

## GRUP PSİKOTERAPİSİNDE TERAPİST CO-TERAPİST ETKİLEŞİMİ VE İKİ TERAPİSTLİ GRUP MODELLERİ\*

*Doç. Dr. Sunar Birsöz*

A.Ü. Antalya Tıp Fakültesi  
Psikiyatri Bölümü

*Prof. Dr. Leyla Zileli*

Hacettepe Üniversitesi  
Psikiyatri Bölümü

Bir grupta grup içi dinamiği, hastaların bireysel patoloji ve etkileşimleri kadar terapistin kişiliği ve tekniği ile de ilgilidir. İki terapist oluşumunun ise nitelik ve nicelik açısından grup etkileşimini değiştireceği açıktır. Bu ilişki hasta-hasta, hasta - terapist ve terapist-terapist arasında çok yönlü bir işleyiş kazanıp grubun oluşumuna ve gidişine yön verir.

Biz bu yazımızda bu işleyiş ve ilişkiye değinip co-terapistli grup modelinin grup tedavisi eğitim üzerindeki etkisini belirtmeğe çalışacağız. Literatürde üzerinde durulan ve henüz bir anlaşma sağlanamamış olan co-terapi grup modellerinin olumlu ve olumsuz yönleri ve eğitim açısından önemli gördüğümüz hususları ele alınacaktır. Özellikle terapistlerin rolleri, bunun grup sürecine ve grubun oluşumuna etkileri eğitim açısından gözden geçirilecektir.

### GRUBUN OLUŞUMU

Grup dört yıl önce eğitim ve uygulamanın bir devamı olarak planlandı. Daha önceki gruplardan farkı bir kadın ve erkekten oluşan iki terapistin bir arada bulunmasıydı. Bunlardan bayan terapist eğitim veren kıdemli bir öğretim üyesi idi. Erkek terapist ise uzmanlığı-

nın ikinci yılında bireysel ve grup psikoterapisi ile ilgili eğitimin farklı aşamalarını tamamlamış ancak bağımsız grup deneyimi olmayan bir terapist adayı idi.

Grubun hazırlanışında cinsiyet ve tanı açısından farklılık gösteren adolesan yaş grubu esas alındı. Grup adaylarının bireysel değerlendirme ve seçimini genç terapist üstlendi ve iki aylık bir hazırlık dönemini takiben ilk grup toplantısı için hazır olundu. 6 kişiden oluşan grup haftada bir gün 1,5 saat süreyle toplanacaktı.

### ROL DAĞILIMI

Grubun doğal olarak lideri olması gereken kıdemli terapist, kısa bir süre sonunda geçici olarak gruptan ayrılacağı gerekçesiyle lider rolünü tecrübesiz olan erkek terapiste bırakmıştı. Bunun uygunluğu ve sonuçları tartışılmamış ve grup içine de bu durum sadece davranışlarla aksettirilmeye çalışılmıştı.

Dört ay süren bu işleyişin sonucunda kopma ve devamsızlıkların görülüşü ve sonuçta sadece devamlı iki üye kalışı bizi kendi özelleştirimizi yapma ve bu rol dağılımında ne derece isabetli davrandığımız noktasına getirdi. Grubun işleyişindeki bu aksaklık ve tersliği bireysel patoloji ve bunun grup dinamiğine et-

\* 16. Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler kongresinde tebliğ edildi. Side - 1980.

kisi ile açıklamadan önce bizim yarattığımız bu yapay oluşumun ne derece sağlıklı olduğunu tartışmamız gerekliyordu.

Bu devrenin sonunda karar verdik ki grubun kötü gidişinden birinci derecede biz sorumluyuz. Tüm canlı gruplarında liderin daha olgun, tecrübeli, bilgili ve kuvvetli kişiden oluştuğu ve grubun bütünlüğünü sağlamada bu durumun kaçınılmazlığını bir kez daha hatırlamış olduk.

Eğitim açısından bu deneyimin olumlu ve olumsuz bazı etkileri oldu. Olumlu yön, bundan böyle grup dinamiğinin yanı sıra terapistlerin de karşılıklı ilişki ve rol dağılımının tekrar gözden geçirilmesi, duyguların ve etkileşimin ele alınması oldu. Olumsuz yön ise daha sonra sözü edilecek olan ve özellikle erkek terapist adayını etkileyen, grubun dağılması ve başarısız olması korkularının yol açtığı gerginlik ve aşırı sorumluluk alma çabalarının gruba yansımasıydı.

