

semptom.org
ISSN : 3062-1593

Sağlık olsun...

SEMPTOM

HEALTH RESEARCHES



Vol/Cilt:1 Issue/Sayı:1
Year/Yıl:2024



EDİTÖR Doç.Dr. Bülent ÖNGÖREN, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet Bölümü, bulentogoren@mu.edu.tr

İSTATİSTİK EDİTÖRÜ Dr.Öğr.Üyesi Tahir BENLİ, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu Gümrük ve İşletme Bölümü, tbenli@mu.edu.tr

TEKNİK EDİTÖR/SEKRETERYA, Arş.Gör. İlker BASKAK, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu Sosyal Hizmet Bölümü, ilkerbaskak@mu.ed.tr

Bilim ve Danışma Kurulu

Prof. Dr. Hakan ACAR-Liverpool Hope Üniversitesi-acarh@hope.co.uk

Prof. Dr. İshak AYDEMİR-Sağlık Bilimleri Üniversitesi-ishak.aydemir@sbu.edu.tr

Prof. Dr. Kılıçhan BAYAR-Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi- kbayar@mu.edu.tr

Prof. Dr. Mehmet Zafer Danış- Sakarya Üniversitesi- z.danis@sakarya.edu.tr

Prof. Dr. Nurgün OKTİK- Maltepe Üniversitesi- nurgunoktik@maltepe.edu.tr

Prof. Dr. Umut BEYLİK-Sağlık Bilimleri Üniversitesi umut.beylik@sbu.edu.tr

Doç. Dr. Fatma ELİBOL- Sağlık Bilimleri Üniversitesi- fatma.elibol@sbu.edu.tr

Doç. Dr. Müge Arslan- Üsküdar Üniversitesi-muge.arslan@uskudar.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Ceyda TETİK AYDOĞDU – Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi- ceydatetik@mu.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem BİLGE- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi- cigdembilge@mu.edu.tr

Sayının Hakemleri

Prof. Dr. İshak AYDEMİR-Sağlık Bilimleri Üniversitesi-ishak.aydemir@sbu.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Sergender SEZER- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi-sergender@mu.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Deniz ŞARLAK- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi-ksarlak@mu.edu.tr

Öğr.Gör.Dr.Aykut Can DEMİREL- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi- aykutcandemirel@mu.edu.tr

Dr.Öğr.Üyesi Tahir BENLİ- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi- tbenli@yahoo.com



Volume/Cilt 1, No/Sayı 1, Page/Sayfa 1-35

Contents/İçindekiler

- **GÜÇLENDİRME KURAMI**
EMPOWERMENT THEORY
Ece Cemre AYDIN, p.1-6
- **KRİZ, KRİZE MÜDAHALE YAKLAŞIMI VE SOSYAL HİZMET UYGULAMASI**
CRISIS, CRISIS INTERVENTION APPROACH AND SOCIAL SERVICE PRACTICE
Gurbet GÖSTER GÖCEN, p.7-12
- **BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ VE SOSYAL HİZMET**
COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY AND SOCIAL WORK
Neslihan HAN, p.13-23
- **PSİKANALİTİK KURAM VE SOSYAL HİZMET**
PSYCHOANALYTIC THEORY AND SOCIAL WORK
Beyza KESER, p.24-29
- **KESİŞİMSSEL KURAM VE SOSYAL HİZMET**
INTERSECTIONAL THEORY AND SOCIAL WORK
Güldane KAYA DİLEK, p.30-35



Semptom Health Researches

home page : www.semptom.org

GÜÇLENDİRME KURAMI EMPOWERMENT THEORY

Ece Cemre AYDIN

Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, ececemreaydin@posta.mu.edu.tr
ORCID: 0009-0008-5425-2920

ÖZET

Güçlendirme kuramı, sosyal hizmet alanında kullanılan kuramlardan biri olmak ile beraber aynı zamanda bizlere teorik bir çerçeve sunan yaklaşım olarak tanımlanmaktadır. Tarihsel açıdan ele alındığında kuramın temellerinin 20. Yüzyılın ikinci yarısında medikal modele tepki olarak doğmuştur. Güçlendirme kuramı birey ve toplulukların potansiyellerini keşfetmelerinde ve sosyal değişim sürecini aktive etmede önemli bir roledir. Bu çalışmada ise ilk olarak kuramın tarihsel sürecine genel bir bakış ve ardından sırasıyla; temel kavramlar, temel varsayımlar, perspektifler, kuramın öncü isimleri ve kurama yönelik eleştiriler yer almaktadır.

Anahtar Kelimeler: Güç, Güçlendirme, Sosyal Hizmet

SUMMARY

Empowerment theory is one of the theories used in the field of social work and is also defined as an approach that provides us with a theoretical framework. Historically, the foundations of the theory were born in the second half of the 20th century as a reaction to the medical model. Empowerment theory plays an important role in helping individuals and communities discover their potential and activate the process of social change. In this study, firstly, an overview of the historical process of the theory and then; basic concepts, basic assumptions, perspectives, pioneers of the theory and criticisms against the theory are given respectively.

KeyWords: Power, Empowerment, Social work

GİRİŞ

Sosyal hizmet, "Sosyal değişimi ve gelişimi, sosyal bütünleşmeyi, insanların güçlendirilmesini ve özgürleşmelerini destekleyen uygulama temelli bir meslek ve akademik disiplindir." (IFSW, 2018). Sosyal hizmetin tanımında da yer aldığı üzere birey ve toplumların sosyal değişim ve rehabilitasyon süreçlerini destekleme noktasında güçlendirme kuramı gibi pek çok yaklaşımdan da yararlanılmaktadır. Bireylerin güçlendirilmesinde ve kendilerinde olan gücün farkındalık seviyesine erişiminde hayatlarına dokunarak aynı zamanda da özgürleştirilmeleri, sosyal adalet ve insan hakları ön planda tutularak ele alınmalıdır. Güçlendirme yaklaşımı yalnızca sosyal hizmet uzmanlarının görüneni değil aynı zamanda müracaatçı gruplarının da sahip oldukları potansiyellerini ve anlamlı bir gelecek için yeteneklerini keşfetmeye de odaklanır (Kırlıoğlu, 2019). Kuram kapsamında toplum içerisindeki tüm bireylerin güçlü yönlerinin olduğu ve müracaatçı gruplarının kendilerinde olan potansiyelin farkında olmasından kaynaklı da iş birliği içerisinde olmanın gerekliliğine dair varsayımlar üstüne inşa edildiği görülmektedir (Şahin, 2001).

Bu yaklaşım; bireylere eleştirel düşünme becerileri kazandırır, baskıcı uygulamalara ve politikalara karşı bir direnç sağlar ve kendi haklarının savunucusu olmalarına yardım eder (Erbay, 2019). Sosyal hizmet uzmanına mesleki yetkinliği de süreç içerisinde kendisine faydası olacak ve müracaatçısı ile ilgili hangi yolun doğru bir çerçeve oluşturduğuna karar verecektir (Keleşoğlu ve Yıldız, 2021). Meslek elemanının yaklaşımlarla ilgili yetkinliğinin olmasının mesleki açıdan gerekliliğini ve her müracaatçı için tek bir kuramsal çerçevenin doğru ve yeterli olmayacağını kavraması önemlidir.

Bu makalede ilk olarak güçlendirme kuramının tarihsel sürecine ardından da temel kavramlarına, kuramın öncü isimlerine, kurama dair temel varsayımlara ve eleştirilere yer verilmiştir.

1.GÜÇLENDİRME KURAMI

1.1.Güçlendirme Kuramının Tarihsel Sürecine Genel Bir Bakış

Kuramsal bilgi bireyin şu anki halini biyopsikososyal açıdan eleştirel bir biçimde değerlendirmeye ve anlamaya yardımcı olur (Kuruhalil ve İpek, 2022). Bu nedenle kuramlar bilginin nasıl ve ne şekilde yardımcı olacağına anlaşılması açısından önemli olmakla birlikte, meslek elemanı için de bir rehber niteliğindedir.

Güçlendirme kuramı ele alınmadan önce tarihsel sürece göz atılması oldukça önemlidir. Kuramın temelinde birey ve toplumların özünde kendi potansiyellerinin keşfedilmesi ve açığa çıkarılması amaçlanmaktadır. Güçlendirme teriminin kökenleri aydınlanmaya kadar dayanmaktadır. Aydınlanmanın temelde insana değer vermesi ve insanın daha insancıl koşullarda yaşayabilmesi için bireyin içinde güç olduğu düşüncesi güçlendirme açısından bir çıkış noktasıdır (İçağasıoğlu Çoban&Buz,2008). Aydınlanma çağı ile bireyin güçlü yönlerine odaklanma süreci başlamıştır.

Güçlendirme kuramının kökenlerine bakıldığında Amerika'da 20.yüzyılın ikinci yarısında (1960'ların sonunda) baskıya maruz bırakılmış grupların toplumsal ve sosyal aktivizmin başlaması sonrasında Amerikan Sivil Haklar Hareketi ve Dr. Martin Luther King Jr.'ın çalışmaları ile ortaya atılmıştır (Dalrymple&Burke, 1997).

Sosyal hizmet müdahalesinde; sosyal hizmetin geneli bakış açısına göre mikro, mezo ve makro boyutlarda güçlendirme, sosyal değişim ve problem çözme ile oluşan bileşenlerden meydana gelmektedir (Kuruhalil ve İpek, 2022). Sosyal hizmet daha önceki süreçlerde medikal model etkisindeyken bu yaklaşıma tepki olarak güçlendirme yaklaşımı ortaya konulmuştur. Saleebey'e göre güçlendirme aynı zamanda hem bir süreç hem de bir hedeftir. Braker'e göre ise güçlendirme kavramı mikro, mezo ve makro düzeyde sahip olunan kişisel, kişilerarası, sosyo ekonomik ve politik gücü arttırmalarında bir yardımlaşma olarak değerlendirilmektedir.

1.2.Güçlendirme Kuramının Temel Kavramları

Güçlendirme yaklaşımı sosyal hizmet alanında sıkça karşılaşılan bir kavramdır. Bu kavram çerçevesinde bireylerin mikro, mezo ve makro düzeyde kendi potansiyellerini keşfetmeleri ve bunları gündelik hayatta pratiğe dökmelerini destekleyici bir rol üstlenmektedir. Sosyal hizmet uzmanları ile yapılan nitel bir araştırmada katılımcı olan meslek elemanlarının hangi kuramları kullandığı sorulduğunda 14 katılımcının güçlendirme kuramını kullandığını ifade ettiği görülmüştür (Kuruhalil ve İpek, 2022). Bu çalışma da göstermektedir ki meslek elemanları arasında güçlendirme önemli bir uygulama metodu olarak görülmektedir. Güçlendirme

kuramının literatür zemini genellikle sosyal açıdan avantajlı olmayan topluluklarla çalışan eğitimci ve sosyal psikologlarının uygulamalarında oluşmuştur (Tanık, 2006).

Ayrıca Barbara Solomon (1976) "Black Empowerment Social Work in Oppressed Community" kitabı sosyal hizmet ve güçlendirme yaklaşımı açısından güçlü bir bağ kurulmasına öncülük etmiştir. Güçlendirme kuramının temel kavramlarına bakmak gerekirse bu kavramlar alt başlıklar halinde şu şekilde karşımıza çıkmaktadır:

i.Güç Kavramı: Güç kavramsal çerçevede ele alındığında o anki duruma ve şekle göre değişen, birçok bileşenden oluşan, çeşitli unsurlar içeren çok yönlü ve aktif bir faktördür (Cankurtaran, Akoğlu&Sakarya,2020). Sosyal hizmet alanında ise güç, bireylerin ve grupların bir diğeri üstündeki etki kurma kapasitesi olarak da tanımlanmaktadır. Sosyal hizmette güç dengesini sağlamak ve sosyal adaleti desteklemek oldukça önemlidir. Canlılar arasında güçlü şekilde fikir yürütülen insanın gözü ile göremeyeceği boyutta ufak olan bir virüsle karşılaştığındaki çaresizliği güç kavramının ne kadar farklı yönlerinin olduğunu göstermektedir (Tavukçuoğlu ve Keleşoğlu, 2022).

ii.Güçlendirme Kavramı: Güçlendirme, mikro ve makro düzeyde birey ve toplumların kendi yapabileceklerinin farkına varması, potansiyellerini keşfetmesi esnasında yaşamlarında çok daha fazla hakimiyet kurmalarını destekleyici bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Güçlendirme sahip olduğu potansiyelin aktif olarak kullanılarak şu anki halden daha iyi bir hale dönüşmesine destek olmak olarak ifade edilebilmektedir (Tavukçuoğlu ve Keleşoğlu,2022). Güçlendirme süreci ilk olarak bireyin kendisinden başlar ve sonrasında ise bireyler arası olmak üzere makro boyuta doğru evrilen bir süreçtir.

iii.Benlik Saygısı Kavramı (Özsaygı): Benlik kavramı, bireyin kendi benliğini algılaması ve kavraması şekli olarak kendisini ne şekilde gördüğü, nasıl değer belirlediğini ifade etmektedir (Tözün, 2010). Bireyleri güçlendirme yaklaşımı çerçevesinde değerlendirirken pozitif bir kimlik duygusu geliştirmelerine destek olmak, beraberinde kendilerini keşfetme süreçlerinde potansiyellerini ortaya koymalarını sağlayıcı bir tutum içerisinde olunmalıdır. Bireylerin kendi özlük haklarının, gereksinimlerinin ve düşüncelerini özgür bırakmaları evresinde başka bireylerin sınır ihlal etmemeye özen göstermeleri gerekmektedir. Bu da bireylerin öz saygılarının bilincinde olması ile mümkün kılınmaktadır. Doğan ve Eryılmaz (2013)'ın yaptığı araştırmada benlik saygısının bireyin öznel iyi oluşu ile yakından ilgili olduğu, bu çalışmanın da literatür ile yakından uyumlu olduğu belirlenmiştir; ayrıca benlik saygısı ve öznel iyi oluş kavramları yakın kavramlar olup birbirleri üzerinde

pozitif etkiye sahiptir. Müracaatçı ile çalışırken onun yaşamında ve çevresinde iyi olma hali bir meslek elemanı için önemli hedeflerde olup, güçlendirme perspektifini kullanırken elde edilmesi beklenen sonuçlardandır. Benlik saygısı ve öznel iyi oluş kavramları birbirine yakın kavramlar olarak değerlendirilmektedir. Kendi benliğine dair algıları ve bireyin kendi öz değerinin farkında olması sosyal hizmet uzmanlarının özellikle üzerinde durması gereken noktalar arasındadır.

iv.Sosyal Katılım Kavramı: Sosyal katılım kavramı her uzmanlık alanı tarafından farklı tanımlanmakta ve mesleğin bakış açısına özgü nitelikler taşımaktadır. Bu da kavramın net ve tek bir tanımının yapılamamasına sebep olmaktadır. Sosyal hizmet odağında bakıldığında ise bireysel kaynakların sosyal odaklı bir paylaşımı şeklinde tanımlandığı görülmektedir (Ülgen, 2012). Bireyler güçlendirme yaklaşımı çerçevesinde mikro, mezo ve makro düzeyde karar alma süreçlerinde aktif bir rol edinmektedir. Toplum bazında sosyal değişim ve gelişim süreçlerinde de oldukça özverili bir unsur olarak ele alınmaktadır.

v.Sosyal Adalet: Sosyal hizmet uzmanları sosyal adaleti sağlama konusunda derin bir mücadele halindedir. Bu nedenle de sosyal adalet kavramı uzmanların üzerinde durması gereken önemli bir terimdir. Sosyal hizmet mesleğinin en temel hedeflerinden biri şüphesiz ki sosyal adaletin sağlanmasıdır ve sosyal adaleti hedefleyen bütün uygulamaların müracaatçının saygınlığı ve öz değeri konularında ele alınması gereklidir (Tuncay,2006). Sosyal hayata katılım süreçlerinde sosyal adaletin sağlanması ve aynı zamanda da hak savunuculuğu beraberinde kişilik haklarının da göz önünde bulundurulmalıdır. Aynı zamanda toplumdaki tüm bireylerin eşit fırsatlara ve kaynaklara erişebilmesi sürecinde adil bir tutum içerisinde olunması gerekmektedir.

vi.Dayanışma Kavramı: Kültür, sosyal dayanışma konusunda temeldir ve ortak değerli hedefler bir arada hareket etme duygusunu sağlayarak bireylerin birbirlerine sadakatlerini oluşturarak güçlendirme perspektifi ile birlikte sosyal değişim ve gelişim ile dayanışmayı da tecrübe ettirmektedir (Kara, 2019). Bu noktada mikro düzeyde bireylerin ve aynı zamanda makro düzeyde de toplumların birbirlerini destekleyici bir tutum sergilemeleri ve ortaklaşa hedefler dahilinde hareket etmesi önemli bir rol üstlenmelerini sağlamaktadır. Sosyal hizmet uzmanı ve müracaatçının iş birliği içerisinde güçlendirme yaklaşımından yüksek verim alındığı da görülmektedir.

vii.Kaynaklara Erişim: Sosyal yardım sağlama ve müracaatçılara erişimi konusunda mesleki uygulamaları oluşturmak, savunuculuk ve aracılık rolleri açısından insanlar için yardım kaynaklarına erişimi kolaylaştırmak

sosyal hizmet mesleğinin önemli rollerindedir (Artan ve Özkan, 2020). Güçlendirme kuramı çerçevesinde bireylerin eşit fırsatlara erişimi ve ihtiyaç analizleri doğrultusunda doğrudan kaynaklara erişimlerinin artırılması hedeflenmektedir. Kaynaklara erişim noktasında ise bireyi manevi anlamda destekleyici bir tutum içerisinde bulunarak bu süreç multidisipliner bir çalışma metodolojisi ile güçlendirilmektedir.

1.3. Güçlendirme Kuramının Temel Varsayımları

Güçlendirme yaklaşımının temel varsayımlarına bakıldığında ampirik gerçeklerden ziyade değer pozisyonlarını yansıtan inançlar üzerine olduğu görülmüştür (Şahin, 2001). Her bireyin henüz ortaya konulmamış dahi olsa kendi içerisinde keşfedilmemiş olan potansiyelleri vardır. Sosyal hizmet müdahalesinde ana amaç kişilerin, kendisi ile birlikte ailelerin de güçlendirilerek iyi olma durumlarının yükseltilmesidir (Tavukçu ve Keleşoğlu, 2022).

Bireylerin gerçek potansiyellerinin ortaya çıkmasındaki unsur bireysel ve sosyal kaynakların geliştirilmesi üzerine kuruludur. Bireylerin gelişim süreçleri mikro ve makro seviyedeki güçlerinin farkında olmaları ve bunların üzerine katkı sağlayıcı faktörlerin eklenmesi ile gerçekleşmektedir. Gücün ortaya çıkmasındaki diğer varsayım ise multidisipliner odakta iş birliği ile birlikte hareket edebilmekten geçmektedir. Sosyal hizmet meslek yapılarının etik kurallar oluşturma gayreti, mağdur bireyler için yapılan uygulamalar, baskı karşıtı uygulamalar, güçlendirme perspektifi, ırkçılık karşıtı uygulamaların tamamı bir şekilde birbiri ile ilişkilidir (Zengin ve Altındağ, 2016).

Güçlendirmenin temel varsayımları Salebeey'e göre şu alt kategorilerde incelenmektedir (Saleebey, 2008):

1. Her birey, grup, aile ve toplumun güçlü yönleri vardır.
2. Travma, suistimal, hastalık ve çatışmalar zedeleyici olabilir fakat bu durum kriz anlarının fırsata dönüşmesinde bir etkidir.
3. Mikro, mezo ve makro düzeyde gelişim ve değişim süreçlerinde potansiyel kapasitenin en üst seviyesine ulaşmak mümkündür.
4. Bireyin içinde bulunduğu çevre kaynaklarla doludur. Bireyin kaynaklarla buluşturulma noktasında bilinç geliştirilebilir ve bu şekilde de kaynaklara erişimi kolaylaştırılmalıdır.
5. Bireyin içinde bulunduğu konum dahilinde özenli olunması müracaatçı grubunun iyiliğinin sağlanmasında önemlidir.
6. Güçlendirme yaklaşımı, sosyal değişim ve gelişim sürecinde müracaatçı grubunun özerkliğini sağlama

noktasında multidisipliner bir şekilde karşılıklı iş birliği ile sağlandığı olgusunu sunmaktadır.

1.4.Güçlendirme Yaklaşımının Perspektifleri

Akademik bir disiplin ve uygulamaya dayalı bir meslek olan sosyal hizmetlerde güçlendirmenin çok boyutlu yapısına değinildiği görülmektedir. Güç konusu güçlendirmenin esasını oluşturmakta ve bireysel, kişiler arası ve sosyopolitik güç düzeyleri güçlenmeyi beslemektedir (Kırlioğlu, 2020). Bourdieu'nün toplumsal yaşamda gücün maddi ve sembolik boyutları arasındaki karşılıklı ilişkiye odaklanması ve sembolik güç kavramı da anlaşılması gerekmektedir (Jackson, 2009). Algılama ve değerlendirme şemaları, özellikle de dilin kendisinde yazılı olanlar, sembolik güç ilişkilerinin durumunu ifade edecek şekilde yapılandırılmıştır (Bourdieu, 1989). Bourdieu, güç kavramının dil ile yapılandırılarak oluşturulduğunu ve iktidar güç ilişkisinin çok ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Foucault ise gücün doğasının yeniden düşünülmesi gerektiğini, gücün devlet kurumlarında ve ideolojilerde merkezileştiğini ancak kılcal disiplin ağları aracılığıyla geniş bir alana yayıldığını savunmuştur (Swartz,2013). Foucault bilginin iktidar tarafın üretildiğini ve diğerlerinin üzerinde güç olarak kullanıldığını belirtmektedir (Apalı, 2021). Postmodernizm temsilcilerinden olan Foucault ve Bourdieu, güç kavramı ve güç kavramı ile ilişkili iktidar tarafından üretilen kavramlarla yakından ilgilenmiştir. Güç kavramının yapısal ve işlevselliğinin anlaşılması güçlendirme perspektifini kullanan meslek elemanı için önemlidir. Sosyal hizmet mesleğinde güç ve güçlendirme kavramları sistem içerisinde birey ve adaptasyon sağlayabilme, sistemin içinde var olabilme kapasitesi ile ilgilenmektedir. Güçler perspektifi ve güçlendirme perspektifi karıştırılmaktadır. Güçler perspektifinde bireyin güçlü yönlerinin ortaya çıkarılması, güçlendirme perspektifinde zayıf yönlerinin desteklenerek bireyi kendisine yeterli seviyeye getirebilmektedir. Bu noktada şu örneği vermek faydalı olacaktır; bir kadının iyi yemek yapması güçler perspektifinde önemli bir nokta olarak kabul edilir ve kadının istihdam sürecinde yemek yapma içeriğindeki işlere yönlendirilir. Güçlendirme perspektifinde ise kadının daha önce çalışma geçmişinin olmaması zayıf yönü olarak görülmektedir ve kadının güçlenmesi için eğitim ve iş konusunda yeterliliği için çaba göstermesi yönünde desteklenir.

Güçlendirme kavramının bireysel, bireyler arası ve sosyopolitik boyutlarda bireyin sosyal dünyaya ilişkin algısına yönelik bir perspektif sunulduğu görülmektedir. Güçlendirmenin perspektifleri incelendiğinde ise şu 3 şekilde kategorize edilmektedir:

1.Bireysel Güç: Bireylerin benlik algısı buna yönelik geliştirdiği benlik saygısı ve iyilik haliyle yakından ilişkilidir. Örneğin, güçlendirme ve fırsat kavramları,

kadınlarla çalışırken içinde buldukları yapılaşmış sosyoekonomik adaletsizliklerin en alt seviyeye getirilmesini sağlayan sosyal politika araçlarının dizaynında fonksiyonel olarak kullanılabilir (Topateş ve ark., 2022).

2.Bireylerarası Güç: Bireyler arasındaki ilişkilerde birinin diğerini etkileyebilme veya kontrol edebilme becerisidir. Bireyin davranışı, biyopsikososyal gelişimi, yaşadığı sosyal çevre içerisinde oluşan etkileşimlerin doğrultusuna göre şekillenmektedir (Danış, 2006). Sosyal hizmet mesleği de çevresi içerisinde bireyi değerlendirme esasına dayanır. Bireyin çevresi ile birbirini etkileyebilme gücünü önemser. Bireylerarası güç kavramı kişinin sosyal statüsü, bilgisi, kaynakları ve iletişim becerilerine dayalıdır.

3.Sosyo-politik Güç: Toplumun politik yapıları içinde ve dışında etkili olabilme kapasitesidir. Politik karar alma süreçlerinde etkileyebilme ve toplumun genel davranışlarını ve değerlerini şekillendirebilme becerisi üzerine yoğunlaşır.

