



Çağdaş Sosyo-Psikolojik Sorunlara Bir Yanıt Olarak Sosyoterapi

M. Kubilay Akman¹

Özet

Günümüz bireyinin sorunları, sosyal alan ile psikolojik / bireysel alanların kesiştiği bir zeminde tezahür etmektedir. Psikologlar bireysel sorunlarla, sosyal hizmet uzmanları toplumsal ve bireysel konularla ilgilenirken, sosyoloji bu iki alan ile de, disiplinlerarası bir yaklaşımda, az ya da çok bağlantılı bir potansiyele sahiptir. Bu potansiyelin açığa çıkması yönünde değerlendirilebilecek uygulama alanlarından birisi sosyoterapidir. Çağdaş toplumdaki bireylerin sorunlarının hem sosyolojik hem de psikolojik boyutları olduğu gözetildiğinde, bir diğer ifadeyle bu sorunların sosyo-psikolojik bir nitelik kazandığı kavrandığında, çözüm arayışlarının psikolojiyle sınırlı kalmayıp, sosyolojinin de dâhil edildiği bir zemine geçmesi gerekmektedir. Sosyoterapi bize bu imkânı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sosyoterapi, sosyal hizmet, sosyometri, klinik sosyoloji, travma, psikoterapi

Sociotherapy as a Response to Contemporary Socio-Psychological Problems

Abstract

Problems of contemporary individuals appear at the crossroad between social field and psychological / individual levels. Psychologists have focused on personal problems, social work specialists are interested in social and individual issues, as for sociology, with an inter-disciplinary approach, has a potential more or less connected to both fields. Sociotherapy is one of the application fields to expose this potential. When it is considered that individual problems in contemporary society have both sociological and psychological dimensions, with another expression, when it is seen that these problems have gained a socio-psychological attribute, it is necessary not to be limited only with psychology and also sociology is to be included in the course of solution seeking. Sociotherapy provides us this opportunity.

Keywords: Sociotherapy, social work, sociometry, clinical sociology, trauma, psychotherapy

Giriş

Çağdaş toplum yoğun sanal sosyalliklerin arkasında, birbiriyle reel anlamda yeterince sosyalleşemeyen milyonlarca birey var etmiştir. İnternet siteleri, bloglar, sosyal paylaşım siteleri, e-mailer ve cep telefonlarıyla çok yüksek düzeyde bir “iletişim” sürerken, gerçek

To cite this article: Akman, M. K. (2015). Çağdaş sosyo-psikolojik sorunlara bir yanıt olarak sosyoterapi, International Journal of Humanities and Education, 1:1, 1-14

¹ Doç. Dr.; Bingöl Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü
E-posta: mkakman@bingol.edu.tr

hayatta ve ortamlarda insanlar birbirlerinden uzaklaşmaktadır. Yabancılaşma süreci bugün hat safhada yaşanıyor. Weberyen kavramlarla ifade edecek olursak, rasyonelleşmenin ve araçsallaşmanın “demir kafesi” günümüz bireyine çok az soluk alma imkânı tanıyor. Weber’in yaklaşımına göre, “uzmanlaşma ve rasyonalizasyonun demir kafesinden en nihayetinde hiçbir bariz kaçış yolu yoktu. Tek makul yanıt, metanetli bir kararlılıktı” (Turner, 2014: 113). Bugün, 21. Yüzyılın başlarında insanlık acaba o zaruri metaneti gösterebilecek mi; ya da, bir diğer bakış açısıyla, duyarsızlık ve tepkisizlikle harmanlanmış bir metanet bizatihi yaşanan problemlerin bir parçası mı olacak? Bu konuların etraflıca tartışılması gerekir.

Tarihte hiç olmadığı kadar, insanlar fiziken birbirlerine yakın ve yan yana iken bambaşka, birbirinden kopuk hayatlar yaşamaktadır. İnsanın insana yabancılaşması bugün çok üst boyutta kendini hissettirmektedir. Fiziksel ve sosyal hayatların / bedenlerin yanında, bir tür sanal beden de oluşmuş, birçok elektronik program ve uygulama üzerinden kendini yeniden üretmektedir. Çağdaş bireyin, sanal temsil ortamındaki “profilini” gerçek sosyal hayattaki profilinin önüne geçmiştir. Artık, günümüzde, “normal olan nedir?” sorusuna cevap vermek o kadar kolay değildir. Alışıldık olan mıdır normal olan, yoksa çoğunluğun yaptığı mı, ya da bizden önceki kuşakların yaşadıkları mı? Bu durum oldukça belirsizdir. Patolojik bir hal yaygınlaştığında ve genel kabul gördüğünde artık onu “anormal” olarak adlandırmak o kadar kolay değildir.

Yaşanan yabancılaşmanın oluşturduğu krizler ve açmazlar, eğitim, aile vb. kurumlarda; gündelik yaşamda ve kültürde çok belirgindir. Birçok terapi yöntemi gündeme gelmekte, insanlar yaşadıkları sorunlara terapiyle çözüm aramaktadır. Sosyoterapi de, sosyolojinin sunduğu usul ve kavramlarla, diğer terapi türleriyle belirli bir etkileşim zemini içinde, bir imkan olarak önümüzde durmaktadır. Bu makalede, sosyoterapi literatürünü inceleyecek, bu terapi türünün nasıl bir cevap geliştirebileceğini tartışacağız.

