

TÜRKİYE VE AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ'NDE PSİKOLOJİ VE PSİKOLOJİK DANIŞMA : BİR AMERİKALININ GÖRÜŞLERİ *

Thomas M. Skovholt

Minnesota Üniversitesi

Türkiye'deki Fulbright Görevim :

1982 - 1983 yılında Hacettepe Üniversitesi'nin Beytepe kampusunda bulunan Eğitim Fakültesinin Psikolojik Danışma Programında Fulbright görevliydim. Bu süre içinde, «Yaşlılarla Psikolojik Danışma», «Öğrenci Kişilik Hizmetleri», «Meslek Gelişimi Psikolojisi» ve «Doktora semineri» isimleri altında dört ayrı ders verdim. Bunun yanı sıra, Hacettepe Üniversitesi danışma merkezini düzenleme grubu ve program komitesinin bir üyesi olarak ve uluslararası konferans düzenleme komitesinde yardımcı başkan olarak görev aldım ve öğrencilere psikolojik danışma yaptım. Ayrıca, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde, Ortadoğu Teknik Üniversitesi'nde, Boğaziçi Üniversitesi'nde ve Rehberlik Araştırma Merkezinde seminerler verdim. Bunları yaparken de kendimi kuramsal açıdan olduğu kadar insanı anlama yönünden de kültürler arasında köprü kurmaya yardım etme sorumluluğuna sahip bir kişi olarak düşündüm.

Güzel Anılar :

Psikolojik danışmaya ilişkin olarak Türkiye'deki en sevdiğim anıların tanıştığım insanlarla doğrudan ilişkidir. Psikoloji ve psikolojik danışma alanlarında birçok kişiyle tanışmak beni çok heyecanlandırdı. Onların görüş ve tek-

* Bu yazı Gülden Bilâi tarafından çevrilmiştir.

niklerini; umut ve hayallerini, engellenme ve düş kırıklıklarını paylaşma olanağından memnunluk duydum. Genelde Türkiye'den bahsederken üç nokta ortaya çıkmaktadır. Farklı bir kültürde bulunma fırsatından olabildiğince yararlandım ve sürekli kendime sordum : Bu yaşantı, Amerika Birleşik Devletleri'nde olduğu gibi mi yoksa farklı mı ? Yaşamakta olduğum şeyleri gerçekten anlıyormuyum ? diye. İkinci nokta, dokuz ay içinde Türkiye coğrafyası, tarihi, hobi ve gelenekleri, dış politikası, aile ilişkileri, dil ve yemek pişirme konularında pek çok şey öğrenmekten zevk duydum. Üçüncüsü ise, Türklerin bana ve aileme gösterdiği misafirperverliği minnetle hatırlıyorum.

Fulbright Görevinden Bu Yana Yaptığım Çalışmalar :

Türkiye'den döneli tam bir yıl oldu. Bu süre içinde işlerim, Minnesota Üniversitesi'ndeki öğretim, araştırma ve görevimin gerektirdiği hizmetlerle; part-time özel çalışmam arasında bölündü. Değişik şeyler yapmaktan hoşlanırım, ancak bazen aynı zamanda birçok farklı konuda çalışmak da hoşuma gider. Halen devam etmekte olan birkaç projem olduğuna memnunum. Bunlardan biri, bu dergi sayısının çıkarılmasıyla ilgili. Diğerleri ise, Hacettepe'de tanıştığım iki Türk danışmanına ev sahipliği yapmayı ve onlarla birlikte çalışmayı içeriyor.

Türk - Amerikan Karşılaştırması :

Bu çalışmada kullanılan yöntem, deneysel olmaktan çok katılan - gözlemci yöntemidir. Çalışmamın temelinde, Türkiye ve Amerika Birleşik Devletlerini karşılaştıracam. Sonuçlar, benim gözlemlerime dayalı olduğundan kişisel algı ve yanlılık hatalarına açıktır, Kamyonların üzerinde yazılı «Maşallah» sözcüğüne bakarak, tüm kamyonların tek bir isim altında toplandığını zanneden Amerikalı bir ziyaretçinin yaptığı gibi, aşağıdaki gözlemler de bir kişinin algılarının mükemmel olmayacağı görüşüne dayanmaktadır. İkinci bir faktör ise, her iki ülkedeki popülasyonun heterojenliğinin genellemeleri zorlaştırmasıdır.

