

Bütüncül Yaklaşımında Kültüre Duyarlı PDR Hizmetleri

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 328
Seminer Serisi: 033

Bütüncül Yaklaşımda Kültüre Duyarlı PDR Hizmetleri

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Yayın hakları Psikoterapi Enstitüsü'ne aittir.

ISBN 978-605-7926-90-6

Birinci Baskı: Aralık 2020

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma Hazırlayan: Psikoterapi Enstitüsü Yayın Ekibi

Dizgi ve Kapak Tasarım: Yasemin Gümüş

Baskı: ENT Matbaa Yayın Reklam San. ve Tic. Anonim Şirketi
Merkez Efendi Mh. Mevlana Cd. Tercüman Sit. A-8 Blok No:118 No:54 K:13
Zeytinburnu – İSTANBUL

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ. GENEL MERKEZİ

Asmalı Mescit Mah. İstiklal Cad. Galatasaray Han, “*Terapi İş Merkezi
Beyoğlu*” Dış Kapı No: 120 D:42, Beyoğlu / İSTANBUL
Tel: 0212 243 2397

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ. DARICA ŞUBESİ

Bayramoğlu Mah. Fatih Sultan Mehmet Cad. “*Terapi İş Merkezi Bayramoğlu*”
Dış Kapı No: 285 D:29, Darica / KOCAELİ
Tel: 0262 653 6699

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ LTD. ŞTİ. ANKARA ŞUBESİ

Aşağı Öveçler Mah. 1324 Cad. “*Terapi İş Merkezi Ankara*” No:57/1,
Çankaya / ANKARA Tel: 0312 473 53 76

www.psikoterapi.com - www.psikoterapi.org - www.hipnoz.com

SUNUŞ

Değerli Dostlar,

Psikoterapi Enstitüsü olarak, öncelikle ruh sağlığı profesyonellerinin ya da ruh sağlığı ile ilgilenen kişilerin ihtiyaç duyacağı teorik bilgileri ve pratik/uygulamaya yönelik deneyimleri paylaşan özgün ve çeviri yayınlar ile literatüre katkıda bulunmayı hedefliyoruz. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Psikoterapi Enstitüsü'nün çalışmaları kapsamında gerçekleştirilen atölye çalışmaları, ulusal konferanslar, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Bu kitap, çeşitli kurum ve kuruluşlarda halka yönelik olarak gerçekleştirmiş olduğum konferansların deşifrelerinin derlemesi olma özelliğiyle özgün bir yayın niteliği taşımaktadır. Bu kitapta rehberlik hizmetlerinde bütüncül yaklaşım semineri, psikolojik danışmanlığa bütüncül yaklaşım, bütüncül psikoterapi bağlamında şiddet ve bağımlılık, bütüncül psikoterapi, kültüre duyarlı rölatif bütüncül terapi, cinsel istismarda bütüncül yaklaşım, sahici kendilik yolculuğu, benlik inşası konuları ele alınmaktadır

Konuya ilgi duyan okuyucuların yanı sıra klinisyenler, psikoterapistler ve araştırmacılar için başvuru kitabı niteliği taşıyan bu yayını sizlerle buluşturmaktan kıvanç duyarız.

Uz. Dr. Tahir Özakkaş

06.12.2020

Bayramoğlu /Darıca/Kocaeli

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM

Rehberlik Hizmetlerinde Bütüncül Yaklaşım Semineri3

2. BÖLÜM

Psikolojik Danışmanlığa Bütüncül Yaklaşım 103

3. BÖLÜM

Bütüncül Psikoterapi Bağlamında Şiddet ve Bağımlılık 119

4. BÖLÜM

Bütüncül Psikoterapi 155

5. BÖLÜM

Kültüre Duyarlı Rölatif Bütüncül Psikoterapi205

6. BÖLÜM

Cinsel İstismarda Bütüncül Yaklaşım.....243

7. BÖLÜM

Bütüncül Psikoterapi291

8. BÖLÜM

Sahici Kendilik Yolculuğu, Benlik İnşası.....321

Dizin341



12.12.2018



İzmir Okyanus Koleji PDR / İZMİR



<https://www.youtube.com/watch?v=lewCHmxmivo>

https://www.youtube.com/watch?v=byXiO_Pjpfk

<https://www.youtube.com/watch?v=Pn0ecbrs2PY>

1

Rehberlik Hizmetlerinde Bütüncül Yaklaşım Semineri

Tahir Özakkaş: Evet, merhabalar arkadaşlar. Daha önce benimle sohbetime iştirak eden arkadaşlarım bir el kaldırsın, var mı aranızda? Evet, yüzde beş ile on arasında bir kitle var. Diğer arkadaşların dinleme imkanı olmadılar. Konuşmalarım interaktif olur. İzin verirseniz interaktif bir sohbet yapmak istiyorum. Canınızı sıkmayacağım. Olur mu arkadaşlar? Evet diyenler? Hayır diyenler? Evet, bir tane şey var, aykırı var.

Şimdi interaktif demek; gönüllü arkadaşlar buraya gelecekler. Ben onlarla sohbet ederken bu güne kadarki tecrübelerimi incitmeden ve kırmadan, farkındalık düzeyinde, rehberlik, terapistlik ve doktorluk nasıl olur? Onu anlatmaya çalışacağım aklım erdiğince. Bu şekilde gönüllü arkadaş var mı aramızda? Bana yardımcı olacak, işlerimi kolaylaştıracak, deneyime dayalı bir şeyler öğrenecek. Buyurun, bir kişi, iki kişi, üç kişi, o aykırı tip özellikle gelsin! Dört kişi, ikinci kez geliyor torbalı. Beş kişi. Şimdi gelebilirsiniz. Şimdi gelebilirsiniz.