Sosyoterapinin İmkânı

Sosyal bilimler alanında, sosyoterapiden söz ettiğimizde, bazı meslek çevrelerinden kimi bireylerin, sanki kendilerine alternatif geliştirmeye çalıştığımız yanılısamıyla tepkiler gösterdiklerine şahit olmaktadır. Tabii ki, bu tepkiler akademik bir üslup ve derinlikle yapılacak olursa, sosyologlar bundan ancak memnuniyet duyar. Çünkü fikri ve bilimsel

tartışmalar hem sosyolojinin kem de diğer sosyal bilimlerin gelişimini hızlandıracaktır. Ne var ki, çoğu zaman söylenenler belirli bir zemine dayanmamakta ve herhangi bir disiplinin uzmanlarından çok, hasbelkader bu programlardan mezun olmuş bireylerden gelmektedir.

Bu zorunlu açıklamayı yaptıktan sonra, şunu net olarak kaydetmemiz gerekir: sosyoterapi ne psikoterapiye, ne sosyal hizmetlere, ne de benzer diğer alanlara karşı, onları “değilleyen” bir alternatif değildir. Sosyoterapinin gündeme getirdiği, olası birçok terapi / sağaltım biçimleri arasında, kendisinin de işlevsel bir kullanım değeri olduğunu temel usul, teknik ve kavramlarıyla ifade etmektir. Disiplinler arasında bazı örtüşmeler, kesişmeler kaçınılmaz olarak söz konusudur. Mesela, çağdaş sosyoloji kuramlarından örnek verelim: bu eksende, sosyoloji dairesi içinde tartıştığımız bazı isimlerin filozof olduğunu görüyoruz (Foucault, Deleuze, Agamben, vb.). Bu, durum sosyologların kendilerini felsefeye rakip olarak kurguladıkları anlamına gelmez, sadece her iki alan arasında bir örtüşmenin mümkün olduğunu gösterir. Sosyoterapi söz konusu olunca, aynı süreç psikoterapi ve sosyal hizmet alanlarıyla alakalı olarak işlemektedir. *Sosyoterapi, bu alanların temellerini yerinden oynatan bir rakip değil, onlarla bazen aynı zemini paylaşan, sosyolojinin esasen bir uygulaması olarak realize olan terapötik bir yaklaşımdır.*

Sosyoloji birçok kavşakta, çeşitli arayışlara girmiş ve yol ayrımlarına varmıştır. Disiplin, kendi içinden ve dışından çeşitli eleştiriler almıştır. Sosyolojiye yapılan en sert eleştirilerden birisi “toplum mühendisliği” kavramı etrafında şekillenir. 1990’ların sonunda Jonathan H. Turner, bir eleştiri ve itiraz nesnesi olarak öne sürülen şeyin, “toplum mühendisliği”nin tam da sosyologların izlemesi gereken bir strateji olduğunu iddia ediyordu. Turner, “klinik tedavi uzmanları ya da uygulayıcılar olacağımıza mühendisler olalım,” diyordu (Turner, 1998: 250). Sosyolojik bir “mühendisliğin” sosyologlar için ne kadar arzu edilebilir bir durum olduğu tartışmalıdır. Ne var ki, Turner ABD şartları altında bir nevi “klinik tedavi uzmanı” gibi algılanma sürecinden dert yanarken, Türkiye’de sosyologların henüz böylesi bir pozisyon ve istihdam alanından çok uzak olduğunu görüyoruz. Turner’ın Amerikalı sosyologlar için ele alıp reddettiği kimlik, Türkiyeli sosyologlar için adım atılmayı ve geliştirilmeyi bekleyen yeni bir alan olduğu söylenebilir.

Sosyoterapi, bir anlamda, mümkün olan uygulamalarıyla, sosyologları terapi süreçlerinde istihdam etme yönünde uygun bir platform sunmaktadır. Özellikle, Afrika’da büyük ölçekte toplulukların yaşadığı travmaların terapisinde, sosyoterapinin kullanım değeri kendini

ispatlamıştır (Bkz. Akman, 2013: 5). Elbette, sadece ekstrem durumlarda değil, olağan hayatın içinde beliren açmazlarda da sosyoterapi kullanılabilir ve kullanılmaktadır. İş hayatı, eğitim hayatı, aile hayatı, vb. birçok sosyal zeminde insanların sorunlar yaşadığını ve sorunlara sebebiyet veren muhataplarıyla beraber, hep birlikte terapi görmelerinin faydalı olacağı açıktır. Sosyoterapi, başka grup terapisi yöntemleriyle beraber bu anlamda bir cevap olarak gündeme gelebilir.

Akademilerde, henüz sosyoterapi yeterli bir ağırlığa ulaşmamıştır. Hasan Yahya, akademik kurumların, özellikle sosyoloji bölümlerinin programlarında sosyoterapiye ve bu alandaki araştırmalara yer vermesi gerektiğini önermektedir (Yahya, 2012: 31). Program oluştururken, sosyoloji bölümleri yerel düzeyde birbirlerinin müfredatını tekrar etmektense, uluslararası akademik çevrelerde az ya da çok yer tutan, Türkiye’de uygulanma imkânı bulunan alt disiplinlere ve bağlantılı alanlara yönelebilirlerse, bu hem akademisyenler hem de öğrenciler için daha faydalı olacaktır. Üstelik aşağıda tartışacağımız gibi, sosyoloji bölümlerinin mevcut yapısı dahi, küçük bir revizyonla sosyoterapi çalışmalarına uygun hale gelebilir.

