



## Grupla Psikolojik Danışma Sürecinde Direnç Ögesi Olan Kültürel Etmenlere Psikolojik Danışmanın Müdahalesi

Emre UMUCU\*

Nilüfer VOLTAN ACAR\*\*

### Öz

Grupla psikolojik danışma sürecinde bir takım kültürel etmenler dirence neden olabilmekte ve direnci tetiklemektedir. Bu makalede kültürel ve psikolojik danışma sürecinden doğan; grup güvenini sorgulama ve sessiz kalma gibi diğer etmenlerle oluşan dirence karşı nasıl müdahale edileceğine dair literatür taraması ile sentezlenen bir takım müdahale stratejileri geliştirilmiş ve irdelenmiştir. Kültürel etmenlerle meydana gelen direnç irdelendiğinde, direnci önleyebilmek için bazı stratejiler vardır. Bu yazıda, sentezlenen yöntemler etkili şekilde nasıl kullanılabilir sorusuna cevap bulunulmaya çalışılmıştır. Öncelikle temel önleme yaklaşımlarını devreye sokarak Psikolojik Danışma ve Rehberlik eğitimi baştan olmak üzere ciddi bir düzenleme yaklaşımına gidilmeli, sosyal ve kültürel etmenler derslerin içeriğine eklenmelidir. Daha sonra ise, bir takım teknikler yoluyla ve iletişim örüntülerini sağlıklı kullanımı ile direnç ortadan kaldırılmaya çalışılmalıdır. Etkili temel önleme ve kültüre uyarlanmış psikolojik danışma kuramları aracılığıyla kültürel öğelerle oluşan direncin ortadan kaldırılabilmesi düşünülmektedir.

*Anahtar Kelimeler: Direnç, kültür, temel önleme.*

<sup>1</sup>21 Aralık 2012 tarihinde elektronik olarak yayımlanmıştır.

\* Emre UMUCU, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi, e.umucu@live.com

\*\* Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, nva@hacettepe.edu.tr

## **Counselors' Intervention of the Cultural Factors that have Elements of Resistance in Group Counseling**

---

### **Abstract**

In group counseling process, some cultural factors cause resistance. In this article, a number of control strategies synthesized through a review of literature concerning how to handle resistance caused by cultural and other factors have been developed and analyzed. When resistance is examined, some preventive strategies have been identified to control resistance caused by cultural factors. In this study, it was aimed to utilize the effective methods of coping with resistance. Firstly, a serious organizational approach should be adopted in primarily Counseling and Guidance Education by employing fundamental preventive approaches, and social and cultural factors should be incorporated in the curriculum. Then, resistance should be worked on using effective communication patterns and relevant techniques. By means of effective basic prevention and culturally adapted counseling theories, it is believed that resistance caused by cultural factors can be eliminated.

*Keywords: Resistance, culture, basis prevention.*

## Giriş

Günümüz 21. yüzyılı, gittikçe karmaşıklaşan ve anlaşılması için daha çok çaba harcanması gereken bazı iletişim örüntülerini de beraberinde getirmektedir. Postmodern yaklaşımının güçlendiği günümüzde insanlar bazı yeni problemler ve duygusal sorunlar yaşayabilmektedirler. Dünyanın kültüre olan bakış açısı da gittikçe değişim göstermektedir. 20. Yüzyılda kültürel etmenlere saygı duyulmazken günümüzde her alanda çok kültürlülük sesleri yükselmektedir. Tüm bu gelişmeler göz önünde bulundurulduğunda gittikçe karmaşıklaşan, gelişen ve daha fazla faktörden etkilenen insan doğasını da anlamak zorlaşmaktadır ve bunun için daha fazla çaba gerekmektedir. Multi-Disipliner yaklaşımların fazlalaşması sayesinde değişkenler ve disiplinler arasında daha fazla bağ kurulabilmektedir. Bu aşamada, psikolojik danışma ve rehberlik alanında da gelişme ve değişim kaçınılmaz olmaktadır. Bu makalede, grupla psikolojik danışma sürecinde kültürel etmenlerin dikkate alınmadığında oluşabilecek direnci ve bu dirençle mücadele edebilme yöntemleri üzerinde durulmuştur.

Grup içinde grup lideri en önemli terapötik güçtür (Ohlsen ve ark., 1988; Akt. Voltan-Acar, 2012). Grup içerisinde direncin kırılmasında, suskunluğun önlenmesinde ve diğer terapötik güçlerin oluşmasında grup liderinin rolü oldukça fazladır. Psikolojik danışman grup süreci içerisinde danışanların sözel ve sözel olmayan iletişim örüntülerine dikkat etmelidir. Grupla psikolojik danışma süreci içerisinde dikkat edilmesi gereken önemli bir öge kültürdür. Kültür; insanların geçmişten bugüne, bugünden de geleceğe aktardığı kalıplaşan iletişim örüntüleri ve yaptıkları her şey olarak da tanımlanabilir.