### GRUBUN TEKRAR BAŞLAYIŞI

Grupta kopmalar ve devamsızlık nedeniyle dağılma ve terapistlerden birinin zorunlu bir kısa ayrılık döneminden sonra grup kaldığı yerden çalışmalarına başladı. Bu kez eski iki üyeye ek olarak kıdemli terapistin görüp uygun bulduğu dört yeni üye daha gruba katıldı.

Önceki deneyimimizin ışığında eski hatalarımızı tekrarlamamaya özen göstererek daha hazırlıklı ve tedbirli başladık bu yeni döneme. Rol dağılımı ve grup içinde etkinlik açısından tecrübeli terapist grup lideri oldu.

Grup kendisi oluşup ilerledikçe bazı ortak önemli sorunlar ele alınmaya başladı. Grup sonu tartışmalardan birinde genç terapist sevgi ve paylaşma-  
nın ele alındığı toplantılarda kendini

daha gergin ve huzursuz hissettiğini açıkladı. Nedenleri araştırıldığında bunun daha çok grup içinde oluşan hastaların tek terapistle ilişki kurma davranışı ile bağlantılı olduğu anlaşıldı.

Grubun ilerlemesi genç terapistin o andaki durum ve konuyla bağlantı kuramadığı ve ayırtıramadığı bir anksiyete duygusu olduğunu açıkladı. Bu duygu ele alındığında kıdemli terapistin, aynı döneme rastlayan karşılıklı düşünce ve görüşlerimizi destekleme işlevini tek yönlü olarak bırakması ile bağlantılı olduğunu farkettilik. Kendi olaylara bakış ve ele alış biçimlerimizi tartıştığımızda «terapist olarak beraber olmakla, aynı olmak» kavramını grup içinde de rahatlıkla kullanıp uygulamaya başladık. Nitekim daha sonra olaylara değişik ve farklı bakış açıları getirmenin grubun işleyişi üzerinde de olumlu katkıları olduğunu farkettilik.

Grubun zorunlu nedenlerle tek ve iki terapistle toplandığı günlerde grup üyelerinin bireysel tepkilerinin farklı olduğu gözlemlendi. Çeşitli hastalarda tek ve iki terapistle toplanma pasivite, saldırganlık, bölücülük inhibisyon gibi farklı ilişki biçimleri ortaya çıkarmakta idi. Bu gözlemin grup içinde tartışılması ile ikili ve üçlü ilişki kurma biçimleri hastaların gerçek aileleri içinde tecrübeleri ve ana-baba-aile bağları ele alındı. Grup kendi içindeki ilişki biçimlerini daha sağlıklı bir ana-baba ilişkisi gibi gördüğünü ve ona uygun davranışlar gösterdiğini açıkladı.

Genç terapist yalnız olduğu bir toplantıda grup içi direncin artışını kendini ne kadar çok huzursuz ettiği ve bununla başetmekte güçlük çektiğini açıkladı. Grubun niteliğinden çok niceliğinin son günlerde kendisini meşgul ettiğini, grubu başlatma ve sürdürme gibi aşırı ve yararsız bir gayret ve çabaya sürüklendiğini tartıştı. Bu konu ele alındığında daha önce sözü edilen grubun erken dağılması ve başarısızlığının

etkilerinin olumsuz olarak sürdüğü ve bunun grubu yansıdığı anlaşıldı. Daha sonra ise bu aşırı telafi çabası bilinçlendirilip bırakıldığında, grup başlatma rolünü kendiliğinden almakta güçlük çekmedi.

Grupta başlangıçta gerçekleştirilen terapistler arası rol dağılımı zaman zaman ele alınan konulardan biri olarak sürdü. Genç terapist kendisinin yalnızken ve birlikte oldukları toplantılardaki davranışının farklı olduğunu belirtip tecrübeli terapisti «otorite olmıyan bir otorite...» olarak tanımlamaktaydı.

Grubun eğitim yönü de göz önüne alınarak bir süre sonra gözlemci bir doktor alındı. Amaç grubun ve eğitimin sürekliliği açısından ayrılacak terapistin yerine yenisini koymak ve tecrübe kazanmaktı. Ancak bu hiç bir zaman gerçekleşemedi. Grup hasta olarak yeni üyeler alırken ayrılan terapistin yerine yeni bir terapist adayı kabul etmedi. Bundan katılma konusundaki ilgi ve istegin de etkili olduğu söylenebilir.