1.5.Güçlendirme Kuramının Önde Gelen İsimleri

Üzerinde durulan yaklaşımın öncü isimlerine değinilmesi gerekirse bu kişiler arasında; Dennis Saleebey, Charles Rapp, AnnWeick yer almaktadır. Güçlendirme kuramına makalenin diğer bölümlerinde de belirtildiği üzere medikal modele tepki olarak ortaya atılmıştır. Sosyal hizmet alanında her vaka biriciktir ve kendine özgüdür. Bu özelliğinden kaynaklı olarak hizmet verdiğimiz müracaatçı gruplarında öncelikle bireylerin güçlü yönleri keşfedilmelidir ve buradan yola çıkarak problemlere dair çözüm odaklı bir yaklaşım benimsenmelidir. Güçlendirme esnasında terapötik olarak bir alma-verme dengesi yer almaktadır. Bu süreç müracaatçılar ile birlikte ortaklaşa şekilde yürütülmelidir.

1.6.Güçlendirme Kuramı ile İlgili Eleştiriler

Güçlendirme kuramı, sosyal hizmet alanında önemli bir yaklaşım olmasına rağmen, bazı eleştirilere de maruz kalmıştır. Bu eleştiriler, farklı akademisyenler, araştırmacılar ve sosyal hizmet uzmanları tarafından ortaya konmuştur. Güçlendirme kuramına yöneltelen bazı eleştiriler şu şekildedir;

1.Yapısal Faktörlerin Göz Ardı Edilmesi: Eleştirmenler, güçlendirme kuramının bireylerin içsel güçlerine odaklanırken, yapısal faktörleri, sistemik engelleri ve toplumsal eşitsizlikleri göz ardı ettiğini iddia etmişlerdir. Kuramın, sadece bireylerin güçlenmesiyle değil, aynı zamanda toplumsal yapıların dönüştürülmesiyle de ilgilenmesi gerektiği vurgulanmıştır.

2.Kültürel Bağlamın İhmal Edilmesi: Güçlendirme kuramının evrensel olduğu varsayımı eleştirilmiştir. Bazı

eleştirilenler, kuramın kültürel çeşitlilik ve farklı bağlamlardaki etkilerini ihmal ettiğini ve bu nedenle uygulama alanında zorluklar yaratabileceğini öne sürmüşlerdir. Güçlendirme perspektifini benimseyen bir sosyal hizmet uzmanı ise müracaatçısının kültürel güçleri hakkında farkındalığını yükseltmeli ve bununla ilgili müracaatçısı ile iş birliği içinde olmalıdır (Keleşoğlu ve Yıldız,2021). Kültürel farklılıkların ve toplumsal bağlamların göz önünde bulundurulması gerektiği vurgulanmıştır.

3.Güç İlişkilerinin Karmaşıklığı: Güçlendirme kuramının güç ilişkilerinin karmaşıklığını yeterince ele almadığı eleştirisi, çeşitli araştırmacılar tarafından dile getirilmiştir (Gutierrez&Glenn, 2010; Healy, 2005). Güç ilişkileri, sadece bireyler arasında değil, aynı zamanda kurumlar, gruplar ve toplumlar arasında da etkileşim halindedir. Bu nedenle, güçlendirme kuramının güç ilişkilerini daha kapsamlı bir şekilde ele alması gerektiği öne sürülmüştür.

4.Yetersiz Ölçme ve Değerlendirme: Güçlendirme kuramının etkilerini ölçme ve değerlendirme konusunda belirli zorluklar yaşandığı eleştirilmiştir. Bazı eleştirilenler, kuramın uygulama sonuçlarını objektif bir şekilde değerlendirmenin zorluğuna işaret etmişlerdir. Ayrıca, güçlendirme sürecinin uzun vadeli etkilerini belirlemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu vurgulanmıştır.

5.Yapılandırmacı Yaklaşım Karşı Eleştiri: Güçlendirme kuramı, bireylerin içsel güçlerini ve kaynaklarını vurgularken, yapılandırmacı yaklaşıma karşı eleştirilere maruz kalmıştır. Yapılandırmacı yaklaşım, bireylerin yaşadığı sorunların toplumsal ve yapısal faktörlerle ilişkilendirilmesi gerektiğini savunurken, güçlendirme kuramının bu faktörleri göz ardı ettiği iddia edilmiştir. Postmodernizmin öncülerinden Bourdieu ve Foucault da güç kavramının yapılandırıldığı eleştirisinden yola çıkarak bireyde kazanım olarak görülen güç kavramına eleştirel bir bakış açısı kazandırmıştır. Bu nedenle de güç ve güçlendirme kavramları bu çerçevede eleştirilmektedir.

Bu eleştiriler, güçlendirme kuramının kritik bir gözle ele alınması ve geliştirilmesi gerektiğini göstermektedir. Kuramın daha kapsamlı bir perspektifle ele alınması ve toplumsal dönüşümle ilişkilendirilmesi, sosyal hizmet uygulamasının etkinliğini artırabilir.

SONUÇ

Güçlendirme kuramı, sosyal hizmetin temel bir parçası olarak, bireylerin ve toplulukların potansiyellerini keşfetmelerini, güçlenmelerini ve sosyal değişim süreçlerini aktive etmelerini hedefler. Bu makalede, güçlendirme kuramının tarihsel sürecine, temel

kavramlarına, varsayımlarına, perspektiflerine ve önde gelen isimlerine odaklanılmıştır.

Güçlendirme kuramının tarihsel kökenleri, 20.yüzyılın ikinci yarısında Amerika'da baskı altında olan grupların sosyal aktivizmi ve sivil haklar hareketiyle ortaya çıkmıştır. Bu kuram, bireylerin ve toplulukların güçlü yönlerini vurgulamakta ve onların kendi potansiyellerini keşfetmelerini teşvik etmektedir. Temel kavramlar arasında güç, güçlendirme, benlik saygısı, sosyal katılım, sosyal adalet, dayanışma ve kaynaklara erişim bulunmaktadır.

Güçlendirme yaklaşımının temel varsayımları, her bireyin potansiyeline erişebileceğini ve toplumun kaynaklarından faydalanabileceğini öne sürmektedir. Ayrıca, güçlendirme sürecinin bireysel, bireylerarası ve sosyopolitik düzeylerde gerçekleştiği ve iş birliği ile desteklendiği vurgulanmaktadır.

Perspektifler açısından, güçlendirme kuramının bireysel, bireylerarası ve sosyopolitik boyutlarda ele alındığı ve bu alanlarda etkili olmayı amaçladığı belirtilmektedir. Önde gelen isimler arasında Dennis Saleebey, Charles Rapp ve Ann Weick gibi uzmanlar yer almaktadır.

Sonuç olarak, güçlendirme kuramı sosyal hizmet alanında önemli bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bireylerin ve toplulukların güçlenmesi ve potansiyellerinin ortaya çıkarılması, sosyal değişim ve adaletin sağlanması açısından kritik bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, sosyal hizmet uzmanlarının güçlendirme kuramını benimsemesi ve uygulaması, daha sağlıklı ve destekleyici bir toplumun oluşturulmasına katkı sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- 1.Apalı, Y. (2021). Michel Foucault'da iktidar ve güç. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Dergisi*. 5(2), 290-304.
- 2.Apaydın, E., Altun, F. (2021). Sosyal girişimcilik ile sosyal hizmet arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*. 18(39), 777-803.
- 3.Artan, T., Özkan, A.(2020). Afetler ve sosyal hizmet. *Journal of ADEM*. (1), 47- 54.
- 4.Bourdieu,P.(1989).Social space and symbolic power. *Sociological theory*. 7(1), 14-25.
- 5.Cankurtaran, Ö., Akoğlu, G., Sakarya, H. (2020). Güçlenmeyi güç, güçsüzlük, baskı ve güç ilişkileri temelinde anlamak. *Toplum ve Sosyal Hizmet*. 31(4), 1913-1939.
- 6.Danuş, M. Z. (2006). Davranış bilimlerinde ekolojik sistem yaklaşımı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*. 9(9), 45-54.

- 7.Doğan,T., Eryılmaz,A. (2013).Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 33(33), 107-117.
- 8.Erbay, E. (2019). Güç Ve Güçlendirme Kavramları Bağlamında Sosyal Hizmet Uygulaması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*. 19(42), 41-64.
- 9.Gutierrez, L.M., Glenn, E. (2010).Toward a critical understanding of social justice in social work. *Social Work*. 55(4), 317-327.
- 10.Healy, K. (2005). *Social work theories in context: Creating frameworks for practice*. Palgrave Macmillan.
- 11.Jackson, P. (2009). Pierre Bourdieu, Edkins, J., Vaughan-Williams, N. (Ed), *Critical Theorists And International Relations*. (116-127). *Routledge*.
- 12.Kara, M. A. (2019). Toplumsal Dayanışma Kavramı Temelinde İmece Kültürü: Tirebolu-Doğankent Yöresi Örneği. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 12(53), 377-386.
- 13.Keleşoğlu, F., Yıldız, R. (2021). Çokkültürcü Sosyal Hizmet Uygulaması ve Eklektik Perspektif. *Anemon Muş Alparlan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 193-202.
- 14.Kırlioğlu, M. (2019). Güçler temelli yaklaşım ve güçlendirme: Kolektif kimlik, bilgi- beceri, benlik kavramı, eleştirel farkındalık, harekete geçme. *OPUS International Journal of Society Researches*, 14(20), 2248-2277.
- 15.Kırlioğlu, M. (2020). Sosyal hizmet uzmanlarının kişisel ve mesleki güç algılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(1), 174-202.
- 16.Kuruhalil, İ., İpek, M. (2022). Sosyal hizmette kuram ve uygulama: sosyal çalışmacıların uygulamada kuramsal bilgi kullanımları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(4), 1183-1208.
- 17.Saleebey,D. (2008). *Güçlü yönler perspektifi: Uygulamalarımızda olasılık ve umudun işe yaraması. Kapsamlı sosyal hizmet ve sosyal refah el kitabı: Sosyal hizmet mesleği*, 1 , 123-142.
- 18.Şahin, F. (2001). Sosyal hizmette güçler perspektifi ve çözüm odaklı mülakat. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4), 59-72
- 19.Solomon, B. (1976). *Black empowerment; social work in oppressed communities*, New York, Columbia University Press.
- 20.Swartz, D. L. (2013). *Symbolic power, politics, and intellectuals: The political sociology of Pierre Bourdieu*. University of Chicago Press.
- 21.Tavukçu, C., Keleşoğlu, F. (2022). Güçlendirme Yaklaşımı Bağlamında Bir Vaka Çözümlemesi. *In 4th International Congress on Multidisciplinary Social Sciences* (321).
- 22.Topateş, A. K., Topateş, H., Kıdak, E. (2022). Güçlendirme ve toplumsal cinsiyet rolleri ikileminde kadın girişimciliği. *Çalışma ve Toplum*, 2(73), 1043-1074.
- 23.Tözün, M. (2010). Benlik saygısı. *Actual Medicine*,18(7),52-57.
- 24.Tuncay, T. (2006). Sosyal hizmetin temel hedefi: sosyal adalet güçlendirmeye retorikten pratiğe. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 17(1), 53-70.
- 25.Ülgen, S. Y. (2012). *Evede yaşayan yaşlılarda sosyal katılımı etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans ezi
- 26.Zengin,O., Altındağ,Ö.(2016).Bir insan hakları mesleği olarak sosyal hizmet. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(1), 179-190.
- 27.IFSW (International Federation of Social Workers), <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>, E.T. 01.12.2024



Semptom Health Researches

home page : www.semptom.org

KRİZ, KRİZE MÜDAHALE YAKLAŞIMI VE SOSYAL HİZMET UYGULAMASI CRISIS, CRISIS INTERVENTION APPROACH AND SOCIAL SERVICE PRACTICE

Gurbet GÖSTER GÖCEN

Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi,
gurbetgostergocen@posta.mu.edu.tr, ORCID: 0009-0004-4306-8205

ÖZET

Kriz durumlarının sosyal hizmet disiplininin uygulamada olduğu tüm alanlarında görülmesi olağan bir durumdur. Genel anlamıyla sosyal hizmet insan odaklı çalışma kapsamında birey, grup ve toplum düzeyinde çalışmalar yürütmektedir. Bireyin olduğu yerde sorunlar kaçınılmaz olup, sahada birebir müracaatçı ile çalışan uzmanlar bazı sorunları çözmekte zorlanabilirler. Bireyler sorunlarını çözmekte zorlanmakta ve hatta sorunların çözüm yolunu göremediği takdirde kriz kaçınılmaz olmaktadır. Kriz en geniş anlamında günlük yaşamı olumsuz yönde etkileyen bir duruma sahiptir. Kriz anlarında bireyler ne yapacaklarını bilemez ve kendilerini çıkmazda bulurlar. Bununla birlikte desteklenmeye ve çözüm odaklı bakış açısına ihtiyaç duyulmaktadır. Yaşamın olduğu yerde kriz durumlarının da yaşanmasını aşıkardır. Bu çalışma ile kriz kavramı ve türleri, krize müdahale yaklaşımında kullanılan yöntemleri, krize müdahale yaklaşımı üzerinde durulması, sosyal hizmet alanında mikro, mezzo ve makro düzeyde sosyal hizmet uygulamalarına yer verilmesi amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler; Kriz, Krize Müdahale, Sosyal Hizmet

SUMMARY

It is common for crisis situations to occur in all areas where social service discipline is applied. In general, social services are human-focused work that involves work at the individual, group, and community levels. Problems are inevitable where the individual is, and specialists who work in the field with a whistler can find it difficult to solve some problems. Crises are inevitable if individuals find it difficult to solve their problems, even if they do not see a solution to their problems. In the broadest sense, the crisis has a negative impact on everyday life. In times of crisis, people don't know what to do and find themselves out. However, there is a need for support and a solution-oriented approach. It's obvious that wherever life is, there are also crisis situations. The study aims to address the concept and

types of crises, the methods used in the approach of crisis intervention, the focus on the approach to crisis interventions, and the application of social services at the micro, mezzo, and macro levels in the field of social service.

Key Words: Crisis, Crisis Intervention, Social Services

GİRİŞ

Kriz müdahalesi, vakayı yıkıcı bir olay ve durum içerisinde eklektik bir bakış açısıyla ele alan kısa süreli, çözüm odaklı, burada ve şimdi üzerine odaklanan yaklaşımlar kullanır. Bir bireyin, ailenin veya grubun işleyişini etkileyerek dengeyi bozan olaylara kriz müdahalesi denir. Krize müdahale yaklaşımı, müracaatçının kriz durumuyla baş edebilmesi için hem kendisinin hem de çevresinde bulunan kaynakların yardımıyla baş etme becerilerini geliştirmesini sağlar. Bu yaklaşımın amacı, sorunu kısa sürede çözmeyi ya da bu sorunun yarattığı yıkıcı sonuçları en aza indirmeyi amaçlamaktadır. Kriz durumunda uygulanan uygulama ile kendi dengesini bulmayı ve günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirmeyi başarabilen kişi, durumuna en uygun sosyal hizmet kuruluşuna yönlendirilir. Kriz durumunun çözülmesinden sonra, geleceğe yönelik uzun süreli müdahaleler gerçekleştirilebilir (Yıldırım, 2016).

Krizler, insanların hayatlarının bir parçası olan kaçınılmaz olaylardır. İnsanlar çoğunlukla bu tür krizlerle başa çıkmak için yetersiz kalmakta ve profesyonel yardıma ihtiyaç duymaktadır. Sosyal hizmet uzmanları, bu mesleki yardımı sağlayabilecek yetenekli kişilerden biridir. Bu nedenle, sosyal hizmet uzmanlarının kriz durumunda olan bireylere yönelik kriz müdahalesini çok iyi bilmesi ve uygulaması gerekir. Aksi halde, kriz durumunda olanlar için uygun olmayan bir sosyal hizmet müdahalesi, ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalacaktır (Erbay, 2004).

1.KRİZ KAVRAMI VE TÜRLERİ

Kriz sözcüğü hem tehlikeyi hem de fırsatı ifade eder. Kriz, bireyin ya da ailesinin hayatını tehlikeye atabilir, intihara teşvik edebilir ya da psikotik bozukluğa neden olabilir. Kriz aynı zamanda bir fırsattır, çünkü insanlar bu tür durumlarda terapiye daha açıktır. Hızlı ve yetenekli bir müdahale, kişinin kriz öncesinden daha iyi performans göstermesine yardımcı olabilecek yeni baş etme becerilerini öğrenmesine de yardımcı olabilir. Kriz durumunda bir kişi, önceki baş etme mekanizmalarını kullanarak çözemediği bir sorunla karşı karşıyadır. Bu durumda birey daha da gergin ve endişeli hale gelir ve sorununa çözüm bulamaz hale gelir. Böyle bir durumda, kişi çaresizdir ve duygusal olarak büyük bir çalkantı içindedir ve sorununu çözmek için tek başına hareket edemez.

Cullberg ve Caplan tarafından kriz durumları iki türde sınıflandırılmıştır. Bunlar;

- Travmatik krizler
- Gelişimsel (Değişimsel Krizler) krizler

1.1 Travmatik Krizler

Sözer'e göre; Bir kişinin psikolojik durumunu, sosyal kimliğini, güvenliğini ve hoşnutluğunu tehdit eden ani ve beklenmedik bir olaydır. Örneğin, bir yakınının kaybı, hastalık, aniden oluşan sakatlık, ayrılık veya doğal afetler bunlardan bazılarıdır. Dört türden oluşmaktadır.

1. Şok Dönemi: Gerçekten kaçınmaya çalışılır.

Dışarıdan her şey iyi ve düzenli gibi görünse de içte her şey karmaşıktır. Amacı olmayan aktiviteler ortaya çıkabilir (Sözer, 1992).

2. Tepki Dönemi: Gerçekle yüzleşme artık bir zorunluluktur. Gerçek, savunma mekanizmaları devreye sokularak mümkün olduğu kadar adaptiv bir şekilde birleştirilir. Bastırma, inkâr ve rasyonalizasyon en yaygın savunma mekanizmalarıdır. Bir kişi yıkıcı eğilimler gösterebilir (Sözer, 1992). (Örnek; madde kullanımı ve alkol kullanımı)

3. İşlem Dönemi: Bu dönemde travma yavaş yavaş ortadan kaldırılır. Gelecek için planlar yapılır ve bilgiler yeniden ortaya çıkar (Sözer, 1992).

4. Yeniden Uyum Dönemi: Bu dönemde kişinin kendine olan güveni yeniden yükselir. Yeni ilişkiler kuruluyor ve sürdürülüyor (Sözer, 1992).

1.2. Gelişimsel Krizler

Yaşam değişikliği krizleri, bir kişinin yaşama ait olduğu ve bunu olumlu bir şekilde değerlendirdiği durumlardır. Örneğin, anne-baba evinden ayrılık, evlilik, gebelik,

çocuk ve taşınma gibi. Caplan'a göre bu krizler dört dönemi kapsar ve altı haftaya kadar sürer.

1.Dönem: Sorunla uğraşan kişi, duygusal dengesini yeniden kurmak için alışageldiği problem çözme stratejilerini kullanır.

2.Dönem: Bu dönemde geleneksel yöntemler başarısız olur, tehditler devam eder ve yetersizlik duyguları ortaya çıkar.

3.Dönem: Bu aşamada sorun çözme başarısız olur.

Gerilim arttı. Bu da yeni ve acil problem çözme yöntemleri için bir uyarı oluşturur. İç ve dış kaynakların her biri kullanılır.

Kriz bazen üstesinden gelinir. Görünüşe göre ulaşılmaz görünen amaçların bir kısmından vazgeçilirse, bir kişi kendisine teslim olur. Bir kaçınma yöntemi seçilir.

4.Dönem: Sorun devam ediyorsa ve çözülmüyorsa, kriz tablosu ortaya çıkar. Bu dönem çok gergin. Kişilik dezorganizasyonu çok açıktır. Antisosyal, saldırgan davranışlar, depresyon, gerginlik, letarji ve intiharlar gibi davranış bozuklukları ile kendini gösterir (Caplan, 1961).

Gelişimsel ve travmatik krizlerin yanı sıra diğer bir kriz durumu olan durumsal kriz kavramına da burada değinmek gerekmektedir.

1.3. Durumsal Krizler

Durumsal krizler, hastalık, kaza, ameliyat, ölüm, ilaç veya alkol bağımlılığı, iş kaybı, depresyon, savaş gibi önceden öngörülemeyen travmatik stresli olayların meydana gelmesi ile kendini gösterir (Aydoğdu, Yıldırım Kocaman, Özkan , & Özkan , 2012).

Sorunlu bir durum nedeniyle ortaya çıkan rahatsızlık olarak da tanımlanan durumsal krizlere alkol bağımlılığı örnek verilebilir. Bir aile üyesinin alkol bağımlısı olması durumunda yapılan müdahale, kişinin duygularından ziyade, krize konu olan bireyin ailesine alkol bağımlılığı konusunda tedavi ve tedavi merkezleri hakkında bilgi verilmesi yeterli olabilmektedir (Özden, 1993).

Durumsal krizler, yaşamın beklenmedik anlarında ortaya çıkabilen zorlu deneyimlerdir. Bu krizlerle başa çıkmada bireysel farkındalık, destek sistemlerinin etkin kullanımı ve gerektiğinde profesyonel yardım almak önem taşır.

2. KRİZE MÜDAHALE YAKLAŞIMI VE KAVRAMLAR

Krize müdahale yaklaşımı, kriz durumlarında sorunları çözmek ve etkili bir şekilde tepki verebilmek için kullanılan stratejileri ve yaklaşımları içerir. Beklenmedik olaylar, tehlikeler veya acil durumlar, krizler olarak bilinir ve hızlı karar verme, koordinasyon ve etkili iletişim gerektirir.

İnsanlar, önleyici, koruyucu ve düzeltici etkileri daha kolay kabul ederler. Değişime daha az hevesli oldukları kriz öncesi veya sonrası dönemlere göre, kriz yaşantısının endişeli dönemlerinde savunmaları zayıflar. Krize müdahale hizmetleri hem koruma hem de iyileştirme amacına hizmet eder; kişinin kriz deneyiminden öğrenme becerilerini geliştirir ve gelişme şansı verir. Kriz döneminde hastalık, yoksunluk, boşanma, felaket veya diğer ağır zorluklarla karşılaşan bireylerin yaşadığı acıyı önler veya en azından azaltmaya yardımcı olur. Bir kişi, krizin aktif döneminde bir dönüm noktası yaşar. Bir kişinin durumu genellikle dört ila altı hafta içinde iyiye ya da kötüye gider. Bu nedenle kriz, doğası gereği zamanla sınırlıdır. Bu aşamada terapötik girişim, destekleyici sosyal kaynakların kullanılması ve soruna odaklı tedavi yaklaşımlarının kullanılması yoluyla etkili olabilir (Sayıl, 1992).

Krize müdahale, gerek terapötik gerekse koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinde tercih edilen bir yaklaşımdır. Kriz müdahale hizmetlerine duyulan ihtiyaç, günümüzde giderek artan alkol ve uyuşturucu sorunları, cinsel ve diğer saldırganlıklar, çocuk ve eşlerin kötüye kullanımı ve intiharlardan kaynaklanmaktadır (Sayıl, 1992).

Krize müdahale, terapide olduğu kadar koruyucu ruh sağlığında da önemlidir. Bu yaklaşım, iş yerleri, okullar ve aile danışma merkezleri için danışmanlık hizmeti sunarak duygusal sorunların gelecekte ortaya çıkmasını önlemenin yollarını göstermektedir (Sayıl, 1992).

1) Krize müdahalenin en temeldeki amacı danışanların kriz öncesindeki işlevselliğine geri döndürülmedir. Sosyal hizmet uzmanları, bu amacın gerçekleştirilmesinin son derece zor olduğunu bilir. Müracaatçıların eski işlevselliğine dönme niyeti, müracaatçının krizle başa çıkma yeteneğine dayanmaktadır (Aktaş, 2003).

2) Kriz müdahalesinin her biri altı ila sekiz haftalık bir sürede yapılır. Bununla birlikte, bu sürenin çok daha fazla uzatılabileceği söylendi. Her şeyden önce, bir krizin bireyin ailesi ve bireysel koşulları üzerinde önemli bir etkisi vardır (Aktaş, 2003).

3) Kriz müdahalesi belirli gözlemlenebilir sorunları hedefleyebilir. İnsanların yaşamlarını doğrudan etkileyen kriz durumlarıyla doğrudan bağlantılı durumlar, kriz müdahalesinin odak noktasıdır. Bu müdahalelerin odak noktası, krizle ilgili olmayan geçmiş olaylar değildir (Aktaş, 2003).

Krize müdahalede bazı temel kavramlar yer almaktadır. Uygulamada da çok sık karşılaşılan kriz durumlarında kullanılan kavramlar şu şekildedir;

Risk Analizi ve Önleme: Risklerin potansiyel kaynaklarının belirlenmesi ve bu risklerin azaltılması veya önlenmesi için yöntemler geliştirilmesini kapsamaktadır.

Krize Hazırlık: Bir kuruluşun veya bireyin olası kriz durumlarına hazırlıklı olması, acil durum planlarının oluşturulması ve kriz durumlarında nasıl hareket edileceğine dair eğitim alınması önem arz etmektedir.

Erken Uyarı Sistemleri: Krizlerin belirtilerini belirlemek için kullanılan sistemler ve bu sistemlerin ne zaman ve nasıl başlatılacağına dair standartların oluşturulması hayati bir önem taşır.