Grubun Terapötik Gücü

İnsanın yalnızlaştığı yer, hem sorunun başladığı hem de çözümün belirdiği alandır. Burası toplumun kendisi, sosyal düğümlerin oluştuğu yerdir. Terapi grubunun sunduğu sosyalleşme ortamının, sosyoterapistin kontrolü altında, bireylerin yaşadığı acıların azalması, terapi ve rehabilitasyon sürecinde etkili olabileceği kabul edilmektedir. Sosyoterapi kişinin (hastanın, terapi görenin) etkileşim içinde bulunduğu durum ile ilgilidir; burası, sosyoterapistin uyarlanabilir (adaptive) problem çözme yöntemiyle ilişkili olarak, bir yönüyle imkan ve araçların diğer yönüyle kısıtlanmaların mahali haline gelebilir (Edelson, 1970: 130). Sosyoterapistin görevi bu esnek zemini müspet yönde evrilterek, kısıtlanmanın değil çıkmazlardan çıkışın ve alternatifin temeli haline getirmektir. Sosyoterapinin amacı, sosyal ortamda bulunan zorlanmaların teşhisi, hafifletilmesi ve çözümlenmesidir; bu doğrultuda, terapötik bir topluluk oluşturularak çözüm süreci mobilize edilir (Edelson, 1970: 131). Bu yönüyle diğer grup terapisi biçimlerine benzediği ve ortak noktalarının bulunduğu aşikârdır.

Psikoterapi ve sosyoterapi, her ne kadar birbirlerinden ayrı alanlar olarak görülse de, “grup psikoterapisi” bir kesişme ve yaklaşma alanı olarak görünmektedir. Grup psikoterapisi süreci içinde “iyileştiren etkenler arasında diğerlerinden öğrenme, özdeşim, katarsis, içgörü gelişimi,

sosyal becerilerin gelişmesi, varoluş biçiminin farkına varma, sorunun evrensel olduğunu fark etme, alturizm, çocuklukta yaşanan emosyonel açmazları gideren / onaran duygusal yaşantıların ortaya çıkması, rehberlik, model oluşturma sayılabilir” (Özmen 2008: 316). Bu etkenlerin önemli bir kısmının “sosyalleşme” zeminine dayandığı açıktır ve bu durum aslında pekâlâ sosyoterapinin de bünyesinde yer alabilecek öğeler içermektedir. Bu açıdan, bu iki alanı (psikoterapi ve sosyoterapi) tamamen birbirine zıt ve bir diğerini değilleyen disiplinler kabul etmek, az önce de ifade edildiği gibi, bir yanılısma olacaktır.

Aslında, sosyolojinin grup terapisi ile ilgili perspektifinin temelleri sanıldığından daha geriye gider. Jacob L. Moreno, psikodramanın ve sosyometrinin kurucusu olarak, sosyoloji çevrelerinde tanınmaktadır. O aynı zamanda, bilimsel olarak tanımlanmış bir grup psikoterapisinin temellerini atmıştır. Grupların terapisinin bir ön koşulu olarak Grupların Dinamik Yapısı'nı bilme ve böylesi bir bilginin sistematize edilmesi ihtiyacını ilk tespit eden Moreno'dur (Meiers, 1945: 267-268). Bugün, Türkiye'deki sosyoloji bölümlerinde, maalesef işlevsizleşmiş Sosyometri Anabilim Dalları bulunmaktadır. Bu konuyu daha iyi kavramak için sosyometri anabilim dallarına bakarak, orada ismi geçen sosyologların ne kadarının gerçekte sosyometri uzmanı olduğunu araştırabilirsiniz. Göreceksiniz ki, birçok sosyometri anabilim dalında ismi geçen sosyologlar esasen başka alanların uzmanlarıdır. Moreno'nun çalışmaları ışığında görülebileceği gibi, sosyometrinin kendisi sosyoterapiyle belirli bir yönde buluşmaktadır. Bu açıdan, sosyoloji bölümlerinin kendisini küçük bir oranda revize etmesiyle, hemen hemen Türkiye'nin her yerinde sosyoterapi çalışmaları başlayabilir. Sosyoterapi ismi ve içeriği çok daha geniş ve geneldir. Bu açıdan, Sosyometri Anabilim Dalları, kendisini Sosyoterapi adı ve içeriğiyle tekrardan tanımlayabilir ve yapılandırabilirse, bu durum sosyolojiye büyük bir dinamizm kazandıracaktır.

Bu arada, sosyoterapi ve psikoterapi arasında (özellikle grup psikoterapisi vesilesiyle) ortaklıkların olduğunu ifade etsek de, temel noktalarda bazı farklılıklar olduğu gözden kaçmamalıdır. İki alan mukayese edildiğinde, “sosyoterapi sosyal durum ve sosyal sisteme karşınların yorumlanması ve tanımlanması ile ilgilidir. Öte tandan, psikoterapi kişisel sistemle ilgilenir” (Swan, 1984: 61). Bir diğer deyişle, sosyoterapinin içinde birey, dahil olduğu sosyalliğin ve sosyal sistemin bir mensubu olmak hasebiyle ele alınır, terapi uygulanır. Bu süreçte, sosyalleşmenin kendisi terapötik bir teknik değer kazanır. Terapi sürecinin eksenini bireyden gruba ve toplumsallığa doğru genişler.

Nasıl Bir Yaklaşım?

