

PSİKOLOJİK DANIŐMA KURAMLARI



Doç. Dr. İlhan YALÇIN
Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi

İÇERİK

PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

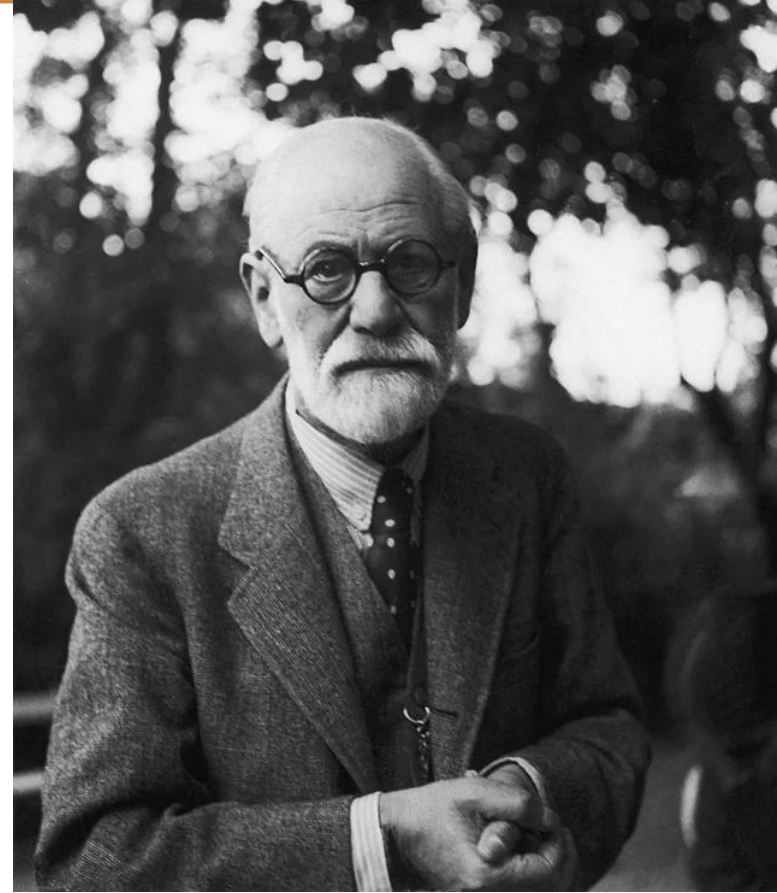
- Tarihçesi
- Temel Kavramlar
- Terapötik Süreç
- Uygulama: Terapötik Teknik ve Yöntemler



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Tarihçe

- Sigmund Freud
(1856-1939)



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

➤ İnsan Doğası Görüşü:

Freud'un insan doğasına bakışı temelde deterministiktir.



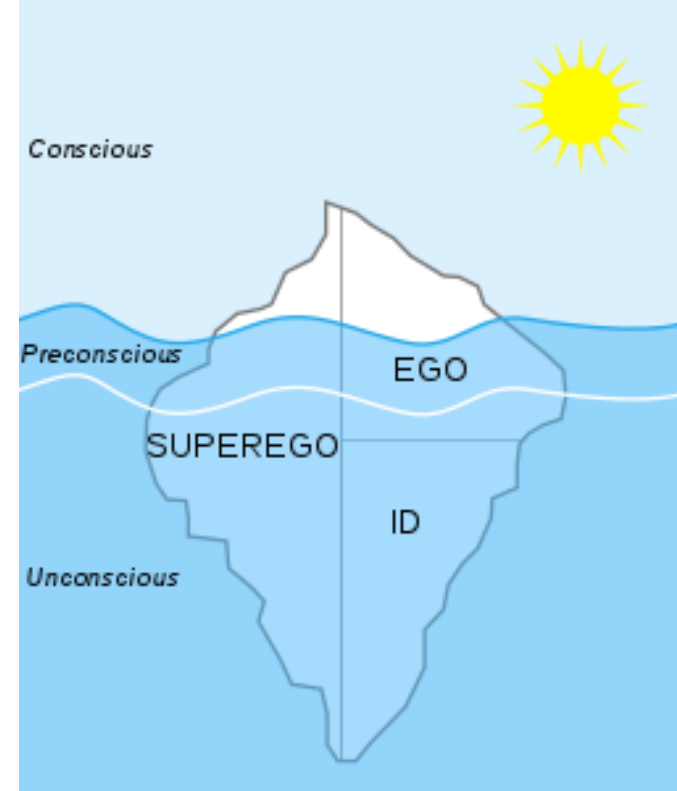
PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

➤ Kişiliğin Yapısı:

Topografik Kişilik Kuramı

- Bilinç
- Bilinç öncesi
- Bilinçdışı



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

➤ Kişiliğin Yapısı:

Yapısal Kişilik Kuramı

- id
- Ego
- Süperego



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

- **iD**: Psişik enerjinin temel kaynağı, içgüdülerin yerleştiği yer...
- Zevk/haz ilkesine göre çalışır.
- id büyük ölçüde mantık dışıdır.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

- **EGO:** Dış dünyanın gerçekçiliği ile ilgilidir.
- Gerçeklik ilkesine göre çalışır.
- Kişiliği yöneten, kontrol eden ve düzenleyen yöneticidir.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

- **SÜPEREGO:** Kişiliğin yargılayıcı kısmıdır.
- Vicdan ilkesine göre çalışır.
- Anababadan çocuklara geçen toplumsal değerleri ve idealleri temsil eder.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar:

- **KAYGI:** id, Ego ve Süperego arasında mevcut psişik enerjinin kontrolü için gerçekleşen çatışmalardan ortaya çıkar.
- işlevi olası bir tehlikeye karşı organizmayı uyarmaktır.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: KAYGI

Gerçeklik kaygısı

- Dış dünyadan gelecek tehlikelere karşı duyulan korkudur ve kaygının düzeyi gerçek tehdidin derecesiyle orantılıdır.

Nörotik kaygı

- İçgüdülerin bireyi kontrolü altına alabileceğine ve bireyin kontrolsüz olarak yaptığı davranışlarından dolayı cezalandırılmasına neden olacağına ilişkin duyulan korkudur.

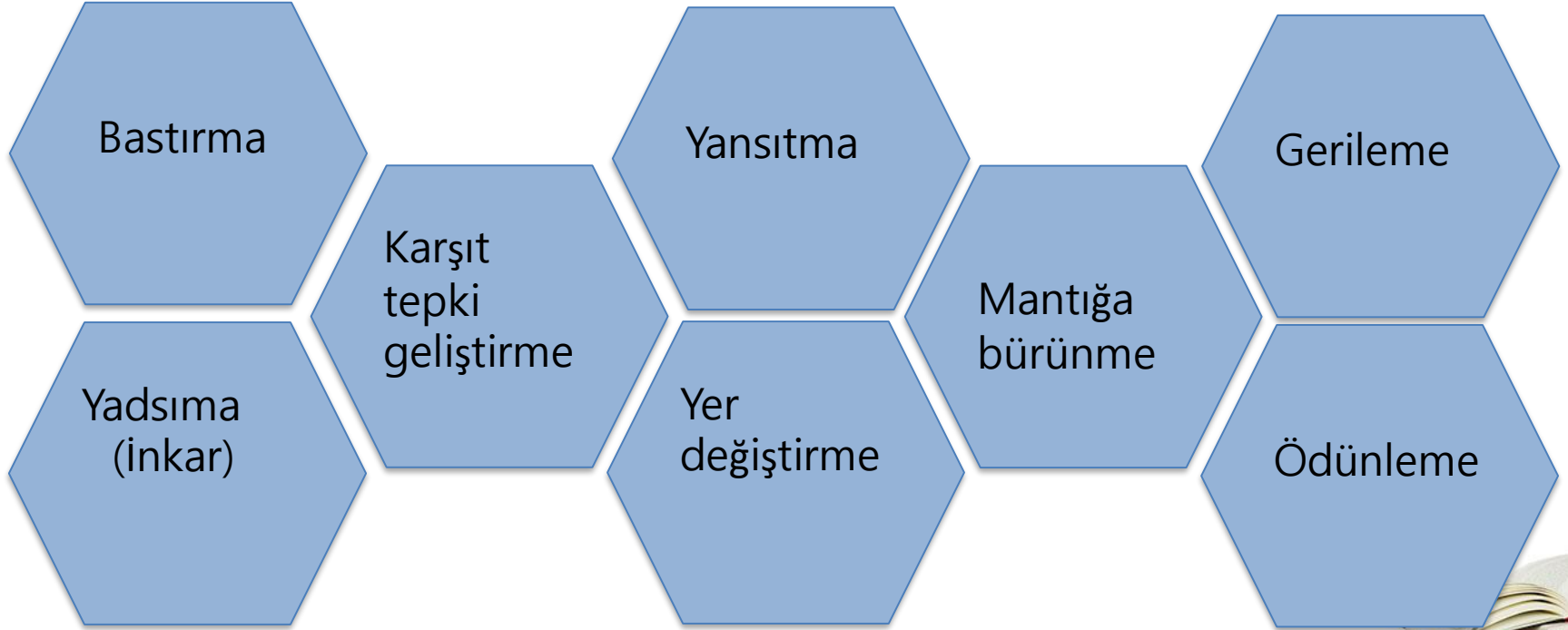
Ahlaki kaygı

- Bireyin kendi vicdanına karşı duyduğu korkudur.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: EGO SAVUNMA MEKANİZMALARI