Grup değişik dönemlerde farklı konuları tek ve iki terapistle ele alıp bir bütünlük içinde çalışmalarını sürdürdü. Zaman zaman grup üyelerinin terapistlere yönelik tehdit ve saldırıları zaman zaman yüceltici davranışları grubun bütünlüğünü bozmadan terapötik amaçla kullanılabilirdi. Başlangıçta karşı çıkılan durumlar zamanla grup tarafından o derece benimsenip kabul edildi ki iki doktorun bir arada bulunmadığı devreler bir eksiklik olarak algılanmaya başladı. Sanırız bunun ilişki açısından en büyük yararı da farklı davranış ve kişilikteki şahıslarla bir arada bulunup ilişki kurmayı öğrenmek ve bunu yaşamın temel koşullarından biri olarak kabullenmek oldu.

### SONUÇ

Grubun iki yıla yaklaşan bu süreci sonunda genç terapist yurt dışına gidişi nedeniyle gruptan ayrılmak zorunda idi.

Grubun bu duruma tepkisi daha çok inkar ve izolasyon biçiminde olup duruma kayıtsız görünüyordu. Gerçi grupta henüz ayrılık, terketme, kayıp gibi duygular derinliğine ele alınmamıştı. Kendi aramızda tartışılan bu durumu gruba da aktarıp paylaşmaya karar verdik ve genç terapist kendi duygularını tanıyıp ayrıştırabildikten sonra bunları gruba da getirebildi. Bu anı yaşamının ve paylaşmanın eğitim ve terapötik değerinin yanısıra manevi yönden de doyurucu etkisini özellikle belirtmek isteriz.

Her grubu anlatan ve yaşayan birliki iki olgu da çok farklı şeylerdir. Biz burada daha çok grup eğitimi açısından önemli gördüğümüz ana noktaları ele aldık. Oysa yaşanmış bir deneyimin hele üzerinde uzunca bir zaman geçince aktarılması çok farklı olmaktadır. Kısa ca böyle bir deneyimin eğitimde pratik uygulamanın yanı sıra terapist adayının kendisini tanımasına yarayacak birçok fırsatı gözler önüne serdiğini belirtmek isteriz.

### TARTIŞMA

Co-terapist çalışan grup modelleri hakkında çeşitli görüşler vardır. Ancak literatürde etkinliği konusunda bir görüş birliğine varılabilmemiş değildir (1,2,3,4,5). Jones ve ark (2) bunun daha çok eğitim amacıyla kullanılan bir örnek olarak ele alınabileceğini, grup terapisi eğitiminin uygulamalı bir aşaması olarak yararlı olduğunu savunmuştur. Yalom da (5) bu açıdan özellikle bir kıdemli terapistle başlatılan grupların başlangıç anksiyetesinin azaltılması, grubun objektif algılanışı, gerçek durumla transferansların ayrıştırılması yönünden büyük yararları olduğunu açıklamıştır.

Terapi açısından ise daha çok kadın ve erkek terapistlerin oluşturduğu grup modellerinde, hastaların kendi

aile modellerine benzer ortamın yaratılması ve transferansların oluşumu ile daha sağlıklı özdeşim modelleri sağlayarak yararları üzerinde durulmuştur. (1,3,5). Slawson (4) buna karşı çıkararak kendi deneyimine göre terapide bu durumun «iç görü» den çok «boşalma» (abreaksiyon) yı kolaylaştırıcı bir rol oynadığını grup terapilerinde ise bunun arzulan bir durum olmadığını savunmuştur. Yalom (5) ise nadir de olsa baba-oğul psikiyatristten oluşan Co-terapistli grupların, hastaların kendi babaları ile olan ilişkilerini anlama noktasından yararlı olabileceğini belirtmiştir.

Bu türden grupların sakıncaları terapistler arası ilişki ve bunun gruba etkileri açısından da ele alınmıştır. Bunlardan en önemlisi terapistler arası temel davranış farkları ve görüş ayrılığının ortaya çıkıp bunun grup içinde beslenmesiyle grubun dağılma ve parçalanma düzeyine erişmesidir (2). Ayrıca liderlik rolü konusundaki belirsizlik ve çeşitli kişilik özelliklerinin grup öncesi ve sonrasında da alınmamasından doğacak sakıncaların grubu olumsuz yönlere etkileyeceği belirtilmiştir (5). Bunu önlemek için öncelikle terapistlerin birbirine karşı açık ve rahat olmalarının gereği vurgulanmıştır.

