıl yaşadığı arasında ilişki oluşturan sorular:

Terapist: Ailene olan sevginin devam etmen için sana ilham verdiğini fark etmen senin için nasıl bir anlamı var?

Danışan: Bunu fark ettiğimde daha kolay başa çıkabildiğimi hissediyorum. Onlara olan bağlılığımı yerine getirebilmek ve fedakârlıklarına karşılık verebilmek benim için çok önemli.

Terapist: Ailenize bağlılığın sizi motive ettiğini ve kaygıyla yüzleşme şeklinizi değiştirdiğini nasıl anlarsınız?

Danışan: Artık görmezden gelebildiğimi, dikkat etmediğimi ve beni kontrol etmesine izin vermediğimi biliyorum.

5. Gelecek eylem planları ile ilgili sorular:

Terapist: Ailenize olan sevginiz sonraki adımları atmanız için size gelecek içinde nasıl ilham verecektir?

Danışan: Üniversitemi bitirip iç bulursam onların da sevineceğini biliyorum. İlerde güzel bir işe başladığımı aileme de maddi olarak destek vereceğimi hayal etmek şimdiki sürecimi geçirmem için bana ilham verecektir.

Bu görüşme danışana kendi yaşantısı ve geleceği ile ilgili ona ilham veren süreçler ile ilgili bağlantılar kurmasını sağlamıştır. Bu danışanın gerçekleştirdiği eylemlerde örtük olan değerleri dile getirmesini sağlamıştır. Amaçlarımız ve değer atamalarımız görünür hale geldiğinde, bunları yaşamanın önemli kavramları olarak değerlendirebiliriz. Bu daha sonra kimliğimizin hikâyelerini etkilemektedir. Böylelikle, bu

alternatif hikâyeye uygun aksiyonlar almak da mümkün hale geliyor. Bunlar, konuşmayı başka bir alana taşıma gücüne sahip sorulardır. Bu sorular danışanın arka planda kalmış hikâyesini ortaya çıkarmaya yöneliktir. Böylece örtük kalmış hikâyeleri seans içerisinde ele almış oluruz.

### 3.5. Narrative Terapi'nin Tanımsal Tören Kavramının Doğuşu

White (2007) "Narrative Pratiğinin Haritaları" kitabında, Narrative Terapi haritalarından biri olan tanımsal töreninin kökeninin kültürel Antropolog Barbara Myerhoff'un çalışmasının (1982, 1986) izleyicinin katkısının önemini daha iyi anlamamızı sağlamıştır. İnsanların kimlik projelerinde "tanımlama töreninin" rolüne ilişkin anlayışı, Narrative Terapi'nin terapötik sohbetlerine dinleyici toplamak için seçenekleri daha fazla keşfetmeye ve geliştirmeye ve zengin hikâyeye gelişimine katkıda bulunmada en etkili görünen izleyici tepkilerini araştırmaya teşvik etmiştir. Bu uygulama danışanın yaşantısına dışarıdan tanık olan kişileri kapsar- bu kişiler danışanın eşi, arkadaşi, yaşanılan zorluğu daha önce yaşamış biri veya herhangi bir kişi olabilir. Tören, danışanın belirli bir öyküyü anlatmasıyla başlar ve bir noktada tanıklar öyküye davet edilir. Tanıklar, danışanın öyküsü içerisinde en çok dikkatlerini çeken unsuru ve bu öykünün hangi imgelerini çağrıştırdığı üzerine konuşmak için teşvik edilir (Dinç ve Dinçer, 2020). Myerhoff, Los Angeles'ta Venedik'teki yaşlı Yahudilerden oluşan bir topluluğun kimlik projelerini anlatırken tanımlayıcı töreni tanımlamıştır. Myerhoff, bu 'tanım törenlerinin' kendi toplulukları içinde artan bir kimlik ve gurur duygusu kazanmalarına izin

verdiğini öne sürmüştür. Aynı zamanda ve daha da önemlisi, daha geniş topluluğa 'kendi hikâyelerine tanıklık ederek' bu daha geniş topluluk tarafından tanınmalarında önemli değişiklikler meydana getirmişlerdir: 'hayallerini halka açık bir şekilde sahneleyerek, içinde yaşadıkları dünyayı değiştirme fırsatı bulduğunu belirtir. Bu topluluk, 1970'lerin ortalarında antropolojik saha çalışmasının odak noktasını oluşturmuştur. Michael White, David Epston ile insanların yaşamlarında tercih edilen gelişmelere izleyicileri dâhil etme konusunda uzun bir geçmişe sahip olduğunu belirtmiş ve 1980'lerin ikinci yarısında, kültürel antropolog Barbara Myerhoff'un çalışmalarıyla tanıştıktan sonra, bu role dahil ettiğimiz insanları yabancı tanıklar olarak düşünmeye başladıklarını belirtmiştir (White, 2011).