Kriz Yönetimi: mümkün olan bir kriz durumuna karşılık, krize yönelik sinyallerinin alınarak, değerlendirilmesi ve örgütün kriz durumunu en az kayıpla, hasar ya da zararlarla atlatabilmesi için gerekli önlemlerin alınması ve uygulanması durumudur (Demirtaş, 2000).

Kriz Yönetimi Planı: Kriz durumlarında ne yapılması gerektiği ve kriz yönetim ekibinin ne yapması gerektiği hakkında kapsamlı bir plan oluşturulmalıdır.

İletişim Stratejileri: Kriz durumlarında paydaşlarla etkili bir şekilde iletişim kurmak için tasarlanmış yöntemler Kriz haberlerinin nasıl yönetileceği, bilgi akışının nasıl sağlanacağı ve medya ile ilişkilerin nasıl yürütüleceği bu stratejiler arasında yer alır.

Krize Müdahale Ekipleri: Bu ekipler, kriz yönetimi planını hayata geçirmekle görevlidir. Bu ekipler, krizlerde hızlı ve etkili bir şekilde hareket etmek için eğitilmiş kişilerden oluşur.

Kriz Sonrası Değerlendirme ve Öğrenme: Bir krizin ardından yaşananlar değerlendirilir, hatalar ve başarılar keşfedilir ve bu deneyimlerin gelecekteki krizlere hazırlanmak için kullanılır.

3. SOSYAL HİZMET UYGULAMASINDA KRİZE MÜDAHALE

Sosyal hizmet, tanımı dahilinde, insanlar ve çevreleri arasındaki birçok karmaşık hareketi çeşitli şekillerde ve kuramlar dahilinde inceler. Sosyal hizmetin amacı herkesin potansiyelini tam olarak geliştirmesini sağlamak, bireylerin güçlü yönlerini keşfetmelerleriyle yaşamlarında oluşan sorunlar ile baş etme süreçlerini sağlayabilmek ve işlev bozukluklarını önlemektir. Sosyal Hizmet disiplini problem çözmeye ve değişime odaklanır. Dolayısıyla sosyal hizmet uzmanları toplumda, hizmet verdikleri bireylerin, ailelerin ve toplulukların yaşamlarında fark yaratmak için mesleği icra etmektedirler.

Krize müdahale yaklaşımı ile sosyal hizmet arasındaki ilişki, kriz durumlarında bireylere, ailelere ve toplumlara destek sağlamak için sosyal hizmet profesyonellerinin kullandığı yöntemler ve yaklaşımları içerir. Kriz müdahalesi, insanların sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamaya odaklanan sosyal hizmette önemli bir rol oynar.

Aktaş (2003) bir sorun alanı olarak kriz durumlarına müdahale etmek isteyen sosyal hizmet uzmanlarının, birey, grup, topluluk vb. organizasyonlarla iş birliği yaptıklarında her zaman aşağıda dört madde halinde yazılan temel gerçekleri göz önünde bulundurmalı gerektiğini savunmaktadır. Bu dört madde;

1. Tüm bireylerin, grupların, ailelerin ve toplulukların kendi avantajları vardır.
2. Travma, hastalık vb. durumlar müdahale şanslarını ve kaynaklarını tehlikeye atar
3. Bireyin, bir grubun veya topluluğun özellikleri ve yetenekleri ile gelişim sınırları arasındaki üst sınır bilinmeyen yöndendir.
4. Sosyal hizmet uzmanları, müracaatçılara iş birliği sağlar.

Sosyal hizmet mesleğini icra eden uzmanların bazı temel yeti ve becerilerinin olması gerekmekte olduğu alanda çalışan sosyal hizmet uzmanları tarafından bilinmektedir. Alanda çalışan sosyal hizmet uzmanlarından beklenen bazı becerilerin aşağıda belirtilen maddelerden oluştuğu düşünülmektedir.

1. *Kriz Müdahalesi Becerileri:* Sosyal hizmet uzmanları, iletişim, problem çözme, danışmanlık ve yönlendirme gibi kriz müdahalesi için gerekli olan becerilere sahiptir. Bu yetenekler, insanların veya ailelerin kriz durumlarını yönetmelerine yardımcı olur.
2. *Acil Yardım ve Destek Sağlama:* Kriz anlarında topluluklara ve bireylere sosyal hizmet uzmanları acil yardım ve destek sağlar. Örneğin, doğal afetlerden sonra evsiz kalanlara barınma ve temel ihtiyaçlar konusunda yardımcı olabilirler veya travmatik olaylardan etkilenen bireylere duygusal destek sağlayabilirler.
3. *Kriz Öncesi ve Sonrası Müdahale:* Sosyal hizmet uzmanları hem kriz öncesi hazırlık hem de kriz sonrası iyileşme süreçlerinde çok önemlidir. Kriz öncesi, riskleri değerlendirmek, hazırlık planları yapmak ve toplumları krizlere karşı güçlendirmek için çalışırlar. Kriz sonrası iyileşme ve yeniden yapılanma sürecine rehberlik ederler.
4. *Topluluk Katılımı ve Güçlendirme:* Sosyal hizmet uzmanları, kriz müdahalesi süreçlerinde topluluğun katılımını ve güçlendirilmesini teşvik eder. Sosyal hizmet uzmanları, toplulukların kriz durumlarında dayanışma ve iş birliği yapmalarına yardımcı olur.
5. *Sistem Düzeyinde Değişim ve Politika Müdahalesi:* Sistemik sorunlardan kaynaklanan bazı kriz durumlarına müdahale etmek için sistem düzeyinde değişim ve politika müdahalesi gerekebilir. Sosyal hizmet uzmanları, bu tür sorunları tanımlar, politika önerileri yapar ve sistemdeki değişimi teşvik eder.
6. *Kriz Sonrası Destek ve Rehabilitasyon:* Sosyal hizmetler çalışanları, toplumların ve bireylerin uzun vadeli

iyileşme sürecini destekler. Krizden etkilenen insanlara ve toplumlara eğitim, istihdam, konut ve diğer sosyal hizmetler yoluyla normal hayata dönmelerini sağlarlar.

Kriz durumlarında bireylerin ve toplumların ihtiyaçlarını anlayarak, sosyal hizmet alanında krize müdahale, destekleyici, güvenli ve etkili bir müdahale süreci sağlamayı amaçlar. Bu yaklaşım, toplumsal dayanıklılığı artırmayı ve krizlerin etkilerini azaltmayı içerir.

Kriz müdahalesinde Aguiller ve Messick (1974) genelci uygulama sürecinin mikro boyutunun başlamasını şu şekilde ele alır:

1. Ön Değerlendirme ve Müracaatçıyla Bağlantı Aşaması

Kriz müdahalesinin ilk aşaması, müracaatçı sisteminin durumunu değerlendirmek içindir. Bu aşamada, profesyonel Sosyal Hizmet Uzmanı tarafından kendisine en az beş soru sorulur. Bu sorular şu şekildedir:

- a) "Sizi bana ne getirdi? "Bu kadar üzgün olmanızın nedeni nedir?" Bu tür sorular krizin nasıl bir kriz olduğunu belirlemek için sorulur.
- b) Ön değerlendirme sürecinde, müracaatçının durumu ya da olayı nasıl algıladığını değerlendirmek için ikinci tür sorular sorulur. Müracaatçının duyguları, bu olayın şu anda ve gelecekte onu nasıl etkileyeceğiyle ilgilidir.
- c) Ön değerlendirme aşamasındaki üçüncü tür sorular, müracaatçının çevresinden nasıl yardım alabileceği ile ilgilidir.
- d) Benzer sorunları daha önce yaşamış mı nasıl baş etmiş, kendisine destek olan biriler çevresinde var mı?
- e) Ön değerlendirme aşamasının en önemli sorularından biri, intihar ya da tahrip girişimini gerçekleştirme yeteneğine sahip olup olmadığını belirlemektir. Uzman, müracaatçının kendini ve çevresini zarar verebilecek kadar ciddi bir kriz içinde olup olmadığını belirlemelidir. Müracaatçının tedavi sürecine dahil olması gerekir çünkü onun çevresine zarar verme potansiyeli olabilir veya intihar edebilir. Uzman ayrıca müracaatçıyı bir hastaneye sevk edebilir (Aquilera & Messick, 1974).

Mezzo düzey kriz müdahalesi büyük bir kısmı, krizin içinde olan aileleri içerir (Golan, 1978). Ailelerin fonksiyonelliği, bir aile üyesinin yaşadığı karmaşa veya kriz nedeniyle kaybedilebilir. Bu, aile sisteminin butonuna zarar verir. Bu süreçte hem ailenin hem de sistemin güçlü ve zayıf yönleri kavranır. Bu, aile sisteminin kaynaklarını, kapasitesini, değişme motivasyonunu ve yeni durumlarla başa çıkma yeteneğini müracaatçı sistemine sunarak, tüm sistemin bu dönemi daha az sorunla veya sorunlarla daha kolay geçirmesini sağlar (Aktaş, 2000).

Makro düzey kriz müdahalesi deprem ve sel gibi doğal afetler kapsamlı müdahale gerektirir. Bu tür afetlerin

yaygınlığı ulusal, bölgesel, ulusal veya hatta uluslararası düzeyde müdahale gerektirebilir. Toplumsal ve kurumsal düzeydeki sosyal hizmet müdahaleleri, bu bölgelerde kalanlara yiyecek, içecek, gıda, sığınma, ilaç ve maddi destek sağlamak için yapılan tüm çalışmaları içerir (Aktaş, 2000).

SONUÇ

Sosyal hizmette kriz müdahalesi, bireylerin, ailelerin ve toplulukların ani ve beklenmedik olaylarla başa çıkmalarına yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Sosyal hizmet, kriz müdahalesi için çok önemlidir.

Acil durum yönetimi, kriz durumlarında etkili ve hızlı müdahale gereklidir. Bireylerin acil ihtiyaçlarını karşılamak için sosyal hizmet uzmanları gerekli kaynakları ve desteği sağlar. Psikolojik destek, krizler genellikle kaygı, travma ve yoğun stresle sonuçlanır. Sosyal hizmet uzmanları, kriz yaşayan kişilere duygusal destek sağlayarak zihinsel ve duygusal sağlığını korumalarına yardımcı olur. Güvenlik ve istikrar sağlama kriz sırasında bireylerin ve ailelerin güvenliği çok önemlidir. Sosyal hizmet uzmanları, istikrar ve güvenli bir ortam oluşturarak krizden etkilenen kişilerin güvende hissetmelerini sağlar.

Uzun vadeli çözümler kriz müdahalesi sadece acil durumlarla sınırlı değildir. Krizden etkilenen bireylerin uzun vadeli iyilik hali, sosyal hizmet uzmanları tarafından hazırlanır. Kaynaklara erişim, kriz dönemlerinde, insanlara ihtiyaç duydukları kaynaklara erişim sağlamak zor olabilir. Sosyal hizmet uzmanları, insanlara sağlık, barınma, gıda ve diğer temel ihtiyaçlarını karşılamak için yardımcı olur. Toplumsal dayanışma ve destek, krizler, toplulukların birlikte çalışmasını gerektirir. Sosyal hizmet uzmanları, kriz anlarında toplumsal desteği planlamak için topluluk kaynaklarını harekete geçirir. Travma önleme ve müdahale, sosyal hizmet uzmanları, krizlerin bireyler üzerindeki travmatik etkilerini azaltmak ve travma sonrası iyileşme süreçlerini desteklemek için müdahalelerde bulunur. Eğitim ve farkındalık, sosyal hizmet uzmanları, kriz öncesi, sırasında ve sonrasında eğitim ve farkındalık programları düzenleyerek toplulukların ve bireylerin krizlere daha hazırlıklı olmalarını sağlar.

Sonuç olarak, bireylerin, ailelerin ve toplulukların kriz durumlarında sağlıklı ve etkili bir şekilde başa çıkmalarını sağlamak için sosyal hizmette kriz müdahalesi çok önemlidir. Bu hem uzun vadeli hem de kısa vadeli iyilik hallerini korumak için gereklidir.

ÖNERİLER

Krizin türü, büyüklüğü, süresi ve uygulanan müdahalelerin etkinliği, kriz müdahalesi ve sosyal hizmet uygulamalarının sonuçlarını etkiler. Bununla birlikte, genel olarak, başarılı bir kriz müdahalesi ve

sosyal hizmet uygulamasından çalışmaları yönlendirecek sonuçlar elde edilebilir. Bu kapsamda;

Kriz Müdahalede Hız ve Etkinlik: Hızlı ve etkili müdahaleler, krizin sonuçlarını azaltır ve hızlı toparlanmaya yardımcı olur. Bu süreçte acil ihtiyaçların karşılanması, zararın minimize edilmesi ve insanların güvenliği çok önemlidir.

Toplumsal Dayanışma ve Destek: Sosyal hizmetler, kriz dönemlerinde toplumsal dayanışmayı güçlendirebilir. İhtiyaç sahiplerine yardım eden sosyal hizmet çalışanları ve gönüllüler, toplumda yardımlaşma ve dayanışma duygusunu güçlendirebilir.

Psiko-sosyal Destek ve Rehabilitasyon: Bireyler, krizler nedeniyle duygusal ve psikolojik sorunlar yaşayabilirler. Psiko-sosyal destek ve rehabilitasyon hizmetleri, bireylerin duygusal iyileşmesine ve iyileşmesine yardımcı olabilir.

Risk Azaltımı ve Koruyucu Hizmetler: Kriz dönemlerinde risk faktörleri artabilir. Riskleri azaltmak ve toplumun savunma mekanizmalarını güçlendirmek için sosyal hizmet uygulamaları koruyucu hizmetler sağlayabilir.

Eğitim ve Bilinçlendirme: Kriz dönemlerinde bilgi eksikliği ve yanlış bilgilendirme riski artabilir. Sosyal hizmet uzmanları, toplumu doğru bilgilendirme ve eğitme yoluyla krizle başa çıkma becerilerini geliştirebilir.

Uzun Vadeli Güçlendirme ve Dayanıklılık: Krizlerin sonuçları uzun vadeli olabilir. Sosyal hizmet uygulamalarının odak noktası, toplumun uzun vadeli dayanıklılığını artırmak için kapasite geliştirme ve güçlendirme çabalarıdır.

Ağır Hasarın Azaltılması ve Yeniden İnşa: Büyük ölçekli krizlerde sosyal hizmet uygulamaları, toplumun yeniden inşa edilmesi ve ağır hasarın azaltılması sürecinde önemli bir rol oynayabilir. Uzun vadeli toplumsal iyileştirme ve kalkınma planları, kriz sonrası toparlanmayı kolaylaştırabilir.

Sonuç olarak, etkili kriz müdahalesi ve sosyal hizmet uygulamaları, krizin etkilerini azaltabilir, toplumsal dayanışmayı güçlendirebilir, psiko-sosyal iyilik halini destekleyebilir ve uzun vadeli toparlanmayı kolaylaştırabilir. Bununla birlikte, her kriz durumu kendine özgüdür ve etkili müdahale için esneklik, analitik düşünme ve hızlı adaptasyon gerekebilir.

KAYNAKÇA

1. Aktaş, A. M. (2000). Kriz döneminde sosyal refah hizmetleri ve hizmet organizasyonlarının değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi*, 8(2), 27-37.
2. Aktaş, A. M. (2003). Kriz durumlarında sosyal hizmet müdahalesi. *Kriz Dergisi*, 11(3), 37-44.
3. Aquilera, D., & Messick, M. (1974). *Crisis intervention theory and ethodology*. Mosby.

4. Ayata, R., & Çamur, G. (2020). Sosyal hizmet perspektifinden covid-19 pandemi süreci ve sosyal sorunlara yönelik kriz değerlendirmesi. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*. 1(1), 23-36.
5. Aydın, Y., & Araman, S. (2018). Konjonktür ve kriz teorileri: Marx, Keynes ve Schumpeter. *Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 6(1), 45-67.
6. Aydoğdu, A., Yıldırım Kocaman, N., Özkan , M., & Özkan , S. (2012). Gelişimsel ve durumsal krize müdahale: olgu sunumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. 3(2), 92-97.
7. Caplan, G. (1961). *An approach to community mental health*. New York: Grune& Stratton.
8. Çiftçi, M. (2019). Baskı karştı sosyal hizmetin türkiye'de uygulanabilirliği. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 3(1), 1-14.
9. Demiröz, F. (2003). Ailede krizler ve sosyal hizmet. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(1), 85-98.
10. Demirtaş, H. (2000). Kriz yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 23(23), 353-373.
11. Erbay, E. (2004). Sosyal hizmette kriz müdahalesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*. 15(1), 85-94.
12. Erkan, D. D. (1996). Krize müdahale planı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 8(8), 547 - 554.
13. Golan, N. (1978). *Treatment in crisis situations*. The Free Press.
14. Kök, H. (2023). Afetlerde kriz yönetimi ve sosyal hizmet örgütleri. *Sosyal Çalışma Dergisi*. 7(1), 1-17.
15. Karaağaç, T. (2014). Kriz yönetimi ve iletişim. *İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*. 49, 117-132.
16. Özden, A. (1993). Krize müdahalenin psikiyatrideki yeri. *Kriz Dergisi*. 1(3), 158-165.
17. Mustafayeva, L., & Dosaliyeva, D. (2016). Sosyal hizmet işletmelerinde kriz yönetimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*. 148-175.
18. Palabıyıkoglu, R. (1992). Krize müdahale merkezi çalışmalarının bir yıllık değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi*. 1(1), 13-16.
19. Sözer, Y. (1992). Psikiyatride kriz kavramı ve krize müdahale. *Kriz Dergisi*. 1(1), 8-12.
20. Sayıl, I. (1992). Olağanüstü koşullarda krize müdahalenin yeri ve önemi. *Kriz Dergisi*. 1(1), 4-7.
21. Soykan, Ç. (200). Kriz ve krize müdahale. *Kriz Dergisi*. 8(2), 53.
22. Şahin, F. (2001). Sosyal hizmette güçler perspektifi ve çözüm odaklı mülakat. *Aile ve Toplum*. 59-71.
23. Yıldırım, Ş. (2016). Sosyal hizmette krize müdahale yaklaşımının kullanımı. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. 3(4), 481-486.



Semptom Health Researches

home page : www.semptom.org

BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ VE SOSYAL HİZMET COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY AND SOCIAL WORK

Neslihan HAN

Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, neslihanh@posta.mu.edu.tr
ORCID: 0009-0005-3338-0251

ÖZET

Bilişsel davranışçı terapi, modern psikoterapi alanında yaygın halde kullanılan ve en önde gelen yaklaşımlardan biri olarak görülmektedir. Bilişsel davranışçı terapi, bireylerde ortaya çıkan psikopatolojilerle ilgili tedavi edici, önleyici, sorun çözme odaklı, eyleme yönelik ve kanıta dayalı bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilişsel davranışçı terapi uygulamalarına baktığımızda, sistemin yapılandırılmış olduğunu, terapistin süreç içinde aktif ve yönlendirici bir yol çizdiğini, sınırlandırılmış bir zaman dilimi içinde ve danışanın da iş birliği ile yönetilen bir süreç olduğunu görebiliriz. Bilişsel davranışçı terapinin kökenleri incelendiğinde Stoacı, Kantçı gibi felsefi akımlardan etkilendiği kadar doğu felsefesi, Budizm, tasavvuf gibi sistemlerle de benzerliklerin olduğu göze çarpmaktadır.

Bu çalışma ile bilişsel davranışçı terapinin tanımı, kuramsal temelleri, varsayımları ve kurama yönelik eleştiriler ile terapi sürecinde uygulanan teknikler değerlendirilecektir.

Anahtar Kelimeler: Bilişsel davranışçı terapi, psikoterapi, sosyal hizmet

SUMMARY

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is considered one of the most widely used and leading approaches in modern psychotherapy. Cognitive Behavioral Therapy is a therapeutic, preventive, problem-solving oriented, action-oriented, and evidence-based method that addresses psychopathologies emerging in individuals. When we look at Cognitive Behavioral Therapy practices, we see that the system is structured, the therapist takes an active and directive role throughout the process, it is managed within a limited time frame, and it involves collaboration with the client.

Examining the origins of Cognitive Behavioral Therapy, it is evident that it has been influenced by philosophical movements such as Stoicism and Kantianism, as well as

showing similarities with systems like Eastern philosophy, Buddhism, and sufism.

This study aims to evaluate the definition of Cognitive Behavioral Therapy, its theoretical foundations, assumptions, criticisms directed at the theory, and the techniques applied during the therapy process.

Key Words: Cognitive behavioral therapy, psychotherapy, social work

GİRİŞ

“Şu anda böyle hissetmenizin nedeni, şimdi düşünmekte olduğunuz şeylerdir.” (Burns, 2014)

İnsanı yaratılmış her şeyden ayıran en önemli özellik düşünebilmesidir. Yunanlı filozof Epiktetos'a göre mutluluk ve özgürlük, insanın kontrol edebileceğini ya da edemeyeceğini anlamasına ve yaşamın kişinin kendi kontrolünde olan ve olmayan unsurlardan oluştuğunu kabul etmesi ve iki durumu birbirinden ayırabilmesi ile mümkündür. Epiktetos'a göre insanları rahatsız eden “şeyler” değil, kişinin o “şeylere” yüklediği anlamdır (Türkçapar ve Köroğlu, 2009).

Bilişsel davranışçı terapi, Ellis'in Akılcı duygusal davranış terapisi, Beck'in bilişsel terapisi, Maultsby'nin akılcı davranış terapisi, Young'ın şema odaklı terapisi gibi bir çok bilişsel ve davranışçı terapinin eklektik birleşiminden oluşan çok geniş sınıflandırılacak terapi tekniğidir (Knapp ve Beck, 2008). Bilişsel davranışçı terapi, insan düşüncelerini, duygularını ve davranış şekillerini ön plana çıkaran yapılandırılmış bir terapi şekli olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilişsel davranışçı terapi, duygu-düşünce ve davranış arasındaki ilişkiyi inceler. Biliş, herhangi bir bilginin işlenmesi, depolanması, bilginin kaynağından alınması ve bilginin iletilmesini esas alan zihinsel bir süreçtir. Olaylar, durumlar hakkında ne düşündüğümüzü ifade eder ve zihnimizde otomatik olarak ilerleyerek duygularımızı şekillendirir. Duygular ise genellikle yaşadıklarımızdan ziyade yaşadıklarımıza kattığımız anlam ve bunlara ilişkin nasıl düşündüğümüz ile ilgilidir (Burns, 2014).

değiştirerek daha sağlıklı davranışlar geliştirmelerine yardımcı olan bir terapötik yöntem olup davranışsal ve bilişsel yaklaşımları birleştirerek düşünce, duyu ve davranışın etkileşimini değerlendirir (Kök, 2024).

Sosyal hizmet, insan ile doğa ve insanın kendisi arasındaki çelişkilerin çözümüne yardımcı olmayı amaçlayan, bu yardımı birey, grup ve toplum düzeyinde değişim yaratan yöntemlerle sağlamayı amaçlayan, bireylerin ve toplumların yaşam kalitesini iyileştirmeye yönelik çalışmalar yapan ve politikalar üreten, problem çözme odaklı bir meslektir (Lofti ve Başçullar, 2017). Bireyleri, aileleri, grupları ve toplulukları ilgilendiren geniş bir uygulama alanına sahip olup müdahale süreçleri birçok terapi tekniğini ve yaklaşımını içermektedir (Kabataş ve Duyan, 2021).

Bu çalışmanın amacı, sosyal hizmetlerin teorik temelinde yer alan bilişsel davranışçı yaklaşımın sosyal hizmet uygulamalarında nasıl kullanılabileceğini değerlendirmektir. Bu amaç doğrultusunda, bilişsel davranışçı yaklaşımın tanımını, tarihçesini, temel kavramlarını, müdahale tekniklerini incelemek ve bilişsel davranışçı yaklaşım ile sosyal hizmetler arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir.

1.BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ

1.1. Bilişsel Davranışçı Terapinin Tarihçesi

1900'lü yılların başında, Freud'un geliştirdiği Psikanalitik Kuram, psikoterapide hâkim olan kuramdı. Ancak bu kuram uygulama sürecinde, klinik sonuçlarının başarılı olamaması ve deneysel bir temele dayanmaması nedeni ile sık sık eleştiri konusu olmuştur (Türkçapar, 2009). Psikanalizin popüler olduğu dönemde davranışçılık uzun bir süre psikanalizin gölgesinde kalmış; 1950'li yıllarda etkisini arttırarak psikanalizi geride bırakmıştır. Aslında daha geriye gidilecek olursa, davranışçılığın 1800' lü yılların sonlarına doğru Rus fizyolog Ivan Petroviç Pavlov ile başladığı da söylenebilir (Türkçapar ve Sargın, 2011).