Fleischer ve Capelleri (1) ise özellikle şizofrenik hastalarla yapılan gruplarda Co-terapistin yararları üzerinde durmuştur. Bu hastaların tedavisinde doğal olarak çıkan kaçınılmaz başarısızlık, kopma, duraklama gibi durumlar karşısında iki terapistin destek ve gayreti önemli bir dayanışma sağlamaktadır. Ayrıca devamlılığı sağlama, ayrılık ve terketme gibi durumların yaratılabileceği olumsuz koşulları gidermede de yararlı olmaktadır. Grup içinde terapistlere yönelik agresyonun yumuşatılması ve bunun muhtemel olumsuz etkilerini önlemede iki özdeşim modeli yaratarak iki cinsi uygun davranışın öğrenilmesinde ve daha uyumlu bir aile mo-

deli örneği yaratılmasında Co-terapist faydalı olmaktadır. Grupta iki ayrı model oluşuyla, iki otorite figürü arasında fikir ayrılığı olabileceği, ancak bunun birlikte bulunmaya engel olmadığına anlaşılıp kabul edilmesi de olumlu bir yön olarak belirtilmiştir.

Biz kendi deneyimimiz ve literatürdeki çelişkili görüşlerin ışığında Co-terapi gruplarının eğitim amacının dışında çok sınırlı ve dikkatli olarak kullanılması gerektiği inancını paylaşıyoruz.

Kendi deneyimimizin özeleştirisini yaparsak;

a) Bu, daha çok eğitim amacına yönelik bir grup uygulaması idi ve bu yönden amacına ulaştığını sanıyoruz.

b) Deneme - yanılma ile elde edilen sonuçların grup içinde zaman zaman bocalamalara yol açtığını ve bunun yerine önceden hazırlıklı olarak gruba başlamanın avantajlarını belirtmek isteriz.

c) Bizim deneyimizdeki en büyük kavram karışıklığının liderlik rolü konusundaki belirsizlik olduğunu ve bunun gruba yansımaları olumsuz olarak değerlendirmekteyiz.

d) Grup süreci içinde gelişip tartışılan transferanslar, paylaşma, rekabet, hostilite ve direnç gibi konuların terapi açısından olduğu kadar, terapi eğitimi yönüyle de yararlı olduğu kanısındayız.

e) Co-terapi gruplarının başarısında, grup öncesi hazırlık ve terapiler ve terapistler arası uyum kadar grup sonrası süpervizyonlarının da mutlak gerekliliğine inanıyoruz.

Sonuç olarak özetlemek gerekirse co-terapi gruplarının terapistler arası rekabet, uyuşmazlık, çift mesaj verme, rol konfüzyonu yaratma gibi risklerinin yanı sıra üçlü ilişkinin ele alınmasındaki kolaylık ve uygun özdeşim modelleri

yaratma açısından olumlu yönleri olmaktadır. Ayrıca iki otorite figürü arasında fikir ayrılığı olabileceği ve bunun kabulü, terapide sürekliliği daha kolay sağlama ve terapist adayına kendini tanıma açısından uygun koşulları yaratma gibi yararlarını da önemli saymaktayız.

### ÖZET

Bir kıdemli terapist ve bir genç terapistin yönettikleri adolesanlardan oluşan grup süreci eğitim açısından önemli sayılabilecek hususlar ele alınarak özetlenmeye çalışıldı. Grubun iki yıla yaklaşan işleyişi içinde terapistler açısından karşılaşılan güçlükler ve bunun gruba yansıyan etkileri ele alındı. Kendi gözlemlerimizin literatürdeki Co-terapi grupları ile ilgili görüşlerle karşılaştırılması yapıldıktan sonra bu deneyimin olumlu ve olumsuz yönleri ile birlikte özeleştirisi yapıldı.

### KAYNAKLAR

Fleischer, J.A., Cepellari, C., Benefits of Co-therapy in a group with schizophrenic patients *Group Analysis*, 1979, XII/2, 117 - 126.

Jones, M. et. al. *Small group psychotherapy*, Penguin Books, 1971, 66-82.

Meissner, W.W., Nicholi, A.M., The Psychotherapies : Individual, family and group. *Harvard Guide To Modern Psychiatry*, Harvard University Press, 1978, 373 - 380.

Slawson, S.R., *Analytic group Psychotherapy*. Columbia University Press, New York, London : 1950, 111 - 112.

Yalom, I.D., *The Theory And Practice of Group Psychotherapy*. Basic Books Inc. Publishers, New York, London : 1970, 318 - 321.