Sosyolojinin kendisini teoriyle kısıtlamayan, esasen uygulama gerektiren bir alan olduğu genel kabul görmektedir. Bu anlamda, “uygulama sosyolojik bilginin en önemli yönüdür. Ne var ki, sosyolojik uygulama hakkında çok az şey yazılmıştır”; bu durum tartışılmalı ve “sosyoloji gerçek, amaca uygun, kullanışlı ve uygulanabilir olmalıdır” (Swan, 2014: 153). Bunun başarılabilmesi için uygulama alanlarıyla ilgili çalışmalar yapılması gerekmektedir. L. Alex Swan’a göre, “sosyal kişinin ve onun karakteristiklerindeki çeşitliliklerin oluşumunun, etkileşimsel ve ilişkisel bağlamda anlaşılması sosyolojinin çepere içinde yer almaktadır” (Swan, 2014: 148). Sosyoterapi, terapötik bir alt-sistem olarak bu çepere dâhil olmaktadır. Bireyi ve karakteristiklerini sadece tanımının değil, aynı zamanda onun sorunlarını sağaltmanın bir disiplindir. Bu açıdan bakıldığında, sosyoterapi pozitivizmin ötesine geçen, praksis boyutu olan bir uygulama mecrası açmaktadır.

Sosyoterapiye yakın ya da dolaylı olarak bağlantılı alanlar arasında logoterapi görülebilir (Akman, 2013: 9). Victor E. Frankl’ın logoterapi ekseninde önerdiği “trajik üçlü” (tragic triad) ve “trajik optimizm” kavramları sosyoterapistlerin de, sosyolojik değilse bile felsefi bir takviye olarak ele alıp kullanabilecekleri kavramlardır. Frankl’a göre, insan varoluşunu çevreleyen şöyle bir üçlü bulunmaktadır: 1. Acı, 2. Suçluluk, 3. Ölüm. Logoterapi, bu kaçınılmaz trajik durumların karşısında mümkün olan en iyi alternatifleri sunan trajik optimizm öğelerini önerir: 1. Acıyı başarıya ve marifete dönüştürmek, 2. Suçluluktan, bireyin kendisini daha iyi olmaya yöneltebilmesi sonucunu çıkarmak, 3. Hayatın geçiciliğinden yola çıkarak, daha mesul davranışlarda bulunma sonucuna ulaşmak (Frankl: 139-140). Sosyoterapistler de logoterapistler gibi, anlam arayışı içindeki çağdaş insana; acının, suçluluğun ve ölümün açmazlarının etkisinin nispeten azaltıldığı huzurlu bir sosyal çevre sunma noktasında etkin rol alabilirler.

Yale Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü’nden, müteveffa Prof. Dr. Marshall Edelson’ın öncü çalışmaları, psikoterapinin bir muhasebesi olduğu kadar; sosyoterapinin imkanının ele alındığı önemli yayınlar olarak önümüzde tartışılmayı bekliyor. Edelson, zihinsel hastalıkların boyutlarını kavramsallaştırdığı çalışmasında (Edelson, 1971) bir yandan Talcott Parsons’ın sosyolojik külliyatı, diğer yandan Sigmund Freud’un psikanalitik sorunsalları üzerinden bir çözümleme, eleştiri ve açılım geliştirmiştir. Edelson’a göre: “İnsan isteklerin kaosu tarafından itilmez; fakat her biri diğerine, sembolize edilen anlamların çok ya

da az entegre sistemleriyle bağlantılı olan kendi muhayyilesinin sonuçları tarafından çekilir. Böylesi sistemler araştırılabilir ve araştırılmaları önemlidir. Kişisel veya içselleştirilmiş sembolik sistemlerin oluşturduğu set ve bu farklı sembolik sistemler arasındaki ilişkiler kişilik sistemini oluşturur” (Edelson, 1971: 28). Psikoterapi ve aslına bakılırsa sosyoterapi de, insan kişiliğini oluşturan bu sembolik sistemlerin işleyişini göz önünde bulundurmalıdır. Yaşanan çeşitli açmazlar ve arazlar çoğu zaman kişilik sistemlerinin örüntüsünde gerçekleşen blokajlardan, krizlerden kaynaklanır. Sorunun nerede olduğunun tespit edilebilmesi çözüm arayışları için elzemdir.

Sosyoterapi alanında uygulamalı çalışmaları olan Rand L. Kannenberg, Amerika Birleşik Devletleri’nde, Lakewood, Colorado’da Adalet Sistemi Bağımlılık Hizmetleri kurumunun yöneticisidir; antisosyal davranışların ve madde bağımlılığının iyileştirilmesinde bir grup terapisi yöntemi olarak Yeniden Sosyalleşme Grubu (Resocial Group) modelini geliştirmiştir. Lisanslı bir Madde Bağımlılığı Danışmanı ve Sertifikalı Klinik Sosyolog olan Rand L. Kannenberg, tutukevlerinde yaşadığı tecrübelerin ışığında kendi terapi modelini oluşturmuştur. Halen, CEU Matrix Bağımlılık ve Adalet Sistemi Araştırmaları Enstitüsü’nde madde bağımlılarına yönelik Bilişsel Davranış Terapisi dersleri vermektedir.²