Grupla psikolojik danışma ortamı üyenin içinde yaşadığı dünyanın bir küçük modeli olarak görülebilir (Voltan-Acar, 2003a). Psikolojik danışman olarak, grup süreci içerisindeki kültürel davranış kalıplarına ve danışanların sahip oldukları kültürel kalıplar nedeniyle oluşan dirençlere de dikkatli edilmelidir. Kültür; insanın içinde yaşadığı toplum hakkında, bireyin sosyal makrokozmosu hakkında bilgi vermektedir. Bu sayede psikolojik danışman, süreç içerisinde kültürün etkilerini daha net görebilir. Buna dikkat edilmediği durumlarda süreç içerisinde kültürün etkisiyle direnç öğeleri oluşabilir.

Uğur (2006), çok kültürlülük deyiminin, yeni bir deyim olsa da işlevinin çok eskilere dayandığını vurgulamıştır. Çok kültürlülük, hep bir ve aynı kültürde içerik bakımından çeşit çeşit kültür dallanıp budaklanmalarının olduğu gibi, çeşit çeşit kültürlerin aynı zamanda yan yana birlikte var olduklarını da göstermeye yaramaktadır. Çok kültürlülük terimi, psikolojik danışman ve

danışan arasındaki kültürel farklılığın göz önünde bulundurulmasını sağlamak ve garanti altına almak amacıyla öne sürülmüştür (Dillard, 1983).

Bu çalışmada amaç, psikolojik danışman olarak süreçte kültür etkisiyle oluşan ve oluşabilecek dirençleri fark edip müdahalede bulunabilme yöntemlerini irdelemektir. Bu amaçla, kültür, direnç belirtileri, etik üzerinde durulmuştur.

### **Süreç İçerisinde Direnç ve Direncin Belirtileri**

Direnç; farkına varılıp müdahale edilmedikçe grup sürecini olumsuz etkileyebilecek, danışanların kendi içlerinde kişisel sorunları ve acı verici duyguları derinlemesine araştırma davranışlarıdır (Corey, 2004). Psikanalizde direnç, terapötik iletişimi engelleyen ve danışanı daha önceki bilinçaltı malzemeyi ortaya çıkarmaktan alıkoyan herhangi bir öge olabilir. Direnç, statükoyu güçlendiren ve değişim yoluna engel olan herhangi bir düşünce, tutum, duygu, danışanın bilinçli veya bilinçsiz olarak ortaya koyduğu bir davranışı ifade etmektedir. Gestalt yaklaşımında direnç, ilişki kurmada şimdiyi tam ve gerçek anlamda yaşamaktan uzaklaşmaktır (Corey, 2008). Tüm bu tanımlar doğrultusunda direnç, gerek bireysel gerekse grupla psikolojik danışma ortamında, danışanların biricik olan dünyalarını, süreç içerisinde yaşamaktan kaçınmaları, şimdi ve burada olamamaları, kendilerini terapötik ortamdan soyutlamaları, terapötik iletişimi engelleyen bir öge olarak tanımlanabilir.

Direncin ortaya çıkışının birçok göstergesi bulunmaktadır. Bunlar; (Voltan-Acar,2012)

- a) Seçici sessizlikler
- b) Kendini ve diğer grup üyelerini korumak
- c) Grupta tekelcilik yapmak
- d) Temel sorunlardan değil de yan sorunlardan bahsetmek
- e) Davranışsal amaçları saptamamaktır

Bunlara ek olarak, kültürel farklılıkların da direnç ögesi olarak alınabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Literatürde, grup üye sayısının fazlalığı, grubun zorunlu olarak kurulmasının, yaş ranjinin geniş olmasının, üyelerin daha önce ve daha sonra sosyal ilişki içinde bir arada olmalarının, grubu oluşturan kadın-erkek sayısının dengesiz dağılımı direnci oluşturabileceği vurgulanmıştır

(Voltan-Acar, 2008). Aynı zamanda grupla psikolojik danışma sürecinde üyelerin birbirlerine karşı tutumları, davranışları, onların dış dünyadaki kişilerle olan davranış örüntülerinin bir yansımasıdır (Voltan-Acar, 2003a). Burada göz önünde bulundurulması gereken, davranış kalıplarını, bireyin duyu, düşünce ve tutumlarını etkileyen bir öge olan kültürdür.

### **İletişimi Etkileyen Bir Öge Olarak Kültür**

Güvenç (1994), kültürü şöyle tanımlamaktadır,

- 1) Bir toplumun ya da bütün toplumların birikimli uygarlığıdır,
- 2) Belli bir toplumun kendisidir,
- 3) Bir dizi sosyal süreçlerin bileşkesidir,
- 4) Bir insan ve toplum kuramıdır.

