

PSİKOLOJİK DEĞERLENDİRMEDE MUHTEŞEM ÜÇLÜ: YETKİNLİK, DENEYİM VE FARKINDALIK

Sezin Andic

sezinandic@gmail.com

Ankara Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

“Önümde sormam gereken sorular... Üzerimde bir sürü göz... Ya daha en başında çuvallarsam? Neyse 'oh' ilk soruyu sordum... Peki şimdi ne diyeceğim? Kulaklarım tıkanı sanki... Hiçbir şey duymuyorum ki... Sessiz bir sinema izliyormuş gibiyim... Eyvah ağlıyor. Peçete mi versen yok hiç kıpırdamayayım en iyisi... İyi de niye ağlıyor? Ben ne dedim ki? 50 dakika olmuş mudur acaba? Galiba çuvalladım.”

Klinik psikoloji uygulamaları kapsamında süpervizyon alırken ilk kez yaptığı görüşmeyi hatırlamayan var mıdır? Görüşme yapmak, psikolojik değerlendirme sürecinin yapı taşlarından birisidir. Yeterli gözlem ve görüşme becerilerine ve deneyime sahip olmaktan ve değerlendirilenden, değerlendirilenden, görüşme ortamından ya da kullanılan yöntemlerden kaynaklanan nedenlere bağlı olarak ilk kez görüşme yapacak olan görüşmeciye kaygılandırabilir. Görüşmeyi yapacak olan meslek elemanının bu konular ile ilgili farkındalığa sahip olmasının, psikolojik değerlendirmenin amacına uygun bir şekilde gerçekleşmesini, olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Psikoloji ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümlerinden mezun olan psikolog ya da psikolojik danışmanlar ülkemizde bu alanlarda yeterli meslek elemanı olmaması nedeniyle kısa süre içerisinde özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi, sosyal hizmet kurumları, okul ya da hastane gibi kurumlarda istihdam edilmeye başlıyorlar. Türk Psikologlar Derneği Etik Yönetmeliği'ne göre, “Psikolog, uluslararası standartlara, Türkiye Cumhuriyeti'nin Yükseköğrenimle ilgili yasalarının öngördüğü eğitim veya denklik koşullarına göre verilen, Türkiye Cumhuriyeti Psikologlar Meslek Yasasının ve Türk Psikologlar Derneği'nin koşullarına uygun yasal eğitimi alıp yetkinliğini elde eder ve sadece yetkinliğini elde ettiği alanda eğitimi, kişilik özellikleri, deneyimi ve becerileri çerçevesinde çalışır.” Mezun olunan programın koşullarına bağlı olarak bazıları aldıkları uygulamalı dersler ve yaptıkları stajlarda edindikleri sınırlı deneyimlerle alanda çalışmaya başlarken ne yazık ki bir kısmı ise daha az yetkin olarak kendilerini danışmanlarının karşısında bulabiliyorlar.

Görüşmeyi yapacak olan psikolog ya da psikolojik danışmanların yeterli donanımına ve deneyime ve mesleki özgüvene sahip olması gerekliliği, ülkemizde klinik ve araştırma görüşmelerinin yapılması ile ilgili olarak üzerinde durulması gereken önemli konulardan biridir. Bu noktada da akıllarda “Yeni mezun olan görüşmecilerin nasıl tecrübeli olabileceği?” sorusu canlanıyor. Ülkemizdeki psikoloji ve psikolojik danışmanlık lisans programlarında öğrencilere mezun olmadan önce deneyim kazandırması amaçlanan uygulamalı derslerin yanı sıra çeşitli staj imkanları da sağlanmaktadır.

Bu yazıyla, yeni mezun olan ya da mezun olacak psikoloji ve psikolojik danışmanlık öğrencileri tarafından yaşanabilecek sorunlarda yararlı olacağı düşünülen birtakım unsurla-

ra, bazı örnekler aracılığı ile ayrıntılı olarak değinilmeye çalışılacaktır.

Görüşme yapmak, başarılı, sıkça tercih edilen ve bilgi toplama da oldukça etkili bir yöntemdir. Psikologlar düzenli olarak yaptıkları danışan görüşmeleriyle tanı koymaya katkıda bulunan, geçmişi derleyen, iyileşme sürecini değerlendiren, terapötik bir plan geliştiren ve gelişimi gösteren veriler toplarlar (Britten, 1995).