(Gönüllüler yavaş yavaş sandalyeler olan sahneye geçip oturuyorlar)

Gece rüyamda böyle bir sahne gördüm. O sahneyi gerçekleştirmek üzere bu arkadaşları çağırdım. Genelde on beş, yirmi dakika sonra o sahne gerçekleşirdi ama. Bana sordu nereye oturayım diye. Bana ne, nereye oturursan otur. Beş kişiye beş sandalye var böyle dizilmiş.

Arkadaşlar, kitaplardan mı öğrenirsiniz, hayattan mı öğrenirsiniz? Kitaplardan öğreniriz diyenler parmak kaldırsın. Hayattan öğreniriz diyenler? İkisinden de öğrenmem diyenler? Peki.

61 yaşındayım. Çok okuyan birisiydim. Yani, ta çocukluğumdan itibaren böyle bir okuma şeyi var. Kendimi anlamak, doğayı anlamak için hep kitaplardan gittim. Kitapları anlamaya çalıştım. Anladığım kitaplardan da kendimi anlamaya çalıştım. Halbuki 60 yaşına geldiğimde hiç de buna gerek olmadığını fark ettim. Kitaplar kendime ulaşmak için, doğaya ulaşmak için engel vazifesi görüyor. Aslında ben buradayım. İçim burada. Niye doğrudan ben kendime ulaşmıyorum da kitaplar vasıtasıyla kendime geliyorum, bunu idrak etme noktasına geldim. Ne demek istediğimi anlatacağım. Çok basit gibi gözüküyor ama en büyük problemimiz kendimize ulaşmak için araçlar koyduğumuzda ki araçlar başkalarının zihinlerinin ürettikleri malzemelerdir, kendinize yabancılaşırsınız. Onların metaforlarıyla ve diliyle kendinize ulaşsınız. Ruh sağlığı profesyonelliği alanında kendimize doğrudan ulaşabilmenin yolunu bulmamız lazım.

Bu arkadaşları çağırdım. Böyle bunları eğer izin verirlerse birer figür gibi kullanacağım, piyon gibi. O piyonları böyle satranç tahtasına bir yerlere koyacağım. Onlar da rollerini oynayacaklar. Razi mısınız?

Şimdi bir başlık konmuş “Rehberlik” diye. Ben anlamıyorum rehberliğin ne olduğunu. Psikolojik danışmanın ne olduğunu da anlamıyorum. Şimdi tabii kitaplardan birçok şey söyleyebilirim ama ben o kitapları attım. Yani 35 yıllık deneyimim, binlerce insanla görüşmem, ben o halkımın, benim milletimin insan özelliğinin ne olduğunu rehberliğe ne diyor, rehberine ne diyor? Benim anam, babam ne diyor? Danışmana ne diyor? Bizim buradaki meslek hizmetimiz ne olacak? Bunun ayırdımını nasıl yapacağız? Ben bildiğimce anlatacağım size.

Ayşe Devrim’e dedim ki; “Ayşe ya, sen rehberlik mezunusun. Doktoranı yaptın. Bu rehberlikle danışmanlık, psikolojik danışmanlık arasındaki sınır nerde başlıyor, nerde bitiyor? Bunu bana anlatsan da, bilimsel bir hata yapmasam.” Valla “hocam ben tam bilmiyorum.” Dedi. “Kız sen doktorasını yapmış birisin, nasıl bilmiyorsun? Sen bilmiyorsan ben hiç bilmiyorum.” dedim. Anlatabildim mi? “O zaman Ayşe de bilmiyorsa ben kafama göre anlatayım” dedim. Var mısınız arkadaşlar?

Şimdi bir tane rehberlik alanı var. Şöyle; ben çocukluğumdan beri bazı insanları ben kendime rehber edindim. Öğretmenimi rehber edindim, annemi rehber edindim, babamı rehber edindim. Mahallede mesela Artin vardı, Artin’i rehber edindim. Cüneyt vardı, Cüneyt’i rehber edindim. Benden büyüktü. Onlar gibi yürümeye başladım, onlar gibi sigara içmeye başladım falan. Çok rehberim oldu. Hala da rehberim var. Birçok şeyi rehber ediniyorum. Rehberlik böyle bir şey mi? Rehberlik gerekli mi? Rehberlik diye bir şey var mı? İnsanın oluşması için rehberlik gerekli mi? Peki rehberlik hangi noktadan sonra danışmanlığa dönüşüyor? Böyle bir şey var mı? Yoksa rehberlik ve danışmanlık aynı şeyler, biz kafamızdan iki tane kelime

mi uydurduk? “Aynı şeyler değil.” diyor mesela. Acaba gelen bu cümle, arkadaşların söylediği cümle kitaptan mı geliyor yoksa içlerinden mi geliyor? Bunu bilmiyorum. Şimdi anlayacağız beraber. Halep oradaysa arşın burada. Ben insanım. Bana rehberlik de yap, diyeceğim. Şuraya geçeyim danışmanlık yap, diyeceğim. Şuraya geçeyim doktorluk yap, diyeceğim. Bu üçünü bana ayırt etmen lazım ama ben yüreğimde ayırt etmem lazım bu üçünün ayrı şey olduğunu. Böyle süslü cümlelerle, eksantrik kelimelerle, scientific literatürle değil. Ben onu yaşamalıyım. Haa, demeliyim. “Bu rehberlik ya, ben bu rehberliği alırsam iyi olur” demeliyim. “Yok ya şu noktadan sonra psikolojik danışmana ihtiyaç duyuyorum” demeliyim. Şu noktadan sonra da “abi benim işim doktorluk” demeliyim. Bunun sınırları nasıl bir şey?