TÜRKİYE

Psikoloji ve psikolojik danışma uygulamaları faydalı mıdır ?

Kentleşmiş ve öğrenim görmüş Türkler için bir yerde «evet», fakat öğrenim görmemiş taşralı Türkler için çok az.

Ruh sağlığı kavramı nasıl düşünülmektedir ?

Ana ayırım, psikoz ve normallik arasında yapılmaktadır. Birtakım sorunlarla karşılaşan insanlar, ruh sağlığı bozuk kişiler olarak adlandırılıp etiketlenilmekten çekinmekte, bu nedenle ruh sağlığı hizmetlerinden uzak durmaktadırlar, Tıp modeli, psikiyatrların yetki alanı olup, sıklıkla ilaç kullanılmaktadır.

Ruhsal baskıların kökenleri

Fiziksel gereksinimleri giderme (Örn: kışın kendini sıcak tutmaya çalışma gibi) bazan birçok kişi için psikolojik gereksinimleri ikincil derecede önemli hale getirmektedir. Bununla birlikte, psi-

Türkiye'de kentleşmiş, üniversite öğrenimi görmüş varlıklı bireylerle; taşrada yaşayan, öğrenim görmemiş fakir bireyler arasında büyük farklar olduğu görülmektedir. Türkler arasındaki bu farklar belki de Türklerle Amerikalılar arasındaki farklardan çok daha fazladır. Amerika Birleşik Devletlerinde de bireyler arasında bu tür farklar vardır. Asya'dan kaçarak gelenler örneğinde olduğu gibi Amerikalı yeni göçmenler, Avrupalı beşinci nesil göçmenlerden oldukça farklıdır.

Bir kişinin algılarının sınırlılığı ve iki ülke arasında karşılaştırma yapmanın güçlüklerini bu şekilde verdikten sonra, okuyucunun bu gözlemleri bir yere kadar doğru bulmasını umarım. İnşallah.

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

«Evet», bu uygulamalar Amerikalıların çoğu tarafından faydalı görülmektedir.

Ruh hastalıkları ve ruh sağlığı bir düzlem üzerinde düşünülmektedir. Psikolojik danışma giderek bireyleri sınıflandırmayan bir eylem haline gelmekte, çoğunlukla kişilere derin bir bireysel öğrenme ve kazanç sağlayan bir alan olarak düşünülmektedir. İlaç kullanılmakla birlikte, ilaç kullanımı teşvik edilmemektedir.

Bazı Amerikalılar, Maslow'un hiyerarşisinin tepesine yakın bir yerde, belli bir anlam ve amaca dönük olarak ve belli bir noktaya doğru yönelme sorumluluğu ile yaşar. Çoğu bireyler için fi-

kolojik gereksinmelerin varlığı söz konusu olup, bunlar ana babadan birinin ölümü gibi yaşam krizleriyle, Türk lirasının değer kaybı gibi birtakım güç koşullardan ve kişinin çocukları için değerlendirebileceği fırsat eksikliğinden kaynaklanmaktadır.

Ruhsal baskıların yoğunluğu başlıca iki etmen vasıtasıyla azalır görünmektedir :

1) Kuvvetli bir kadercilik ve durumunu olduğu gibi kabullenme duygusu. Bu nedenle yukarı doğru ilerleme durumu söz konusu olmadığında birey, Amerikalılara nazaran da az öz - eleştirici olmaktadır.