Kannenberg’e göre günümüzde sosyolojik danışmanlık ve sosyoterapiye artan bir ilgi bulunmaktadır. Klinik sosyologlar, kendilerine özgü yöntemlerle terapi sahasında yerlerini almışlardır (Kannenberg, 2003: 5-6). Onun yaklaşımında, Yeniden Sosyalleşme / Resosyalizasyon (Resocialization), “normların, değerlerin, alışkanlıkların ve davranışların aksinin öğrenildiği ya da yeniden öğrenildiği; ailede, akran çevresinde, dini cemaatte önceden öğretilmiş olanlardan bireyin özgürleştiği; rollerin, ilişkilerin ve yaşam durumlarının bireyler ve diğerleri için daha faydalı efektif alternatiflerle yer değiştirdiği” bir süreçtir (Kannenberg, 2003: 90). Resosyalizasyon adımları şu şekildedir:

- Geçmiş olayların, tecrübelerin ve bunlar sonucunda oluşan reaksiyonların etkisine dair bir içgörü elde edin.
- Kısaca şimdiki duyguları, baskıları ve çatışmaları araştırın.
- Şimdiki yaşam ve iş durumlarını, akran ve aile etkilerini ve sosyal çevrenin diğer yönlerini inceleyin.

² Bkz. <http://www.ceumatrix.com/staff/kannenberg.php>

- Etkisiz rollere ve ilişkilere karşı aktif alternatifleri, bireyin ve diğerlerinin istifade edebileceği daha iyi seçenekler bulma yollarını araştırın.
- Günlük kararlar verme, problem çözme ve geleceğe dönük amaçlar / planlar tertip etme konusunda yeni hüneleri öğrenin ve uygulayın (Kannenberg, 2003: 92).

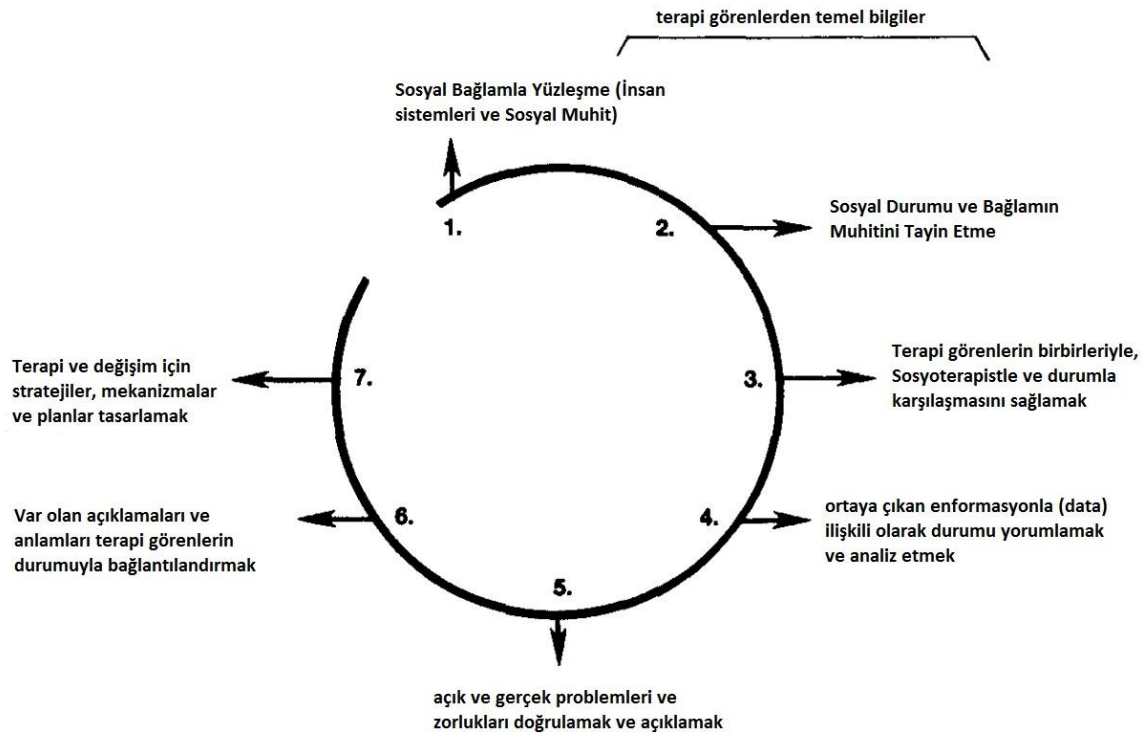
Görüldüğü gibi Kannenberg, terapi gören kişinin sosyal ortamlarının tam bir farkındalığı üzerinden kendi terapötik resosyalizasyon grubu alternatifini sunmaktadır. Bu terapi türünde, bireyin kişisel hikayesini ve geçmiş tecrübelerin bugündeki yansımalarını kavramak önemli bir yer tutmaktadır. Bugün bireyin ne türden açmazlar içinde yer aldığı somut olarak tespit edilmesi gerekir. Bu şekilde, geçmişin bugünle bağı / köprüleri kurulur. Birey, hâlihazırda içinde bulunduğu sosyal bağlamların bir kesişme alanı olarak ele alınır. Terapinin gündeme getirdiği alternatifler müspet, ya da bir diğer ifadeyle, çözüm odaklıdır. Bu süreçte terapist önceliklerini ve önerilerini somut olarak belirler. Kannenberg'in araştırmalarının ve tartışmalarının gücü, onun akademik sınırlılıkları bazen aşamayan birçok araştırmacının aksine, bizzat uygulama alanının içinde olması hasebiyle, çok somut ve pratik öneriler / teknikler geliştirebilmesidir.