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: Kişilik Gelişimi

PSİKOSEKSÜEL GELİŞİM

Oral Dönem
(0-1 yaş)

Anal Dönem
(1-3 yaş)

Fallik dönem
(3-6 yaş)

Gizil dönem
(6-12 yaş)

Genital dönem
(12-18 yaş)



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPÖTİK SÜREÇ

➤ **Terapötik Amaçlar:**

- **Bilinçdışını bilinç düzeyine çıkarmak,**
- **Davranışın içgüdüsel tutkular ve gereksiz suçluluk duygusundan kurtarılarak, gerçeklik temeline göre hareket etmesi için egonun güçlendirilmesini sağlamak.**



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPÖTİK SÜREÇ

➤ **Terapötik Amaçlar:**

- **Daha çok geçmişi derinlemesine araştırarak bireyin karakter değişimi için gerekli olan kendi farkındalık düzeylerinin artırılması amaçlanmaktadır.**



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİSTİN İŞLEV VE ROLÜ

- ❖ Terapist, çok az düzeyde kendini açarak, danışanların kendilerini yansıtacakları bir transferans ilişkisi oluşturmak için nötr olarak kalmaya çalışır.
- ❖ Danışanı dinler ve anlattıklarını yorumlar.
- ❖ Yorumlamalarda bulunmanın asıl amacı, bilinçdışı malzemelerin ortaya çıkarılmasını hızlandırmaktır.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİSTİN İŞLEV VE ROLÜ

- ❖ Analistin önemli işlevlerinden biri, danışanların sorunları ile ilgili içgörü kazanmalarını, farkındalıklarını artırmalarını ve kendi yaşamlarında daha çok kontrol kazanmalarını sağlamaktır.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİDE DANIŞANIN DENEYİMİ

- ❖ Psikanalize giren danışanlar, yoğun ve uzun süreli bir terapötik çalışmayı göze almalı.
- ❖ Analist ile yüz yüze yapılan bazı oturumlardan sonra, danışanlar kanepeye uzanarak **serbest çağrışım** yaparlar.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİDE DANIŞANIN DENEYİMİ

- ❖ Danışanlar yoğun terapötik süreçteki işlemlere uymak konusunda terapist ile bir kontrat yaparlar.
- ❖ Danışanın sözel ifadeleri, psikanalitik terapinin en can alıcı noktası olduğu için kendilerini ifade etmeyi taahhüt ederler.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİST-DANIŞAN İLİŞKİSİ

- ❖ Transferans: Danışanın geçmişinde bulunan ve kendisi için önemli olan diğer kişilere karşı beslediği duygularını bilinçsizce psikanaliste yönlendirmesidir.
- ❖ Transferans, danışanın geçmişteki ilişkilerini anlamasına ve bu yaşantılardan kaynaklanan «bitmemiş işleri» çözmeye yardımcı olmaktadır.



PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Temel Kavramlar: TERAPİST-DANIŞAN İLİŞKİSİ

- ❖ Terapi süreci yorumlamalar ve karşılaşılan direncin çözümü ile sürer.
- ❖ Terapistin kendi geçmiş yaşantıları...
- ❖ Karşıt transferans...



UYGULAMA: TERAPÖTİK TEKNİK VE YÖNTEMLER



DEĞERLENDİRME:

Psikanalitik Yaklaşımın Katkıları

- ❑ Psikanalitik tekniklerin ustalıkla kullanımı için klasik terapist eğitiminin dışında uzun süreli bir eğitim alınması gerekli.
- ❑ Danışanların ortaya koydukları davranışları ve sahip oldukları belirtileri arasındaki ilişkileri anlamalarında bir kavramsal çerçeve sağlamaktadır.



DEĞERLENDİRME: Psikanalitik Yaklaşımın Katkıları

- Direncin anlaşılması
- Bitirilmemiş işlerin üzerinde çalışılması
- Transferansın rolünün anlaşılması
- Ego savunma mekanizmalarının anlaşılması



DEĞERLENDİRME: Psikanalitik Yaklaşımın Sınırlılıkları

- Ekonomik olmaması, eğitim almış psikanalist sayısının azlığı,
- Hedeflere ulaşmada daha uzun bir süreye ihtiyaç olması,
- Terapistin geri planda olması,
- Kavramlarla ilgili sınırlılıklar.