İnsanlar arası ilişkiler gibi, kurumlar ve toplumlar arası ilişkiler kişilerle kurulur, dille sürdürülür. Toplumda madde ve kavram olarak var olan her şey dilde de vardır. Dil, kültürel muhtevanın bir ansiklopedisi, hazinesi ya da sözlüğü gibidir (Güvenç, 1994). Uygur (2006; Akt. Sultan Oğuz, 2011), kültür; insanın ortaya koyduğu, içinde var olduğu tüm gerçekliktir.

Bir dil kültürü yansıtır, kültürde dili (Voltan-Acar, 2010). Günümüzde kişiler arası ilişkilere ve iletişim kalıplarına bakıldığında kültürün etkisi tabii ki de yok sayılamaz. Grubun sosyal mikrokozmos özelliği göz önüne alındığında ve önemi irdelendiğinde, üyelerin geçmişten bugüne kadar dil aracılığıyla aktardığı kültür göz ardı edilmemelidir. Bu sayede, üyenin sosyal makrokozmosda, başka bir deyimle toplumda nasıl bir davranış örüntüsü sergilediği öngörülebilir. Tüm bunlar, grup sürecinde psikolojik danışmanın dikkat etmesi gereken kültürel öğeler olmalıdır. Kültürün etkisini göz önünde bulunduran psikolojik danışman grup üyesinin, süreçte içinde bulunduğu davranış örüntülerinin nedenini daha iyi açıklayabilir, anlayabilir.

### **Grup Sürecinde Bir Direnç Ögesi Olarak Kültür ve Müdahale**

İletişimde bulunan iki bireyin ilişkisinin doğası süreci oluşturur (Voltan-Acar, 2003b). Grupla psikolojik danışma sürecinde üyelerin birbirleriyle ya da üyelerin psikolojik danışman ile iletişimi temel ögedir. İletişim terapötik süreçte anlaşılmayı sağlar. Süreci oluşturan en önemli etken ilişkinin doğası ve iletişimsiz o halde iletişimi oluşturan kültürün etkisi grup sürecinde çok

önemlidir kanısına varılabilir. Grup sürecinde farklı kültürlerden gelen insanların iletişim örüntülerinin de farklı olacağı için süreçte dirence neden olur.

Türk kültüründe danışanlar rol oynamaya yönelik, teknikleri uygulamakta güçlük çekebilirler; çünkü mükemmeliyetçi olduklarından, spontanlıktan uzaklaşıp, rollerini iyi oynamak gibi bir kaygı yaşadıkları kadar etraftan seyredilmeğe ilişkin de kaygı yaşarlar (Voltan-Acar, 2004a). Başka bir deyişle, Türk kültüründe spontanlık sekteye uğrayabilmektedir. Grupla psikolojik danışmada ise katılım, işbirliği ve alıştırmalar spontanlığı gerektirmektedir. Bu nedenle grup lideri süreçte uyanık olmalı ve bu durumu fark edebilmelidir ki, sürecin işleyişinde aksaklık olmasın. Bunu fark edebilmenin yolu da kültürlere duyarlı olabilmek ve bu duyarlılığı grupla psikolojik danışma sürecinde etkili kullanabilmekten geçmektedir.

Grupla psikolojik danışma sürecinde başlangıç aşamasında ve çalkantı aşamasında direnç normaldir. Bu aşamalarda güven oluşmamıştır (Voltan-Acar, 2012). Grup sürecinde farklı kültürlerden bir araya gelen üyeler başlangıç aşamasında yer verilen alıştırmalara da tepki vermekte zorlanabilirler. Alıştırmaların sunulduğu kültür ve alt kültürlerin grup liderince, psikolojik danışmanca bilinmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Örneğin; Türk kültüründe, dokunmayla ilgili, hele ki karşı cinse dokunmayla ilgili deneyleri sunmak, tehdit edici olabilir. Yine, Türk kültüründe rol oynamayla ilgili alıştırmaların güçlükle kabul edildiği gözlenmiştir (Voltan-Acar, 2004b). Görüldüğü üzere, süreç içerisindeki birçok etken gibi kültürde bir direnç ögesidir ve grupla psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışman tarafından ele alınmalıdır.

Grupla psikolojik danışma sürecinde üyelerin danışmaya gidip gitmeme konusunda ikili duygular yaşayan danışanlar, direnç gösterirler (Voltan-Acar, 2012). Kültürde, insanların süreçte ikilemde kalmalarına sebep olur. Süreçte danışanlar kültürlerinin etkisiyle belli alıştırmaları yapmaktan ve iletişime girmekten kaçınabilirler.

### **Psikolojik Danışmanın Süreçte Dirence Neden Olan Kültüre Müdahale Edebilme Yolları**

Dirençle en iyi baş etme yolu, onu önlemektir. Direnç oluşur oluşmaz fark edip, uğraşmak gerekir (Voltan-Acar, 2012). Direncin alan yazını tanımlamalarına bakıldığında, dirençle baş etme yolları ikiye ayrılabilir. Bunlar;

- a) Psikolojik danışma süreci başlamadan önce alınan önlemler-Temel önleme ile grupla psikolojik danışma sürecini bütünleştirmek için sentezleme çalışması,
- b) Psikolojik danışma sırasında fark edilen dirence ilişkin önlemler alınması.