O zaman bu üç kelime üzerine bugünkü sohbetimizi devam ettirelim. Sınırlardan başlayarak, sınırlar nedir? Ama bu şey, yaşadığımız yani. Sizin bildiğim kadarıyla burada herkes psikolojik danışman. PDR ci arkadaşlar, odanıza bir öğrenci geldiğinde, hayal edeceksiniz, Ayşe, Ali, Fatma, Kemal, o sizden ne istiyor? Girer girmez, ya bunun işi rehberlik, bunun danışmanlık, bunun doktorluk diyebilmemiz için bu konunun ayırımına varmamız lazım. Kitaplardan gitmeden ama. Kitaplardan gitmeden.

(Sahnedeki gönüllülere soruyor)

Şimdi aranızda bana rehber olabilecek kim var? Biriniz bir rehber olsun bana. Rehber, rehberlik kimliğiyle, kimlik edineceksiniz. Ben rehberim diyeceksiniz. Var mı aranızda rehberlik kimliği edinen? Tırstılar bak, gördünüz mü? Halbuki meslekleri yani. Ekmek paralarını bundan yiyorlar ya. Devletten aldıkları maaş bu.

Gönüllü 1: Psikolojik danışman mı olsak, hekim mi olsak diye bir yandan belki de düşünüyoruz.

Tahir Özakkaş: Haa siz var mı hekimlik diploman? Havalara girdin hemen.

Gönüllü 1: Hocam deneyin demediniz mi?

Gönüllü 2: Bence mesleki rehberlik daha net olduğu için o anlamda yapılabilir.

Tahir Özakkaş: Sen gel abi, sandalyenle gel.

Gönüllü 3: Mikrofonu ister misiniz?

Tahir Özakkaş: Mikrofon vereceğiz ona ama bir mikrofon yetmez. (Gönüllü 2'ye)Şimdi sahanın ortasını işgal etme. Şimdi burada doktor olacak, psikolojik danışman olacak. Şöyle koyalım. Şimdi şöyle bir daire çiz etrafında. Kendi alanın. Yani ben dünyamda şu kadarlık alanda rehberlik hizmeti vereceğim diye. Şurayı da evren olarak kabul et. Yani evren derken, okul senin evrenin olsun. Okul evreninde rehbersin sen, rehberlik yapacaksın sadece. Rehber öğretmensin. Diğer alanlara karışmayacaksın. Diğer alanların büyüklüğü ne? Mesela danışmanlığın büyüklüğü, psikiyatristin alanının büyüklüğü. Kendi alanını çiz bakalım, ne kadarlık bir daire? Ayy, küçücük. Bu kadar mı? Otur o zaman. Şimdi demek ki bir rehberlikle ilgili ihtiyacınız olduğunda kime gideceksiniz? İsim neydi?

Gönüllü 2: Hüdavendigâr.

Tahir Özakkaş: Hüdavendigâr. Bu ne bu? Osmanlı imparatoru gelmiş gibi. Şuraya bir çadır, madır kursak? Hüdevandigar Hazretleri teşrif etmiş! Eyvallah yani. Nasıl baban varmış senin ya? Tabi Allah rahmet eylesin de. Adamın böyle taht kurası varmış, yani, Hüdavendigâr Hazretleri. Yani kendi hayatında

imparatorluğunu kuramadığı için oğluna bir imparatorluk hediye etmiş. Onun üzerinden ama o da rehber öğretmen. Onun küçük küçük bir alanı var, küçük. Aynı İngiltere'deki eski krallıklar gibi. Küçük küçük krallıklar. Her biri bir kral. Ben kralım falan gibi.

Peki. Bir psikolojik danışman isteyelim. Hanginiz psikolojik danışman görevini üstlenmek ister?

Gönüllü 3: Ben olayım.

Tahir Özakkaş: Buyrun efendim. Sandalyenizle teşrif edin. Makamınızla gelin, kaptırmayın makamınızı. Bu evrende bir yer al kendine.

Gönüllü 3:Şurası benim.

Tahir Özakkaş: Şurası senin. Rehber öğretmene çok yakın ama psikiyatriste çok uzak gibi oldu. Kendini nasıl konumlandıracağını bilmiyorum. (Gönüllü 3 yerini değiştiriyor.) Etkilendi benden şimdi bana biraz yaklaştı. Evet, uyumlanan bir tipi var. Onu anlıyoruz.

Gönüllü H: Benden uzaklaştı hocam.

Tahir Özakkaş: Evet, senden uzaklaştı ama bana yaklaştı. Ben kendimi yalnız hissediyordum. Çölde kalmış gibiydim. Dolayısıyla psikolojik danışman, rehberlikle işimiz halledemedi. Rehber öğretmen dedi ki “Bu benim alanımın dışında, bunun psikolojik danışmana gitmesi lazım.” dedi. Nereye gideceğim ben o zaman? Buraya geleceğim. Öğrenci girdi içeri. Sizin iki tane şeyiniz var aslında, rolünüz var. Birisi rehberlik rolü, birisi psikolojik danışmanlık rolü. İki sandalye koyuyorsun odana. Odan var mı şeyde?

Gönüllü 2:Evet.