Rusya'da Pavlov ile başlayan sistemin, Amerika'da Thorndike ve Skinner ile devam ettiği görülmektedir. Bu kişiler yapmış oldukları çalışmalarda koşullanma, ödüllendirme, pekiştirme ve cezalandırma ile uyaran kontrolü gibi değişkenlerin insan davranışı üzerindeki etkilerini incelemiştir. Ancak yapılan tüm çalışmalar ve deneyler, insan davranışını ortaya çıkaran duyu ve düşünceleri geri planda bıraktığı için, insanların aynı ortamda ve aynı uyaranlara karşı farklı tepki vermelerinin nedenine cevap bulamamıştır. Davranışçılık tek başına hem kuramsal hem de tedavi açısından yetersiz kalmıştır. Bu süreçte ise birbirinden haberdar

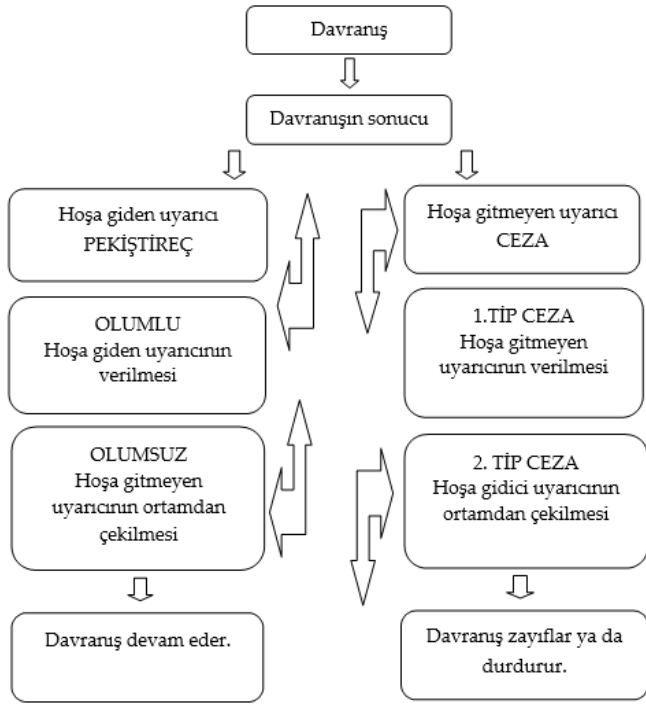
olmayan iki bilim insanı Albert Ellis ve Aaron Beck bilişsel davranışçı terapinin temellerini atmıştır (Türkçapar, 2009).

Bilişsel davranışçı terapinin terapötik ilişkisinin düşünce ve davranışlardaki farklılaşmayı amaçlayan sistemlerden, aracı etkenlerin ise bu dönüşüme sebep olan faktörlerden meydana geldiği ifade edilebilir (Güven ve Gökçe, 2018). Bilişsel davranışçı terapi, temellerini öğrenme kuramları ve bilişsel psikolojinin ilkelerinden almakta olup, bilişsel ve davranışsal yöntemler ile kişilerin sorun çözme becerilerine yönelik yaklaşımları da esas almaktadır (Özcan ve Çelik, 2017). Bu yaklaşımların kökenlerine baktığımızda Watson'un davranışçı çalışmaları ile sürecin başladığını görülmektedir. Sürecin başından itibaren günümüze kadar değerlendirildiğinde temel olarak üç kuşağın öne çıktığı görülmektedir (Vatan, 2016):

Birinci Kuşak: Davranışçı yaklaşımlar daha baskın ve etkin olarak karşımıza çıkmaktadır. Odak noktası, davranışları gözlemlemek, yordamak ve değiştirmektir. Birinci kuşak terapide teknik olarak edimsel koşullanma ve klasik koşullanmanın uygulandığı görülmektedir (Vatan, 2016).

Edimsel koşullanma, B.F. Skinner tarafından ortaya konmuş olup, bir davranışın elde edilen sonuçlara göre değişikliğe uğrayacağını savunan bir tekniktir. Skinner tarafından geliştirilen edimsel koşullanma, organizmanın çevresinde gerçekleştirdiği bir faaliyet sonucunda o davranışın sıklığının artması veya azalmasına dayanmakta olup, kuramın temel kavramları "edimsel koşullanma ve pekiştirme"dir (Genel ve Özdemir, 2022). Skinner, organizmanın davranışlarının uyarıcılara karşı kasıtlı olarak yapılan hareketler olduğunu savunmuş; bu davranışların otomatik bir tepki olmadığını ifade etmiştir (Doğanay, 2022). Skinner'a göre davranış tepkisel ve edimsel olmak üzere ikiye ayrılır. Tepkisel davranış harici bir uyarıcıya bağlıdır; terleme, titreme vb. Edimsel davranış ise, herhangi bir dış uyarana bağlı olmayan davranıştır; konuşma, yürüme, yemek yeme vb. (Selçuk, 2001).

Edimsel koşullanma ile öğrenilen davranışlar pekiştirilmediği takdirde davranışın sıklığı giderek azalmakta ve davranış ortadan kalkmaktadır. Bu nedenle istenmeyen bir davranışın sonlandırılması için bu davranışın göz ardı edilmesi gerekmektedir. Böylece davranışın sonucunun organizma üzerinde hiçbir etkisi olmayacak ve davranış ortadan kalkacaktır (Türkçapar ve Sargın, 2021).



Şekil 1 Edimsel Koşullanmada Davranış Modeli

Klasik koşullanma, bilinçsiz öğrenme yöntemlerinden biridir ve insanın öğrenmesinin en kolay yoludur. Klasik koşullanma, otomatik, koşullu bir tepkinin belirli uyarılarla eşleştirildiği süreçtir. Her ne kadar Edwin Twitmyer klasik koşullanmayla ilgili bulgularını bir yıl önce yayınlamış olsa da, klasik koşullanmayla ilgili en bilinen ve en kapsamlı çalışma, 1800'lerin ortasında doğan Rus fizyolog Ivan Pavlov'a aittir (Rehman vd. 2017). Klasik koşullanma davranışçılığın bir parçasıdır ve çevredeki olumlu ya da olumsuz uyarıların yaptığı davranış değişikliklerine odaklanır. Buna göre öncelikle çevreye fizyolojik olarak tepki verebilmek için koşulsuz bir uyarana ihtiyaç vardır. Bu tepki bir alışkanlık ya da eğitim sonucu değil, refleks olarak ortaya çıkmalıdır (Deliktaş, 2018).

Pavlov, köpeklerin sindirim sistemi üzerinde çalışırken ve bazen örneğin yiyecek olmadan zil sesini duyduklarında köpeğin tükürüğünün aktığını fark etti. Tekrarlanan deneyler sonucunda, (nötr bir uyarıcının) verildiğinde hemen tepki verdiği, bir süre sonra köpek sadece zili çalarken normal şartlarda "et" (koşulsuz uyarıcı) adı verilen başka bir uyarıcıya tepki verdiği gözlemlendi. Koşullar köpekte tükürük akışına neden oldu. Yani "koşullanma" ya da "öğrenme" gerçekleşiyordu (Özdel, 2015).

Pavlov'un ardından klasik koşullanma yaklaşımı ile ilgili olarak Thorndike, Watsons ve Gutrihe gibi bilim insanları farklı araştırma ve çalışmalar yapmaya devam etmiş;

insanların davranışlarını refleks, uyarıcı-tepki ve pekiştirici kavramları ile inceleyerek açıklamışlardır (Yapucuoğlu, 2023).

İkinci Kuşak: Bu kuşakta bilişsel davranışçı yaklaşımların daha ön planda olduğu ve etkin uygulandığı görülmektedir. Nesnel davranışçılık geri planda kalmış, yerini uyarıcı ve tepki arasındaki ilişkide aracı olan bilişler öne çıkmıştır. İkinci kuşak yaklaşımlarda Beck (bilişsel terapi), Ellis (akılcı duygulanım davranışçı terapi), Meichenbaum (bilişsel-davranışsal değişme terapi) ve Lazarus'un (çok boyutlu terapi) yaklaşımları dikkat çekmiştir (Vatan, 2016).

Bilişsel terapi, psikolojik bozuklukların genellikle düşünme veya bilişte yaygın hataları içerdiği bulgusundan geliştirilmiş olup, kısa vadeli ve odaklanmış bir psikoterapi şekli olarak karşımıza çıkmaktadır. Teorik yapı bilişsel psikoloji, bilgi işleme teorisi, sosyal psikolog, evrimsel biyoloji ve psikanaliz ile ilgilidir. Temelde yatan teorik mantık, bir kişinin hissetme ve hareket etme biçiminin, deneyimlerini yapılandırma biçimi tarafından belirlendiğini öne sürüyor. Örneğin birey, bir durumu tehlikeli olarak yorumladığında kaygı duyacak ve kaçmak isteyecektir (Beck, 2015). Bilişsel terapinin temel modeli, bilişin nedensel olarak duygu ve davranışları etkilediğini ve işlevsiz düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar durumunda psikopatolojinin sürdürülebilirliğine katkıda bulunduğunu savunur. Duygular ve bilgi arasındaki ilişkinin iki yönlü olduğunu belirtmek gerekir çünkü duygulardaki değişiklikler bilişte de değişikliklere yol açabilir (Hoffman vd. 2013). Bilişsel terapinin dayandığı teorik gerçek, bireyin duygu ve davranışlarının, o kişinin dünyayı nasıl ve ne şekilde şekillendirdiği tarafından belirlendiğidir (Arkar, 1992).

Akılcı duygulanım davranışçı terapinin, temelini Epiktetos'un "Bizi hasta eden olaylar değil, olaylara ilişkin bakış açılarımızdır." öğretisi oluşturmaktadır (Kabadayı ve Güven, 2022). Akılcı duygulanım davranışçı terapi, kişilerin psikolojik gelişimini ve sağlığını bozan, mantıklı olmayan inançların belirlenerek bunların rasyonel inançlarla değiştirilmesi sürecine odaklanır. Bu yaklaşıma göre zorlamalar, meli/malı ifadelerimiz, iç konuşmalarımız, yalnızca doğru bir yol ya da çözüm olduğuna olan inancımız, felakete sonuçlanan eylemlerimiz, gerçekçi olmayan düşüncelerimiz, hepsi akıl dışı inançlarımızın ürünü ve belirleyicisidir (Akın, 2013).

Akılcı duygulanım davranışçı terapinin öncüsü olan Albert Ellis, psikolojik rahatsızlıkların oluşmasına neden olan 4 temel akılcı olmayan düşünme şekli olduğunu

belirtmiş ve bunları aşırı talepkarlık, rahatsız olmaya katlanamama, felaketleştirme ve değersizleştirme olarak tanımlanmıştır (Kabadayı ve Güven, 2022).

Albert Ellis kuramını oluştururken ABC modeli olarak belirttiği bir kavramsallaştırma ortaya koymuştur. "Kurama göre olaylara A (activating event), olayları değerlendirme biçimlerine B (beliefs), sonuçlara (duygu, davranış, psikosomatik belirtiler) ise C (consequence) demiştir" (Kabadayı ve Güven, 2022).

Bilişsel davranışsal değişme terapisi, Donald Meichenbaum tarafından stresle başa çıkma ve stres yönetimi için yeni bir yaklaşım olarak geliştirilmiştir (Sindel vd. 2012). Bilişsel davranışsal değişimin ters analizi, bilişin davranış değişiminde oynadığı rolü tanımlamak için üç ana metaforun önerildiğini ortaya koymaktadır. Bu metaforlar, bir tür koşullanma, bilgi işleme ve bir anlatı biçimi olarak bilgiyi içerir. Başlangıçta bilişsel davranışçı terapistler, bireyin bilişinin, açık davranışla aynı "öğrenme yasalarına" tabi olan gizli davranışlar olarak görülebileceğini öne sürdüler. Kısa süre sonra farklı bir metafor, yani bilgisayar olarak zihin, bilgi işleme dili ve sosyal öğrenme teorisi gibi bilişsel davranışsal değişimin gelişimini etkilemeye başladı. Yapılandırmacı perspektif, insanların aktif olarak kişisel gerçekliklerini inşa ettikleri ve dünyaya dair kendi temsili modellerini yarattıkları fikrine dayanmaktadır (Meichenbaum,1977).

Çok boyutlu terapi, 1973 yılında Lazarus tarafından geliştirilen ve tüm yöntemleri kapsamlı bir şekilde kapsayan bir yaklaşım olarak karşımıza çıkmaktadır. Lazarus davranışçı bir yaklaşımdan gelmesine rağmen, psikoterapide davranışsal müdahalelerin yetersiz olduğunu görmüş, danışmanın kişisel ihtiyaçlarının önemli olduğuna ve tekniklerin buna göre seçilip uygulanması gerektiğini savunmuştur (Dost, 2020). Çok boyutlu terapinin yedi boyutlu bir yaklaşımı vardır: Duygu, davranış ve bilişin değerlendirilmesine ek olarak, çok boyutlu terapi aynı zamanda duygusal tepkileri, zihinsel imgeleri/fantezileri, kişiler arası faktörleri ve biyolojik durumları da değerlendirir (Lazarus ve Abramovitz, 2004).

EMDR terapisi, bilinen terapötik yaklaşımların bilişsel, davranışsal, psikodinamik ve danışmanlık merkezli gibi farklı unsurlarını bir araya getiren bir tedavi yaklaşımı olarak bilinmektedir. Francine Shapiro tarafından geliştirilen ve travma sonrası stres bozukluğunu tedavi etmek için kullanılan EMDR terapisi ile birlikte, yaşanan travmatik olayın gelecekte rahatsızlık yaratmaması için beynin her iki tarafı da etkinleştirilip işlenmesi sağlanmaktadır (Cengiz ve Peker,2020). Göz

hareketlerinin duyarsızlaştırılması ve yeniden işleme (EMDR), fobi, performans kaygısı, panik bozukluğu, beden algısındaki bozulma, çocuklarda travma belirtileri, yas, kronik ağrı ve diğer sorunların yanı sıra duygusal sorunların tedavisinde kullanılan psikolojik bir yöntemdir (Duman vd. 2018). EMDR, patolojinin uygun olmayan şekilde oluşturulmuş algılardan kaynaklandığını varsayan bilgi belirleme modeline dayanan sekiz aşamalı bir yaklaşımdır ve sürecin etkili bir şekilde uygulanabilmesi uygun hedeflerin belirlenmesine bağlıdır (Duman vd. 2018). Yanlış hedefleri seçmek veya yanlış öğelere odaklanmak iyileşmenin olumlu etkilerini en aza indirecektir, bu nedende hedefler, hizmet alan kişinin desteğine ilişkin gereksinimler dikkate alınarak tanımlanmalı ve eksiksiz olarak uygulanmalıdır (Duman vd. 2018).

Üçüncü Kuşak: Bu kuşakta ise dikkat çeken yaklaşımların iç görü, farkındalık (mindfulness) ve kabul ile ilgili yaklaşımlar olduğu görülmektedir. Odak, içsel yaşantıların keşfedilmesine yönelmiştir. İçsel yaşantılar, üçüncü kişiler tarafından fark edilemeyeceği için kişinin tüm bunları kendi farkındalığı ile ortaya koyması amaçlanmaktadır. İçsel duyuları değiştirmek değil bunu kabul etmek vurgulanmaktadır (Vatan, 2016).

Yeni nesil bilişsel davranışçı terapiler veya "Üçüncü Dalga Bilişsel Davranışçı Terapiler" olarak bilinen yaklaşımlar, hem ampirik veriler hem de yaygınlık açısından en öne çıkan yaklaşımlardır; kabul ve kararlılık terapisi (Acceptance and Commitment Therapy ACT) ise en popüler olanıdır (Yavuz, 2015).

A = Düşünce ve duygularını kabul et, anı deneyimle (Accept)

C = Değerlere bağlı bir eylem seç (Choose, Commit)

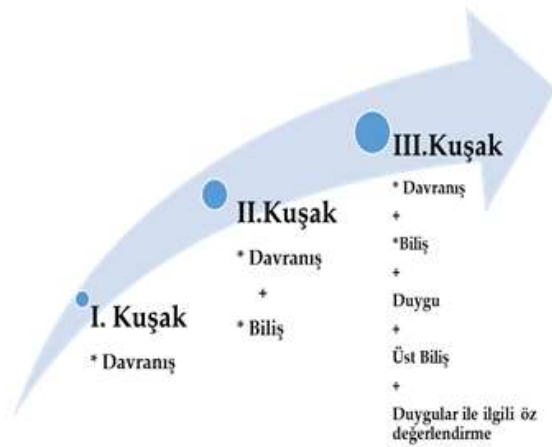
T = Eyleme geç (Take action) (Dursun&Akkaya,2022).

Kabul ve kararlılık terapisinin temeli farkındalık ve kabule dayanmakta olup, Steven Hayes tarafından temelleri atılan bir yaklaşımdır (Erol, 2018). Kabul ve kararlılık terapisinin ana teması bireylerin duygu ve düşüncelerini kontrol etmeden doğrudan kabul ve değişime bağlılıktır. Kabul ve kararlılık terapisi, istenmeyen duygu ve düşüncelerle mücadele etmeden, kendi değerlerine atıfta bulunarak bireylerin mevcut ana yoğunlaşmalarına yardımcı olmayı (İzgiman, 2021) ve bireyin anlamlı, zengin bir hayat yaşamasına yardımcı olarak, hayatta doğal olarak mevcut olan acıdan kaçmak yerine onu kabul ettirmeyi amaçlar (Dursun ve Akkaya, 2022).

Mindfulness (Bilinçli Farkındalık) kavramı kökeni çok eskilere dayanan bir kelimedir, Budist öğretilerinde

yaygın olarak kullanılmakla birlikte Yunan felsefesinden hümanizme ve varoluşçuluğa kadar çok geniş bir yelpazede kullanılan kavramsal bir özelliğe sahiptir (Bakır, 2021). Bilinçli farkındalık, herhangi bir şekilde dini ya da felsefi bir akım değil, bilimsel olarak desteklenen bir yaklaşım olarak karşımıza çıkmaktadır (Atalay, 2018). Farkındalığa dayalı psikoterapi egzersizleri ve becerileri, farkındalığa dayalı meditasyon uygulamalarından gelir (Bakır, 2021). Farkındalık (mindfulness) kavramını yapılandırılmış bir programda ilk kez ortaya koyan Jon Kabat-Zinn'e göre, "farkındalık" şu anda en önemli şey, merakla ve nezaketle ve olduğu gibi yargılamadan dikkat vermektir. Modern farkındalık temelli yaklaşımlar, Amerika Birleşik Devletleri'nde 1970'lerin sonlarında Jon Kabat-Zinn tarafından Farkındalık Temelli Stres Azaltma Programının geliştirilmesiyle başlamış; ilk araştırma bulgularının ardından, farkındalık temelli müdahaleler, hem fiziksel hem de zihinsel sağlık üzerinde kanıtlanmış olumlu etkileriyle günümüzde klinisyenlerin ve araştırmacıların ilgisini çekmeye devam etmiştir (Karaca, 2024). Farkındalığa dayalı bilişsel terapiyi geliştiren araştırmacılar, insan zihninin bilgiyi farklı şekillerde işlediğini, bilgiyi işlemenin iki ana yönteminin "olma modu" ve "yapma modu" olduğunu ifade etmektedir (Bakır, 2021).

Kabul temelli maruz bırakma terapisi (KTMBT), farkındalık ve kabul temelli grup terapi (FKTGT), farkındalık temelli müdahale (FTM) bilinçli farkındalık çalışmalarında kullanılan yöntemler arasında sayılabilir (Muhtar ve Tolan, 2021). Psikoterapötik uygulamalarda bilinçli farkındalığın devreye girmesiyle birlikte ruhsal bozuklukların tedavi sürecindeki etkinliği ön plana çıkmaya başlamış ve depresyon, anksiyete bozukluğu gibi en sık görülen psikopatolojiler üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Muhtar ve Tolan, 2021).



Şekil 2. Bilişsel davranışçı terapilerde kuşaklar: kuşakların ana temaları (Vatan, 2016)

Standart bilişsel davranışçı terapinin yöntemlerinde değişiklikler yapılarak diyalektik davranış terapinin ortaya çıkması ve geliştirilmesi sağlanmıştır. 1990'lı yıllarda bireysel davranışçı terapi ilk geliştirildiğinde standart BDT programlarında önemsenmeyen 10 özellik diyalektik davranış terapiye eklenmiştir:

1. Değişim ve kabul perspektiklerinin sentezlenmesi,
2. Farkındalık becerilerinin terapidaki her iki taraf (danışan ve danışman) tarafından uygulanması,
3. Hem danışan hem de danışmanın terapiyi engelleyen davranışlarının tedavisi,
4. Terapötik ilişki ve terapistin kendini açması ilkelerinin süreçte birinci öncelik düzeyinde önemli bir konuma getirilmesi,
5. Diyalektik süreçlerin önemsenmesi,
6. Tedavinin aşamalarına yapılan vurgu: Davranış hedeflerinin davranışın şiddeti, ciddiyeti ve tehdit edicilik boyutuna göre belirlenmesi,
7. Özgül bir intihar risk ölçme ve yönetim protokolünün belirlenmesi,
8. Diğer kanıta dayalı perspektiflerden elde edilen bir davranış becerileri eğitiminin eklenmesi,
9. Takım süpervizyonunun terapistin vazgeçilmesi şekline gelmesi,
10. Birçok terapi sonucu ve çıktısının günlük kartlar yoluyla uzun süreli ölçme ve değerlendirilmesi (Çelebi, 2017).

Bilişsel davranışçı terapinin süreç içerisinde protokolleri de ihtiyaç ve klinik odaklı çalışmalar da dikkate alınarak geliştirilmiş ve eklenerek daha iyi bir müdahale tekniği olma konusunda diğer terapi ekollerinden bilgi ve deneyim olarak geliştirilmiştir.

1.2. Bilişsel Davranışçı Terapinin Temel İlkeleri

Bilişsel davranışçı terapi, bilişsel süreçlerin (düşünce, inanç, yorumlama) ve davranışların birbirini etkilediği varsayımına dayanmaktadır. Yapılan araştırmalar, bireylerin kendileri ve çevreleri ile ilgili bilgileri işlemedeki çarpıklıkları nedeni ile birçok davranışsal ve psikolojik sorunlar yaşadığını göstermektedir. Bilişsel davranışçı terapi 3 önerme sunmaktadır:

1. Bilişsel aktivite davranışı etkiler.
2. Bilişsel aktivite izlenebilir ve değiştirilebilir.
3. İstenilen davranış değişikliği bilişsel değişim yoluyla gerçekleştirilebilir (Toptaş Böcü ve Başer, 2022).

Bu yaklaşımın temel ilkeleri şöyle sıralanabilir (Türkçapar, 2009):

a. Bireyler kendi zihinlerinde oluşturduğu ve algıladığı çevrenin bilişsel tasarımına göre olaylara ve durumlara tepki verir.

b. İnsanların duyu ve davranışları, kişilerin düşünceleri ile doğrudan ilişkilidir.

c. İnsan öğrenmelerinin çoğu bilişsel işlevler aracılığıyla gerçekleşir.

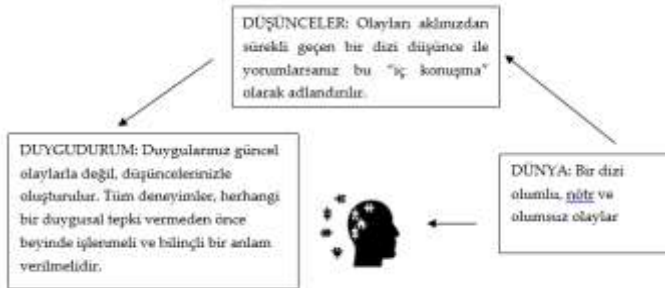
d. Terapi sürecinde, danışanın zihinsel süreçleri analiz edilir. Özellikle doğru ve yanlış inanç ve yorumların fark edilmesi ve değiştirilmesi hedeflenir.

e. Terapi sürecinde somut hedeflere odaklanır. Terapist ve danışan, sorunu tanımlar ve sorunların çözümü için somut hedefler belirler. Bilişsel davranışçı yaklaşım öncelikle başvuruya neden olan sorunu çözmeyi hedefler.

f. Danışana, olumsuz düşünce ve davranışlarını nasıl değiştirebileceğine ilişkin eğitim verilir. Böylece danışanların sorun çözme becerilerinin geliştirilmesi, stresle başa çıkma ve stres yönetimi teknikleri ile sağlıklı iletişim kurma becerilerini geliştirilmesi hedeflenir.

g. Terapi süreci, danışanın "anlık" deneyimleri ve düşüncelerine odaklanır. Kişinin mevcut sorunları ve sorunlarla başa çıkma yöntemleri ile kapasiteleri değerlendirilir.

h. Bilişsel davranışçı terapi süreci yönlendirici ve yapılandırılmış süreçtir.



Şekil 3. Düşünce ve hisler arasındaki ilişki (Burns, 2014)

Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançlar, bireyin düşünce yapısını şekillendirir ve birtakım bilişsel -hatalara ya da bilişsel çarpıtmalara neden olur. Bilişsel çarpıtma kişilerin düşüncelerinde yaygın olarak görülebilen yanlış yargıları ve/veya hatalı düşünceleri anlatmak için kullanılır. Bilişsel çarpıtma, gerçek olanı yanlış yorumlama eğilimi içerir ve bireylerin algılarını, duygularını ve düşünce sistemlerini etkiler ve kişilerin ruh sağlığının olumsuz etkilenmesine neden olur.