Önerilen bu iki yaklaşıma esnek bakılmalıdır.

**a) Psikolojik Danışma Süreci Başlamadan Önce Alınan Önlemler-Temel Önleme İle Grupla Psikolojik Danışma Sürecini Bütünleştirme Amacıyla Sentezleme Çalışması**

Grup başlangıcında süreç hakkındaki açıklamalar direnci önlemeye yardımcı olur. Karşılıklı beklentiler açık olduğunda direnç azalır. Grupta ne olacağı, sürecin nasıl gideceği, grup deneyiminin yararları hakkındaki yapılan dikkatli açıklamalar, sürece yönelik olumlu tutumların oluşmasını sağlar (Voltan-Acar, 2012).

Temel önleme; problem ortaya çıkmadan önce onu durdurmak ve önlemektir (Korkut-Owen, 2007). Bu kavramgrupla psikolojik danışma sürecine aktarıldığında, genel olarak süreçte oluşabilecek tüm sorunları psikolojik danışmanın önceki deneyimlerinden yola çıkarak, fark edip önlemeye çalışmasıdır. Psikolojik danışma eğitiminde olan süpervizyon eğitimi de aslında gelecekteki psikolojik danışma süreçleri için temel önleme çalışması çerçevesinde ele alınabilir.

Corey'e (2008) göre, etkili psikolojik danışmanlar; kültürün etkisini takdir ederler. Akademik anlamda psikolojik danışma eğitimindeki tüm süreçler aslında temel önleme çalışması olarak nitelendirilebilir; çünkü, psikolojik danışma eğitiminde asıl amaç etkili psikolojik danışmanlar yetiştirmektir. Aslında temel amaç eğitimin kalitesini arttırarak ilerde olabilecek sorunları en aza indirmektir.

Temel önleme tekniklerine bakıldığında, bu teknikler, iletişim becerilerini öğretmek, psiko-eğitim vermek, stresle başa çıkma becerilerini geliştirmek, güvengenlik eğitimi, sosyal problem çözmek gibi bir takım becerileri kapsamaktadır (Korkut-Owen, 2007). Aslında, psikolojik danışma kapsamında alınan derslerde bir takım temel önleme çalışması örneğidir. İşte, tam bu noktada alınan tüm eğitimler, gerek bireysel gerek grupla psikolojik danışma sürecinde karşılaşılabilen sorunları önceden öngörüp, sorun ortaya çıkmadan engelleme çalışmalarıdır.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalları Toplantısı III Sonuç Bildirgesi (2004; Akt. Bektaş, 2006), dünyada bugün geçerli ve Amerika Birleşik Devletleri'nde Psikolojik Danışma ve ilgili Eğitim Programlarının Akreditasyonu Kurulu tarafından (CACREP) belirlenen güncel psikolojik danışmanlık yeterlik alanları olan İnsan Gelişimi/Psikolojik Temeller, Sosyal ve Kültürel Temeller, Eğitimsel Temeller, Yardım Becerileri, Grupla Çalışma Becerileri, Mesleki Gelişim, Bireyi Tanıma ve Değerlendirme, İstatistik, Araştırma ve Program Değerlendirme ve Profesyonel Yönelim dikkate alınarak hazırlanmış olan bu program ile ilk defa Türkiye'de kültüre duyarlılık kavramı psikolojik danışman eğitime dâhil olmuştur.

Psikolojik danışma sürecinde görüldüğü gibi temel önleme için çok fazla çalışma yapılabilir. Psikolojik danışma eğitimi bu anlamda çalışılması gereken en önemli noktadır. CACREP'in belirlediği Sosyal ve Kültürel Temeller Türkiye'de psikolojik danışma ve rehberlik eğitiminde görmezden gelinilen bir noktayı oluşturmaktadır. Böyle bir durumda grupla psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışman kültürel etmenleri göz önünde bulunduramayabilir. Buda, süreçte farklı kültürlerden gelen danışanların grupla psikolojik danışma sürecinde kültürel etmenlerden kaynaklanan dirençlerle karşılaşmalarına neden olabilir. Türkiye'de PDR eğitiminde kültürel etmenlerin incelenmesine dair bir takım çalışmalar yapılmaktadır.

