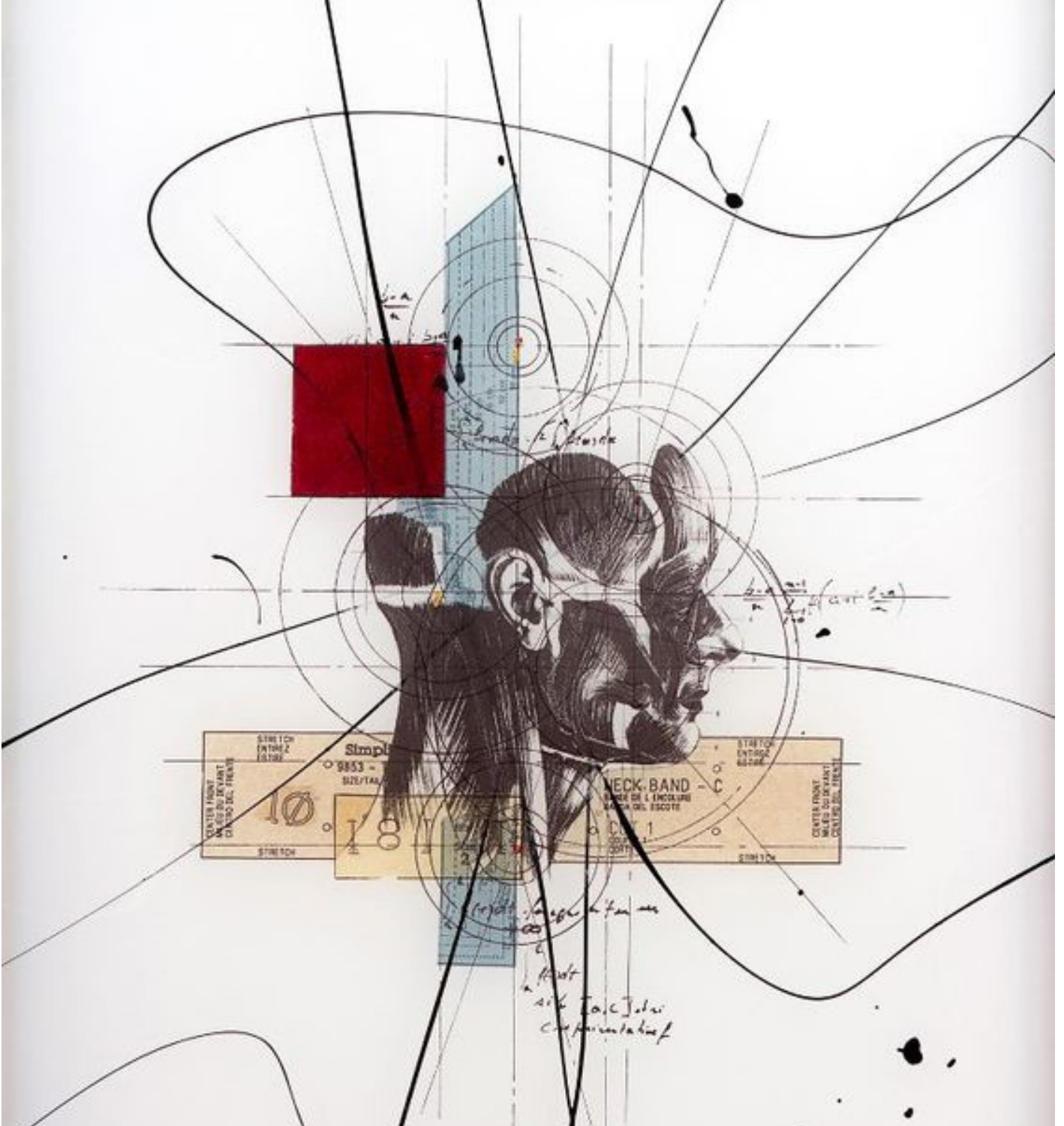




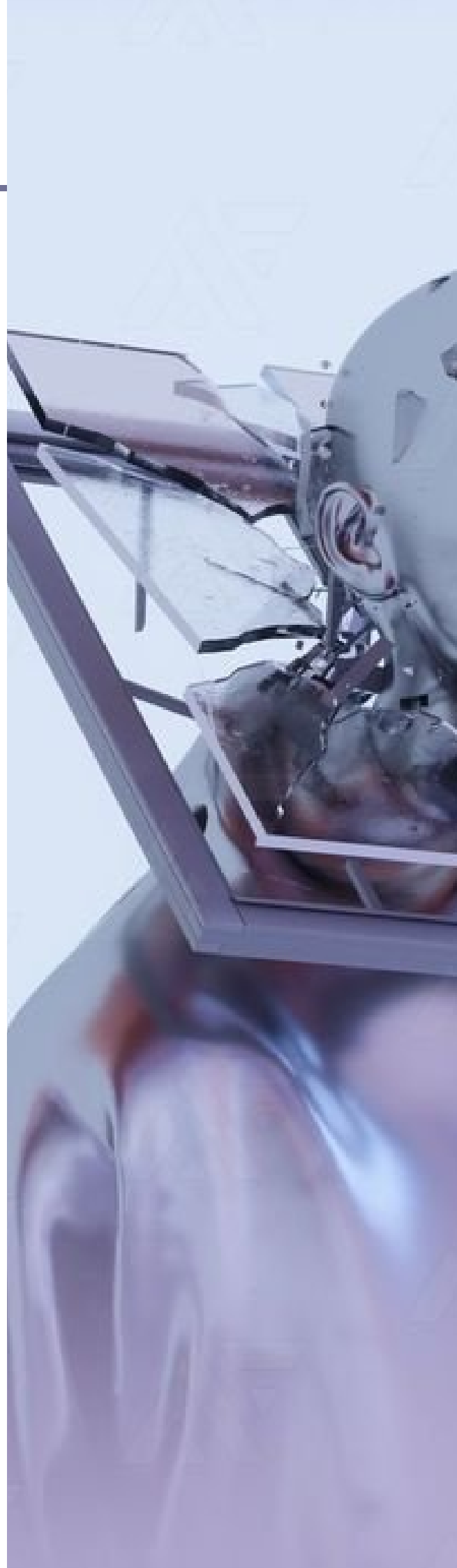
GÜÇ

4 EDITÖRDEN

6 İLİŞKİDE GÜÇLÜ OLAN KAZANIR MI? ECE NUR BORANLI

9 DÜŞÜNCENİN GÜCÜ ŞÜKRÜ CAN ÖZÜAK

13 DOÇ. DR. MEHMET KIRLIOĞLU RÖPORTAJI “GÜÇ VE GÜÇLENDİRME” SENA KÜBRA ÇATALOĞLU





GÜÇLÜ KADIN
YAVUZ SELİM KAYMAKCI

19

**“ERK” SAHİBİ OLMAK
YA DA OLMAMAK**
MERVE YÜKSEK

22

ŞEYHİM BENİ IŞINLA
MUSTAFA ÇİFTÇİ

25

**GÜÇLÜ İLİŞKİ EVİ
MODELİ**
BÜŞRA TUNÇ

28

KAYNAKÇA

31

EDİTÖRDEN

Güç; günlük hayatta sıklıkla karşılaştığımız bir kavramdır. Hayatımıza etki eden güç ilişkileri, gücün üzerimizdeki kullanımı, güçlü olma ihtiyacı ve diğer pek çok deneyim ve olgu bizi güç üzerinde düşünmeye itmektedir. Güç kavramı; felsefe, psikoloji, sosyal hizmet, yönetim, siyasi bilimler, sosyoloji gibi birçok disiplin tarafından ele alınmakta, geçmişten günümüze güç alanında pek çok araştırma yapılmaktadır. Kişilerin kişilik özelliklerini ve yaşam deneyimlerini açıklamak ve anlamlandırmak üzerine sorulan sorular, ruh sağlığı çalışmalarında da güç kavramı ile ilgili pek çok soru oluşturmuş ve bu soruların cevapları üzerine pek çok araştırma yapılmıştır.