Müspet Sosyal Etkileşim

Texas Güney Üniversitesi, Sosyoloji Bölümü öğretim üyelerinden Prof. Dr. L. Alex Swan'ın geliştirdiği, Temelli Karşılaşma Terapisi'nde (Grounded Encounter Terapi, GET), terapi görenin sosyal durumlarında ve bağlamlarında temellenmiş olan asıl etkenlerle bir karşılaşma, bunların yorumlanması ve durum analizi süreci söz konusudur. Burada terapi görenler arasında olduğu kadar, onlar ve sosyoterapistler arasında da bir karşılaşma sürecinin gerçekleşmesi gerekmektedir (Swan, 1984: 62, 63). TKT'de (GET) spekülasyona yer yoktur. Burada, bilimsel yöntemlerle, terapi görenin içinde bulunduğu süreçleri ve kişilerarası (interpersonal) boyutları, konuyla alakalı yönleriyle ele alıp araştırma ve açıklama yaklaşımı söz konusudur. Karşılaşma süreciyle bağlantılı olarak sosyoterapistler ellerindeki bilimsel bilginin geçerliliğini test etme imkânına sahiptir. Sosyoterapistler bu süreçte “grup hayatıyla, gruptaki insan davranışıyla, karşılaşma ve durum analiziyle keşfedilen bireyin muhteviyatının temellendirilmesi için kullanılan çeşitli hüneler, teknikler ve stratejiler ile ilgili içgörü, anlayış ve bilgiler” geliştirirler (Swan, 1984: 64). Sosyoterapistler bu süreçte sosyal bağlamdan bahsettiklerinde, akla kişinin sunulu ve reel problemleriyle alakalı tüm insani sistemler gelmektedir; “sosyal bağlam, bireyin kişilerarası ve etkileşimsel kalıplarını

belirleyen sosyal muhitin doğasını ve karakterini içermektedir” (Swan, 1988: 76). Sosyoterapötik yaklaşım problemlerle, onların açıklamaları ve iyileştirme stratejileriyle bir “karşılaşma” gerçekleştiğinde; teorinin ve terapinin “temellendiği” bir imkân sunar. Karşılaşma, tarafların problemlerin olduğu sosyal bağlamları keşfettiği bir süreci mümkün kılar (Swan, 1988: 77). Bilimsel bir süreç olarak “temellenme” (grounding) dört unsuru gerektirir:

1. Terapi gören kişilerin sosyal bağlamıyla yüzleşme, bağlamın sosyal durumunun ve ortamının belirlenmesi, kişilerin (terapi görenler) karşılaşması;
2. Durumun yorumlanması ve analizi, görünen ve gerçek problemlerin soruşturulması;
3. Oluşan açıklama ve anlamların kişinin durumuyla irtibatlanması;
4. Terapi için stratejiler tertip edilmesi (Swan, 1988: 78; Bkz. Şekil 1).



Şekil 1 Temelli Karşılaşma Terapisi, Kaynak: (Swan, 1988: 79)

“Temellenme” ve “karşılaşma” süreçleri, terapiye yönelik müspet sosyal etkileşimi mümkün kılmaktadır. Sosyal etkileşim bireylerin kendi zihinleriyle ya da diğerlerinin zihinleriyle bağlantı kurdukları, kendilerinin ya da çevrelerindeki insanların motivasyonlarını, ihtiyaç ve

arzularını, amaçlarını, bilgilerini, vb. tanıdıkları ve dikkate aldıkları bir süreçtir (Swanson, 1965: 102). Aslında, sosyoterapi süreci içindeki etkileşim burada tanımlanan sosyal etkileşim modelinin, sosyoterapist eliyle planlanarak tesis edilmiş halidir.

Başkalarının perspektiflerini tahayyül edebilme yetisi bireylere onların olası cevaplarını ve tepkilerini öngörebilme gücünü vermektedir. Bu sayede davranışlarını düzenleyebilir ve ayarlayabilirler. “Rol üstlenme” gruplardaki sosyal kontrol süreçlerinde önemli bir mekanizma olarak işler. Ötekilerin tepkilerini hayal ederek ve tekabül eden duyguları (suçluluk, utanç, gurur) tecrübe ederek kendi duygularını kontrol motivasyonu kazanır ve negatif duyguları aşarlar (Cast, 2004: 297). Sosyal psikolojinin “rol üstlenme” ve “etkileşim” ile ilgili bu yaklaşımı sosyoterapi seanslarında etkili olarak kullanılma potansiyeline sahiptir. Swan’ın “karşılaşma” (encounter) ve temellenme (grounding) olarak tanımladığı durum adeta bu sosyal psikolojik bilimsel pozisyonun bir uygulama alanı şeklinde belirir. Allan I. Teger’in ifadesiyle, ritim duygusu sosyal etkileşimde temel bir unsurdur. Bu nedenle:

1. Kendi bilinçliliğimizin ritmiyle kurduğumuz temas gerçekliğe dair temel dayanağımızdır.
2. Bir kez kendi ritmimizi keşfedince, başka bir bireyle paylaşılan ritim arayışına girebiliriz.
3. Paylaşılan ritim, her bireyin kendi içsel ritmini bulabilme ve aynı zamanda başkalarıyla ritim paylaşabilme fonksiyonunun bir sonucudur (Teger: 2007, 219-220)