Çizelge 1: Bilişsel çarpıtma türleri, tanımlar ve örnekler (Toptaş Böcü ve Başer,2022)

Bilişsel çarpıtma	Tanımı	Örnek
Ya hep ya hiç düşüncesi	Her şeyi siyah ya da beyaz olarak görmek	Tamamen işe yaramıyorum.
Aşırı genelleme	Tek bir olumsuzluğu hiç bitmeyecek bir başarısızlık olarak görmek	Her şeyde başarısız oluyorum.
Zihinsel filtre	Tek bir olumsuz ayrıntıyı bulup onunla uğraşıp durmak	Sınavda yüz soruda on yedi yanlış yaptım, bu sonuçla üniversiteyi bitiremem.
Olumluyu geçersiz kıлма	Olumlu olayları çeşitli nedenlere "sayılmaz" olarak değerlendirmek (bilişsel çarpıtmanın en yıkıcı türü)	Bu makale kolaydı, bunda herkes iyi iş çıkarabilirdi.
Sonuçlara atlama (Akıl okumak ve falcılık)	Sonucu destekleyecek kesin kanıtlar olmamasına rağmen olumsuz bir değerlendirme yapmak	-Çarpıntıların var, kalp krizi geçiriyor olabilirim.
Aşırı büyütme veya küçültme	Olayların önemini abartmak ya da küçültmek (dürbün hilesi)	Sınavımda başarısız olursam hayat biter.
Duygusal kararlar	Olumsuz hislerin gerçekleri yansıttığına inanmak	Kötü olacağını hissediyorum, bu yüzden kesin bu işin sonu kötü bitecek.
-meli,-malı cümleleri	Kendini -meli, -malı içeren ifadelerle motive etmeye çalışmak	Yalnızca gerçek sorunları olan hastalar pratisyen hekimlere gitmelidir.
Etiketleme ve yanlış etiketleme	Hatayı tarif etmek yerine olumsuz bir etiket yapıştırmak	Ben işe yaramıyorum
Kişiselleştirme	Kendini başlıca sorumlu olmadığı olumsuz bir olayın nedeni olarak görmek	Evliliğim benim hatam yüzünden sona erdi.

Bilişsel davranışçı terapi, bilişleri iki ana başlıkta inceler (Türkçapar, 2009): Otomatik düşünceler ve şemalar

Otomatik düşünceler: Zihinde aniden beliren düşünceler ve görüntüler aracılığı ile biliş akışını oluşturan, duygusal ve davranışsal tepkileri belirleyen, bireylerin kişisel özellikleri, duygusal durumları, deneyimleri ve inanç sistemleri ile şekillenen düşünce sistemidir (Beck, 2001). Örneğin, kalabalık bir gruba sunum yapacak olan bir kişinin, geçmiş deneyimlerinden kaynaklı "Kesinlikle başarısız olacağım" düşüncesine kapılması.

Şemalar

-Ara inançlar (Alta yatan sayıtlılar ve kurallar): Kişiler, hem kendilerini hem de diğer kişileri davranışlarını değerlendirmek ve buna göre kendi davranışlarını şekillendirmek için zihinlerinde birtakım kuralların olduğu bir sistem geliştirir ve olanların doğru olup olmadığını buna göre belirler (Piştof ve Şanlı, 2013). Ara inançlar, otomatik düşüncenin altında yer alan inançlardır. "Eğer" ile başlayan ve -meli, -malı biçiminde bir gereklilik ile bağdaştırılan düşüncelerdir. Örneğin, "Başkalarının beğenisini toplamalıyım." "Her zaman mükemmel olmalıyım." "Hata yapmaktan

kaçınmalıyım.” “İnsanların benden beklentilerini en iyi şekilde karşılamalıyım” gibi.

-*Temel inançlar*: Otomatik düşüncelerden daha derinlerde yer alan temel inançların belirlenmesi ve ortaya çıkarılması oldukça zor bir süreçtir (Beck, 2001). Bu inançlar kişilerin duygularını, davranışlarını ve düşünce sistemlerini etkileyen bilinç dışı inançlar olarak tanımlanabilir. Bu inançlar daha çok bebeklik ve çocukluk döneminde yaşananlar, aile içi ilişkiler, sosyo-kültürel öğrenmeler, kolektif bilinç ve kişisel öğrenmeler gibi yaşamsal deneyimler sonucu oluşur.

Beck temel inançları 3 başlıkta inceler (Türkçapar, 2014):

- 1- Çaresizlik (güç, başarı performans yetersizliğiyle ilgili olanlar)
- 2- Sevilmeme (duygusal eksikliklerle ilgili olanlar)
- 3-Değersizlik (ahlaki eksiklik, suçluluk)



Şekil 4: Kognitif Yapı (Türkçapar ve Köroğlu, 2009)

1.3. Bilişsel Davranışçı Terapinin Temel Varsayımları

Bilişsel davranışçı terapi, kişilerin kendi iç dünyalarına odaklanarak duygu, düşünce ve davranışlarını keşfedebildiği, kişisel inançların bireyler açısından anlamlı olduğu, terapist tarafından danışanlarına bu anlamların öğretilmesi ya da yorumlanmasından ziyade, kişilerin kendi duygu ve düşüncelerini keşfetmesinin gerekli olduğu, bireylerin bir duygusal durum karşısında, sorunun kaynağının anlaşılması için kişilerin olaylara nasıl tepki verdiğiyle ilişkin bilişsel süreçlerinin anlaşılması gerektiği, böylece bireylerin düşünce tarzını değiştirerek bilişsel yapıyı yeniden düzenlemeleri amacıyla yol göstermeyi hedeflediği değerlendirilebilir (Corey, 2015).

1.4. Bilişsel Davranışçı Terapinin Önde Gelen İsimleri

1. Aaron T. Beck: 1921 yılında Rhode Island, ABD’de dünyaya gelmiştir. BDT’ nin kurucularından biridir.

"Cognitive Therapy and the Emotional Disorders" (1976) ve "CognitiveTherapy of Depression" (1979) gibi eserleri, BDT'nin temelini oluşturan çalışmalardır. Beck, bireylerin kendilerini ve çevrelerini algılamalarıyla ilgili önemli hususlara dikkat çekmiştir (Arı, 2021). Kişilerin depresyon durumunda kendilerini ve çevrelerini negatif duygularla şekillendirdiğini savunur ve öncelikli olarak depresyon odaklı çalışılması gerektiğini savunur. (Köse ve Çetinkaya,2021).

2. Judith S. Beck: 1954 yılında dünyaya gelen ve Aaron T. Beck'in kızı olan Judith S. Beck, bilişsel terapi ve bilişsel davranışçı terapi alanında çalışmalar yapmıştır (www.beckinstitute.org). Kendi adını taşıyan "Cognitive Therapy: Basics and Beyond" (1995) gibi kapsamlı eserleriyle tanınır. Bu kitap, BDT'nin temel prensiplerini ve tekniklerini ayrıntılı bir şekilde açıklar.

3. Albert Ellis: 1913 'te Pittsburgh'ta dünyaya gelmiştir. Rasyonel Duygusal Davranışçı Terapi (REBT) kurucusu olarak bilinen Ellis'in "A Guide to Rational Living" (1961) ve "How to Stubbornly Refuse to Make Yourself Miserable About Anything-yes, Anything!" (2006) gibi eserleri, BDT'ye büyük katkı sağlamıştır. Ellis, psikanalitik yaklaşım ile davranışçı yaklaşım arasında benzerlikler olduğunu fark etmiş, daha çok “düşünme” üzerine odaklanmasının fayda sağlayacağını savunmuş, psikodinamik odaklı terapi yöntemi ile çalışmalarını sürdürmüştür (Köse ve Çetinkaya, 2021). Ellis, Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi yöntemini geliştirmiştir (Corey, 2015).

4. David D. Burns:1942 yılında ABD’ de dünyaya gelmiştir. Aaron BECK’ in öğrencisidir (Golomb, 2021). "Feeling Good: The New Mood Therapy" (1980) ve "The Feeling Good Handbook" (1989) gibi popüler eserleriyle tanınan Burns, depresyon ve anksiyete gibi duygusal sorunlarla başa çıkma konusunda BDT tekniklerini halka ulaştırmıştır.

5. Donald Meichenbaum: 1940 yılında Amerika’ da dünyaya gelen Meichenbaum psikoterapi alanında araştırmalar yapmış ve BDT tekniğinin geliştirilmesine katkı sağlamıştır (www.uwaterloo.ca). "Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach" (1977) gibi eserleriyle tanınan Meichenbaum, travma sonrası stres bozukluğu ve travma sonrası büyüme gibi alanlarda BDT tekniklerini uygulamıştır.

2. BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ SÜRECİ VE KULLANILAN TEKNİKLER

2.1. Bilişsel Davranışçı Terapi Süreci

Bilişsel davranışçı terapi süreci, herkes için aynı yöntem ve tekniklerin uygulandığı bir süreç değildir. Süreç ile

ilgili planlama yapılırken danışanın ihtiyaçları ve hedeflere göre planlama yapılmalıdır. Türkçapar (2009), bilişsel terapinin ilk adımının klinik değerlendirme olduğunu vurgulamıştır. Klinik değerlendirme yapılırken kişinin sorunları ile sorunlarının öyküsü ve kişinin doğum öncesi de kapsayan yaşam hikâyesi dikkate alınır (Köroğlu ve Türkçapar, 2009).

Terapi sürecinin başlangıç aşamasında, terapist danışanın mevcut sorunlarını anlamak adına bir değerlendirme yaparak hedeflerin belirlenmesini sağlar. Terapist sürece yönelik hedefleri belirlerken bunu danışan ile birlikte yapar. Belirlenen hedefler, danışanın yaşamına olumlu değişiklikler yapmayı ve sorunların çözümünü amaçlar. Terapi sürecinde danışan kendi ile ilgili bilişsel çarpıtmaları fark etmek için terapistin rehberliğine ihtiyaç duyar. Bilişsel çarpıtmaların farkına varan danışandan bunları değiştirecek adımları atması beklenir. Danışan bu süreçte farkına vardığı olumsuz düşünceleri sorgular, gerçekçi olmayan veya zararlı olduğunu fark ettiği düşünce kalıplarını terapistin de rehberliği ile değiştirmeye çalışır. Tüm bunları yaparken de danışanın duygusal reaksiyonlarını yönetme becerilerinin geliştirilmesi için çalışılır. Danışan terapi sürecinde öğrendiklerini günlük hayatına uygulamaya başlar ve terapistte geribildirimlerde bulunur.

Terapi seansları ayakta tedavi gören danışanlar için haftada bir ya da iki defa planlanır. Seans aralıkları verilen ev ödevlerinin tamamlanabileceği aralıkta olmalıdır. Yatılı tedavi gören danışanlarda ise planlama daha çok günlük seanslar şeklinde olmaktadır. Süre genellikle 30-60 dakika arası olup, 3-6 aylık süreci kapsamaktadır (Özcan ve Gül Çelik, 2017). Orta ve ağır depresif tanısı olan danışanlar için öngörülen ilk 4-5 hafta için haftada iki seans, sonraki 10-15 hafta boyunca tek seans şeklinde planlanma yapılmasıdır. Seansların sona ermesinin ardından bir yıl içinde 3 ya da 4 kez kontrol amaçlı görüşmeler yapılması öngörülmektedir (Arkar, 1992).

Bilişsel davranışçı terapi sürecinde, özel bir durum olmadığı sürece seanslar belli bileşenler kapsamında yapılandırılarak sürdürülür. Bir seansta aşağıdaki öğeler yer almaktadır (Köroğlu, E. & Türkçapar, 2009):

1. Duygudurum kontrolü
2. Hafta içi önemli olaylar
3. Önceki seansla bağlantı kurma
4. Ödev kontrolü
5. Gündem belirleme
6. Gündem maddelerinin ele alınması

7. Ödev verme

8. Seansın özetlenmesi

9. Danışandan geribildirim

2.1. Bilişsel Davranışçı Terapide Kullanılan Teknikler

Bilişsel davranışçı terapide kullanılan teknikler, danışanların davranışlarını, düşünce kalıplarını ve duygularını değiştirmeye yarayan terapötik stratejilerdir. Bu tekniklerin bir kısmına bakacak olursak:

- Sorunu belirleme

- Otomatik düşünceleri saptama

* Kanıt inceleme

* Bilişsel çarpıtmaları bulma

* Çifte standart tekniği

* Alternatif açıklamalar (Türkçapar, 2014)

- Terimleri tanımlama

- Doğrudan farklı düşünce getirme yaklaşımı

- Deneysel teknikler

- Semantik yöntemler

- Ev ödevleri (Köse, Çetinkaya, R. 2021)

2.2. Bilişsel Davranışçı Terapiye Yönelik Eleştiriler

Bilişsel Davranışçı Terapi, psikolojik rahatsızlıkları tedavi etmek için yaygın olarak kullanılan bir terapi yaklaşımıdır. Ancak, bu yaklaşım hakkında çeşitli eleştiriler bulunmaktadır. İşte bilişsel davranışçı terapiye yöneltilen bazı eleştiriler:

Tek Boyutluluk: BDT'nin odaklanma eğilimi, bireyin düşünce kalıplarına ve davranışlarına odaklanırken, duygusal ve duygusal deneyimleri genellikle göz ardı eder. Bu, terapinin insan deneyimini tam olarak anlamak için yetersiz kalabileceği eleştirisini getirir. Örneğin depresyondan bahsedildiğinde bilişsel davranışçı terapinin efektif ancak belirteçlerdeki değişim konusunda öteki psikoterapi perspektiflerinden istatistiksel boyutta üstünlük sağlayacak bir sonucunun olmadığı söylenebilir (Güven ve Gökçe, 2018). Ayrıca BDT'nin çatısının altında olan ACT (kabul- kararlılık terapisi) bilişsel davranışçı terapiyi bu şekli ile eleştirmekte ve ampirik verilerin, bireyin yaşadığı ortamdaki gözlemin de anlamlı bir veri olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Yavuz, 2005).

Semptom Odaklılık: BDT, semptomların azaltılmasına odaklanır ve bu semptomların altında yatan nedenleri ele

almada yetersiz kalabilir. Bu, derinlemesine kişisel keşif ve anlayış için yeterli alan bırakmayabilir. Davranışçı bakış açısı insanın davranışlarını anlama ve tanımlamada gözlemlenebilir olmasını ana kriter şeklinde kabul eder ve bu yüzden uyaran-tepkime ilişkisindeki bağlantının sadece davranışla alakalı olduğunu, buna ek olarak zihinsel olayların bu bağda hiç işlevselliğinin bulunmadığını düşündürebilir (Erdem, 2010).

Kısa Süreli Odak: BDT, genellikle kısa vadeli ve hedefe yönelik bir terapi biçimidir. Bu, kronik rahatsızlıklar veya derin köklere sahip sorunlarla başa çıkmak için yetersiz olabilir. Bazı eleştirilenler, BDT'nin bu kısa vadeli odaklanmasının, sorunların tekrarlanmasına neden olabileceğini iddia etmektedir.

Kişiselleştirilmemiş Yaklaşım: Eleştirilenler, BDT'nin bireyselleştirilmiş bir yaklaşım olmadığını ve her bireyin benzersiz ihtiyaçlarını tam olarak ele almadığını savunurlar. Herkes için tek tip bir tedavi planı uygulamak, bazı durumlarda etkili olmayabilir. Bandura'nın temel eleştirilerin biri de bireyin, deneysel ortam yaklaşımında gözlemediğinden dolayı doğal alanındaki davranışların anlaşılmasında veya ifade edilmesinde yeterli değildir (Tathoğlu, 2021). BDT, değişim sürecini vurgularken, bu sürecin insan psikolojisindeki daha karmaşık ve uzun vadeli faktörleri göz ardı edebileceği eleştirilir. Kişinin terapi sonrası sürekli büyüme ve gelişimini sağlama konusunda yetersiz kalabilir.

İdealizasyon ve Standartlaştırma: Eleştirilenler, BDT'nin, bireylerin idealize edilmiş ve toplumsal normlara dayalı bir "normal" davranış standardına uyum sağlamalarını teşvik ettiğini iddia ederler. Bu, bireylerin kendilerini kabul etmeleri ve kendi benzersiz deneyimlerini anlamaları yerine, dışsal normlara uymaya çalışmalarına neden olabilir.

SONUÇ

Bilişsel davranışçı terapi, son dönemde sadece psikoloji, psikiyatri ve tıp alanında değil sosyal hizmet, hemşirelik ve uygulama odaklı çalışan disiplinler de kullanılmaya başlanmıştır (Beck ve Dozois, 2011). Bilişsel davranışçı terapi, farklı psikolojik sorular yaşayan bireylerde uygulanmakta olup, aynı zamanda kişilerin sağlıklı bir hayat sürdürmelerine de destek sağlar ve danışanların ne olmak istediklerine dair hedeflerini belirlemelerini de teşvik eder (Toptaş Böcü ve Başer, 2022).

Sosyal hizmet mesleği, bireylerin, ailelerin, grupların ve toplumun sorunlarını tespit etme, farkındalık kazanma, sorun çözme ve iletişim becerilerinin geliştirilmesini hedefleyen bir meslek dalıdır. Çalışma alanında

multidisipliner bir çalışma sistemi ile farklı teknikler kullanarak, müracaatçıların istek ve ihtiyaçları, kapasiteleri vb. hususları göz önüne alınarak planlamalar ve uygulamalar yapmaktadır.

Bilişsel davranışçı terapide müracaatçıların sorunları ve ihtiyaçları değerlendirilerek belirlenen hedefler doğrultusunda bir tedavi planı hazırlanır, bu aşamada problemin analiz edilmesi en önemli basamaklarından biri olup, yapılan problem analizi sonucu müracaatçı ile birlikte düzenlenecek tedavi planı, sürecin sonunda yeniden yapılandırılabilir (Kök, 2024). Sosyal hizmet müdahalesine yönelik bilişsel-davranışsal yaklaşım, müracaatçıya kendi hayatındaki stresli düşüncelerin gerçekçi olup olmadığını ve bunların günlük yaşamdaki işlevlerini nasıl etkilediğini değerlendirme fırsatı sağlar. Planlı değişim sürecinde amaç, sorunun kaynağına dair içgörü kazanmak, alternatif/gerçekçi düşünceleri belirlemek, problem çözme becerilerini geliştirmek ve işlevsel olmayan düşünceleri değiştirerek istenilen davranış kalıplarını geliştirmektir (Kök, 2024).

Sosyal hizmet uzmanları, farklı müdahale yöntemleri ile kişilere beceriler kazandırarak, müracaatçıların kendileri ile ilgili sorumluluk almalarını ve yaşam kalitelerini yükseltmeleri adına kişileri destekleyerek ve motive ederek yardımcı olabilir. Bu bağlamda, kişilerin sorunlarını ve bu sorunlara yükledikleri anlamları keşfederek çözüm üretmelerini destekleyen bilişsel davranışçı terapi ile ilgili yapılan çalışmalar hizmet veren sosyal hizmet uzmanları ile hizmet alan kesim için yararlı, etkili ve güçlendirici bir yöntem olarak önerilmeli ve teşvik edilmelidir (Toptaş Böcü ve Başer, 2022).

Bilişsel davranışçı terapinin uygulama sürecinin planlanmasında sosyal hizmet uzmanı sorunun ne olduğunu, müracaatçının sorunlu durumun varlığına neden inandığını ve başvuranın bilişsel anlayışının sorunla nasıl etkileşime girdiğini sorgulamalıdır, elde edilen verilere göre sorunun çözümüne yönelik bir strateji geliştirilmelidir. Bu aşamada kişinin mevcut sorunu çözümüne yönelik neler yaptığı, hangi düşünce, bilişsel çarpıtma ve inançların mevcut sorunun çözülmesini engellediği veya sorunun devam etmesine neden olduğu üzerinde durulmalıdır, işlevsel olmayan düşünce ve davranışların değiştirilmesine yönelik hangi müdahale tekniğinin uygulanacağı değerlendirilmelidir, süreç içerisinde kişiye verilecek ev ödevleri planlanarak kişinin ödevleri tamamlayıp tamamlamadı takip edilmelidir. (Kök, 2024).

Sosyal hizmet uzmanları, yalnızca bireylerin iç dünyasına değil, aynı zamanda müracaatçıların bireysel süreçlerini ve davranışlarını, bu davranışlarını değiştirme

yöntemlerini ve bireylerin düşüncelerinin kalıplarını değiştiren stres faktörleriyle bu başa çıkmasını da sağlar. Bilişsel davranışçı terapi, sosyal hizmet uzmanlarına müracaatçıların düşünce ve davranışlarını yeniden yapılandırmak için etkili bir araç sağlar. Sosyal hizmet uzmanı, kişinin inancının kendisi için ne anlama geldiğini, bu inancın işlevini ve başvuru nasıl etkilediğini ortaya koymalıdır. Bu amaçla başvuranın olumsuz temel inançlarına karşı geliştirdiği varsayımlar, kurallar ve tutumlar ortaya konulur. İnançlara müdahalede bulunurken, başvurana inancının niteliği, o inanca sahip olmanın işlevsel olmayan ve dezavantajlı yönleri, inanç değiştiğinde değişecek varsayımlar, kurallar ve tutumlar gibi pek çok hususun farkında olması sağlanır. (Kök, 2024). Sosyal hizmet uzmanları, bilişsel davranışçı yaklaşım tekniklerini uygularken kişilerin olumsuz düşüncelerini belirlemelerinde ve bunları olumlu ve işlevsel düşüncelerle değiştirmelerinde yol gösterici olur; kişilerin, kendilerine ve sosyal becerilerine ilişkin algularını olumsuz yönde etkileyen bilişsel çarpıtmaların farkına varmalarına ve bunları daha olumlu ve gerçekçi olanlarla değiştirmelerine katkı sağlarlar (Sheafor ve Horejsi, 2015).

Duyguların ve bilişin yeniden yapılandırılması, işlevsel olmayan düşüncelerin işlevsel olanlarla değiştirilmesi sonucu ortaya çıkan yapıcı davranış değişikliklerinin geliştirilmesi, yaklaşım tekniklerini kullanma becerilerinin geliştirilmesi ve başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesi gibi katkılarla uygulama sürecini destekleyen bilişsel davranışçı terapinin sosyal hizmet alanlarında daha sık ve etkin şekilde kullanılması için tıbbi sosyal hizmet uygulamalarına ağırlık verilmesi, uygulayıcı eğitimlerinin tüm uzmanlar tarafından ulaşılabilir olması ve desteklenmesi hem hizmet alanlara hem de hizmeti sunanlara katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- 1.Akın, Ü. (2013). *Akılca duygusal davranışçı terapi odaklı psiko-eğitim programının kendini sabotaj üzerindeki etkisi*, Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi
- 2.Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- 3.Arı, F.A. (2012). Bilişsel Şemalar ve Bağlanma. *Neveşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBR Dergisi*.11(4).1823-1834.
- 4.Atalay, Z. (2018). *Mindfulness-Bilinçli farkındalık: Şimdi ve burada*. İstanbul: Psikonet Yayınevi
- 5.Bakır, V. (2019). Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi: Temel Felsefesi, Kavramlar, Terapötik Süreç, Eleştiriler ve Katkıları. *Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5 (1), 21-27.

- 6.Beck J. (2001). *Bilişsel Terapi: Temel İlkeler Ve Ötesi*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları. Ankara, 2006.
- 7.Beck, A. T., & Dozois, D. J. (2011). Cognitive therapy: current status and future directions. *Annual review of medicine*, 62, 397-409.
- 8.Beck, A.T. (2015). *Bilişsel terapi. Psikoterapinin Evrimi*. Routledge.
- 9.Burns, D. (2014) *İyi Hissetmek* İstanbul: Psikonet
- 10.Cengiz, S., & Peker, Â. (2020). Obsesif kompulsif bozuklukta EMDR terapinin etkisi: olgu sunumu. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(1), 201-217.
- 11.Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma Kuram ve Uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- 12.Çelebi, E. (2017). *Diyalektik davranış terapisi. Psikoterapi Yöntemleri: Kuramlar ve Uygulama*. Ankara, HYB.
- 13.Deliktaş, Ö. D. (2018). Koşullanma Çalışmalarında Bir Model Organizma: Drosophila Melanogaster. *TÜBAV Bilim Dergisi*, 11(4), 14-21.
- 14.Doğanay, A., (2021). *Davranışçı ve Bilişsel Öğrenme Kuramları*. Ed.Safran, M.,Tarih Nasıl Öğretilir, 39-50.
- 15.Dost, M. T. (2020). Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Bütünleşmeye Doğru. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(1), 5252-5276.
- 16.Duman, R. N., Bayram, S., Demirtaş, B. (2018). EMDR: Olgu sunumları. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(1), 142-164.
- 17.Dursun, A.& Akkaya, M. (2022). Kabul ve Kararlılık Terapisi Odaklı Deneysel Araştırmalar: Sistemik Bir Gözden Geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 340-352.
- 18.Erdem, H. S. (2010). İnsan şahsiyetinin gelişimine holistik bakış: felsefi perspektiften davranışçı ve bilişselci ekolün eleştirisi. *İ.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Bahar 2010/ 1(1) 179-194.
- 19.Genel, M. G. & Özdemir, Ş. (2022). *Reklamlarda Kullanılan Ödül Boyutuyla Edimsel Koşullanma Uygulamaları ve Bu Uygulamaların Tüketiciler Üzerine Etkisi*. III. International Siirt Scientific Research Congress, 18-19 November 2022, Siirt, Türkiye
- 20.Güven, E. & Gökçe, G. (2018). Etkililik Çalışmaları Ne Kadar Etkili?: Bilişsel Davranışçı Terapiler Bağlamında Bir Değerlendirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(1), 54-66.
- 21.Hofmann, SG, Asmundson, GJ ve Beck, AT (2013). *Bilişsel terapi bilimi. Davranış terapisi*, 44 (2), 199-212.
- 22.İzgiman, S. (2021). *Kabullenme ve kararlılık terapisi*. Terapide yeni ufuklar: Kuramdan uygulamaya içinde, Ed.Canel, A.N. Pinhan Yayıncılık, 159-174.
- 23.Kabadayı, F., & Güven, M. (2022). Akılca duygusal davranış terapisine dayalı müdahale çalışmalarının incelenmesi: Sistemik bir derleme. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(2), 517-540.