Doğan (2000; Akt. Bektaş, 2006), batı kültürünün bireysellik, özgürlük, kendi başına karar verme ve sorumluluk gibi değer yargılarını ve demokratik ideallerini temel alan psikolojik danışma kuramlarının Türk kültürü ile çeliştiğini ve söz konusu kuramların Türk kültür ve geleneklerine uyarlanması gerektiğini belirtmiştir. Türkiye'de psikolojik danışma kuramlarını Türk kültürüne uyarlama çalışmaları söz konusudur. Gestalt Terapisi'nin Türk kültürüne uyarlanmasında Nilüfer Voltan-Acar'ın diğer kuramların uyarlanmasında da öncü olduğu görülmektedir. Bunlara örnek olarak, Gerçeklik Terapisi, Logoterapi ve Transaksiyonel Analizin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları da Nilüfer Voltan-Acar öncülüğünde gerçekleştirilmiştir. PDR eğitimleri sırasında bu türden kaynakların artırılarak okutulması psikolojik danışman adaylarının ileride kültüre duyarlı olmalarını ve süreçte buna dikkat etmelerini sağlar. Örneğin; Türk kültüründe, danışanlar duygularının farkındalığına geç ulaşır ve bunu aktarmakta zorluk çekerler (Voltan-Acar, 2004b). Bu aşamada düşünüldüğünde, psikolojik danışman sosyal ve kültürel etmenlerin eğitimini aldıktan sonra süreçte üyelerin en azından farklı sosyo-ekonomik düzeyden olmaması gerektiğini kavrayabilir.

Psikolojik danışma sürecinde, grup üyeleri sürece, birbirlerine, lidere karşı direnç geliştirebileceği gibi psikolojik danışmada üyelere ve sürece direnç



geliştirebilir (Voltan-Acar, 2012). Psikolojik danışman olarak kültürel çeşitliliğe olan saygı ve koşulsuz kabul anlayışının eksik olması süreçte psikolojik danışmanı zora sokabilir.

Sonuç olarak, psikolojik danışma ve rehberlik eğitiminde sosyal ve kültürel etmenlerin göz önünde bulundurulması ve bunun bir temel önleme çalışması olarak görülmesi gerekmektedir. Böylece, psikolojik danışman, PDR eğitiminde aldığı yeterlilikle ileride grup sürecinde karşılaşabileceği her türlü sorunun önceden öngörülmesine olanak sağlayabilir. Bu aşamada da direnç ögesi olan kültürün sürece olan olumsuz etkisi en aza indirgenebilir.

#### **b) Psikolojik Danışma Süreci Sırasında Fark Edilen Direnç İçin Önlemler Alınması:**

Grupta ne olacağı, sürecin nasıl gideceği, grup deneyiminin yararları hakkındaki dikkatli açıklamalar sürece yönelik olumlu tepkilerin olmasına olanak sağlar. Bu yüzden psikolojik danışman etkili bir yapılama yapmalıdır (Voltan-Acar, 2012, 2009).

Grupla psikolojik danışma sürecinde farklı kültürlerden gelen üyelere psikolojik danışman eğer koşulsuz kabul ilkesiyle yaklaşırsa üyeler kendilerini daha güvende hissederler. Saygı ve koşulsuz kabul ile danışanlar süreç içerisinde kültürel direnç öğelerini yenebilirler. Aynı zamanda, grubun sosyal mikrokozmos özelliği de göz önüne alındığında danışanlar kendilerinin süreçte koşulsuz kabul edildiklerini gördüklerinde kültürel farklılıktan doğabilecek toplumdaki sorunlarla da daha etkili bir şekilde çıkabilirler. Aynı zamanda, psikolojik danışman, süreçte direnç ögesi olan kültüre karşı alıştırmaları da kullanabilir. Voltan-Acar'ın (2004a) belirttiği gibi alıştırmalar uygulanırken dikkat edilmesi gerekir. Aslında kültürel farklılıkların oluşturduğu dirençleri ortadan kaldırmak için yapılmak istenen alıştırmalara eğer dikkat edilmezse daha fazla dirence neden olunabilir. Örneğin; Türk kültüründe dokunmayla ilgili hele de karşı cinse dokunmayla ilgili oluşan dirençten daha önce söz edilmiştir.

Psikolojik danışman grupla psikolojik danışma grubunu oluştururken, üye seçimine de dikkat etmesi gerekmektedir. Üye seçimi sırasında; yaş ölçütü alındığında ergenlerde özellikle homojen olmasına dikkat edilmelidir. Cinsiyet ölçütü alındığında grup heterojen olmalı, kişilik özellikleri ölçütü alındığında grup heterojen olmalıdır ve sosyo-ekonomik düzey ölçütü alındığında ise grup homojen olmalıdır çünkü farklı sosyo-ekonomik düzeyden gelen üyelerin ihtiyaçları, değerleri, düşünceleri farklıdır ve buda süreç içerisinde dirence neden olur (Voltan-Acar, 2012). Bu ayrıma, kültür de dahil edilebilir.