Sosyoterapistler bir anlamda, bu ritmi keşfetme sürecinin “kolaylaştırıcıları” olarak görülebilir. Bu arada şu sorulabilir: insanlar kendi ritimlerini ve çevrelerindeki diğer bireylerin ritimlerini tanımıyorlar mı? Buradaki temel mesele, modern hayatın, kentsel mekânın ve akışın yapay ritimlerinin; insanın doğal ritimlerinin yerini almış olmasıdır. Çağdaş birey, hangi şartlara göre yeme, içme, giyinme, barınma, cinsellik, vb. gereksinimlerini yerine getirir? Tüm bu ihtiyaçların karşılanması, bireyi kuşatan dışsal ve yapay bir ritim aracılığıyla kısıtlanır. Bugünün insanı, olduğu gibi değil, olması gerektiği gibidir. Bu “gereklikler” ise, çağdaş toplumun iş, profesyonel hayat ve eğitim çemberleri tarafından belirlenir. Bu konuda, birçok örnek verilebilir. Sadece, açıklayıcı olması hasebiyle, eğlence sektöründen bir örnek verelim: modern bir metropolün sokakları, Cuma ya da Cumartesi akşamı mı daha canlıdır, yoksa Pazartesi ya da Salı akşamı mı? Herkesin çok iyi bildiği gibi, bir haftalık yoğun çalışmanın ardından çağdaş bireyler Cuma ya da Cumartesi

akşamları, eğlenmek, müzik dinlemek, dans etmek, vb. için şehrin eğlence hayatına akarlar. Bu doğal bir ritim midir? Kesinlikle hayır, tamamen çağdaş kapitalizmin iş ve eğlence ritmi anlayışının bir yansımasıdır. Bu şartlar altında, birey kendi ritminin “iç sesinden” uzaklaşmıştır. Bu uzaklaşma derinleştiği oranda, sosyo-psikolojik sorunlar ve krizler de beraberinde gelmektedir.

Sosyoterapi süreci, sosyo-psikolojik sorunlar ve engellenmeler yaşayan bireylerin kendileriyle ve çevreleriyle yüzleşirken, kaybettikleri ritmi yeniden elde etme imkânlarının sunulduğu bir platformdur. Sosyoterapistin, bir tür “kolaylaştırıcı” olarak rol aldığı bu sosyal süreçte, terapi gören kişilerin kendileri faal bir pozisyonda, hem kendilerinin hem de karşılarındakilerin sağaltımında aktif birer özne olarak hareket ederler. Sosyoterapi, kendi sağaltıcı ritmini oluşturur ve bu ritim başka ritimlerle buluşarak, bireyin yeniden anlam ve harmoni arayışında belirleyici olur.

Sonuç

Sosyoterapinin, çağdaş bireyin sosyo-psikolojik sorunları konusunda, çözüm arayışlarında nasıl öneriler ve kavramlar geliştirdiğini ana hatlarıyla tartıştık. Elbette, sosyoterapi konusunda anlatılması gereken birçok teknik detay bulunmaktadır. Bunlar, başka yayınlarda ele alınabilir. Buradaki çözümlerimizde, sosyoterapinin bazı noktalarda diğer terapi yöntemleriyle de (logoterapi, psikoterapi, vb.) kesiştiğini gördük. Bu durum kaçınılmazdır: çünkü insana dair her olgu ve konu, ister istemez belirli boyutlarıyla temas halindedir. Bu nedenle, farklı terapi alanlarının bütünüyle birbirinden kopacak şekilde ayrıştırılabilmesi mümkün değildir. Etkileşimler ve alışverişler bir anlamda zorunludur.

Sosyolojinin salt teorik bir alan olarak görülemeyeceğini, uygulamalarının bulunmak zorunda olduğunu gördük. Sosyoterapi, olası birçok sosyolojik uygulama alanlarından biridir. Gerçekleştirdiğimiz incelemelerde, sosyoterapi ve sosyometri alanlarının ne kadar bağlantılı olduğunu vurguladık. Bu nedenle, atıl pozisyondaki sosyometri programlarının “sosyoterapi” adı ve içeriğiyle faal hale getirilmesi önerisi gündeme gelmektedir.

Disiplinlerarasılık, hatta giderek “disiplinləşirilik” günümüz sosyal bilimler dünyasının zaruri bir hali olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum, kaçınılmaz olarak sosyolojiyi de etkilemektedir. Sosyoloji, tüm diğer sosyal bilimler gibi, disiplinlerarası eğilimler tarafından çekilmekte, yönlendirilmektedir. Aslında bu eğilim herhangi bir disiplinin kendini yenilemesi ve geliştirmesi açısından ciddi ve önemli avantajlar sunmaktadır. Sosyoterapi, bu disiplinler arası rüzgârların etkisini hissettirebileceği bir alt-disiplin olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyoloji dairesi içindeki sosyoterapi çalışmaları, başka alanlardan (özellikle psikolojiden) istifade ederek, zengin ve üretken bir frekansa geçebilir. Bu konuda, önyargılardan uzak ve esnek bir yaklaşıma sahip olmak yerinde olacaktır.