Tahir Özakkaş: İki sandalye. Masanın arkasına iki sandalye koyuyorsun. Öğrenci geliyor cümleleri söylüyor. Bakıyorsun ki rehberlikle ilgili, hemen oturuyorsun rehberlik sandalyesine. “Söyle oğlum, kızım.” diyorsun. Konu ilerledikçe olay danışmanlık kısmına geçince bir dakika diyorsun bu tarafa. (Gönüllü 2. Yan sandalyeye geçer gibi yapıyor) Çok zeki. Ne demek istediğimi anladı. Ben anlaşılmadığım zaman çok sıkıntılanıyorum, yani mideme kramplar giriyor. Eğer birisi beni anladiysa ondan sonra istediği kadar bana karşı gelsin. Kabul etmesin, istemiyorum, ne garip düşünce, maymun gibisin falan desin ama anlasın. Ben çok rahatlıyorum o zaman. Beni anladı, tamam. Şimdi o ikinci sandalyede biraz cinsiyet değiştirerek danışman oldu. İsim neydi?

Gönüllü N: Nihal

Tahir Özakkaş: Hüdavendigâr Hazretlerinin yanında Nihal Hanım. Çok simple oldu yani değil mi? Nihal hanım. Nihal ne demek?

Gönüllü 3: İnce, uzun, narin anlamları var.

Tahir Özakkaş: Nihal oradan mı geliyor? Nihale gibi bir şey mi acaba? Yani buradaki incelik letafet anlamında, naiflik anlamında incelik mi, yoksa kalasın ince kesilmiş hali değil değil mi? Daha çok duygusallık anlamında, naif, Nihal bir insan. Hali çok ince olan birisi. Yani psikolojik danışmana uygun anlatabildim mi? Ama antisosyal davranış bozukluğu olan bir öğrenci gelirse senin işin biraz zor gibi görünüyor. Onun yavaş yavaş psikiyatriste doğru gitmesi lazım.

Evet aile hekimi, doktorluk görevini üstlenip ilaç yazacak, onun bistüri ile bir yerlerini kesecek, içine bir şey sokacak, iğne batıracak bir rolü olan arkadaş gelsin bana.

Gönüllü 4: Ben bir şey söyleyeceğim. Şimdi mi söyleyeyim, sonra mı? Sandalyelerle ilgili aklıma bir şey geldi.

Tahir Özakkaş: Gel, sen doktor olabilir misin? Gel, doktor ol.

Gönüllü 4: Hiç olabileceğimi zannetmiyorum.

Tahir Özakkaş: Hatırımı kırma gel. Bazen de başkalarının hatırı için yaparsın.

Gönüllü 2: Rol yapacaksın.

Tahir Özakkaş: Sen zaten piyon gibi duracaksın. Bir fikir beyan etmeyeceksin.

Gönüllü 4: Biz alıştığımız piyon olmaya hocam.

Tahir Özakkaş: Kırgınlığını, umutsuzluğunu, geçmişte bir sevgilileriyle olan anılarını, annesiyle babasıyla olan hatıralarını... Ben zaten alışkınım hocam. Küçük Emrah yani. “Kader vurmuş bana ne yapayım, bir de sen vur.” diyerek oturdu buraya.

Gönüllü 4: Ben değil de toplumsal olarak dedim yani

Tahir Özakkaş: Peki özür diliyorum o zaman geri aldım. Efendim şunu alalım. (Tahir hoca mikrofonu gönüllü 4’e veriyor)

Gönüllü 4: Şimdi ben ilaç mı yazıyorum?

Tahir Özakkaş: Sınırlarla ilgili biraz önce aklıma bir şeyler geldi. İnteraktif olsun dedim. Bir sahneyi canlandıralım ondan sonra olsun dedim. Şu anda söz alabilirsin. Sanki duyulmuyorsun, görülmüyorsun ikide bir parmak kaldırmışsın gibi hissettim. Aynen öyle oldu. Sahneyi de tamamlamadım, yarım kaldı ama sen de alelacele doktor olarak buraya alınca sözü verdim. Buyrun,

Gönüllü 4: Tamam teşekkürler. Ya şey dediniz ya hani. Öğrenci geliyor, sandalyeden sandalyeye. Ben öyle hissetmedim hiçbir zaman. Çünkü rolümün net olarak psikolojik danışman olduğunu düşünüyorum. Rehberliğin de psikolojik danışmanın verdiği hizmetlerden. Yani psikolojik danışmanın içinde, verdiği hizmetlerden birisi rehberlik. Bir rehber öğretmen olup bir de psikolojik danışman olmaz.

Tahir Özakkaş: Peki senin yerini değiştirebilir miyim?

Gönüllü 4: Nereye gidiyorum?

Tahir Özakkaş: Bir dakika. Biraz şöyle geri alalım. Tam da benim istediğim noktaya geldi sağ olsun. Bir sonraki etapta ama. Siz de biraz geriye doğru alın. Şu sandalyeyi ikisinin arasına koyabilir misiniz? Evet. Şimdi hocam siz doktor olarak kalın. Bir elinle rehberi tut, ver mikrofonu bana, bir elinle de psikolojik danışmanı tut. Bir eli nerede? Rehberlikte. Diğer eli nerede, Nihal'de, psikolojik danışmanlıkta.

Gönüllü 2: Benim diğer elim boş hocam.