Abels ve Abels (2001) "Narrative Terapisini Anlamak: Sosyal Hizmet Uzmanı İçin Bir Rehber" kitabında, Narrative yaklaşımında çalışan için önemli görevlerden birinin, danışanın mevcut topluluk desteğini kullanmasına yardımcı olması olduğuna değinmişlerdir. Bu, destek grupları oluşturmak anlamına gelse de kişinin topluluğa dâhil olmasına yardımcı olmak anlamına da gelir. Narrative terapistler, kişiyi değişen manzaraya sokmak için kutlamalardan, sertifikalardan ve her türlü törenden yararlanır. Michael White'ın tartıştığı törenler ve geçiş ayinleriyle ilgili fikirlerin çoğu, Epston'un Antropoloji alanındaki geçmişinden gelmiştir. Mektup yazma fikirlerinin bir kısmı da etnografik kayıt türleridir. Bu durum, Antropoloğun eğitimi ve çalışılan grubun kültürünün bütünlüğünü korumaya ilişkin inançları ile birleştiğinde, "hiçbir şey bilmeme" felsefesine

ve Narrative pratiğinin uzman karşıtı felsefesine yansır. Narrative Terapisinin kurucularından biri olan David Epston, aslen bir antropolog olarak çalışmıştır. 1980'lerde, terapide kendisine danışanların bilgilerini benzer zorluklar yaşayan başkalarına aktarmaya başlamıştır. Danışan 'bilgilerini ve danışan 'uzman bilgisi' olarak adlandırdığı şeyleri arşivlerde toplamıştır (Denborough, 2019; Epston, 2001). Bu arşivler, 'öfke evcilleştirme, gece korkuları, okul reddi, astım, anoreksiya ve bulimia gibi uzun süredir devam eden çeşitli sorunlara zengin bir çözüm kaynağını temsil eden ses kasetleri, mektuplar ve sanat eserlerini içermektedir. (Madigan ve Epston, 1995, Denborough, 2019). Yavaş yavaş, David Epston birbirlerine danışma, bilgi ve destek sağlayabilmeleri için "ligler" olarak adlandırdığı danışan ağları oluşturmaya başladı. Böyle bir ligin en iyi bilinen örneği Anti-Anoreksiya/Anti-Bulimia ligidir (Denborough, 2019; Epston ve Maisel, 2009; Grieves, 1997; Lock, Epston ve Maisel 2004; Madigan, 2019; Maisel, Epston ve Borden, 2004;). 'Çözüm bilgilerini' paylaşmak için danışan gruplarını birbirine bağlamaya yönelik bu yaklaşım, 'endişe verici topluluklar' oluşturmak olarak bilinir hale gelmiştir (Madigan & Epston, 1995; Madigan, 2011; Denborough, 2019). O zamanlar yeni teknolojileri kullanan bu ilgili topluluklar, dünyanın her yerine mesaj göndermek için önce faks makinelerini kullanmışlardır. Arşivlerin ve liglerin gelişimi kolektif Narrative pratiği olarak adlandırılan şey için önemli emsallerdir.



## SONUÇ

Sonuç olarak; Narrative Terapi'nin gelişimi ve terapötik sisteminin kurulması süresince birçok farklı bilim dalından faydalanılmıştır. Bunlardan birisi de antropoloji olmuştur. Antropoloji Narrative Terapi'nin, metaforların kullanımı ve bireylerin kültür ve inanç sistemi ile kullanılan dilin değişim göstereceği üzerine olmuştur. Narrative Terapi danışanların sorunlarını aktarırken kullandığı metaforlara seans içerisinde özen göstermiştir. Terapistin bir metafor geliştirmesinden ziyade danışanın sorunlarını anlatırken kullandığı örneklere öncelik vermiştir. Metafor kavramının seansa aktarılmasında da Antropolojinin önemli bir katkısı olmuştur. Bununla birlikte Narrative Terapi danışanın kültürüne, nereden geldiğine ve danışanın kendi bilgisine önem vermiştir. Bu bilgiler ışığında terapötik ilişki kurulmuş ve sürdürülmüştür. Antropoloji aynı zamanda Narrative terapistlerin, danışanlara karşı saygın duruşunu geliştirmesinde; profesyonel dilden sıyrılıp kişilerin gündelik hayat ve kişisel deneyimlerini içeren dilin önemini keşfetmelerine katkı sağlamıştır. Terapide dilin değişmesi birçok farklı alanın da dolaylı olarak gelişimine katkı sağlar. Bunlardan bir tanesi, danışana uzman rolünün verilmesidir. Danışan rahatsızlıklarını dile getirirken ki süreçte en doğru aktaran kişi olarak ele alınır. Problemi ve ona verdiği tepkileri danışanın gözünden anlamaya çalışır. Bununla birlikte, "yok ama örtük" kavramı, Narrative Terapinin danışana yaklaşımını ve seansların şekillenmesini olumlu yönde desteklemiştir. Böylelikle danışanın, sahip olduğu ama üzerini örttüğü anıların ele alınması ve seansa danışanla birlikte keşfedilmesi