Sosyalleşmenin kendisi terapötik bir güce sahiptir. Sosyoterapi, bir anlamda, günümüzün yabancılaşmış bireyin ihtiyaç duyduğu sosyalleşme sürecini, ona bir terapi formunda sunmaktadır. Bu açıdan, grup terapisinin diğer türleriyle arasında ortak noktalar bulunmaktadır. Onun en temel farklılığı ve gücü, bireysel sorunları sosyal bağlarına oturtarak bakabilme perspektifinden gelmektedir. Sosyo-psikolojik açmazların, görünen sonucu psikolojik formda olsa dahi, başlangıçtaki kökleri sosyalliğin içindedir. Bu açıdan çözüm, sorunların başladığı yerde, yani sosyal ortam ve zeminlerde aranabilir. Bu da bizi sosyoterapinin verimli olarak kullanabileceği bir seviyeye taşımaktadır. Sosyo-psikolojik sorunların tespitiyle yetinmeyerek sağaltım yollarını araştırarak olan sosyoterapi, çağdaş bireye problemleriyle yüzleşebileceği ve çözümünü inter-aktif olarak arayabileceği bir mecra sunmaktadır.

Kaynakça

- Akman, M. K. (2013), “Sosyoterapi: Sosyolojinin Terapötik Kullanımı”, *Mukaddime*, Sayı: 8.
- Cast, A. D. (2004), “Role-Taking and Interaction”, *Social Psychology Quarterly*, Vol. 67, No. 3.
- Edelson, M. (1970), *Sociotherapy and Psychotherapy*, The University of Chicago Press, Chicago, USA.
- Edelson, M. (1971), *The Idea of Mental Illness*, Yale University Press, New Haven, USA.
- Frankl, V. E. (1984), *Man’s Search for Meaning*, Touchstone Publications, New York, USA.
- Kannenber, R. L. (2003), *Sociotherapy for Sociopaths – Resocial Group*, Healthcare Publications, Wisconsin, USA.

-
- Meiers, J. I. (1945), "Origins and Development of Group Psychotherapy", *Sociometry*, Vol. 8, No. 3/4.
- Özmen, M. (2008), "Psikoterapiler", Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi, Dizisi No:62.
- Swan, L. A. (1984), *The Practice of Clinical Sociology & Sociotherapy*, Schenkman Publishing, Massachusetts, USA.
- Swan, L. A. (1988), "Grounded Encounter Therapy: Its Characteristics and Process", *Clinical Sociology Review*, Vol.: 6 Issue: 1.
- Swan, L. A. (2014), *Grounded-Encounter Therapy: Perspectives, Characteristics, and Applications*, Trafford Publishing, Kentucky, USA.
- Swanson, G. E. (1965), "On Explanations of Social Interaction", *Sociometry*, Vol. 28, No. 2.
- Teger, A. I. (2007), "The Rytms of Interaction", *Social Psychology Quarterly*, Vol. 70, No. 3.
- Turner, B. S. (2014), *Klasik Sosyoloji*, Çev: İdil Çetin, İletişim Yay., İstanbul.
- Turner, J. H. (1998), "Must Sociological Theory and Sociological Practice Be So Far Apart?: A Polemical Answer", *Sociological Perspectives*, Vol. 41, No. 2.
- Yahya, H. (2012), *The Science of Socio-Therapy*, Mental Voyage Series, Kentucky, USA.

Extended Abstract

Problems of contemporary individuals appear at the crossroad between social field and psychological / individual levels. Both levels are challenging in everyday lives of 21st Century people. Social and psychological issues circle around individuals like an "iron cage" from where it is not easy to escape. Of course, modern life style provides several advantages. However, these advantages are coming with disadvantages inevitably. Sometimes individuals may handle and solve their problems themselves. On the other hand, sometimes they are not capable to do it and need professional aid. Psychologists have focused on personal problems, social work specialists are interested in social and individual issues, as for sociology, with an inter-disciplinary approach, has a potential more or less connected to both fields. Psychotherapy has been used very effectively for healing and solving modern men and

women's problems. These issues mostly have some social background where they are "produced" through social processes. This understanding requires realizing that therapy process should be also in a social level in some cases. In therapy sessions, people need to socialize with other people with whom they have created their deep problems together and mutually. Sociotherapy is one of the application fields to expose this potential. Confrontation and facing between clients, between them and their situation, also with their sociotherapist are essential points for an effective sociathrapy application. Theoretical aspects of sociology have not been interpreted towards a practical application always. Mostly, theoretical domain of social sciences served towards a weak connection, even disconnection with application in this way or that way. So, sociotherapy is an opportunity for creating an applicable sociology, useful for people in healing their socio-psychological problems. There are some sociologists defending that sociology should be a way of "social engineering". Sociotherapy, besides being an alternative to pure-theoretical approach, also can be a critique of this sort of application relied on an arguable "engineering" paradigm. When it is considered that individual problems in contemporary society have both sociological and psychological dimensions, with another expression, when it is seen that these problems have gained a socio-psychological attribute, it is necessary not to be limited only with psychology and also sociology is to be included in the course of solution seeking. Sociotherapy provides us this opportunity. Considering this, sociotherapy is not a negation of psychotherapy at all. They can work and co-exist in the field of therapy together. Whenever psychotherapy's individual-focused approach is not really sufficient to understand and cure any client's disorders, sociathrapy's more pluralistic perspectives may be further functional. Marshall Edelson, L. Alex Swan and Rand L. Kannenberg are the core sociotherapists we are going to discuss in the article. However, the nature of topic directs us to discussing some other related fields as well, such as psychotherapy, social psychology, logotherapy and sociometry. This article is a part of an ongoing series of publications particularly focused on sociotherapy theories / concepts and their possible ways of application.