Klinik ve araştırma görüşmeleri aynı becerilerin kullanımına gereksinim duyar. Diğer taraftan hem klinik hem de araştırma görüşmeleri kendi içinde kategorilere ayrılır. Örneğin klinik görüşme için; tanılama görüşmesi terapötik görüşmeden farklıdır. Benzer şekilde epistemolojik kavramların kullanıldığı araştırma görüşmeleri de niteliksel araştırma görüşmelerinden farklılık gösterir (Hunt, Chan ve Mehta, 2011). Ancak sonuç olarak, görüşme hem araştırma hem de klinik alanda kullanılan temel ve etkin bir yöntemdir.

Nitelikli çalışmalar üretmenin temel yolu etkili araştırma görüşmelerini yürütme bilgisine sahip olmayı gerektirir. Nitelikli görüşmelerin yapılandırılmış, yarı yapılandırılmış ve yapılandırılmamış olan türleri vardır. Ayrıca sadece katılımcıyı gözlemeye dayalı olan görüşmeler de yapılabilir. Ancak görüşmenin türü ne olursa olsun görüşmecinin (psikolog ya da psikolojik danışman) görüşmeye dikkatlice hazırlanması, deneyimini yansıtması, görüşme sırasındaki dinamiklerin farkında olması, kullanılan dil ve sözel ipuçlarına dikkat etmesi; iyi bir görüşme yapmanın yanında iyi bir görüşmeci olabilmenin de koşullarını oluşturur.

Görüşme sırasında not tutmak, görüşme sonunda görüşmeyi özetlemek, görüşme sırasında ses ya da video kaydı almak, sadece görüşme sonrasında toplanılan bilgi açısından analiz yapmayı kolaylaştırmakla kalmaz, aynı zamanda görüşmecinin kendisini ve yaptığı görüşmeleri daha objektif olarak değerlendirmesini; yani iyi ve etkili görüşmeler yapılabilmesini de sağlar.

Görüşme deneyimi öncesinde eleştirel düşünme, araştırma görüşmeleri için dikkatli bir hazırlığın yapılması, dinamiklerin gücüne ve görüşme sırasındaki karışık mesajlara dikkat edilmesi, kendinin bilincinde olmak (farkındalık) ile katılımcıların kullandığı dil ve sözel ipuçlarının farkında olmak, sürekli olarak gelişimin değerlendirilmesi, klinik araştırmacıların takip etmesi gereken önemli adımlar olarak üzerinde durulan konulardır. Bu konuların bilinmesinin, araştırılmasının ve üzerinde durulmasının, klinik araştırmacıların nitelikli araştırmalar yaparak başarıya ulaşmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Peki görüşmecilerin deneyimli ve yetkin olabilmesi için lisans eğitimi sırasında nelerin üzerinde durulması, mezun olur olmaz hastane, özel eğitim ve rehabilitasyon mer-

kezleri, sosyal hizmetler ve benzeri kurumlarda istihdam edilen psikolog/psikolojik danışmanlar açısından yararlı olabilir?

Psikoloji öğrencileri için gerçek insanlara danışmanlık yapabilmeye başarı sağlamanın yolu yardım ve dinleme becerilerinin öğretilmesidir. Ancak psikoloji ve psikolojik danışmanlık programlarında özellikle klinik örneklem değil de normal örneklemle çalışılmaktadır. Bu şekilde normal örneklem ile çalışılmasının çeşitli nedenleri vardır. Bunlardan biri görüşmeyi yapacak olan öğrencilerin yeterli psikopatoloji bilgisi ve gözlem görüşme becerilerine sahip olmamalarından dolayı ortaya çıkabilecek sorunları engellemek, bir diğer neden ise klinik örnekleme ulaşmanın zorluğudur. Klinik örnekleme ulaşma ile ilgili sınırlılıklar olduğu için danışmanlıklar istenilen yeterlikte olamamaktadır. Bu yüzden danışmanlık ya da psikoloji öğrencilerine temel yardım becerilerini öğretebilmek için alternatif yollar keşfetmek zorunda kalınmıştır.