- 24.Kabataş, B., & Duyan, V. (2021). Doğrudan sosyal hizmet uygulamalarında hikâye ve masallar. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 5(2), 146-170.
- 25.Karaca, A. (2024). Farkındalık/Mindfulness Temelli Terapiler. *Türkiye Klinikleri Psychiatric Nursing-Special Topics*, 10(2), 46-51.
- 26.Kök, H. (2024). Klinik Sosyal Hizmet Uygulamasında Bilişsel Davranışçı Yaklaşım. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 34(2), 817-831.
- 27.Koroğlu, E. & Türkçapar, H. (2009). *Psikoterapi Yöntemleri*. HYB Basın Yayın. Ankara.2009
- 28.Köse, S., & Çetinkaya, R., Bilişsel Davranışçı Psikoterapi: Bir Derleme Çalışması.2021
- 29.Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Cognitive therapy: foundations, conceptual models, applications and research. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 30, s54-s64.
- 30.Lazarus, A. A., & Abramovitz, A. (2004). A multimodal behavioral approach to performance anxiety. *Journal of clinical psychology*, 60(8), 831-840.
31. Lotfi S, Başçılar M. Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Sosyal Hizmet. *IGUSABDER*. 2017;:275-286..
- 32.Meichenbaum, D. (1977). Cognitive behaviour modification. *Cognitive Behaviour Therapy*, 6(4), 185-192.
- 33.Muhtar, G. ve Tolan, Ö. C. (2021). Sosyal Anksiyete Bozukluğu Olan Yetişkinlerde Bilinçli Farkındalık Temelli Müdahalelerin Etkililiği: Sistemik Bir Gözden Geçirme. *Psikoloji Çalışmaları*, 41 (2), 427-458.
- 34.Özcan Ö. & Gül Çelik, G. (2017). Bilişsel Davranışçı Terapi. *Türkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics*. 2017, 3(2). 115-120.
- 35.Özdel, K. (2015). Dünden Bugüne Bilişsel Davranışçı Terapiler: Teori ve Uygulama. *Türkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics*. 2015, 8(2). 10-19.
- 36.Piştof, S.&Şanlı, E. Bilişsel Davranışçı Terapide Metafor Kullanımı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*. 2 (2013). 182-189.
- 37.Rehman I, Mahabadi N, Sanvictores T, Rehman CI. (2023), *Klasik koşullanma*. İçinde: Stat Pearls Publishing,
- 38.Sindel, D., Saral, İ., & Esmailzadeh, S. (2012). Fibromiyalji Sendromunda Uygulanan Tedavi Yöntemleri. *Journal of Physical Medicine & Rehabilitation Sciences*.
- 39.Selçuk, Z. *Gelişim ve öğrenme*. Nobel Yayın. 2001
- 40.Tatlıoğlu, S. S. (2021). Öğrenmeye sosyal-bilişsel bir bakış: Albert Bandura. *Sosyoloji Notları*, 5(1), 15-30.
- 41.Toptaş Böcü, T. & Başer, D. (2022). *Sosyal Hizmet ve Bilişsel Davranışçı Terapi Yaklaşımı*. Sağlık Bilimlerinde Araştırma ve Değerlendirmeler-I. Gece Kitaplığı. Ankara.2022
- 42.Türkçapar, M.H. & Sargın, E. (2011). Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler: Tarihçe ve Gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7-14
- 43.Türkçapar, M.H. (2009). *Bilişsel Terapi*. (4. Baskı). HYB Basım Yayın, Ankara. 2009
- 44.Türkçapar, M. H. (2014). *Bilişsel Terapi*. Ankara: HYB Yayıncılık, Ankara. 2014
- 45.Uğur, E. (2018). *Kabul ve kararlılık terapisi yönelimli psikoeğitim programının olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki etkisi* (Doktora Tezi, Sakarya Univ.
- 46.Vatan, S. (2016). Bilişsel Davranışçı Terapilerde Üçüncü Kuşak Yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 8(3), 190-203
- 47.Yapucuoğlu, M.D.(2023). *Sosyal ve Duyuşsal Öğrenme: Dünden Bugüne*. Sosyal ve Duyuşsal Öğrenme (Kuramdan Uygulamaya), 35.
- 48.Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.
49. <https://uwaterloo.ca/psychology/about/people/donald-meichenbaum>. E.T. 01.12.2024
50. Golomb, R., (2021). You Can Certainly Teach Yourself How to “Feel Great,” Contends Renowned Psychiatrist, David D. Burns, M.D., www.publishedreporter.com
51. <https://beckinstitute.org/about/dr-judith-s-beck-phd/>



Semptom Health Researches

home page : www.semptom.org

PSİKANALİTİK KURAM VE SOSYAL HİZMET PSYCHOANALYTIC THEORY AND SOCIAL WORK

Beyza KESER

Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, beyzakeser@posta.mu.edu.tr
OCRİD: <https://orcid.org/0009-0001-2208-217X>

ÖZET

Bu makale, psikanalitik kuramın tarihsel gelişimini ve bu kuramın sosyal hizmet alanındaki etkilerini incelemektedir. Psikanalitik kuramın temeli, 17. yüzyılda filozof Spinoza tarafından ortaya atılan "nedensellik" kavramına dayanır. Spinoza, doğada meydana gelen her olayın bir nedeni olduğu fikrini savunmuş ve bu yaklaşımı insan davranışlarına da uygulamıştır. Sigmund Freud, 19. yüzyılın sonlarına doğru, insan zihnini ve davranışlarını açıklamak amacıyla bu düşünceyi psikanalitik kuramına entegre ederek geliştirmiştir. Freud, İnsan davranışlarının ve kişiliğinin bilinçdışı unsurlar tarafından yönlendirildiğini, bireylerin davranışlarını doğuştan gelen içgüdüsel temellere dayandığını ileri sürmüştür; bireylerin davranışlarını saldırganlık ve cinsellik dürtüleri ile bağdaştırmış; kişilik ve davranış tanımlamada topografik model, yapısal model, psikoseksüel gelişim dönemleri ve savunma mekanizmaları olmak üzere dört temel unsura dikkat çekmiştir. Bu kuramın temel ilkeleri, sosyal hizmet uzmanlarının danışanlarını daha derinlemesine kavramalarına ve onlara daha etkili müdahaleler yapmalarına olanak tanımıştır.

Makalenin ilk bölümü, psikanalitik kuramın tarihsel gelişimini ve zamanla nasıl evrildiğini ele almaktadır. İkinci bölümde, psikanalitik kuramın sosyal hizmet mesleği üzerindeki etkisi incelenmektedir. Makalenin son bölümünde ise, günümüzde psikanalitik yaklaşımların sosyal hizmet uygulamalarındaki yeri değerlendirilmekte, bu yaklaşımın avantajları ve sınırlılıkları üzerinde durulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Psikanalitik kuram, bilinçdışı, savunma mekanizmaları, sosyal hizmet

SUMMARY

This article examines the historical development of psychoanalytic theory and its effects on the field of social work. The basis of psychoanalytic theory is based on the concept of "causality" put forward by the philosopher Spinoza in the 17th century. Spinoza defended the idea that every event that occurs in nature has a cause, and he also applied this approach to human behavior. Towards the end of the 19th century, Sigmund Freud developed this idea by integrating it into his psychoanalytic theory in order to explain the human mind and behavior. Freud argued that human behavior and personality are guided by unconscious elements and that individuals base their behavior on innate instinctual foundations; associated the behavior of individuals with aggressive and sexual impulses; He drew attention to four basic elements in defining personality and behavior: topographic model, structural model, psychosexual development periods and defense mechanisms. The basic principles of this theory have enabled social workers to understand their clients more deeply and provide more effective interventions to them.

The first part of the article discusses the historical development of psychoanalytic theory and how it has evolved over time. In the second part, the impact of psychoanalytic theory on the social work profession is examined. In the last part of the article, the place of psychoanalytic approaches in social work practices today is evaluated and the advantages and limitations of this approach are emphasized.

Keywords: Psychoanalytic theory, unconscious, defense mechanisms, social work

1) PSİKANALİTİK KURAMIN TARİHÇESİ

Tarih boyunca, insan davranışlarının nedenleri ilgi konusu olmuş, 20. yüzyıla kadar, özellikle ruhsal davranışlar mantıklı bir nedene bağlanamamış ve yeterli açıklama sağlanmamıştır. Psikolojik ve davranışsal bozuklukların, genellikle beyindeki yapısal bozukluklardan, sinirsel zayıflıklardan veya doğaüstü güçlerden kaynaklandığı düşünülmüştür.

Psikanalitik kuramın temeli, Spinoza'nın ortaya koyduğu 'nedensellik' kavramına dayanır. Bu kavram, insan davranışlarının tesadüfi olmadığı ve her eylemlerin gerçekleşmesinin belirli bir nedeni bulunduğu anlayışını benimser. Nedensellik kavramı, davranışın yalnızca çevre faktörlerinden kaynaklanmadığını ve davranışın nedenlerinin bireyin içsel dünyasından da doğabileceğini vurgulamaktadır. Bu anlayış, psikanalitik kuramın gelişiminde önemli bir rol oynamıştır. Psikanalitik kuram, 19. yüzyılın sonlarında Sigmund Freud tarafından geliştirilmiş ve zamanla birçok farklı düşünür tarafından daha da genişletilmiştir. Freud, insan davranışlarının temel nedenlerini ele alırken, topografik kuramda yer alan bilinç, bilinçöncesi ve bilinçdışı kavramlarına dikkat çekmiş ve bu kavramları daha derinlemesine inceleyerek yeni bir kavramsal yapı oluşturmuştur. Ayrıca, bireylerin doğuştan sahip oldukları güdüler ve psikoseksüel gelişim aşamalarının, davranışları ve kişilik oluşumlarını nasıl etkilediğini açıklamıştır. Freud, Rüyaların analizi, ruh çözümleme, serbest çağrışım yöntemi gibi yöntemler kullanarak psikanalitik kuramı geliştiren Freud'un, bu kuram çerçevesinde odaklandığı ve üzerinde çalıştığı dört temel kavram bulunmaktadır: Topografik model, Yapısal model, Kaygı ve benliğin savunma mekanizmaları ve Psikoseksüel gelişim dönemleri (Duyan,2016).

1.1. Psikanalitik Kuramın Temelleri

İçgüdüler ve Bilinçdışı

Freud'un bilinçdışı kavramı, insanların bilinçli olarak farkında olmadıkları düşünce ve duyguların, davranışlarını etkileyebileceğini öne sürer. Bilinçdışı, genellikle bastırılmış anılar ve arzularla doludur. Freud, "İnsanın davranışlarının büyük bir kısmı bilinçdışının etkisi altındadır" demiştir (Freud, 1915). Bu kuram, insan psikolojisinin karmaşıklığını ve derinliğini anlamada devrim niteliğinde bir adım olmuştur.

Freud'a (1915) göre, insan doğasını anlamak için içgüdülerin ve bilinçdışının rolünü anlamak gereklidir. İçgüdüler, bireyin temel dürtülerini ve eğilimlerini temsil ederken, bilinçdışı da insanın farkında olmadığı, bastırılmış düşüncelerin ve duyguların bulunduğu bir alandır

Freud, insanların içgüdüler adı verilen doğuştan gelen güçler tarafından yönlendirildiğini savunmuştur. Ona göre, insanın tüm bilişsel ve fiziksel faaliyetleri içgüdüler

tarafından kontrol edilir ve yönlendirilir. İçgüdü, fizyolojik ihtiyaçları karşılamaya yönelik psikolojik bir ifadeyle, beden gereksinimlerini tatmin etme isteğidir. Örneğin, açlık hissi duyan bir birey, vücudunun besin ihtiyacını karşılamak amacıyla yiyecek arayışına girer. Freud, insan davranışının temel amacının haz arayışı ve acıdan kaçınma olduğunu ifade etmiştir.

İçgüdülerin dört temel özelliği bulunmaktadır: kaynak, amaç, nesne ve itici güç. Kaynak, içgüdünün temsil ettiği bedensel ihtiyacı ifade eder. Amaç, fizyolojik uyarılar sonucu oluşan gerilimi azaltarak bu ihtiyacın karşılanmasıdır. Nesne, içgüdünün doyumunu sağlayabilecek herhangi bir şeydir. İtici güç ise, içgüdüyle tatmin etmek için harcanan enerji miktarını belirtir. Freud, insanların iki ana içgüdüyle, cinsellik ve saldırganlık, yönlendirildiğini belirtmiştir.

Saldırganlık ve Cinsellik İçgüdüsü:

İdin cinsellik ve saldırganlık olmak üzere iki temel dürtüsü vardır ve organizmaların bu dürtülerin isteklerine uyarak anında doyuma ulaşmasına hizmet eder. İd, organizmada herhangi bir dışsal ya da içsel uyarım sonucunda gerilimin artmasına bağlı olarak, gerilimi organizmadan atmak için uyarılar gönderir. Davranışın dışavurumu ile organizmadaki gerilim azalır ve bu duruma idin "haz ilkesi" denir (Tuzcuoğlu, 1995).

Freud, cinsellik içgüdüsünün organizmanın korunması amacıyla saldırgan içgüdülere karşı dengeleyici bir rol üstlendiğini ifade etmiştir. Bu iki içgüdü birbiriyle iç içe geçmiş olup, birlikte işlerler. Örneğin, açlık hissiyle ortaya çıkan yeme davranışı, aynı zamanda ısırma, çiğneme ve yutma gibi saldırgan davranışları da barındırır. Bunun yanı sıra, sevgi ve nefret duygularının aynı anda yaşanması, cinsellik ve saldırganlık içgüdülerinin zaman zaman çatışabileceğini gösterir.

1.1.1. Topoğrafik Model:

Buzdağı modeli olarak da adlandırılan topoğrafik modele göre, insan bilincinin üç boyutu bulunmaktadır. Bu katmanlardan ilki, insanın yaşadığı andaki davranışını tanımlayan 'bilinçtir'. Psikanalitik kurama göre bilinç, anda gerçekleşen davranış, olay ve hislere yani içsel ve dışsal süreçlere anlam verebilen alandır. Modelde bahsedilen ikinci katman, zihnimizde her durumda mevcut halde bulunan ve bilgiye ulaşmak için onu zihnimizden çağırmanın yeterli olacağı alan olan 'bilinçöncesidir' (Atkinson vd., 2014). Son katman ise, zihnin deposu olarak adlandırılan, bastırılan tüm duygu ve istekleri barındıran, zihnin büyük bir bölümünden oluşan 'bilinçdışıdır'.

1.1.2. Yapısal Model:

Freud'un yapısal modeli, insan zihnini id, ego ve süperegö olmak üzere üç bölüme ayırır. Bu bölümler, içgüdülerin, gerçeklikle başa çıkmak için geliştirilen

savunma mekanizmalarının ve toplumsal normların birbirleriyle etkileşimini açıklar.

İd (Altbenlik): Kişiliğimizin öyle bir bölmesi vardır ki bu kısım insanların en kaba, en ilkel, kalıtımsal dürtü ve arzularını içerir. Freud, bu kısma "id" adını vermiştir. İd, davranışlarımızın altında yatan psikolojik enerjinin kaynağıdır. İd, zevk ilkesine göre işler ve hiç geciktirilmeden (şu anda) bütün isteklerinin yerine getirilmesini bekler. İd'in itmeleri bilinçaltı dürtülerdir (Cüceloğlu, 1998).

Ego (Benlik): Freud "Gerçek dış dünyanın etkisi altında altbenliğin bir parçasının özel bir gelişme" gösterdiğini, "dış uyaranları algılayan ve aşırı uyaranlara karşı ruhsal yapıyı koruyan bir dış tabakadan", giderek, özel bir yapı geliştirdiğini ve bu yapının "altbenlik ile dış dünya arasında bir arabulucu" görevini yüklediğini ileri sürdü ve gelişen bu yapıya ego (benlik) adını verdi. Benlik ruhsal aygıtın "uyum yapıcı" yapısıdır. Daha ayrıntılı söylemek gerekirse, ruhsal aygıtın algılayıcı, açıklayıcı, uyum yapıcı ve uygulayıcı yapısıdır. Benlik bu işlevlerini yerine getirirken altbenlik ve üstbenlikle ilişki kurar (Sabuncuoğlu, 2001).

Süper Ego: İd ve ego, bireyin kişiliğini yansıtırken, süperego ebeveynlerin değerlerini ve toplumun genel standartlarını temsil eder. Çocuk, ebeveynlerinin değerlerini içselleştirdiğinde ego ideali oluşur. Vicdan, ebeveynler tarafından onaylanmayan davranışları, ego ideali ise ebeveynlerin onayladığı davranışları simgeler. Bu süreç, bireylerin davranışlarını iyi ya da kötü olarak değerlendiren ahlaki normlar ve değerler geliştirmelerine yol açar. Örneğin, süperego, bireyin politik ve sosyal hayatını etkileyebilecek güçlü değerleri, örneğin "nefret" gibi duyguları içerebilir. Süperego, mükemmeliyet ve ideale uygunluk için çaba harcar, id ve ego'yu denetleyerek, fizyolojik dürtüleri (id) ve gerçekçi mükemmellik arayışını (ego) kontrol eder.

Psikanalitik kuram, insan kişiliğinin oluşumunu ve davranışlarının nasıl şekillendiğini incelerken, id, ego ve süperego arasındaki denge bozukluklarına da odaklanır. Dengenin bozulması durumunda, bireyler suçluluk, korku ve sapkın davranışların yol açtığı zararı en aza indirmek veya ortadan kaldırmak için kendilerine ya da dış dünyaya yönelik savunma mekanizmaları geliştirir. Ego savunma mekanizmaları, bireyin kaygı düzeyini azaltır ve ruhsal ile zihinsel sağlığın korunmasına yardımcı olur. Ego tarafından geliştirilen bu savunma mekanizmaları arasında bastırma, yadsıma, yansıtma, iç atım, bölme, çözülme, yer değiştirme, ödünlme ve yüceltme gibi çeşitli stratejiler yer alır.

1.1.3. Savunma Mekanizmaları:

Freud'a göre, "Savunma mekanizmaları, bireyin anksiyete ve suçluluk duygularıyla başa çıkabilmesi için geliştirdiği bilinçdışı süreçlerdir" (Freud, 1936). Bu

kavramlar, psikoterapi süreçlerinde bireylerin davranışlarını anlamada kritik öneme sahiptir.

Bastırma (Repression): Bireyin olumsuz deneyimlerini sanki hiç yaşanmamış gibi görmezden gelmesidir. Kabul etmekte zorlandığı ya da unutmak istediği durumları bilinçdışına itmesidir. Örneğin, yapmak zorunda olduğumuz bir işi gerçekten istemediğimiz halde, mecburiyet nedeniyle yapıyorsak, bu durumu kendimize hatırlatsak bile, o işi unutabiliriz.

Yadsıma (inkar) (Denial): Bu savunma mekanizması, kişinin gerçekleri kabul etmekte zorlandığında devreye girebilir. Kişi, gerçeği çarpıtarak kabul eder. Örneğin, kocasından boşanmış bir kadın "ayrılmış olsak da o hala beni seviyor, beni özlesin ve geri dönecek" şeklinde düşünebilir. Benzer şekilde, genetik bir hastalık riski taşıyan bir kişi, "ben gayet sağlıklıyım" diyerek doktora gitmekten kaçınabilir.

Yansıtma (Projection): Bu savunma mekanizması, kişinin yaşadığı durumları başkalarına atfetmesiyle açıklanabilir. Birey, duygu, düşünce ve tutumlarının kendisinden kaynaklanmadığını, sorunların kendisinde değil, başka bir kişiden veya dış faktörlerden kaynaklandığını düşünür. Örneğin, sosyal çevresi olmayan bir kişi, yaşadığı sosyal ilişkilerdeki sorunların diğer insanlardan kaynaklandığını düşünerek, "Yalnızım çünkü herkes çok çıkarıcı, bencil ve samimiyetsiz" gibi bir tutum sergileyebilir.

Ödünlme (Telafi-Dengeleme) (Compensation): Kendini bir alanda yetersiz hisseden bireyin, bu eksikliği telafi etmek amacıyla enerjisini ve potansiyelini başka bir alana yönlendirmesi durumudur. Örneğin, çocuğu olmayan ailelerin kimsesiz çocuklara yardım etmesi, fiziksel görüntüsünden memnun olmayan bir kadının sürekli olarak kişisel gelişimine odaklanması ya da yeni hobiler ve beceriler edinmeye çalışması gibi davranışlar bu savunma mekanizmasının örneklerindedir.

Gerileme (Regression): Zorluklarla karşılaşıldığında, bireyin geçmişte kendisini rahatlatan obje ve durumlara geri dönmesi durumudur. Örneğin, beş yaşındaki bir çocuğun, stresli bir durumda biberon kullanmaya geri dönmesi, parmak emmesi veya altını ıslatması bu tür bir davranışa örnek olarak verilebilir.

Yer -Yön Değiştirme (Displacement): Bireyin, kendisinde meydana gelen duygu düşünceleri ilişkisi olmayan farklı bir duruma yöneltmesi durumudur. Örneğin; bireyin ailevi problemlerini işyerine ve çalışanlara yansıtması ya da kocasına kızan bir kadının öfkesinin çocuğundan çıkarması.

Özgecilik (Altruism): Süper egonun, yani ahlaki değerler ve vicdanın yoğun olduğu durumlarda, birey başkalarına sürekli yardım etme veya kendini başkaları için feda etme eğiliminde olabilir. Örneğin, olumsuz koşullar nedeniyle akademik kariyerini yarıda bırakmış bir

kişinin, çocuğunun akademik olarak başarılı olabilmesi için maddi imkânları olmasa dahi sürekli özel dersler aldırması ve tüm mal varlığını buna harcaması bu durumu yansıtabilir.

Dönüştürme – Çevirme (Konversiyon): Bilinçaltında bastırılmış duygular, düşünceler ve sıkıntıların, fiziksel tepkilerle dışa vurulması durumudur. Örneğin, bir birey olumsuz bir durumla karşılaştığında karnının ağrması veya bayılması gibi tepkiler gösterebilir.

Yüceltme (Sublimation): Bireylerin cinsel enerjilerini ve saldırgan duygularını, toplum ve birey için daha kabul edilebilir ve faydalı bir hale dönüştürmesidir. Bu süreç, bu duyguların yönünü ve amacını değiştirerek toplumsal normlara uygun bir biçimde ifade edilmesini sağlar.

Fantezi Kurma: Gerçekleşmemiş durumların, bunların gerçekleştiği hayallerle telafi edilmesi ve bu şekilde rahatlama sağlanmasıdır. Gerçeklerden tamamen kopmadan ve kontrol altında tutulduğunda, bu yaklaşım faydalı ve yapıcı olabilir.

1.1.4. Psikoseksüel Gelişim Dönemleri

Freud, insan gelişimini beş psikoseksüel evreye ayırmıştır: oral, anal, fallik, latent ve genital dönemler. Bu evrelerde yaşanan çatışmaların ve çözümlerin, bireyin kişiliğini ve psikopatolojisini şekillendirdiğini ileri sürmüştür (Freud, 2016).

Oral Dönem (0-12 Ay): Freud'a göre, psikoseksüel gelişimin ilk aşaması olan oral dönemde, libido başlangıçta bebeğin ağızında yoğunlaşır. Bu dönemde, bebeklerin sürekli olarak ağızına bir şeyler koymaları ve emme, çiğneme gibi hareketler sergilemeleri, tatmin edici bir duygu olarak kendini gösterir. Freud, bu dürtülerin yaşamın ilerleyen dönemlerinde, sigara içen kişilerde, tırnak yiyenlerde ya da parmaklarını sürekli ağızına götüren bireylerde farklı şekillerde kendini gösterebileceğini de belirtmiştir.

Anal Dönem (2-3 Yaş): Freud'un psikoseksüel gelişim evrelerinden ikincisi anal dönem olarak bilinir ve bu evrede cinsel dürtüler anüs bölgesinde yoğunlaşır. Bu dönemde çocuk, yavaşça kendisinin ayrı bir birey olduğunu fark etmeye başlar ve bu farkındalık, onu dış dünyanın beklentileriyle çatışan bir duruma sokar.