sağlanmıştır. Son olarak, "tanımsal tören" kavramının kökeni antropoloji alanında çalışan bilim insanları tarafından oluştuğunu ve bu kavramın Narrative Terapi'nin önemli haritalar sisteminde olmasını ve geliştirmesini sağlamıştır.

## KAYNAKLAR

- Abels, S. L. ve Abels P. A. (2001). *Understanding narrative therapy: A guidebook for the social worker*. New York, NY: Springer Publishing Company
- Bateson, G. (1979). *Mind and nature: A necessary unity*. New York, NY: Dutton.
- Beals, R.L. ve Hoijer, H. (2018). Antropolojiye giriş. G. Erginer. (Çev. Ed). *Antropolojinin konusu ve alanı* içinde (s. 1-18). Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi, 35(2), 9-34. (Orijinal eserin yayın tarihi 1972).
- Beels, C. C. (2002). Notes for a cultural history of family therapy. *Family Process*, 41(1), 67-82.
- Bostan, H. (2016). Antropoloji, kültür ve Güvenlik. *Güvenlik Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-31. <https://doi.org/10.28956/gbd.282261>
- Denborough, D. (2019). *Political dictionary for the field of narrative practice*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- Dinç, M. ve Dinçer, E. M. (2020). *Narrative terapi uygulamaları: Türkiye'de Yürütülen Bireysel ve Toplu Çalışmalar*. İstanbul: Ketebe Yayınevi.
- Epston, D. ve Maisel, R. (2009). Anti-anorexia/bulimia: A polemic of life and death. H. Malson., M. Burns (Ed), *Critical feminist approaches to eating disorders* içinde, London: Routledge. Erişim Adresi:

Olucak; Antropoloji'nin Narrative Terapi'ye Katkıları

<https://narrativeapproaches.com/3150-2/>

Epston, D. (2001). Anthropology, archives, co-research and narrative therapy. D. Denborough (Ed.), *Family therapy: Exploring the field's past, present and possible futures* içinde (ss. 177–182). Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Geertz, C. (1988). *Works and lives: The anthropologist as author*. California: Stanford University Press.

Grieves, L. (1997). From beginning to start: The Vancouver Anti-Anorexia Anti-Bulimia League. *Gecko*, 2, 80.

Lock, A., Epston, D. ve Maisel, R. (2004). Countering that which is called anorexia. *Narrative Inquiry*, 14 (2), 275–301.

Madigan, S. ve Epston, D. (1995). From 'psychiatric' gaze to communities of concern: From professional monologue to dialogue. S. Friedman (Ed.), *The reflecting team in action: Collaborative practice in family therapy* içinde (ss. 257–276). New York, NY: Guilford Publications.

Madigan, S. (2019). *Narrative therapy*. Washington DC: American Psychological Association.

Myerhoff, B. (1982). Life history among the elderly: Performance, visibility, and remembering. J. Ruby (Ed.), *A crack in the mirror: Reflective perspectives in anthropology* içinde (ss. 99–117). Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.

Myerhoff, B. (1986). 'Life not death in Venice': Its second life. V. Turner., E. Bruner (Ed), *The anthropology of experience* içinde (ss. 261–286). Chicago, IL: University of Illinois Press.

Maisel, R., Epston, D. ve Borden, A. (2004). *Biting the hand that starves you: Inspiring*

*resistance to anorexia/bulimia*. New York, NY: W. W. Norton.

Payne, M. (2006). *Narrative therapy*. London: Sage.

Türk Dil Kurumu (2022, 22 Kasım). Türk Dil Kurumu Sözlükleri. Erişim Adresi: <https://sozluk.gov.tr/>

Turner, V. W. ve Bruner, E. M. (1986). *The Anthropology of Experience*. Chicago: University of Illinois Press.

White, M. (1995). *Re-authoring Lives: Interviews and Essays*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

White, M. (2000). Re-engaging With History: The absent but implicit. *Reflections on narrative practice* içinde. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

White, M. (2011). *Narrative practice: Continuing the conversations*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

White, M. K. (2007). *Maps of narrative practice*. New York: W.W. Norton & Company.

White, M. ve Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: W.W. Norton & Company.