Tahir Özakkaş: Şimdi doğada hiçbir zaman boşluk yoktur. Geçişler böyle kademelidir, anlatabildim mi? Rehberlik bittiği anda psikolojik danışmanlık başlamaz. Psikolojik danışmadan bir anda doktorluk başlamaz. Dolayısıyla bu ara geçişleri çok iyi forma dönüştürmemiz lazım. Sen de biraz önce ifade ettin. Hayır ben bir tarafım rehber öğretmen, bir tarafım da psikolojik danışman. Her ikisini de uhdemde barındırıyorum. Ve ikisi ile de yeri ve zamana göre, öğrencinin ihtiyacına göre, sandalye değiştirmeye gerek kalmadan, içimdeki sandalyeleri değiştiriyorum dedin. Ben de seni ara bir forma oturttum. Anlaştık mı?

Gönüllü 4: Anlaştık.

Tahir Özakkaş: Peki. Biraz şöyle gelersen doktor olarak araya bir kişi daha sokacağız çünkü. Beş kişi almamızın nedeni buydu. Şimdi, psikolojik danışman geldi. Mesela basit bir örnek vereyim. Öğrenci odaya girdi. “Hocam dedi ya, ben nasıl ders çalışacağımı bilmiyorum. Bana dersle ilgili, çalışma usulleriyle ilgili bir şey verir misiniz? Bir yöntem verir misiniz? Matematiğe nasıl çalışayım? Türkçeye nasıl çalışayım? Kompozisyona nasıl çalışayım?” Nedir bu hizmet? Rehberlik hizmeti. Anlatabildim mi? Burada patoloji yok, sıkıntı yok. Tam bu arada “Ya tamam verdiğiniz matematikle ilgili görevleri günde 10 tane ile başladım, kendimi motive ettim falan. Fakat dersin başına oturduğumda bir sıkıntı başlıyor. Terleme başlıyor. Elim ayağım titriyor. Böyle bir kaygı oluyor. Bu sınavda çıkarsa yapabilir miyim” dediği andan itibaren rehberliğin işi ne yaptı, yavaş yavaş danışmanlığa doğru gitti. “Ya onu hallederiz sen bir relaksasyon yap, şöyle bir düşün, en kötü ihtimali barındır vs.” bir takım tekniklerle psikolojik danışman olarak yatıştırmaya çalıştın ama burada artık onun ortaya çıkan psikopatolojisine destek vermeye başladın. Geldi içeri, dedi ki, “Hocam, ben sınıfta tahtaya kaldırılacağım için çok korkuyorum, hatta bazı hocalar çok sık tahtaya kaldırıyorlar, derse girmiyorum” dedi. “İshal oluyorum” dedi. Sosyal fobik bir tablodan bahsetti. Seninle herhangi bir rehberlik şeyi yok. “Ben sosyal fobik hastayım bana yardımcı ol.” diyor. Direk buraya geldi. O zaman sosyal fobik bir kişiye, bir öğrenciye, utanç içerisinde kalan öğrenciye ne yapacaksınız? Burada rehberliğin görevi yok. Burada yavaş yavaş artık psikopatolojik onun nedenselliğe bağlı bir takım danışmanlık hizmetleri vermeniz lazım. Buradan geldik, geldik, girdi çocuk içeri. Üçünüz

bir kişisiniz. Zihninizde üç tarafınız da var. Girdi,“Ben peygamberim, bir gece bana rüyamda peygamberlik nasip oldu, sizi de hidayete çağırıyorum” dedi. “Allah-u ekber” Ne yapacaksınız? Sizin göreviniz orada bitiyor arkadaşlar. Sizin göreviniz başlamadan bitiyor. Direk olarak bu halüsinasyonlar gören bir psikotik çocuğun 16, 17 şizofreniye doğru yol alan bir çocuğun ilk geldiğinde siz şunu bilmek zorundasınız. Bu artık tıbbi bir melese. Artık bu sizin alanınız değil. Tıbbi bir nedeni olduğu için doktora gidiyor. Direk gönderiyorsunuz, sevk ediyorsunuz.

Bu aile hekimi, sağlık ocağı doktoru ya da aile hekimi geliyor. Annesi babası almış çocuğu, “ Ya hocam çocuk bir şeyler söylüyor, okuldaki rehber öğretmen bir doktora götürün dedi, biz de en yakın doktor mahallemizin doktoru sizsiniz size geldik. Bir delikanlıyla ya da kızımızla konuşsan” diyor. Sen soruyorsun, ben senin yerine sorayım. “Anlat bakayım nedir” diyor. Önce kısaca kulağına fısıldamışlar. “Duyduğuma göre dün gece sana peygamberlik gelmiş” Bu hafta böyle hasta geldi de oradan aklıma geldi, ben peygamberim, diye başladı. “Peki anlat bakalım nasıl peygamberlik oluyor falan diye anlat falan” dedi. Bakıyorsun hastanın yaş grubu bir hekim olarak 15,16 şizofreni başlangıç dönemi, ilk içe çekilme, mistik alanlarla ilgilenme, bazılarında yoğun mastürbasyon, arkadaşlarından kopma, garip ve tuhaf düşüncelerin olması ve en önemlisi işitsel halüsinasyonlar dediğimiz zihinde olmayan sesleri duyarak Allah tarafından kendisine her an vahiy geliyor, konuşuyor onunla. Allah “sen artık bugün erdin ve kendi mehdiliğini ilan edebilirsin” diyor. İşte ilan etmeye başlıyor. O zaman biz bu hastanın geçici bir psikotik atak mı, ağır bir şizofreni başlangıcı mı olup olmadığına doktor karar verir. Eğer bir takım madde