Fallik Dönemi (4-6-7Yaş): Psikoseksüel gelişimin üçüncü evresi olan fallik dönem, 3-6 yaşları arasını kapsar ve bu dönemde çocuğun libidosu giderek cinsel organlar üzerinde yoğunlaşır. Erkek çocuklarda Oidipus kompleksi, kızlarda ise Elektra kompleksi ortaya çıkar. Bu kompleksler, küskünlük, rekabet, kıskançlık veya korku gibi duygular şeklinde kendini gösterir. Ayrıca, çocuklar cinsiyet farklılıklarının farkına varmaya başlar.

Gizli (Latent) Dönem (8-10 Yaş): Psikoseksüel gelişimin dördüncü aşaması olan gizli (latent) dönem, adından da anlaşılacağı gibi, gizli bir evredir. Bu dönem, 6 yaşından

ergenlik çağına kadar sürer ve libidonun "uykuda" olması nedeniyle herhangi bir belirgin psikoseksüel gelişim gözlemlenmez.

Genital Dönem (11-19 Yaş): Freud'un psikoseksüel gelişim evrelerinin son aşaması olan genital dönem, ergenlik döneminde başlar. Bu aşamada birey, kendisinin ayrı bir kişi olduğunun farkına varır ve cinsel dürtülerine cevap aramaya başlar. 20'li yaşlarda bir başkasına ilgi duymak ve ona karşı duygular geliştirmek, bu dönemin doğal belirtilerindedir. Bu süreçte kişi, ergenlik dönemi cinsel deneyimlerine hazırlanır.

1.2. Kuramın Önde Gelen Kişilikleri, İnsan Davranışına İlişkin Düşünceleri ve 2. Kuşak Psikanalitik Kuramlar

1.2.1. Carl Gustav Jung ve Analitik Psikoloji

Carl Jung, Freud'un öğrencilerinden biri olup, daha sonra kendi teorilerini geliştirmiştir. Jung'un en önemli katkılarından biri kolektif bilinçdışı kavramıdır. Jung'a göre, kolektif bilinçdışı, bireysel bilinçdışının ötesinde, insanlığın ortak deneyimlerini ve arketiplerini içerir (Jung, 2019).

Kendini gerçekleştirme, içe dönüklük, dışa dönüklük ve kompleks gibi kavramlar, çağdaş psikolojiye kazandırılmış ve modern psikolojik kuramları etkilemiştir. Freud'a göre, düşünceler, fanteziler ve davranışlar, bireyden bağımsız olarak oluşan ve kompleksler tarafından tetiklenen olaylardır.

1.2.2. Melanie Klein ve Nesne İlişkileri Teorisi

Melanie Klein, nesne ilişkileri teorisini geliştirerek çocukluk dönemi ilişkilerinin bireyin psikolojik gelişimindeki önemini vurgulamıştır. Melanie Klein, nesnel ilişki kuramının önde gelen isimlerinden biridir. Çocuk psikanalizinde önemli bir figür olan Klein, bebeklik dönemi deneyimlerinin kişilik gelişimi üzerindeki etkisini vurgular. İçsel nesnel ve savunma mekanizmaları konusundaki çalışmaları, psikanalitik kuramın gelişimine önemli katkılarda bulunur (Klein, 2015)

1.2.3. Alfred Adler ve Bireysel Psikoloji

Alfred Adler (2011), Freud'un öğrencilerinden bir diğeridir ve bireysel psikoloji kuramını geliştirmiştir. Adler, insan davranışının temelinde üstünlük arayışı ve sosyal ilgilerin yattığını savunmuştur. Adler'e göre, bireyler, sosyal bağlamda kendilerini kanıtlama ve toplumda bir yer edinme çabası içindedir.

Adler, insan doğasına dair iyimser bir yaklaşım benimsemiştir ve kişiliğin şekillenmesinde öznel algıların önemine vurgu yapmıştır. Ona göre, bireylerin davranışlarında ve kişilik oluşumlarında sosyal faktörler önemli bir rol oynamaktadır.

Alfred Adler (2011), bireyin sosyal bağlamda ve toplumdaki rolünü vurgulayan bir psikanalitik teori geliştirdi. Onun teorilerine göre, insanın temel motivasyonu 'aşağılık duygusu' ile başa çıkmak ve 'üstünlük duygusu' kazanmaktır. Adler ayrıca, 'bireysel psikoloji' kavramını tanımlar ve insanın toplumsal etkileşimlerinin kişilik gelişiminde önemli olduğunu belirtir

1.2.4. Karen Horney ve Nevrozlar, İnsan Gelişimi

Doğuştan gelen özelliklere daha az önem veren Horney, kişilik yapısı ve davranışların arkasındaki sosyal etmenlere odaklanmıştır. Özellikle nevrotik kişiliklerle ilgili yaptığı açıklamalarla, sağlıklı kişilik ve davranışları incelemiştir.

1.2.5. Harry S. Sullivan ve Kişilerarası İlişkiler Kuramı

Harry S. Sullivan, bireyin sosyal ilişkilerini vurgulayan bir psikanalitik teori geliştirdi. Onun 'kişisel düzenleme teorisi', insanın davranışlarını sosyal etkileşimler ve ilişkilerle açıklar. Heinz Kohut ve Kendilik Psikolojisi

Kohut, narsisizm konusundaki çalışmalarıyla tanınır ve self-psikolojisinin kurucusudur. Onun teorilerine göre, sağlıklı bir benlik gelişimi, çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasıyla mümkündür. Kohut, "terapistin hastaya empati ve anlayış göstermesinin önemini vurgular. Heinz Kohut kendilik psikolojisini ortaya atarak narsisistik kişilik bozukluklarının anlaşılmasına katkıda bulunmuştur (Kohut, 2018).

1.2.6. Erich Fromm ve Özgürlükten Kaçış

Fromm, kuramını vaka çalışmaları ve kendi gözlemleri üzerine inşa etmiştir. Sosyokültürel yapıların insanların ihtiyaçlarıyla etkileşim içinde olduğunu ve bu etkileşimlerin bireyin kişilik gelişimini ve davranışlarını şekillendirdiğini savunmuştur.

1.2.7. Erik. H. Erikson ve İnsanın Sekiz Çağı

Freud'dan farklı olarak egonun karamsar yönüne yerine egonun olumlu ve yapıcı yönüne vurgu yapmıştır. Erikson bebeklikten yaşlılığa kadar süren psikososyal gelişim kuramıyla insan yaşamının biyolojik özelliklerine vurgu yapmıştır.

2) PSİKANALİTİK KURAMIN SOSYAL HİZMETTE ÖNEMİ VE UYGULAMA ALANLARI

2.1. Kuramın Sosyal Hizmette Etkisi ve Önemi

Psikanalitik kuram, sosyal hizmet uzmanlarının bireylerin psikolojik ve duygusal sorunlarını anlamalarına yardımcı olur. Bilinçdışı süreçlerin ve çocukluk deneyimlerinin bireylerin yaşamlarını nasıl etkilediğini anlamak, sosyal hizmet müdahalelerinde kritik bir rol oynar. Sosyal hizmet uzmanları, bu kuramı kullanarak bireylerin geçmiş travmalarını ve bu

travmaların mevcut davranışlarına olan etkilerini değerlendirebilirler (Goldstein, 2001).

Psikanalitik kuram, sosyal hizmet uzmanlarının empati ve anlayış geliştirmelerine yardımcı olur. Freud'un teorileri, bireylerin savunma mekanizmalarını ve bu mekanizmaların nasıl çalıştığını anlamayı sağlar. Bu bilgi, sosyal hizmet uzmanlarının danışanlarıyla daha etkili iletişim kurmalarını ve onları daha iyi anlamalarını sağlar (Freud, 2016).

Travmatik deneyimlerin bilinçdışı etkileri, psikanalitik yaklaşımla daha iyi anlaşılabilir. Bu, sosyal hizmet uzmanlarının travma yaşayan bireylere daha etkili destek sağlamalarına olanak tanır. Sayar'a göre, "Travmatik deneyimlerin bilinçdışı etkilerini anlamak, bireyin iyileşme sürecinde kritik bir öneme sahiptir" (Sayar, 2020).

2.2. Kuramın Sosyal Hizmette Uygulama Alanları

Psikanalitik kuram, sosyal hizmette çeşitli uygulama alanlarına sahiptir:

2.2.1. Çocuk ve Ergen Hizmetleri:

Çocukların ve ergenlerin davranışlarının ve duygusal sorunlarının kökenini anlamada psikanalitik kuram önemli bir araçtır. Örneğin, travma sonrası stres bozukluğu yaşayan çocuklar için bu kuram kullanılabilir (Turan, 2018).

2.2.2. Madde Bağımlılığı Tedavisi:

Madde bağımlılığı, sıklıkla bilinçdışı çatışmalar ve travmatik deneyimlerle ilişkilidir. Psikanalitik kuram, bağımlılığın kökenine inerek, bireylerin bağımlılıklarını yönetmelerine yardımcı olabilir (Sayar, 2020).

2.2.3. Ruh Sağlığı ve Psikolojik Danışmanlık:

Sosyal hizmet uzmanları, psikanalitik yaklaşımları kullanarak, danışanların depresyon, anksiyete gibi ruhsal sorunlarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir (Bayram, 2019).

3) PSİKANALİTİK YAKLAŞIMIN SINIRLILIKLARI VE KURAMA GETİRİLEN ELEŞTİRİLER

Freud, kendi gözlediği değişkenler dışındaki değişkenlerin kişiliğin gelişimi ve ruhsal bozuklukların oluşmasındaki etkilerini hesaba katmayarak bu özelliği ile yine birçok eleştiriye maruz kalmıştır. Freud'un Biyolojik faktörlere verdiği önemin yanında sosyal ve çevresel etkenlere açıklamalarında yer vermemesi, Erikson, Fromm, Horney ve Sullivan gibi psikanaliz kökenli kimi kuramcılarının yanı sıra birçok araştırmacı tarafından psikanalitik kuram için bir eksiklik olarak değerlendirilmektedir. Karşılaşmış olduğu direnç veya eleştirilerin birçoğu yaygın kabul gören inançları sarsacak ve insanları rahatsız edecek nitelikte iddialar

ortaya koymuş olmasından kaynaklanmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2014).

Psikanalitik kuram, deneysel bir zemine dayanmamaktadır ve bu nedenle bilimsel olarak sorgulanabilir. Bu yaklaşım, özellikle gözlemlenebilir ve ölçülebilir olmayan kavramlarla (örneğin, bilinçdışı) çalıştığı için eleştirilir. Bazı eleştirilenler, psikanaliz üzerine yapılan çalışmaların bilimsel standartlara uygun olmadığını ve dolayısıyla geçerli bir psikolojik kuram olarak kabul edilemeyeceğini savunurlar (Atalay, 2008).

Freud'un psikanalitik kuramı, bilimsel temellerinin zayıf olduğu ve subjektif yorumlara dayandığı gerekçesiyle eleştirilmiştir. Karl Popper gibi bilim felsefecileri, psikanaliz'in bilimsel bir teori olamayacağını savunmuşlardır (Popper, 2002).

"Psikanalitik yaklaşım, bilimsel yöntemlerle doğrulanamayan ve deneysel kanıtlara dayanmayan teorik bir çerçeveye sahiptir." (Smith, 2020).

Psikanalitik teoriler, genellikle Batı kültürü ve deneyimlerine dayandığı için, diğer kültürlerde ve toplumlarda geçerli olmayabilir." (Jones, 2018).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu makale, psikanalitik kuramın tarihsel gelişimini ve sosyal hizmet alanındaki etkilerini incelemektedir. Sigmund Freud tarafından 19. yüzyılın sonlarında geliştirilen psikanalitik kuram, insan davranışını anlama, değerlendirme ve müdahale etme noktasında önemli katkılar sunmuştur. Freud'un çalışmaları, bilinçdışı süreçlerin, çocukluk deneyimlerinin ve savunma mekanizmalarının insan davranışını nasıl şekillendirdiğini gözler önüne sermiştir. Zamanla gelişen psikanalitik düşünce, modern psikolojinin önemli bir parçası haline gelmiş ve bu kuramın ilkeleri, sosyal hizmet uzmanlarının danışanlarını daha derinlemesine anlamalarına yardımcı olmuştur. Böylece, sosyal hizmet alanında psikanalitik kuram, bireylerin iç dünyasını daha iyi kavrayabilmek ve travmaların, çocukluk deneyimlerinin etkilerini değerlendirebilmek için önemli bir araç olmuştur. Ancak, bu kuramın sosyal hizmette uygulanması, eleştirel bir bakış açısıyla incelenmiş ve farklı kültürel ve sosyal bağlamlara uyarlanması gerektiği vurgulanmıştır.

Bu çalışmanın ilk bölümünde, psikanalitik kuramın tarihsel gelişimi ele alınırken, ikinci bölümde ise kuramın sosyal hizmete etkileri incelenmiştir. Ayrıca, kurama yönelik bazı eleştiriler ve uzmanların bu eleştiriler karşısındaki yaklaşımları detaylı bir şekilde ele alınmıştır. Freud, pek çok eleştiri almış olsa da, insan davranışlarını anlamak adına yaptığı katkılar son derece önemli ve değerli olmuştur. Freud'un psikanaliz kuramı, alanındaki büyük tartışmalarla birçok önemli gelişmeye zemin hazırlamıştır.

Sonuç olarak, Psikanalitik kuram, tek başına her sorunu açıklamak için yeterli olmayabilir ancak, diğer terapi teknikleri ve yaklaşımlarla birleştirildiğinde çok daha kapsamlı ve etkili çözümler sunabilir. Bu nedenle sosyal hizmet uzmanlarının psikanalitik teorilerin yanı sıra günümüzün diğer yaklaşımlarını da dikkate alarak çok yönlü müdahaleler geliştirmeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- 1.Adler, A. (2011). *İnsan Doğasının Anlamı*. İstanbul: Say Yayınları.
- 2.Atalay, F. (2008). Psikanalizin Sınırlılıkları ve Eleştirileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1.
- 3.Atkinson, R. C., Atkinson, R., Smith, E. E., Bem, D. J., Hoeksema, S. N. (2014). *Psikolojiye Giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- 4.Bayram, S. (2019). *Aile Terapisi: Kuram ve Uygulama*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- 5.Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- 6.Duyan, V. (2016). *Sosyal Hizmet Kuram ve Yaklaşımları*. Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Yayınları
- 7.Freud, S. (1915). *Bilinçdışı*. İstanbul: Metis Yayınları.
- 8.Freud, S. (1936). *Ego ve Savunma Mekanizmaları*. İstanbul: Payel Yayınları.
- 9.Freud, S. (2016). *Psikanaliz Üzerine*. İstanbul: Metis Yayınları.
- 10.Goldstein, E. G. (2001). *Sosyal Hizmet Uygulamalarında Nesne İlişkileri Teorisi ve Benlik Psikolojisi*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- 11.İnanç, B.Y. & Yerlikaya, E.E. (2014). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- 12.Jones, B. (2018). Psikanalitik Yaklaşımın Kültürel Bağlamda Eleştirisi. *Psikoloji ve Kültür Dergisi*, 5(1), 112-125.
- 13.Jung, C. G. (2019). *Ruhun Arketipleri*. İstanbul: Kabalıcı Yayınları.
- 14.Klein, M. (2015). *Haset ve Şükran*. İletişim Yayınları.
- 15.Kohut, H. (2018). *Kendilik Psikolojisi*. Literatür Yayınları.
- 16.Popper, K. (2002). *Bilimsel Araştırmanın Mantığı*. TÜBİTAK Yayınları.
- 17.Sabuncuoğlu, Z. (2001). *Örgütsel Psikoloji*. Ezgi Kitabevi.
- 18.Sayar, K. (2020). *Ruhun Labirentleri*. Timaş Yayınları.
- 19.Smith, A. (2020). Psikanalitik Yaklaşımın Eleştirel Bir Bakış. *Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 45-60.
- 20.Turan, N. (2018). *Traum ve Psikoterapi*. Alfa Yayınları.
- 21.Tuzcuoğlu N. (1995); *Psikanaliz Kuramı ve Özellikleri*. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 275-285



KESİŞİMSSEL KURAM VE SOSYAL HİZMET INTERSECTIONAL THEORY AND SOCIAL WORK

Güldane KAYA DİLEK

Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, guldaneKayadilek@posta.mu.edu.tr
OCRİD: <https://orcid.org/0009-0007-7523-015X>

ÖZET

Bu makale, kesişimsellik kuramını sosyal hizmet mesleği bağlamında ele alarak kuramın ayrımcılıkla mücadele ve toplumsal adaletin sağlanmasındaki önemini vurgulamaktadır. Kesişimsellik, bireylerin toplumsal kimliklerinin (ırk, cinsiyet, sınıf, vb.) birbiriyle etkileşim halinde olduğunu ve bu kimliklerin kesişiminin özgün dezavantajlar yarattığını savunur. Kimberlé Crenshaw tarafından geliştirilen kuram, toplumsal eşitsizliklerin çok boyutlu yapısını anlamada güçlü bir araç sunar. Bu makale, sosyal hizmet uygulamalarında kesişimsellik yaklaşımının, özellikle dezavantajlı grupların (örneğin göçmenler, Roman kadınlar, engelli bireyler) sorunlarını çözmek ve kapsayıcı sosyal politikalar geliştirmek için nasıl kullanılabileceğini inceler. Sosyal hizmet uzmanlarının, güç ve ayrımcılık dinamiklerini analiz ederek eşitlikçi yaklaşımlar geliştirmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Kesişimsellik kuramı, bireylerin yaşam deneyimlerini anlamak ve sosyal adaleti sağlamada önemli bir yol gösterici olarak öne çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kesişimsellik, Feminist Sosyal Hizmet, Toplumsal Eşitsizlik

This article explores the intersectionality theory within the context of social work, emphasizing its significance in combating discrimination and promoting social justice. Intersectionality posits that individuals' social identities (e.g., race, gender, class) interact and create unique disadvantages at their intersections. Developed by Kimberlé Crenshaw, the theory provides a robust framework for understanding the multidimensional nature of social inequalities. The article examines how the intersectional approach can be applied in social work practices, particularly to address the challenges faced by disadvantaged groups such as immigrants, Romani women, and individuals with disabilities. It underscores the need for social workers to analyze power and discrimination dynamics to develop equitable solutions. Intersectionality emerges as a vital tool for

understanding lived experiences and advancing social justice through inclusive and informed policies.

Keywords: Intersectionality, Feminist Social Work, Social Inequality

GİRİŞ

Sosyal hizmet mesleğinin temel amacı; sosyal adalet ve insan haklarını temel alarak herkes için eşit bir dünya kurmaktır. Bu amaca yönelik olarak sosyal hizmet uzmanının çalıştığı gruplara dair mesleki yeterliliğe sahip olması, müracaatçılara sunulan hizmetlerde bireyin onurunun ve değerinin önemi üzerine durulması, sosyal politika çalışmalarında birey ve toplumların sosyal adalete katkı vermesi beklenmektedir. Feminist sosyal hizmet uygulamaları bu beklentiye cevaplar niteliktedir. Bu bağlamda; "kesişimsellik yaklaşımının" bu beklentilere cevap niteliğinde geliştirilen ve açıklayıcı yanı en yüksek olan kuramlardan biri olduğu düşünülmektedir.

1. KESİŞİMSELLİK VE KESİŞİMSSEL KURAM

Kesişimsellik kavramı feminist bakış açısının temel aldığı tek tip kadınlık tezinin reddi üzerine inşa edilmiştir. Kavram, kadınların ataerki toplum yapısındaki dezavantajlı durumuna ve bu durum karşısında maruz kaldıkları eşitsizliklere vurgu yapar.

Kesişimsellik kavramı siyahi Amerikalı bilim insanı Kimberlé Crenshaw (1989, 1991) tarafından ırk ve toplumsal cinsiyet ayrımının ortaya çıkardığı ayrışmayı ve ayrışmanın kesişimini ve bunun farklı ve özel bir durum oluşturduğunu belirtmek için kullanılmıştır (Aybars, 2011). Bununla beraber başka bir görüş olarak, Schiek ve Lawson (2011) daha önce benzer durumu değişik kavramlarla açıklamıştır. Crenshaw'a göre kesişimsellik:

Azınlık grubundan bir kadın, şehrin ana geçiş yolunda dolaşırken ortaya çıkmaktadır. 'İrkçiliğim yolu' ana otoyoldur. Bu yolla kesişen yollardan biri sömürgeciliğin yolu, bir diğeri ise ataerkilliğin yolu olabilir... Yolda dolaşan bu kadın, baskının sadece bir biçimi ile değil, her biçimiyle uğraşmak zorundadır.

Baskı biçimleri yol adlarıyla da birleşerek, ikili, üçlü, çok boyutlu ve çok katmanlı baskı örüntüleri oluşturmaktadır. (Crenshaw, 2001).

Kesişimsellik kişilerin toplumsal cinsiyet, ırk, sosyal sınıf, cinsellik gibi sosyal kategorilerinin içerisinde aynı anda konumlandığını ve tek bir sosyal kategoriye odaklansak bile bu kategoriye diğer kategorilerden ayrıştırılmış bir şekilde değerlendiremeyeceğini vurgulamaktadır (Phoenix, 2006). Bu duruma örnek vermek gerekirse; göçmen ya da mülteci olan bir kişinin zaten olumsuz durumlarla karşılaşması mümkünken, “mülteci bir kadın” kimliğine sahip olan kişiyi göçmen olmasının dışında farklı olumsuz durumlara da açık hale getirebilir. Yaşanılan bu durum ise göçmen olmak ya da yalnızca kadın olmak ile açıklanamaz. Bu iki kimliğin birleşiminin kendisine özgü dezavantajları vardır.

Kesişimsellik kavramı, bireyin kimliğini oluşturan ırk, cinsiyet ve cinsel yönelim gibi çoklu boyutların etkileşimi şeklinde de tanımlanmaktadır. Bu kesişen kimliklere yönelik ayrımcılık, işyerinde veya toplumsal normlardaki gibi farklı düzeylerde oluşabilmektedir. Bununla birlikte ayrımcılık yalnızca bu kesişen kimliklerle sınırlı değildir. Aynı zamanda kişinin yaşına, engellilik durumuna, yaşadığı topluma, aile yapısına veya uyruğuna bağlı olarak da ortaya çıkabilmektedir (Kahraman Güloğlu, 2017).

Kesişimsellik, sosyal-yapısal faktörlerin, teoriler ve kimliklerin karşılıklı bağlılıklarını, ayrılmaz bir şekilde karmaşık etkileşimlerle örtüştüklerini ve iç içe geçerek bölünmezliğini tanımlamaktadır. Böylece toplumda farklılıkları nedeniyle benzer süreçlerde baskı, ötekileştirme ve ayrıcalık yaşayanların ayrıntılı ve daha kolay anlaşılmasını sağlar. Kavram sosyal olarak inşa edilen toplumsal cinsiyet, ırk/etnik köken, cinsel yönelim, milliyet, ekonomik durum, maneviyat gibi iç içe geçerek karmaşıklaşan faktörlerin deneyimlerini aktarır (Zerbe Enns, 2023).

Sosyal hizmet mesleği de sosyal adaleti sağlayarak ayrımcılığın her türlü ile mücadele ederek bir toplumda yaşayan her bir birey için eşitliğin sağlanmasını amaçlamaktadır. Bu bağlamda sosyal adaletin sağlanabilmesi için sosyal hizmet uzmanlarına büyük görev düşmektedir. Sosyal adaletsizlik sosyal hizmet alanındaki uzmanların karşısına çıkan sorunların temelini oluşturmaktadır (Tuncay ve Tekin, 2021).

Crenshaw (1993) kesişimselliği birden fazla dezavantajlı olarak nitelenen ırk ve cinsiyet ayrımcılığı kavramlarının ayrı ayrı ve geleneksel sınırlar içerisinde anlaşılmasının mümkün olmayacağını göstermek için kullanmıştır. Yine ona göre kesişimsellik kavramı siyahi kadınların istihdam tecrübelerinin birçok açıdan şekillenmesinde, ırk ve toplumsal cinsiyetin karşılıklı etkileşiminin çeşitli yollarını ifade etmektedir. Bu kavram Batıda her ne kadar

90'lı yılların başlarında ortaya çıksa da ülkemizde 2010 yılı sonrasında literatürde yer etmeye başlamış olup bu alanda yapılan çalışmalarda Roman kadınlar ile yapılan çalışmalar ön plana çıkmaktadır.