Bu sayıda güç hakkında tüm sorulara cevap verebilmek elbette mümkün değildir. Dergimizin bu sayısında gücün daha çok sosyal anlamı üzerine odaklanılmıştır. Bu sayıda amaçlarımızdan biri ise güce dair çıkarımlarımızın olması ve insani hizmetlerin sunumunda bakış açımızın geliştirilmesidir. Güç üç düzeyde ele alınabilir: Kişisel, Kültürel ve Yapısal. Farklı bir tanımlama ile: Yetkinliğe Dayalı, Söylemsel ve Yapısal. Bu sebeple her insan kolayca güçlü ve güçsüz kategorisine girmemekte ve hatta bazen her iki gruba birden dahil olabilmektedir. Kimi insanların güçlendirici bulduğu bir durum diğerini güçsüzleştirebilir. Çok karmaşık olan güce, siyah ve beyaz gibi basit bir şekilde bakmak indirgemeciliğin bir örneğidir (Thompson, 2016). Güç gerek insanın kendi ile ilişkisi gerek yakın ilişkileri gerekse gruplarla ve toplumla ilişkileri içerisinde gözle görülmese de etkisinin sıklıkla hissedildiği bir kavramdır. Gücün önemi ve insan hayatındaki vazgeçilemez konumu göz önünde