2) Kuvvetli aile, akraba ve arkadaşlık ilişkileri, duygusal sıkıntıları azaltmada ve kişisel sorunların çözümünde yardımcı olmaktadır.

ziksel gereksinmeler tamamiyle giderilmiş olup, üst düzeydeki benlik gelişimi (örn : zayıflık) anlam ve amaca ilişkin varoluşsal soruların odak noktasını oluşturmaktadır. Evsiz ve aç çoğu dezavantajlı Amerikalı için de fiziksel ve psikolojik gereksinmelerin her ikisi de mevcuttur.

Bu iki grubun ortasında yer alan Amerikalılar için, ruhsal baskılar, ana babadan birinin ölümü gibi yaşam krizleri ile büyük ölçüde başarıya yönelik ve bireyci toplumun baskılarından kaynaklanmaktadır. Ruhsal baskıların yoğunluğu, Amerikalılara iş, okul, sağlık, ev ve dinlenme konularında çoklu kazanç sunan tüm toplumsal zenginliklerle azaltılmaktadır. Ancak, ruhsal baskılar, yakın aile, akraba ve arkadaşlık ilişkilerinin yokluğu ve Amerikalıların kişinin sadece kendine dayanması gerektiği inancı nedeniyle artmaktadır. «Herhangi birşey olabilirsin» ve «denemeye devam et, vazgeçme» türünden Amerikan inançları, yukarı doğru ilerleme söz konusu olmasa bile her zaman için kuvvetli bir öz - eleştirinin, olumsuz duyguların ve öze - zarar verici duyguların varlığı anlamına gelir.

Ekonomik Baskıyla İlişkili olarak İntihar ve Hırsızlık

Ekonomik baskı, Amerika Birleşik Devletleri'nde olduğundan daha büyük olduğu halde, intihar ve hırsızlık oranı daha düşüktür.

İntihar ve hırsızlık olayları, büyük ölçüde üzüntü, sıkıntı ve korkuya neden olan temel sorunlardır.

Evlilik

Temelde evlilik, birarada ekonomik ve beklendik bir bütünlük oluşturan birbirinden çok farklı rollerin ortaklığıdır. Türklerin çoğu için evlilikte birbirinin

Evliliğin her iki tarafında özdoyumunu arttırması gerektiği düşünülmektedir. Bu durum gerçekleşmediği zaman, birey evlilikten beklediği doyumunu sağla-

TÜRKİYE

psikolojik gereksinmelerini karşılama ve iyi bir iletişim kurma bir amaç oluşturmamaktadır.

Evlenme durumu söz konusu olduğunda, bekâret, erkekler için değil ama kadınlar için önemli kabul edilmektedir.

Çocuk Yetiştirme

Çocuklara itaatkar olmaları ve ana babalarının dediklerini yapmaları öğretilir. Ergenlikte bu çocuklar çok fazla isyankar değildir. Yetişkinlikte ise, alışılmış biçimlere uymaya ve otoriter çevrelerde yapabileceklerinin en iyisini yapmaya eğilim gösterirler.

Kadın ve Erkek Konuları

Ruhsal rahatsızlıkları nedeniyle hastahaneye yatırılan erkeklerin sayısı, kadınlardan fazladır. Aynı şekilde, hapse giren erkek sayısı da kadınlardan fazladır.

Feminizm yaygın değildir. Erkek dış dünyayı kontrolü altında tutarken, kadın da evi idare eder.

Aynı cinsten bireylerin fiziksel teması (Örn : kolkola yürüme) her iki cins için de yaygındır. Karşıt cinslerin fiziksel teması, köylerde, toplum içinde ender görülmekle birlikte, üniversite öğrencileri arasında daha yaygındır.

Arkadaşlar ve Aile

Aynı cinsten bireylere açılma (dertleşme) oranı yüksek olup, özellikle kadınlar arasında yaygındır. Karşıt cinsle açılma ise, kentleşmiş ve öğrenim görmüş Türkler dışında pek yaygın değildir.

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

yamamakta ve boşanmayı düşünmektedir. Boşandıktan sonra bazan Amerikalılar «halâ arkadaşız» diyebilmektedirler.

Evlilik söz konusu olduğunda, bakirelik her iki cins içinde genellikle önemli sayılmamaktadır.