Kesişimselliğe dair son çalışmalarda ise göç, sınır geçişleri, yerinden edilme, mülteci statüsü, melez ve üçüncü kültür kimlikleri, sömürgeci miraslar, çeşitli diasporik topluluklar ve çeşitli yerli kimlikler gibi küresel dünyanın karmaşıklaşmış gerçeklerine değinilmektedir. Böylelikle emperyalizmin, ekonomik sömürünün, küresel aktörlerin toplumsal cinsiyet üzerindeki karmaşık etkilerini incelemek için kesişimsel kuramın öğretileri kullanılmaktadır. Dolayısıyla marjinalleştirilmiş ve az temsil edilen grupların deneyimlediği baskı ve karmaşıklaşmış süreçler ele alınmaktadır. Kesişimsellik insanları dünyanın karmaşıklığına erişim sağlayan bir araç olarak tanımlamakta ve küresel düzeyde işleyen ve birçok sosyal sınıflandırmayı kapsayan güç sistemlerinin bir çerçevesini sunmaktadır. Aslında ayrı süreçler olarak incelenen düzeylerin iç içe geçtiği eşitsizlik rejimlerini anlamak için bir yöntem olarak görülebilir. Bu nedenle sadece azınlık ya da dezavantajlı grupların değil, sosyal hiyerarşilerin tüm dinamiklerine odaklanmaktadır. Bu bağlamda, kesişimsellik sosyal kategorilerin birleşimlerini, deneyim ve algıları daha iyi anlamak için bir araç olarak sunar (Rosette vd. 2018; Zerbe Enns, 2023).

2. KESİŞİMSELLİĞİN TÜRLERİ

Öncelikle Kimberle Crenshaw (1991), makalesinde “siyah kadın”ların tecrübelerini ev içi şiddet ve tecavüz olayları bağlamında inceleyerek üç farklı kesişimsellikten bahsetmiştir. Bunlar; yapısal kesişimsellik, siyasi kesişimsellik ve temsili kesişimselliktir.

2.1 Yapısal Kesişimsellik

Yapısal kesişimsellik, bireylerin ve grupların toplumsal yapılar içerisindeki kesişen kimlikleri üzerinden nasıl farklı şekillerde dezavantaj veya avantaj yaşadıklarını inceleyen bir kavramdır. Yapısal kesişimsellik, siyah kadınların ırk ve toplumsal cinsiyetin kesişimindeki konumlarından dolayı, beyaz kadınlardan nitelik olarak farklı tecrübelere sahip olduğu anlamına gelmektedir. Özellikle toplumsal ve kurumsal düzeydeki güç dinamiklerine odaklanır ve bu güç dinamiklerinin bireyler üzerindeki etkilerini anlamaya çalışır (Crenshaw, 1991).

Toplumsal ve Kurumsal Yapılar: Bu yapılar; yasalar, politikalar, eğitim sistemi, sağlık hizmetleri, işgücü piyasası ve diğer kurumsal çerçeveleri içerir. Yapıların tasarlanma ve uygulanma biçimleri, farklı kimliklere sahip bireyler üzerinde değişik etkiler yaratmaktadır. Bu bağlamda Crenshaw Los Angeles'ta bir sığınma evinde kalmakta olan aile içi şiddet mağduru kadınları incelemiştir (Crenshaw, 1991).

Güç ve Erişim: Yapısal kesişimsellik, güce ve kaynaklara erişimin farklı gruplar arasında nasıl dağıldığını anlamaya çalışarak erişebilme veya dışlanma düzeylerini belirlemeyi hedefler.

Eşitsizliklerin Kesişimi: Irk, cinsiyet, sınıf, cinsel yönelim, engellilik gibi farklı eşitsizlikler, yapısal düzeyde birbirleriyle kesişir ve bir arada bulunarak karmaşık bir dezavantaj ağı oluşturur. Örneğin, siyah bir kadının hem ırkçılık hem de cinsiyetçilik deneyimlerini yaşaması, bu deneyimlerin tek başına yaşananlardan daha karmaşık ve yoğun olmasına neden olur.

Politikalar ve Reformlar: Toplumsal politikaların ve reformların, farklı kesişen kimliklere sahip bireyler üzerindeki etkilerini değerlendirir. Örneğin, belirli bir sosyal yardım programının hem kadınlar hem de düşük gelirli gruplar için nasıl farklı sonuçlar doğurabileceğini incelenir(Crenshaw, 1991).

Yapısal kesişimsellik, toplumsal adaleti ve eşitliği sağlamaya yönelik politikaların ve müdahalelerin tasarımında kritik bir rol oynar. Bu yaklaşım, farklı kimlik özelliklerinin ve bunların kesişimlerinin, toplumsal yapıların nasıl işlediği üzerindeki etkilerini anlamaya çalışarak, daha kapsayıcı ve adil çözümler üretmeyi amaçlar (Crenshaw, 1991).

2.2 Siyasi Kesişimsellik

Siyasi kesişimsellik, kesişimsellik teorisinin politik süreçler ve yapıların analizinde uygulanmasıdır. Bu kavram, bireylerin ve grupların kimliklerinin (cinsiyet, ırk, sınıf, cinsel yönelim, engellilik durumu, yaş, din, vb.) birbirleriyle nasıl kesiştiğini ve bu kesişimlerin siyasi güç dinamikleri üzerindeki etkilerini inceler. Siyasi kesişimsellik, politika yapımında, temsil ve katılım süreçlerinde ve siyasi mücadelelerde bu kimliklerin nasıl dikkate alındığını ve etkilediğini anlamaya çalışır (Crenshaw, 1991).

Temsil ve Katılım: Kesişen kimliklerin siyasi temsil ve katılım üzerindeki etkilerini incelenmekte olup, dezavantajlı/marjinal grubun karşılaştığı zorlukların neler olduğu ve nasıl birleştiği ele alınmaktadır.

Politika Yapımı: Politika yapım süreçlerinde farklı kimliklerin tanınması ve bu politikaların çeşitli gruplar üzerindeki farklı etkileri analiz edilmektedir.

Siyasi Güç ve Erişim: Farklı kesişen kimliklere sahip bireylerin siyasi güç ve karar alma süreçlerine erişimleri incelenmekte olup, sınıf, ırk ve cinsiyet gibi faktörlerin bireylerin siyasi süreçlere ne kadar dahil olabildiğini nasıl etkilediği analiz edilmektedir.

Siyasi Müttefiklik ve Koalisyonlar: Farklı grupların siyasi müttefiklik ve koalisyon kurma süreçlerinde kesişimselliğin rolü incelenmektedir(Nash, 2011).

Siyasi kesişimsellik, daha kapsayıcı ve adil politikalar üretmeyi hedefleyerek, politika yapıcılarının ve sosyal hareketlerin, farklı kimliklerin kesişen dinamiklerini dikkate alarak daha etkili ve adil çözümler geliştirmelerine yardımcı olur (Crenshaw, 1991).

2.3Temsili Kesişimsellik

Bireylerin ve grupların medya, politika, akademi ve diğer kamusal alanlarda nasıl temsil edildiğini inceleyen kesişimselliğin türüdür. Özellikle temsiliyetin, toplumsal güç dinamiklerini nasıl yansıttığını ve bu temsillerin, farklı kesişen kimliklere sahip bireylerin deneyimlerini nasıl etkilediğini analiz eder (Crenshaw, 1991).

Medya Temsilleri: Medyada farklı kimlik gruplarının nasıl temsil edildiği incelenmekte olup, grup veya bireylerin medyada nasıl görüntülediği ve bu temsillerin toplumsal algılar üzerindeki etkileri incelenmektedir (Nash,2011).

Siyasi Temsil: Farklı kesişen kimliklere sahip bireylerin siyasi alanda nasıl temsil edildiği ve bu temsillerin siyasi karar alma süreçlerine nasıl yansıdığı incelenir.

Akademik Temsil: Akademide, farklı kesişen kimliklere sahip bireylerin nasıl temsil edildiği ve bu temsillerin bilgi üretimi ve akademik tartışmalar üzerindeki etkilerini araştırır (Nash, 2011).

Kültürel Temsiller: Popüler kültürde, sanat ve edebiyatta farklı kimliklerin nasıl temsil edildiğini ve bu temsillerin toplumsal normlar ve değerler üzerindeki etkilerini araştırır (Crenshaw, 1991).

Crenshaw'ın bu yaklaşımı dışında günümüzde (ikinci kuşak denilebilir) kesişimselliği yine 3 ayrı çerçevede ele almak mümkündür. Bunlar araştırmacılara kesişimsellik üzerine yapılan çalışmalarda uygun bir çerçeve seçimi ve tanımlama yapmaları için yol gösterici olabilir. Ayrıca bu açıklamanın kuramın, teorik tutarlılığını artırarak kesişimselliğin daha geniş bir araştırma ve uygulama sahasına entegre edilmesini sağlayacağı düşünülmektedir.

Birincil Kesişimsellik (Primary Intersectionality)

Crenshaw'ın çalışmalarıyla temellendirilen kesişimsellik kuramı odağına toplumsal adaletsizlikler ve ırk-cinsiyet bazlı eşitsizlikleri almaktadır. Siyah kadınların ırk ve cinsiyet kesişiminde maruz kaldıkları eşitsizliklere odaklanır. Temel bir grubu ya da tekil alanların farklı düzeylerdeki kesişimselliğini incelenmesi açısından net bir odak sağlamaktadır. Ancak siyah kadınlar örneğinde olduğu gibi diğer kesişen kimlikler veya grupların kapsam/analiz dışında bırakılmasına neden olabilmektedir.

Pragmatik Kesişimsellik (Pragmatic Intersectionality)

Sosyal eşitsizlik odağı zorunluluğu olmadan ancak gerektiğinde bu odağı da hedefine alan farklı kimlik

gruplarının kesişimlerini inceleyerek bağlamsal bir analiz sunmaktadır. Tüm dezavantajlı/marjinal grupları hedefine almakta olup, alanda çalışmacıya çeşitli bağlamlara uygulanabilir, esnek ve geniş kapsamlı bir seçenek sunar. Bununla birlikte bazen bu durum araştırmacının kesişimselliğin başlangıçtaki toplumsal adalet ve eşitsizlik odaklı özünden uzaklaşmasına neden olabilir.

Çoğulcu Kesişimsellik (Pluralistic Intersectionality)

Eşitsizliklere odaklanmadan, farklı sosyal kimliklerin birbiriyle nasıl kesiştiğini, kimliklerin çeşitliliğini ve kesişimlerin bireysel etkilerini açıklamaktadır. Çok geniş bir perspektif sunması ve farklı toplumsal kimliklere odaklanması nedeniyle hem baskın hem de marjinal grupları içermektedir. Geniş perspektifi nedeniyle sosyal eşitsizliklerin yapısal analizine yeterince derinlik sağlamaması ise eleştirilere neden olmaktadır (Weldon, 2008; Rosette vd., 2024).

3. KESİŞİMSELLİK KURAMININ TEMEL İLKELERİ

Toplumsal kimliklerin birbirleriyle nasıl kesiştiğini, bu kesişimlerin bireylerin yaşam deneyimlerini ve toplumsal eşitsizlikleri nasıl etkilediğini inceleyen kesişimsel kuramın temel ilkeleri Crenshaw'ın çalışmalarıyla başlayarak farklı bilim insanlarının katkılarıyla teorik bir çerçeve sunmaktadır. Kesişimsellik kuramının temel ilkelerini şu başlıklar altında saymak mümkündür (Nash,2011).

Çoklu Kimliklerin Eşzamanlı İncelenmesi: Bireylerin deneyimleri tek bir kimlik kategorisiyle açıklanamaz. Kimlikler (cinsiyet, ırk, sınıf, cinsel yönelim, vb.) birbiriyle iç içe geçmekte olup birlikte incelenmeleri gerekmektedir (Crenshaw, 1989). Crenshaw'ın, siyah kadınlar örneğinde olduğu gibi ırk ve cinsiyet temelli ayrımcılığın her ikisi birlikte onların günlük yaşamlarını şekillendirir (Nash, 2011). Başka çalışmalarda da cinsiyet ve obezite, ırk ve cinsel taciz gibi çeşitli konular sosyal eşitsizliğin farklı düzeylerini yaşayarak gündelik yaşamlarının etkilendiğini göstermektedir (Rosette vd., 2024).

Güç ve Ayrımcılığın Kesişen Dinamikleri: Toplumsal güç dinamikleri ve ayrımcılık biçimleri birbiriyle kesişir ve bireylerin toplumdaki konumlarını belirler. Kesişimsellik kuramı, ırkçılık, cinsiyetçilik, sınıf ayrımcılığı, homofobi gibi farklı ayrımcılık biçimlerinin birbirleriyle nasıl etkileşime girdiğini ve bu etkileşimlerin bireylerin yaşamlarını nasıl karmaşıklaştırdığını inceler(Crenshaw, 1989). Aynı zamanda sosyal tabakalaşmanın belirli grupların dezavantajlı olduğu güç dinamiklerini nasıl yarattığını anlamamıza yardımcı olur. Toplumda belirli gruplar dezavantajlı veya değersizleştirilirken, diğerleri avantajlı veya değerlidir ve bu nedenle kaynaklara, ödüllere ve fırsatlara daha fazla erişim sağlarlar (Rosette vd., 2024)

Yapısal Eşitsizliklerin İncelenmesi: Kesişimsellik, bireylerin karşılaştığı eşitsizliklerin yapısal ve kurumsal düzeyde nasıl işlediğini anlamayı hedefler. Yasalar, politikalar, eğitim ve sağlık sistemleri gibi kurumsal yapılar, farklı kimliklere sahip bireyler üzerinde çeşitli etkiler yaratabilir. Hukuk sistemleri ve sosyal politikalar, kesişen kimliklere sahip bireylerin ihtiyaçlarını göz ardı edebilmektedir (Crenshaw, 1989).

Temsil ve Görünürlük: Kesişimsellik, medyada, politikada ve diğer kamusal alanlarda farklı kimlik gruplarının temsillerini analiz eder. Temsiliyet eksikliği veya yanlış temsiller, kesişen kimliklere sahip bireylerin maruz kaldığı ayrımcılığı pekiştirebilir. Bu ilke, temsillerin toplumsal algılar üzerindeki etkilerini anlamayı amaçlamaktadır (Crenshaw, 1989).

Empati ve Kapsayıcılık: Kesişimsellik, sosyal adalet mücadelesinde daha kapsayıcı ve adil yaklaşımlar geliştirmeyi teşvik eder. Bu, farklı kimliklerin ve bu kimliklerin kesişimlerinin toplumsal yapı ve politikalar üzerindeki etkilerini dikkate alarak gerçekleştirilir. Crenshaw, sosyal hareketlerin ve politikaların, kesişen kimliklerin deneyimlerini göz önünde bulundurarak daha etkili olabileceğini savunmaktadır (Crenshaw, 1989).

Bu ilkelerle birlikte her bir kişinin aynı anda karşılıklı olarak kurucu veya baskın olan birden fazla toplumsal kategoriye ait olabileceği belirtilmektedir. Bireyler veya gruplar demografik içerik olarak hem alt hem de baskın sosyal kategorilerde yer almakta olabileceğinden her zaman sosyal eşitsizliğe odaklanmak yerine benzersiz algılara ve deneyimlere odaklanması çağdaş araştırmalarda yeni bir ilke olarak karşımıza çıkmaktadır (Rosette vd., 2024).

4. KESİŞİMSELLİK VE SOSYAL HİZMET ALANINDA KESİŞİMSELLİK

Sosyal hizmet, bireylerin ve toplumun refahını artırmayı, sosyal adaleti sağlamayı ve dezavantajlı grupları desteklemeyi amaçlayan bir alandır. Ancak sosyal hizmet uzmanlarının alanda karşılaştıkları sorunların genellikle tek bir disiplini kapsamadığı fark edilmiştir. Bu noktada, kesişimsellik kavramı önem kazanmıştır. Afyonoğlu (2020) kesişimselliğin feminist sosyal hizmette insan çeşitliliğini anlatırken kullanıldığını belirtirken kesişimsel yaklaşımın Sosyal Hizmet Eğitimi Konseyi tarafından mesleki yeterlilikte bir standart olarak belirlendiğini belirtmektedir.

Kesişimsellik yaklaşımı çalışma hayatındaki birçok eksikliği ortaya çıkarmıştır. Örneğin kadınların iş hayatındaki sorunları ya da kadın erkek eşitliğinin sağlanamaması hakkında araştırma yaparken özel gereksinime muhtaç kadınların dışlanması kesişimsel bir yaklaşımın olmadığı anlamına gelmektedir. Aynı zamanda bu durum yapılan çalışmanın tüm kadınları

kapsamadığını göstermektedir. Bu şekilde bir çalışma yapılması insan yelpazesini göz ardı etmektedir. Kesişimsel bir çözümleme bireylerin kesişimsel deneyimlerini ifade edebilmek için önemli bir bakış açısı ortaya koymaktadır ve bu konunun geliştirilmesi oldukça önem arz etmektedir. Bu çalışmada dezavantajlı bireylerle sosyal hizmet uygulamaları yapılırken kesişimsel kuramın göz önünde bulundurulması oldukça önem arz etmektedir.

Sosyal hizmetin, baskı ve eşitsizliğe meydan okuyarak cinsiyet, cinsellik, sınıf ve ırkla ilgili tüm düzeylerdeki karmaşık ve çok katmanlı ilişkileri kesişimsellik kuramı ile ele alabilmesi mümkündür. Sosyal hizmet baskı ve eşitsizliklerin bu çoklu etkileşim nedeniyle etkisizleştirilme ve tespit edilmeme riskini bu kuramla inceleme olanağı bulacaktır. Cinsiyet, cinsellik, sınıf, ırk vb. arasındaki etkileşimi ve karmaşıklığı odaklayan kesişimsel bir yaklaşım kullanılarak, merkezi güç ilişkilerini odakta tutma kapasitesine sahip olunabilir (Mattsson, 2014).

Kesişimsel kuram, ilk olarak insan yaşamının karmaşıklığını yakalamaya çalışarak odağı toplumsal ve bireysel faktörlere yönlendirir. Böylece sosyal hizmet, bireylerin yaşamlarını ve sosyal fenomenleri çok yönlü şekillerde anlamalarına yardımcı olur. İkinci olarak, kesişimsellik, güç ve ayrıcalığı koruyan kurumları, grup sınırlarını ve yapıları zorlar ve toplumsal değişim için bir mekanizma olarak işlev görür(Heino vd., 2024). Üçüncü olarak, kesişimsellik eleştirel öz-yansıtma için araçlar sağlayarak sosyal hizmet uygulamalarının egemenlik ve baskıya dayalı ilişkileri nasıl desteklediğine dair bir anlayış yaratır (Mattsson 2014, 8). Diğer taraftan kesişimsel kuram ile sosyal hizmet uzmanları farklı toplumsal kategoriler içinde kendi konumlarına odaklanarak öz-farkındalıkları ön plana çıkarır. Böylece uzmanlar, toplumsal kategoriler içindeki konumunu kabul ederek güç kullanımına ilişkin normalleştirme ve basitleştirilme davranışlarını daha kolay kullanır hale gelirler (Heino vd., 2024).

Kesişimsel yaklaşım, bir çalışmada farklı ayrımcılık temellerinin bir arada ve aynı zamanda işlevsel olabileceğini dikkate alan bir yaklaşımdır. Böyle bir yaklaşım özellikle engelli kadınların, yaşlı kadınların, göçmen kadınların, göçmen engelli kadınların hayat akışında karşılaştıkları ayrımcılıkları gözler önüne sermektedir.

Ülkemizde bu alanda yapılan çalışmaların 2010 yılı sonrasında artmış olduğu, yapılan çalışmalarda kesişimsel kuramın göç, toplumsal eşitsizlik, feminizm, Suriyeli ve Afgan mülteciler, Roman kadınlar, engelli bireylerin uğradığı eşitsizlikler, LGBT gibi konuların yer aldığı, kesişimsel kuramın çıkma amacı olan siyahi kadınların uğradığı eşitsizliklerin ülkemiz açısından bakıldığında bizde böyle bir sorunun olmaması açısından

kullanılan literatürde de bir kısır döngü yaşandığı görülmüştür (Coşgun & Türköz, 2023).

SONUÇ

Kesişimsel yaklaşım; 1990'lı yılların başında Crenshaw tarafından ortaya atılmış olsa da günümüzde literatürde yeri hala az olan bir kuramdır. Amerika'da ortaya atılan ve dünyada gelişen kesişimsel kuram ile ilgili çalışma yapan birçok bilim insanı olmasına rağmen ülkemizde halen yeni bir yaklaşımdır. Kesişimsel kuram, sosyal hizmet alanında bireylerin maruz kaldığı ayrımcılık, ötekileştirme ve eşitsizlikleri anlamada ve bu sorunlara etkili çözümler geliştirmede kapsamlı bir çerçeve sunmaktadır. Toplumsal cinsiyet, ırk, sınıf, engellilik ve diğer sosyal kategorilerin birbirleriyle kesiştiği noktalarda oluşan karmaşık güç dinamikleri, bireylerin yaşamlarını derinden etkilemektedir. Sosyal hizmet mesleği, bu dinamikleri ele alarak bireylerin ve toplumların refahını artırmayı hedeflerken, kesişimsel kuramdan yararlanarak daha kapsayıcı, adil ve etkili müdahaleler gerçekleştirebilir. Yukarıda da vurgulandığı gibi, bu kuramın sağladığı çok boyutlu analiz yeteneği, sosyal adaletin sağlanmasına yönelik çalışmalarda önemli bir araçtır.

Kesişimsel yaklaşımın sosyal hizmet alanındaki önemi, dezavantajlı gruplarla yapılan uygulamalarda ve sosyal politika geliştirme süreçlerinde daha kapsayıcı bir perspektif sunmasından kaynaklanmaktadır. Bu çerçeve, bireylerin sadece bir kimliği üzerinden değerlendirilmesi yerine, geniş kimliklerini ve bu kimliklerin yarattığı özel dezavantajları dikkate almayı gerektirir.

Bu kuram, sosyal politikaların ve müdahalelerin tasarlanması sırasında, farklı sosyal kimliklerin kesişimlerinin yaratabileceği dezavantajların dikkate alınmasını, sosyal hizmet eğitimi müfredatına eklenerek geniş kimliklerin yarattığı karmaşık dinamiklerin anlaşılmasını ve bu doğrultuda mesleki yeterliliklerin geliştirilmesini, marjinal gruplar farklı düzeylerde araştırmalar yapılarak anlaşılmasını, karşılıklığın ve karmaşıklığın sosyal faktörler içerisinde anlaşılabilir kuramlar arası işbirliği çalışmalarının ne denli önemli olduğunun ve sosyal hizmet uygulamalarında, bireylerin farklı kimliklerine eşit şekilde yaklaşan ve bu kimliklerin kesişimlerini anlamaya çalışan kapsayıcı bir yaklaşımdır.

KAYNAKÇA

- 1.Afyonoğlu, M.F. (2020). Sosyal çalışmada kesişimsellik. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(2), 699-725.
- 2.Aybars, A. İ. (2011). *Women with Disabilities in Turkey and France*. D. Schiek ve A. Lawson (Ed.). European Union Non-Discrimination Law and Intersectionality, Investigating the Triangle of Racial, Gender and Disability Discrimination (s.79-95) içinde. England: Ashgate Publishing Limited.

3. Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *The University of Chicago Forum*. 1989(1), 139-167.
4. Crenshaw, K. (2001). *Mapping the Margins: Intersectionality, Identity Politics and Violence against Women of Color*. World Conference Against Racism.
5. Crenshaw, K. (1991). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *JSTOR*. 43(6), 1241-1299.
6. Crenshaw, K. (1993). Mapping the Margins: Intersectionality, Identity Politics, and Violence Against Women of Color. *Stanford Law Review*. 43(6), 1241-1299.
7. Coşgun, M. ve Türköz, Ş. (2023). Kesişimsellik kavramı üzerine hazırlanan lisansüstü tezlerin analizi (2011-2022). *Anadolu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(3), 101-123.
8. Heino, E., Kara, H., Tarkiainen, L., Tapola-Haapala, M. (2024). Master's-level social work students' definitions of intersectionality in relation to social work practice in Finland, *Nordic Social Work Research*, 14(4), 545-558
9. Kahraman-Güloğlu, F. (2022). *Sosyal Hizmette Çoklu Ayrımcılıklarla Mücadele İçin Kesişimsel Yaklaşım*. Fatma Kahraman Güloğlu (Ed.). *Sosyal Hizmet Çalışmaları 3* içinde, (s. 115-138). Ekin Yayınevi.
10. Mattsson, T. (2014). Intersectionality as a Useful Tool: Anti-Oppressive Social Work and Critical Reflection. *Affilia*, 29(1), 8-17.
11. Nash, J. C. (2011). Home truths on intersectionality. *Yale JL & Feminism*, 23(2), 445-470.
12. Phoenix, A. (2006). Interrogating intersectionality: Productive ways of theorizing multiple positioning. *Kvinder, Køn & Forskning*, 2 (3), 21-30.
13. Rosette, A.S., Li, X., Samuel, N., Petsko, C.D. (2024). From primary to pluralistic: A typology of intersectionality, *Current Opinion in Psychology*, 61, 1-6
14. Tuncay, T. ve Tekin, H. H. (2021). *Sosyal Hizmet Mesleğinin ABC'si*. Nika Yayınevi
15. Weldon, S.L. (2008). *Intersectionality, Women's movements, feminism and feminist movements* içinde (Ed. Goertz, G., Azur, A.G.). Cambridge University Press.
15. Zerbe Enns, C. (2023), *Intersectionality*, Encyclopedia of Mental Health içinde (Ed. Friedman, H.S., Markey, C.H.), Elsevier Inc.