Alternatif yollardan biri öğrencilerden kendi danışmanlarını bulmalarını istemek olabilir. Bu öğrencilerin yabancı kişileri bulabilmesi ya da daha yakın kişilere danışmanlık yapması durumunda her iki taraf için de yararlı bir iş yapılmaya çalışılmaktadır. Örneğin, öğrenciler arkadaşlarının arkadaşlarıyla ya da akrabalarının arkadaşlarıyla, yurttan arkadaşlarıyla ya da komşularıyla çalışabiliyorlar. Ancak çoğu öğrenci içinse akrabası ya da arkadaşı olmayan ve 18 yaşından büyük olması gereken, sınırlı bir süre için kendisiyle ilgili önemli konuları konuşacak; aynı zamanda da ciddi kişilik problemi olmayan ve genellikle daha önce danışmanlık hizmeti almayan birini bulmak oldukça zor olabilmektedir.

Gerçek danışman kullanmaksızın danışmanlık deneyimi sağlamanın bir diğer alternatif yolu bir öğrencinin diğer bir öğrenciyle "rol oynama" (role-playing) uygulaması yapması olabilir. Bunlar genellikle 'temsili danışmanlık deneyimi' olarak adlandırılır (Weiss, 1986). Bu yolla öğrenilen bilgilerin uygulamaya geçirilmesi, yeni becerilerin pratiğinin yapılması ve destekleyici bir atmosferde

diğer sınıf arkadaşlarından geri bildirimlerin alınması sağlanmış olur. Ancak bu tür bir uygulamada ise terapist rolünde olan kişi diğer arkadaşları tarafından değerlendirilme kaygısı yaşayabilir ya da danışan rolündeki kişi terapist rolündeki kişiyi zor durumda bırakmamak adına çok gerçekçi tepkiler vermeyebilir. Rol oynama uygulaması yaparken izleyicilerin olmaması bir taraftan yapılan işin daha gerçekçi olmasını sağlarken, diğer taraftan değerlendirilme kaygılarını da azaltabilir. Bu şekilde daha önceden tanınan birine danışmanlık yapmak ya da rol oynama uygulaması şeklinde gerçekleştirilen görüşmeler gerçek anlamda yapılacak danışmanlık ya da psikoterapi deneyimine yakın bir değere sahiptir. Gerçek bir görüşmede olduğu gibi insanlarla iletişim kurulmakta ve kişiye belli bir noktaya kadar tecrübe kazandırmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki gerçek bir görüşmedeki stres faktörü çok daha önemli bir boyutta olabilmektedir.

Görüşme yaklaşımının yararlarına ek olarak görüşmeler tamamlandıktan sonra alınan geri bildirimler ile bazı öğrencilerin farkındalıklarının da artabileceği düşünülmektedir. Rol oynama uygulaması sonrasında öğrenciler kendilerini değerlendirebilir ve özellikle de görüşme sırasında ne hissettikleri hakkında düşünmeye başlayabilirler. Böylece kendi benlikleri ile ilgili sahip oldukları bilgiler de artabilir. Örneğin, Weiss (1986) tarafından yapılan bir araştırmada, 'Eğer sonsuza kadar yaşayacağınızı bilseydiniz hayatınızı daha farklı nasıl yaşamak isterdiniz?' sorusu öğrencilere sahip oldukları değerler, hayata dair hedefleri ve kişilikleri ile ilgili bazı şeyler öğretmiştir. Bazıları bu soru ile fiziksel sağlığının ne kadar önemli olduğunu ve ailesiyle vakit geçirmeye daha fazla önem vermesi gerektiğini fark etmiştir. Benzer şekilde "Eğer 1 yıl sonra öleceğinizi bilseydiniz hayatınızı daha farklı nasıl yaşamak isterdiniz?" sorusunun da kişilerin hayatlarındaki anlamlı ve önemli noktaları düşünmelerinde hatta 'şimdi ve burada'yı yaşamak konusunda destekleyici bir etki yaratabileceği öngörülebilir. Bu tür uygulamalı dersleri alan öğrenciler gerçek görüşme ödevlerini öğrendiklerinde bu durum karşısında şaşırmakta ve bu süreçte çok fazla vakit harcayacaklarını düşünerek şikayet edebilmektedirler.