Ana - babalar çocuklarına hem bağımsız, hem de bir yerde itaatkrr olmayı öğretirler. Ergenlikte bu durum çoğunlukla, ana babalarla çocuklar arasındaki büyük çatışma ile sonuçlanır. Ergenlerin bu isyankarlığı, yetişkinlikte bağımsızlık ve yaratıcılıkla sonuçlanabilir.

Ruhsal rahatsızlıkları nedeniyle hastahaneye yatırılan kadın sayısı erkek sayısından fazladır. Hapse giren erkek sayısı ise kadın sayısından fazladır.

Feminizm son yıllarda Amerikan toplumunda köklü değişikliklere yol açmıştır.

Karşıt cinslerin toplum içinde fiziksel teması, aynı cinsten bireylerin fiziksel temasından çok daha yaygındır.

Erkek ve kadınlar çoğunlukla yine kadınlara açılırlar. Erkekler arasındaki arkadaşlık duygusal yakınlığa yer vermemeye eğilimindedir.

Bağımlılık, azaltılması gereken duygusal bir sorun olarak düşünülür. Bağım-

TÜRKİYE

Arkadaşlar ve aile bireyleri arasında bağımlılık oranı yüksek olup, olumlu bir özellik olarak düşünülmektedir. Yalnızlık ender rastlanan bir duygudur. Türk çiftçileri, köylerde birbirinden uzak çiftlik evleri yerine birbirlerine çok yakın evlerde yanyana yaşamaktadırlar.

Aileler, yaşlandıklarında, hastahaneye kaldırıldıklarında ya da psikotik bir rahatsızlıktan sonra hastaheneden taburcu edildiklerinde aile üyeleri bakımını üstlenirler. Ana babaları çalıştıkları zaman, torunların bakımında büyük anneler temel kaynaktır.

Meslek Gelişimi Hakkında Ne Söylenbilir ?

Meslek seçimi ile ilgili sorumu bir antropolog şöyle yanıtladı : «Seçim? Çok az seçim şansı var». Üniversite giriş sınavlarında en yüksek puanı tutturularla, varlıklı ailelerin çocukları bu konuda istisna teşkil ediyorlar. Seçim eksikliği, meslek gelişimi hizmetleri için duyulan gereksinmeyi azaltmakta; işlerin sınırlılığı, ilgi ve gereksinim gibi psikolojik faktörlerin önemini düşürmekte, meslek seçimi sürecinde kazanç gibi ekonomik ve lükse dönük faktörleri ön plana çıkarmaktadır. İlgiler, yetenek ve ailenin ek gelir isteklerine kıyasla daha az önemli olmaktadır.

Ana - babalar, çocuklarının meslek seçimi sürecinde oldukça etkili olmakta. çocuklar da ana - baba rehberliğini kabul etmektedirler.

Kronik işsizlik ve bireyin yetenek, eğitim ve ekonomik gereksinmeleriyle orantısız işler, birçok yetenekli insanı uzmanlaşmadan, düşük ücretli işlerde çalışmaya zorunlu kılmaktadır.

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

sızlık ödüllendirilir ve buna ilişkin olarak yalnızlık büyük bir sorundur.

Amerikalı çiftçi aileler, birbirinden uzak çiftlik evlerinde yaşamayı yeğlerler.

Yaşlıların, ruh sağlığı kliniklerinden taburcu edilen hastaların ve çocukların bakımını aile bireylerinden ziyade paraprofesyonel ve profesyonel servisler ve sağlık uzmanları üstlenirler.

Bir bakıma, seçim özgürlüğü karmaşaya yolaçtığından («Ne istersen olabilirsin. Ne olmak istiyorsun? gibi) meslek gelişimi hizmetlerine gereksinim vardır. Seçim karmaşıklığı ve rehberlik eksikliği, (örn : ana - babalar çocukları yerine karar vermezler ya da Tanrı yardımı çoğu zaman karar verdirici bir faktör değildir) meslek gelişimi kitaplarının ve meslek gelişimi danışmanlığının popülerliğini arttırmakta; ilgi invanterleri «Ne yapmak istiyorsun? sorusuna yanıt getirmek için kullanılmaktadır.