Psikolojik Danışman; mevcut kültürel değerleri danışanlara empoze etmek yerine; farklı kültürel yapılardan gelen danışanları belli bir ortamda buluşturmalıdır. Farklı kültürden bireyler psikolojik danışma sürecinde eğer psikolojik danışman gerekli müdahalelerde bulunamazsa birbirlerine kültürel olarak baskın gelebilirler (Koç; 2003). Süreç içerisinde psikolojik danışman eğer gerçekten kültürleri buluşturabilir ve ortak bir noktada bu kültürel etmenleri birleştirebilirse kültürden kaynaklanan tüm dirençler kırılır. Bunun için psikolojik danışmanın farklı kültürlerle ciddi anlamda duyarlılığı olmalıdır.

Psikolojik danışman grup süreci içerisinde farklı kültürlerden gelen danışanlara saygı göstermeli ve koşulsuz kabul etmelidir (Naar, 2007). Bu sayede, oluşabilecek dirençler yok edilmiş olur ve psikolojik danışman danışanlara etkili bir model olmuş olur. Yine Corey'e göre, psikolojik danışman grup üyelerinin kültürel farklılıklarını ve benzerliklerini anlamakta ısrarlı olabilmelidir (Corey, 2004).

Farklı kültürlerden gelen grup üyelerini oluşturduğu gruplarda grupla psikolojik danışmanın etkili olabilmesi için grup liderinin ve üyelerinin kültür birikimlerini dikkate alınması gereklidir. Grup liderinin kültürün etmenlerini görmezden gelmesi durumunda dahi ve bunu sürece aktarmadığında da kültür yine süreci etkilemeye devam eder (Ersever, 1998). Çok kültürlü bir grup ortamında çalışmak için iki farklı yaklaşım söz konusudur. Bunlar evrensel ve odaksal yaklaşımlardır(Corey, 2004). *Evrensel yaklaşımda* diğer kültürlerde görülen insanın evrensel kendini ifade ediş tarzları üzerinde durulur ve psikolojik danışma ortamında insan doğası ve değerlerinin evrensel yanı vurgulanır. Evrensel yaklaşımda, kültürler tek tek ele alınmaz. Eğer bir kültürler arası fark fazla vurgulanırsa diğer kültürler süreçte klişe duruma düşebilir (Fukuyama, 1990; Akt.Corey, 2004). *Odaksal yaklaşımda* ise grup lideri, her bir grup üyesinin kültürünü derinliğine bilmesi gerekir. Bu yaklaşımda grup lideri belli kültürlere ait fikir ve davranış kalıplarını incelemeye istekli olmalı, grup üyesine hem bir birey, hem de belirli bir kültürün üyesi olarak bakabilmeli ve farklı kültürlere ait özel konuları tartışmaya açık olmalıdır (Locke, 1990; Akt. Corey, 2004). Bu iki yaklaşım göz önünde bulundurulduğunda ikisinin de etkili olabileceği göz ardı edilmemelidir. Grup lideri her ne kadar evrensel yaklaşımda ortak noktalara değinse de süreçte üyeler bunu başaramayabilirler. Burada tek bir etken oluşur, o da dirençtir ancak odaksal yaklaşımda lider tüm üyelere kültürlerinin gereği gibi yaklaşırsa, direnç oluşmayabilir.

Çok kültürlü psikolojik danışma, yalnızca psikolojik danışman ile danışan arasındaki bir ilişki olmasının da ötesinde; kültürler arası iletişim ve etkileşimi

artırmak için de etkili bir yoldur (Corey, 2004). Böylece üyeler arasındaki direnç öğeleri de ortadan kalkar. DeLucia-Waack'ya (1996; Akt. Corey, 2004) göre, grup içerisinde çok kültürlü olunabilmesi için iki önemli dikkat gerektiren nokta vardır. Bunlardan ilki, grup teorisinin ve tekniklerinin kültürlere uyarlanması ve farklı kültürel inanış ve davranışlara uygun olarak uygulanabilmesidir. Diğeri ise, yeni grup ilke ve tekniklerinin geliştirilebilmesi ve uygulanabilmesidir.

Grupla psikolojik danışma sürecinde kültürel etmenlerden oluşan direnci kaldırmanın bir yolu da kültüre uyarlanan alıştırma çalışmalarıdır. Kültür göz önünde bulundurulmadan yapılan alıştırma uygulamalarında istenmeyen sonuçların olacağı alan yazınında yer bulmuştur. Voltan-Acar (2004b) ise Gestalt kuramının Türk kültürüne uygunluğunu değerlendirdiğinde, danışanların Gestalt tekniklerini uygulama konusunda isteksiz olabileceklerini, bitirilmemiş işler bitirmeye çalışıldığında özellikle bu bitirilmemiş işler danışanın bir büyüğü veya anne babası ile ilgili olduğunda suçluluk duygusunun da çalışılması gerektiğini, ayrıca danışanın yaratıcılığı ve spontanlığı pekiştirilirken danışanın topluma uyum konusunda güçlük çekebileceğinin akıldan çıkarılmaması gerektiğini vurgulamıştır.