Ancak böyle bir çalışma evrensel anlamda çok yararlı deneyimler kazandırmaktadır. Gerçek görüşmelerin yapılamaması ile birlikte rol oynama uygulaması gibi alternatif yöntemlerin kullanılmasının; yapılan işin etkililiğini görme imkanı kazandırması, mesleğe atılacaklara cesaret vermesi, hedefler edindirmesi ve pozitif pekiştirme sağlaması açısından oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla bu bölümlerden mezun olacak öğrencilerin bu tür uygulamalı dersleri almak konusunda istekli olmalarının, sonrasında onlar için yararlı olacağı düşünülmektedir.

Görüşmeyi yapacak olan uzmanın yeterliliğine ek olarak, yapılacak klinik ya da araştırma görüşmelerinde bazen çalışılacak örneklem grubuna bağlı olarak da sorunlar yaşanabilmektedir. Suçlu ya da istismara maruz kalan örneklem gruplarıyla çalışmak, özellikle de mesleğe yeni başlayan psikolog ve psikolojik danışmanların motivasyonlarını ve performanslarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Klinik ya da araştırma görüşmelerinde, değerlendirilmesi zor olan örneklem gruplarından biri fiziksel, duygusal ya da cinsel istismara maruz kalan gruptur. Özellikle 18 yaşın altında olup, ailesi ya da yakın çevresi tarafında istismara maruz kalan çocuk ve ergenler çoğu zaman ölçekleri doğru bir biçimde doldurmamakta ya da klinik görüşme sırasında direnç gösterebilmektedirler. Bu durum ebeveynleri korumak ya da daha fazla istismardan kaçınmak gibi çeşitli nedenlere bağlı olarak değişebilmektedir. Klinik görüşmelerde terapötik ilişkinin kurulabilmesi daha ayrıntılı ve doğru bilgilerin elde edilmesini sağlarken, özellikle hiçbir ilişki kurulmadan verilen ölçek ve anketler ise çoğu zaman amacına ulaşamayabilmektedir.

Psikolojik değerlendirme sürecinde kullanılan değerlendirme araçları ve yöntemler de değerlendirmenin doğru ve eksiksiz yapılabilmesinde son derece önemlidir. Anket yöntemi ile klinik görüşme yönteminin karşılaştırılmasının amaçlandığı, Doğanavşargil ve Vahip (2007) tarafından yapılan bir çalışmada aile içi şiddetin yaygınlığı ile ilgili bulgular arasında tutarlılık olmaması, yapılan çalışmalarda yöntemsel sorunlar olabileceğini göstermektedir. Aile içerisindeki şiddetin gerçek sıklığının belirlenmesinin standart bir yolu yoktur. Günümüzde aile içi şiddeti belirlemek için genellikle anket ve ölçek formları kullanılmaktadır. Bunun en önemli nedeni anket kullanmanın maliyetinin oldukça ucuz olması ve yapılandırılmış olmasına bağlı olarak daha objektif değerlendirme yapılabilmesidir. Klinik görüşme yöntemi ise anket yönteminden daha pahalı, ayrıntılı ve özgüldür.

Doğanavşargil ve Vahip (2007) tarafından yapılan çalışmada, hastalardan % 51'i kendi doldurdukları ankette, % 62'si klinik görüşmede eşinden fiziksel şiddet gördüğünü bildirmiştir. Yani anket yöntemi, şiddeti % 11 daha düşük olarak tespit etmiştir. Post ve arkadaşları (1980) tarafından yapılan başka bir çalışmada ise % 25 oranda şiddete maruz kaldığını belirten kadınların oranı klinik görüşme sonrasında % 50'ye çıkmıştır. Bu durum anket yönteminin kullanılmasının anlamına gelmemekle birlikte, özellikle aile içi fiziksel şiddetin sıklığını ortaya çıkarmada klinik görüşmelerin yapılmasının ortaya daha etkili sonuçlar çıkardığını göstermektedir.