kullanımına bağlı, kısmi zehirlenmeye bağlı, bir takım reaktif hallerde, bir kayıp durumunda ya da ağır travmalarda bu tarz psikotik belirtiler olabilir. Ya burada da sağlık ocağı hekimi olarak bunu halledebilirim dediğinde, ilacını yazıyor, bana günlük kontrole getirin diyor aileye, gönderiyor. Yok bunu bir Şizofreni başlangıcı olarak değerlendiriyorsa ne yapıyor bu aile hekimi? Bir uzmana gönderiyor. Psikiyatriste gidiyor. Ben de burada psikiyatrist olarak durayım. Hasta bana geliyor. Hastaya bakıyorum. “Ha tamam bu hastalığa doğru gidiyor, hastalığın net tablosunu koyabilmek için takip etmem lazım. Şu ilaçları kullansın, kontrole gelsin” diyorum. Eğer hastanın kendine zarar verme, baŐkalarını öldürme gibi bir takım sıkıntılıları var da gittikçe tablo kötüleŐiyorsa hastaneyi arıyorum. Diyorum ki “hasta göndereceğim, hastaneye yatıracağım, ona Şu Şu tedavileri uygulayın, Şu prosedür çıkarmayın” diyorum. Kapalı psikiyatri koęuŐuna yatırıyorum.

Şimdi bunların hepsi rehber öğretmenden başladı dikkat ederseniz. Bunların rollerini nasıl dağıtacağız? Bunların rollerini dağıtabilmek için rehber öğretmenden Şu son noktaya kadar olan spektrumun hepsinde ne olup bittiğini en azından bazal seviyede bilmek zorundasınız arkadaşlar. Şimdi ben yıllardır eğitim veriyorum. Ruh sağlığı profesyoneli olarak kabul edilen dünyadaki belirli meslek dalları ki bunlar işte doktorlar, psikologlar, danıŐmanlar, sosyal hizmet uzmanları, psikiyatri hemŐireleridir. DanıŐmanlar derken psikolojik danıŐmanlar ama dünyada Türkiye’de olduğu gibi PDR fakülteleri yok. Onlar daha çok psikoloji veya diğer lisans eğitiminden sonra yüksek lisans olarak counselor dediğimiz psikolojik danıŐmanlıęı yüksek lisansını yapan kiŐilerdir. Onun karŐılıęını Türkiye’de PDR gibi düŐünebilirsiniz ama psikolojik danışmanlık ve reh-

berlik diye bir şeyi ben dünyada görmedim. Bilen varsa bana açıklayabilir. Gelişmiş ülkelerde yok ama danışmanlık hizmeti yüksek lisans seviyesinde, doktora seviyesinde tam da sizin görmüş olduğunuz dersleri içeren bir program olarak veriliyor. Onun için siz ne deveye benziyorsunuz, ne kuşa benziyorsunuz, yani deve kuşu gibi bir şey oluyor. Yani ne rehber öğretmensiniz, ne psikolojik danışmansınız, zaten bunun acısını da meslek olarak yaşıyorsunuz. Yöneticiler bu acıyı yaşıyorlar ama benim gönlümde binlerce mezun olmuş, inanılmaz bir istihdam kapasitesi olan bu insanların okullardaki görevlerini her şeyden önemli olduğuna inanıyorum. Ruh sağlığı, koruyucu ruh sağlığı açısından. Dolayısıyla psikolojik danışmanın o rehber öğretmen noktasından başlayıp, psikolojik danışmana dönüşüp ardından psikolog, klinik psikolog olarak devam eden spektrumun halkalarından en önemli üç halkayı PDR bölümü mezunlarının alması gerektiğine inanıyorum. Bu nedenle de ruh sağlığı alanında kitaptaki bilgiyi değil de yaşanan bilgi; okullardaki sorunlarımızı, öğrencilerimizin hikâyelerini çok iyi değerlendirecek bir potansiyelin olması gerekiyor.

Bugünkü konumuzun özü bu. Demek ki rehber öğretmen ara form, psikolojik danışman, psikiyatrist veya aile hekimi. Bu ikisi arasında da burada her ne kadar bir aile hekimi veya psikiyatrist varsa da bu çocuğun psikotik veya depresif veya paranoid düşüncelerinin aktifleşebilmesi için şu ortada bir ara form olması gerekiyor. İnsanlar durduk yerde bedensel psikolojik rahatsızlık ya da hastalıklara yakalanmıyorlar. Çevresel faktörler, stres ve sıkıntı bu kişinin içindeki var olan genetik patolojik potansiyeli aktive ediyor. Eğer çevresel faktörler uygun olsaydı, yani aile ortamı, öğretmen ortamı, arkadaş ortamı, çevresel faktörler, bedensel olarak gıdası, hijyeni belki bu

rahatsızlık hiç aktive olmayacaktı. Ya da beş yıl sonra, on yıl sonra aktive olacaktı. Dolayısıyla bu rahatsızlığın sadece doktor tarafından ele alınıp, ilaçlarla veya hastaneye yatırılarak tedavisi olayı düzeltmiyor. Çünkü bir tarafta biz bir kimlik geliştiriyoruz burada. Psikolojik danışmanla psikiyatrist arasındaki klinik psikologların veya terapistlerin görev aldığı bir hiyerarşi içerisinde, bir taraftan terapi veya ruhsal yapının düzenlenmesi için tedavi ilkeleri gerekirken diğer taraftan organik bir bozukluğa bağlı, beynin organik kusuruna bağlı ilaçlarla düzeltilmesi gereken yapıdır.