Meslek gelişimi programları, orta yaş ve emeklilik yıllarını da kapsayacak biçimde genişlemektedir.

En iyi işlere sahip olma yarışında ilerleyebilmek için çok sıkı çalışmak ve alanında süper uzman olmak, bireyin planları arasında yer almaktadır.

TÜRKİYE

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Lisansüstü Danışma ve Danışma
Psikolojisi Programlarının
Sayısı Kaçtır ?

48 milyonluk ülkede, bir lisans, üç master, ve iki de doktora düzeyinde program bulunmaktadır. On kadar da klinik psikolojisi programı vardır.

240 milyonluk ülkede; 400 lisansüstü, bir çok da klinik psikolojisi programı bulunmaktadır.

Master ve Doktoralı Psikolog
ve Danışma Psikologları için
Ne Tür İşler Bulunmaktadır ?

Okul danışmanları, çoğunlukla psikoloji, sosyoloji ve eğitimde lisans sahibi olup rehberlik uzmanı olarak adlandırılmaktadırlar. Master düzeyinde öğrenim görmüş kişiler çoğunlukla devlet dairelerinde veya hastahanelerde çalışmakta; doktoralı elemanlar ise üniversitelerde çalışmaktadırlar.

Öğrenim gördükten sonra, çokları master derecesine sahip ve doktoralı öğretim elemanları olarak okullarda çalışmaktadırlar. Şimdilerde mezunların çoğu okul dışında, endüstri alanında, kurumlarda, hastahanelerde, kendi özel işyerlerinde, sağlık alanında, test veren kurumlarda ve polis teşkilatı vb. gibi yerlerde pratisyen olarak çalışmaktadırlar. Ortaya çıkmakta olan yeni iş olanaklarının yanı sıra belirli işlere sahip olabilmek için büyük bir yarışa giren yeni mezunlar da bulunmaktadır.

Danışma ve Psikoterapi

Danışma çoğunlukla aile ve arkadaşlar tarafından sağlanmaktadır. Kendi kendine yardım hizmetleriyle paraprofesyonel ve profesyonel hizmetlerin sayısı azdır. Psikiyatrilar çoğunlukla test verme görevini üstlenen klinik psikologlarından sorumlu bulunmakta, sosyal çalışma uzmanları ise ailelerle çalışmaktadırlar.

Danışma, sadece bazan aile veya arkadaşlar tarafından sağlanır. Kendi kendine yardım hizmetleriyle paraprofesyonel ve profesyonel danışma hizmetleri çok geniş olup gelişmeye devam etmektedir. Farklı alanlarda öğrenim görmüş olan bireyler alanı paylaşmaktadırlar. Bu gruplar arasında tartışmalar bulunmakla birlikte (örn : alkoliklerle çalışan danışmanlarla dini konularda danışma yapanlar; klinik psikologlarla psikiyatrilar ve danışma psikologları gibi) farklı alanlardaki eğitimin, ruh sağlığı sorunlarını çözmede yararlı olacağı görüşüdür.

SONUÇ :

Bu makale temelde sizleri ve kendimi, kültüre ilişkin olarak psikoloji mesleğince lisansüstü program ve uygulamalarında önemli, ancak ihmal edilmiş bunlara benzer soruları sormaya bir çağrıdır.

Kanımcı soruların doğru yanıtları, kültürel değişkenlere değer kazandıran bakış açısı yanında daha az önemlidir.

Türkiye'de bir sene kalma olanağı-

na sahip olduğum için minnettarlık duyuyorum. Bunun nedeni ise, Türkiye'nin mükemmel insanlarıyla güzel bir ülke olmasının yanı sıra, bu olanağın bana kültürel yönden daha az sınırlanma, kültürün insan gelişimi ve büyümesi üzerindeki etkilerinin daha çok farkına varma ve kültür hakkında kendime sorular sormaya devam edebilme mi sağlamış olmasıdır.