Aynı zamanda önleme yaklaşımları açısından irdelendiğinde tüm bu çalışmalar ikincil ve üçüncül önleme yaklaşımına örnektir. Bu noktada çare bulucu olabilecek bir etmende süpervizyon çalışmalarıdır. Psikolojik danışman grup sürecinde kültürün etkisiyle ya da diğer etmenlerle oluşan dirençle baş edemediğinde süpervizöre başvurabilir. Böylece, bu aşamada oluşan direncin önlenmesinde ve ortadan kaldırmasında adım atılmış olur. Yine konsültasyon çalışmaları da psikolojik danışma sürecinde etkili olabilir.

Etkili psikolojik danışma sürecinde, her danışanın kendine özgü duygusal sorunları ve ihtiyaçları olduğu düşünülmalıdır. Her danışanın kendine özgü korkuları, kaygıları bulunmaktadır. Ancak belirli psikolojik sorunlar farklı kültüre sahip bireylerde daha çok görülebilir. Amerika Psikologlar Derneği (APA), psikologların, psikolojik yardım sürecinde ırk, etnik köken, kültür ve diğer faktörlere bağlı olarak haksız ayırım yapmalarını etik olarak yasaklamaktadır. Kültürel faktörler danışanın psikolojik yardım arama, oturumlara devam ve psikolojik danışmanla iletişim kurma durumunu da etkileyebilir. Bunların yanı sıra, etkili psikolojik danışmanlar, danışanın aile yapısının, dünya görüşünün ve değerlerinin, terapötik süreci nasıl etkileyeceğini bilmelidir (Knapp ve Vandecreek, 2010).

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği'nin (2010); meslek etiği kitabında "psikolojik danışma süreci içerisinde psikolojik danışman danışanın kişisel bütünlüğüne saygı göstererek onun iyiliği ve huzuru için çalışmaktan sorumludur" kısmı yer almaktadır. Aynı zamanda "psikolojik danışmanlar süreçte danışanları sosyo-ekonomik düzeylerini küçümsemekten kaçınırlar" ifadesi de bulunmaktadır.

PDR eğitiminde etik standartlara uygun eğitim alan ve bu etik kuralları gerçekten inandığı ve insana saygı duyduğu için içselleştiren kişi, ileride uygulayacağı grup gerek bireysel psikolojik danışma sürecinde, dirençle ve süreci olumsuz etkileyen diğer faktörlerle daha etkili bir biçimde başa çıkabilir. Bu sayede daha verimli bir psikolojik danışma süreci geçirilir.

### Sonuç ve Öneriler

Psikolojik danışma temel ilkeleri, etik standartları ve kuralları, teknikleri göz önünde bulundurulduğunda; psikolojik danışmanın süreçte danışana karşı bir takım yükümlülüklerinin olduğu unutulmamalıdır.

Bu çalışmanın sonuçları aşağıdaki gibi sıralanabilir;

- 1) Öğretim üyeleri, uygulama derslerine ağırlık vermeli, daha fazla pratik ve uygulama öğrenciler tarafından gerçekleştirilmeli ve süpervizyon ile konsültasyon çalışmaları arttırılmalıdır.
- 2) Dünyada bugün geçerli ve CACREP'in belirlediği güncel psikolojik danışma yeterlik alanlarından olan, **Sosyal ve Kültürel Temeller** ders olarak okutulmalı ve normal standartlarda uygulamalı bir alan olan psikolojik danışma ve rehberlik programı öğrencilerine her düzeyde olduğunca fazla uygulama yapabilme fırsatları tanınabilir. Bunun gerçekleştirilebilmesi amacıyla YÖK ile Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı arasında özel bir uygulamaya yer verilerek, öğrencilerin farklı kültürlerden danışanlar görebilmelerine olanaklar sağlanabilir.
- 3) YÖK kapsamında başlatılan Farabi Öğrenci Değişim Sisteminde mümkün olabiliyorsa psikolojik danışma ve rehberlik bölümü öğrencileri farklı üniversiteler arasında yer değiştirebilir.
- 4) Ne kadar çok farklı yerde uygulama fırsatı, bulursa, öğrencilerin doğru orantılı bir biçimde de kültüre olan duyarlılıkları artabilir. Bu sayede grupla psikolojik danışma ve bireysel psikolojik danışma ortamlarında

onlara eşlik edebilen ve kültürden de etkilenen dirence karşı daha etkili müdahale edebilme yeterliliğine ulaşılabilir.