Şu aralıkta bir kişi oluyor. O aralığa da bu kişiyi alalım. Terapist kimliğiyle, bir eli psikolojik danışmanda bir eli doktorda olan. Biraz yaklaşın isterseniz, el ele tutuşun. O Mevlana'nın haktan alıp halka vermesi şekli. Bu haktan alıyor böyle, psikolojik danışman hastayı, halka doğru indiriyor. Nedir bunun görevi? Bunun görevi terapisttir, klinik psikologdur. Dünyada da böyle aslında baktığınız zaman. Burada rahatsızlık var, rahatsızlığın biyolojik boyutu var. Mesela sıkıntıyla ilintili, yetiştirme tarzına bağlı o kadar büyük bir sıkıntı içine giriyor ki. Mesela sosyal fobi diyelim, anlatabildim mi? Utanç duygusu o kadar yoğun ki, utanç duygusu nedeniyle uyku uyuyamıyor, anksiyetesini kontrol altına alamıyor. Fakat bu sosyal fobinin oluşması, rehberlikten başlayarak buraya kadar gelen süreçte kimse müdahale etmediği için, edilse burada bitecekti, burada annede bitecekti, babada bitecekti, öğretmende, rehber öğretmende, danışmanda, ara danışmanda, tam danışmanda ve bitmediği için burada, artık anksiyete belirtileri fizyolojik belirtiyeye dönüşmüş. Diyecek ki buradaki aradaki terapist "Ya sen bir doktora görün. Senin yatırılmaya ihtiyacın var. Ben sana terapi vereceğim ama terapinin sonuçları üç ay sonra alınacak,

altı ay sonra alınacak. Üç ay, altı ay bu sıkıntıyı çekmek zorunda değilsin. Dolayısıyla git o doktorlardan bir tane rahatlatıcı, uykunu rahatlatıcı, uyku düzenini sağlayıcı bir ilaç al. Bu ilaçla sen kendini yatıştır ve sakinleştir. Bu sakinleştirme döneminde de ne olup bittiğine birlikte irdeleyelim. Yeni alternatif tekniklerle senin hayatındaki sıkıntı veren kaynakları kurutalım” diye ara bir form uygulayacak. Demek burada bir ara form daha çıktı sistem itibariyle. Anlaştık mı arkadaşlar?

Şimdi karşıdan gelen bir arkadaşımızın sıkıntısının ne olduğunu anlayabilmek için bu beş rolden birisini otomatik olarak hissetmemiz gerekiyor. Bunu hissedebilmemiz için konuyu bilmemiz gerekiyor. Karşıdaki kişiyi tanımanız gerekiyor. Karşıdaki kişiyi tanımanın tek yolu nedir? (Mikrofonu gönüllüye veriyor.) Şu sende dursun abi fazla ağır oldu. Kendinizi tanımaktan geçer. Kendinizi tanımiyorsanız karşınızdakini tanımanız mümkün değildir. Kendinizi hatalı tanıyorsanız, algı çarpıklığı içerisindeyseniz kendi çarpık filtrenizden insanları görürsünüz. Her türlü rehberlik hizmetiniz de, ara formunuz da, danışmanlığınız da, terapistliğiniz de, doktorluğunuz da çarpık olur. Sonuçta hiçbir zaman düzelmeyen patolojinin habire döngüsel bir şekilde devam ettiği bir örüntüye habire destek vermiş olursunuz.

O zaman hikaye, biz kendimizi nasıl tanıyacağız? Nerden tanıyacağız? Kitaplardan mı? Hayır. Kitapları mutlaka okuyacağız. Kitaplar bizim için çok aydınlatıcı. Fakat cevabı kitaplardan bulmayacağız. Yüreğinizde bulacaksınız, bedeninizde bulacaksınız, ruhunuzda bulacaksınız. Yüreğiniz, ruhunuz ve bedeniniz kalıbını basmıyorsa, “Evet, budur ya!” demiyorsa içiniz onun anlamı yoktur. O zaman biz burada yüreğimizin nasıl titrediğini görmemiz lazım. Bugünkü çalışmada bu yürek

titremesinin nasıl bir şey olduğunu, kendimizi ve birbirimizi nasıl tanırız? Deneyime dayalı öğrenme yolunu uygulayarak sahnelemeye çalışacağım. Gönüllü arkadaşlar üzerinde. Anlaştık mı?

(Sahnedeki gönüllülere) Şimdi isterseniz sizleri bu demo görüntüden sonra yerlerinize alalım. Gördüğünüz gibi bir tehlike yok. Birkaç slayt gittikten sonra, meramımı anlattıktan sonra, neyi anlatmaya çalışacağım onu görelim.

(İnen gönüllüye)Teşekkürler efendim mikrofonu oraya bıraktırdığınız için. Bizi mütehassis ettiniz.

Ne kadar kibarım görüyorsunuz değil mi? Ama çok kibar olanlar çok küfür ederler, bunu bilin. Bir hanımefendi geldi bana. Yıllarca geldi de. Çok kibar, çok naif, çok nihâl. “Hocam zatıali devletleriniz nasıllar?” “İyiyim efendim sizler nasılsınız”, dedikten sonra, ben tanıyorum ya adamımı, dedim “Allah aşkına” dedim, Ayla diyelim adını, “Ayla dedim karşıdan buraya gelene kadar kaç tane dolmuş şoförüne el salladın, kaç tane küfrettin?”, dedim. Ayla “Ay hocam söyleyemem” dedi. “Kız söyle”, dedim. Önüne kıran her dolmuş şoförüne bu hareketi çekmiş. (*hoca hareketi gösteriyor.*) Dolmuş şoförleri levyeyi alıp inecek. Gaza basıp küfrediyor bir de, camı açıyor. “Senin ananı avradını”, diyor. Şimdi görünür tablo ile, ekran koruyucu ile bazen geri plandaki yapıları ayırt etmemiz gerekiyor.