Klinik görüşmenin anket yönteminden en önemli ve etkili farkının üzerinde duracak olursak; değerlendiren ve

değerlendirilen arasında iletişimi geliştirici etki sağlıyor olmasından bahsedebiliriz. Kurulan ilişki ne kadar gerçek ve güçlüyse değerlendirilenin kendisiyle ilgili o kadar çok ayrıntılı ve önemli bilgiler verdiği görülmektedir. Aynı zamanda klinik görüşme sırasında değerlendirilen kişinin beden duruş ve hareketleri, jest-mimikleri de sözel bilgilere ek bilgiler sunar. Dolayısıyla form ve anketlere yansımaları, görüşme sırasında alınmış olur. Ayrıca okuma-yazması olmayanlar, zihinsel problemi olanlar, dirençli hastalar ve çocuklardan da klinik görüşme ile daha sağlıklı ve ayrıntılı bilgiler edinilebileceği unutulmamalıdır. Diğer taraftan, anketler kişiye özel olmadıkları ve kişinin geçmişinin ayrıntılı olarak incelenmesine imkan tanımadığı için; klinik görüşmeler ise ayrıntılı ve sorunu saptamaya yönelik daha özgül bilgiler edinmeyi sağlamakla birlikte profesyoneller tarafından uygulanması gerektiği için bu yöntemlerin tek başına değil de birlikte kullanılması çoğu zaman daha doğru değerlendirme yapılmasını sağlamaktadır.

Üzerinde durulması gereken bir diğer önemli konu ise farklı örneklemlemlerle yapılacak görüşme ve terapilerde psikoloğun objektifliğini ve koşulsuz kabulünü korumada zorluklar yaşayabileceğidir. Suçlu örneklemının bu yönde verilebilecek en iyi örneklerden biri olduğu düşünülmektedir. Bu bölümde değerlendirme görüşmelerinden çok terapi süreci üzerinden gidilecektir.

Pek çok çalışma, psikoterapi sürecinde terapistin davranışlarının ve kişisel tarzının sonuç üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Luborsky, Barber ve Crits-Christoph, 1990; Matt ve Navaro, 1997). Genel suçlu popülasyonu ile çalışan psikologlardan ve araştırmacılarından bazıları terapistin potansiyel rolüne vurgu yapmaktadır. Birçok yaklaşım, terapistlerin suç işleyen hastalarına karşı daha destekleyici ve daha güven verici olmaları gerektiğine dikkat çekmektedir. Hastaların çoğunun sağlığına kavuşmasında terapistin güven duyulması iyileşme için kritik bir öneme sahiptir. Suçluların terapistlerine güven konusunda eksiklik hissetmeleri ve onları toplum otoritesinin temsilcileri olarak görmeleri şaşırtıcı değildir. Suçluların çoğu ve özellikle cinsel suç işlemiş olanlar terapistlerin motivasyonlarından şüphe duymaktadırlar. Diğer taraftan, iyi terapistler, zaman içerisinde suçluların güvenlerini kazanabilir ve onlarla iyi bir ilişki yakalamayı başarırlar. Suçlularla başarılı bir terapi yürütebilmenin ön koşulu, tedavi öncesinde hastanın yeterliliğinin ve öğrenme stiline çok iyi değerlendirilebilmesidir.

Suçluların terapistlere karşı güvensizlik yaşamaları tüm profesyonellerin kendilerini acımasızca eleştireceğine inanmalarından kaynaklanıyor olabilir. Suç geçmişlerinden dolayı terapistlerin onları kabul etmeyeceklerini düşündükleri için reddedici-savunmacı davrandıkları görülmektedir. Terapistlerin suçlu hastalarıyla gerçekleştirdikleri terapi sürecinde başarı elde edebilmeleri için diğer hastalarında olduğu gibi iyi bir güven ilişkisi kurabilmeleri son derece önemlidir.