- 5) Öğretim üyeleri uygulamalı derslerde gerçekten nitelikli olmayan öğrencilerin varlığından haberdar ise ve bu duruma müdahale edemiyorlarsa o öğrencilerin uygulamalı dersleri tekrar almalarına olanak sağlanabilir. Bir başka deyişle, dersleri gerekli vasıflarla bitiremeyeceği anlaşılan bir öğrenci akademik vize ve finallerden geçer notu olsa bile bırakılmalı ve tekrar uygulama derslerini almaları sağlanabilir. Bu sayede uygulama alanında nitelik daha da artabilir.
- 6) Gerek bireysel çalışmalarla gerekse öğretim elemanlarının birlikte yapabilecekleri çalışmalarla psikolojik danışma kuramları Türk kültürüne uyarlanabilir ve mümkün olabiliyorsa bu sürece öğrencilerde dâhil edilebilir.

Öğrenciler açısından sonuçlara değinilirse;

- 1) Öğrenciler grupla psikolojik danışma ve bireysel psikolojik danışma uygulamalarına katılabilir ve süpervizörle oturumlar tartışılabilir.
- 2) Ne kadar farklı alanlardan ve kültürlerden danışan bulunabilirse o kadar fazla kültüre olan duyarlılık artabilir. Daha nitelikli ve etkili bir psikolojik danışma süreci olabilir.
- 3) Öğrenciler aynı zamanda alanda yazılmış olan makaleleri ve çalışmaları inceleyebilir. Psikolojik danışma uygulamaları alan bilgisini gerektirir. Psikolojik danışma alanında yapılan her türlü çalışma uygulama alanına da farklı boyutlarda yansiyabilir. Öğrenciler hem etik sorumluluk hem de alan bilgisi sorumluluğunda yeni çalışmaları irdeleyebilir ve öğrenebilir.
- 4) Uygulama derslerinde daha aktif olunmalı ve daha fazla uygulama yapılmalı.

### Kaynakça

- Bektaş, Y.(2006). Kültüre Duyarlı Psikolojik Danışma Yeterlilikleri ve Psikolojik Danışman Eğitimindeki Yeri.*Ege Eğitim Fakültesi Dergisi*.1: 43-59.
- Corey,G.(2008).*Psikolojik Danışma,Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*.(Tuncay Ergene, Çeviren). Ankara:Mentis Yayınları.
- Corey, G.(2004). *Theory and practice of group counseling (6.baskı)*. Belmont: Thomson Learning
- Dillard, J. M. (1983). *Multicultural Counseling*. Chicago:Nelson Hall
- Ersever, G.O.(1998). Farklı kültürlerden gelen grup üyelerinin oluşturduğu psikolojik danışma gruplarında uygulanan yaklaşımlar.İşıl, B. ve Hakan, K. (Haz.). XXII. Uluslar arası Grup Psikoterapileri Kongresi. 28-31 Mayıs 1997-Asklepion-Bergama: Bildiriler (s.141-142). Ankara:Türkiye Grup Psikoterapileri Derneği.
- Güvenç, B. (1994). *İnsan ve kültür*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Knapp, S.J ve Vandecreek, L.D. (2010).*Psikologlar için pratik etik*.(Çev.Fikret Karahan ve ark.) Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Koç, Z. (2003). Kültüre duyarlı psikolojik danışma yaklaşımı: Kuramsal bir açıklama. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 1-17.
- Korkut-Owen, F. (2007).*Okultemelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma*.Ankara: Anı Yayıncılık.
- Naar, R. (2007). *Grup psikoterapisine ilk adım (2.Baskı)*.(Çev.N. H. Şahin). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1982).
- Sultan Oğuz, E. (2011). Toplum bilimlerinde kültür kavramı. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*. 28 (2), 123-139.
- Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Alanında Çalışanlar İçin Meslek Etiği (t.y). Erişim: 4 Aralık 2010, <https://www.pdr.org.tr/upload/icerik/Etik/etik.pdf>
- Uğur, N. (2006). *Kültür kuramı*.İstanbul: Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık.
- Voltan-Acar, N. (2003a).Sosyal mikrokozmoz ile ilişkinin şimdi ve buradalığının bağlantısı.(ed. N. Voltan-Acar). PDR' de yirmibeş yıl. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Voltan-Acar, N. (2003b).Psikolojik danışmada direnç kırma yada ısınma için sırrı paylaşırma alıştırması.(ed. N. Voltan-Acar). PDR' de yirmibeş yıl. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Voltan-Acar, N. & Whirter, M.J. (2000).*Ergen ve çocukla iletişim*. Ankara: U-S-A Yayıncılık.
- Voltan-Acar, N. (2004a).Grupla psikolojik danışma alıştırma-deneyler. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Voltan-Acar, N. (2004b).*Ne kadar farkındayım?*. Ankara: Babil Yayıncılık

- Voltan-Acar, N. (2009).*Yenidenterapötik iletişim kişilerarası ilişkiler* (Geliştirilmiş 6.Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Voltan-Acar, N. (2010).*İnsan ilişkileri-İletilişim*.(2. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Voltan-Acar, N. (2012).*Grupla psikolojik danuşma ilke ve teknikleri* (Geliştirilmiş 9.Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.