Evet, rehberliğe bütüncül bakış. Psikolojik danışmanlık mı yapacağız? Rehberlik mi yapacağız? Bunu nasıl ayıracağız? Şimdi bu kavga sizin temel kavganız bildiğim kadarıyla. Kenardan seyrediyoruz. İşte bakanlıktan bastırıyorlar “siz rehber öğretmensiniz”. Siz bastırıyorsunuz, “psikolojik danışmanlı-

ğımızı yedirmeyiz” diyorsunuz. “O zaman kapatın hepimizi öğretmen yapın, nöbetleri onlar gibi yapın” diyorsunuz. Psikolojik danışmansak eğer, böyle bir okuldan mezun olduk ve ünvanımızda psikolojik danışmanlık ve rehberlik yazıyorsa, şimdi rehberlik ve psikolojik danışmanlık olarak değiştirdiler anladığım kadarıyla. Sadece rehberlik mi kaldı? Ama fakültele-
rinizin diplomalarında hala bir şeyler yazıyor. Onu kaybetme-
diniz. Dolayısıyla bu mücadele karşılıklı olarak sürüyor ama
ırmağı tersine akıtamazsınız. Bu okullarda mutlaka rehberliğin
ötesinde, psikolojik danışmanlığa ihtiyaç duyacak. Problemler
çıktığında bunun nasıl büyük bir hata olduğunun farkına va-
racaklar. Psikolojik danışman demek ise rahat ve özgür şekil-
de çalışma koşulları olan, özerk ve mahremiyetin korunduğu,
öğretmen statüsünde olmayan, yani gammazlamayan, disiplin
vermeyen ve çocuğun kendisini rahat hissettiği bir ortamda
ilişki kurabileceği birisi demektir. Çalışma şartları, mesai şart-
ları güven açısından. Yani müdürün istihbarat elemanı olmama-
sı gerekiyor. Aynı bir psikiyatrist gibi, bir hekim gibi hastanın
sırlarını saklayan, içinde tutan ve onunla yakın ilişki kurarak
onu anlamaya çalışan kişi olmanız gerekiyor. Şimdi burada
ben arzu ediyorum ki şu andaki milli eğitime bağlı olan tüm
PDR’ci arkadaşların psikolojik danışmanlık kısmı öncelikli ol-
sun, rehberlik kısmı onun yanında bulunsun ama milli eğitim
arzu ediyor ki her şey rehberlik olsun, psikolojik danışmanlığa
gerek yok. Yani bu politikalar nedeniyle farklı düşünüyoruz
gibime geliyor. (Tahir Hoca slayt olarak fotoğraf gösteriyor.)
Bu bizim İstanbul Beyoğlu’ndaki konferans salonumuz. İstan-
bul’a geldiğinizde bekleriz. İstiklal Caddesinde, Nevizade’nin
yanında. Kafayı iyi yapmak isteyen arkadaşlar önce burada
psikolojik ruh sağlığını alsınlar veyahut da ondan sonra gitsin-
ler. Kafayı bozduktan sonra gelebilirler.

Neden rehberlik yaparsınız? Doğal potansiyellerin hayata ve deneyime taşınabilmesi için gereklidir. İdeoloji ve kültürü barındırır. Şimdi, iki cümle çok önemli. Rehberlik demek; arkadaşlar hepimiz genlerimizle dünyaya geldiğimizde, genlerimizin içerisinde insanoğlu olarak ve bireysel olarak, Ahmet, Ali, Ayşe olarak özerk potansiyeller taşıyoruz. Bir insan olmamız nedeniyle potansiyeller taşıyoruz, bir de Ahmet, Ayşe, Ali, Ayla olmamız nedeniyle potansiyeller taşıyoruz. Evrensel potansiyellerimiz yürümek gibi, konuşma potansiyeli gibi, motor koordinasyonu sağlamak gibi, düşünce, duygu, davranışı geliştirmek gibi birtakım potansiyeller. Bu potansiyellerin gerçekten aktive olabilmesi için rehberlik hizmeti gerekir. İlk rehber annelerimizdir, doğumdan sonra başlar. Ardından babalarımız ve ev halkıdır. Doğal potansiyellerin bireye yönelik aktifleşebilmesi için okul hayatıyla beraber her insanoğlunun içerisinde, beyninin yapılandırılmasında, bireysel özerk potansiyellerimiz var. Bu potansiyellerin keşfedilerek o bireylerin o alanda aktifleşmesi, kendi bireysel özneliğini yaratmaları ve var olmaları için ihtiyaç duyulur. Eğer bir çocuğu siz yürüme konusunda motive etmezseniz bebeklik döneminde anne rehberlik etmezse o çocuk yürüyemez. Belli bir yaşta eğer yürümeyi öğrenememişse çok uzun yıllar çaba göstermesi lazım. Eğer çocuğu konuşacak ve konuşma yetisi olan potansiyellerini aktifleştirecek bir ortam yoksa o çocuk konuşma yetisini kaybeder. Işıksız bir ortamda kör olur. Bunun gibi, temelde var olan potansiyellerimiz ancak çevresel etkileşimlerle hayata taşınır. Çok basit nedensellik. Öyle aileler göreceksiniz ki çocuğun hiçbir sorunu yok fakat çevresel faktörlere bağlı olarak, onunla konuşan birisi olmadığı için, iletişim içerisinde olan birisi olmadığı için çocuk sakat kalır ve ölür. Rene