Suçlularla gerçekleştirilen terapi programlarındaki amaç, onların yeniden suç işlemlerini engellemektir. Terapistler, destekleyici ve güvenilir bir ortam sağladıklarında, suçluların tedaviye etkili bir şekilde katılmaları konusundaki motivasyonları artabilmektedir. Terapist sıcak ve empatik bir tutuma sahip olduğunda katılım en yükseğe çıkmakta-

dır. Davranışçı kuramlardan da bilindiği gibi destekleyici ve ödüllendirici tutumun derecesinin tutarlı olması da önemlidir. Aşırı ödüllendirici olmak, hastaların istendik davranışı sadece ödülün varlığında yapmasını sağlar ve böyle durumlarda davranışın diğer çevrelere genellenmesi zorlaşabilir (Marshall ve Serran, 2004).

Suçlularla çalışan terapistlerin etkililiği birkaç yolla artırılabilir. Toplumun kabul edeceği davranışları modelleme yaklaşımı bu yollardan biridir. Terapistler esnek, sıcak, samimi ve empatik tutumla yaklaştıklarında desteklenen hastalar istendik davranışı daha sıklıkla sergileyebilirler. Açık uçlu sorular sormak, samimi tutum sergilemek ve farklı davranışların sonuçlarını ve yararlarını tanımlamak, suçluların tedaviye karşı tutumlarını ve motivasyonlarını olumlu yönde etkileyebilir (Marshall ve Serran, 2004). Terapist bu şekilde hastaları bazı davranışları yapmaya ya da yapmamaya zorlamak yerine, değişim için destekleyici tutum sergilemiş olacaktır.

Bu yazıda, psikolojik değerlendirme sürecindeki ve araştırma bulgularındaki tutarsızlıkların, üzerinde çalışılan problemin tanımı, düzeyi, örneklem ile ilgili sorunların yanı sıra araştırma yöntemi ile görüşmecinin eğitim ve usatlığı ile de ilişkili olabileceği üzerinde durulmuştur. Psikologun ve psikolojik danışmanın olumlu, cesaretlendirici ve destekleyici bir çevre yaratması çok önemlidir; ancak hastaların düşmanca ve dirençli davranmaları durumunda bunu korumak oldukça zorlaşabilir. Bu durumda, hastalara karşı olumlu tutumlar sergileyerek yaptığının anlaşılabilir ancak uygun olmadığı mesajı ısrarla verilmelidir. Psikolog ve psikolojik danışman hastayı suçlamadığında ve "uzman" rolünü yansıttığında hastanın problem davranışlarında da azalma olabileceği düşünülmektedir. Tüm bunları yapabilmeyen yolunun ise mesleki anlamda yeterli donanıma sahip olmanın yanı sıra tecrübe edinmek, çalışı-

lan örneklem grubunun özelliklerinin ve zorluklarının bilincinde olmak, kullanılan klinik ya da araştırma yöntemleri konusunda yetkin olmak ve görüşmecinin kendisiyle ilgili yüksek farkındalığa sahip olmasıyla birlikte tamamlanabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

Britten, N., Jones, R., Murphy, E. ve Stacy, R. (1995). Qualitative research methods in general practice and primary care. *Family Practice*, 12, 104-114.

Doğanavşargil, Ö. ve Vahip, I. (2007). Fiziksel eş şiddetini belirlemede klinik görüşme yöntemi. *Klinik Psikiyatri*, 17(10), 125-136.

Hunt, M. R., Chan, L. S. ve Mehta, A. (2011). Transitioning from clinical to qualitative research interviewing. *International Journal of Qualitative Methods*, 10(3), 191-201.

Luborsky, L., Barber, J. P. ve Crits-Christoph, P. (1990). Theory-based research for understanding the process of dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 281-287.

Marshall, W. L. ve Serran, G. A. (2004). The role of the therapist in offender treatment. *Psychology, Crime & Law*, 10(3), 309-320.

Matt, G. E. ve Navarro, A. M. (1997). What meta-analyses have and have not taught us about psychotherapy effects: a review and future directions. *Clinical Psychology Review*, 17, 1-32.

Türk Psikologlar Derneği Etik Yönetmeliği. (b.t.). 20.01.2013, <http://www.am.org/iupsys/resources/ethics/turkey-code-turkish.pdf>.

Weiss, A. R. (1986). Teaching counseling and psychotherapy skills without access to a clinical population: The short interview method. *Teaching of Psychology*, 13(3), 145-147.