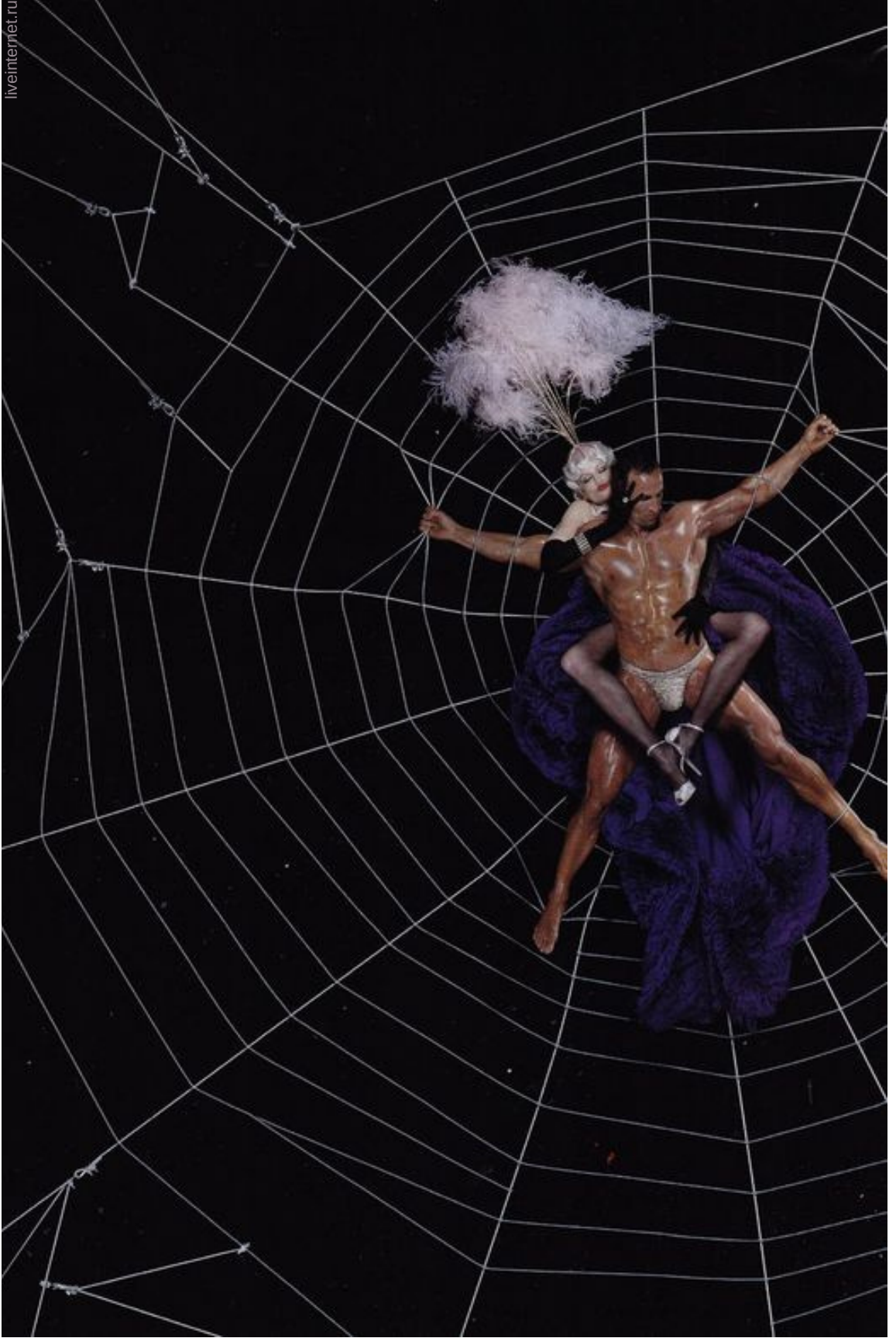


bulundurulduğunda, popüler kültürle birlikte “güçlü insan olma” kavramının da sıklıkla gündeme getirildiği görülmektedir. Cüceloğlu (2014) Savaşçı kitabında insan ilişkilerinde güç ilişkisini şöyle belirtmiştir; “Nerede sen ben bilinci hâkim ise orada insanlar birbirlerinin korkularına konuşurlar... Sen, ben bilinci içinde kurulan ilişkilerin temelinde, “kim daha güçlü?”, “kim kimden korkmalı?” anlayışı yatar”. Güç ya da güçlü hissetme bize hayat deneyimlerimizde birçok avantaj kazandırsa da, gücün ve güç ilişkilerinin deneyimlerimize yansıyabilecek olumsuz etkilerini de göz önünde bulundurmak, bütünsel iyilik halimiz için yarar sağlayacaktır.

Bu sayıda temamız olan güç kavramını farklı güç kaynakları ve farklı güç ilişkileri üzerinden incelemekteyiz. Umuyoruz ki bu sayı, siz değerli okuyucularımızın güce ilişkin yeni sorular sormasına ya da var olan sorularının cevaplarını bulmasına vesile olur.

Bu sayıda röportaj teklifimizi kabul eden Sayın Doç. Dr. Mehmet Kırlioğlu hocamıza katkılarından ötürü teşekkür ederiz. Bu sayı ile birlikte editörlüğü paylaştığımız Sevgili Psikolojik Danışman Büşra Tunç’a ise üzülererek veda ediyoruz. Psikolektif Dergisi’ne yapmış olduğu tüm katkılardan ve kıymetli emeklerinden ötürü teşekkür ediyoruz. Yeni editörümüz Psikolojik Danışman Merve Yüksek’e ise hoş geldin diyoruz.

Psikolektif Dergisi’nin 17. Sayısı olan “Güç” sizlerle! Kendi içimizdeki gücü bulup yapıcı şekilde kullanabildiğimiz ve kimsenin birbiri üzerinde yıkıcı güç ilişkileri kurmadığı yarınlar dileğiyle, bir sonraki sayıda görüşmek üzere!



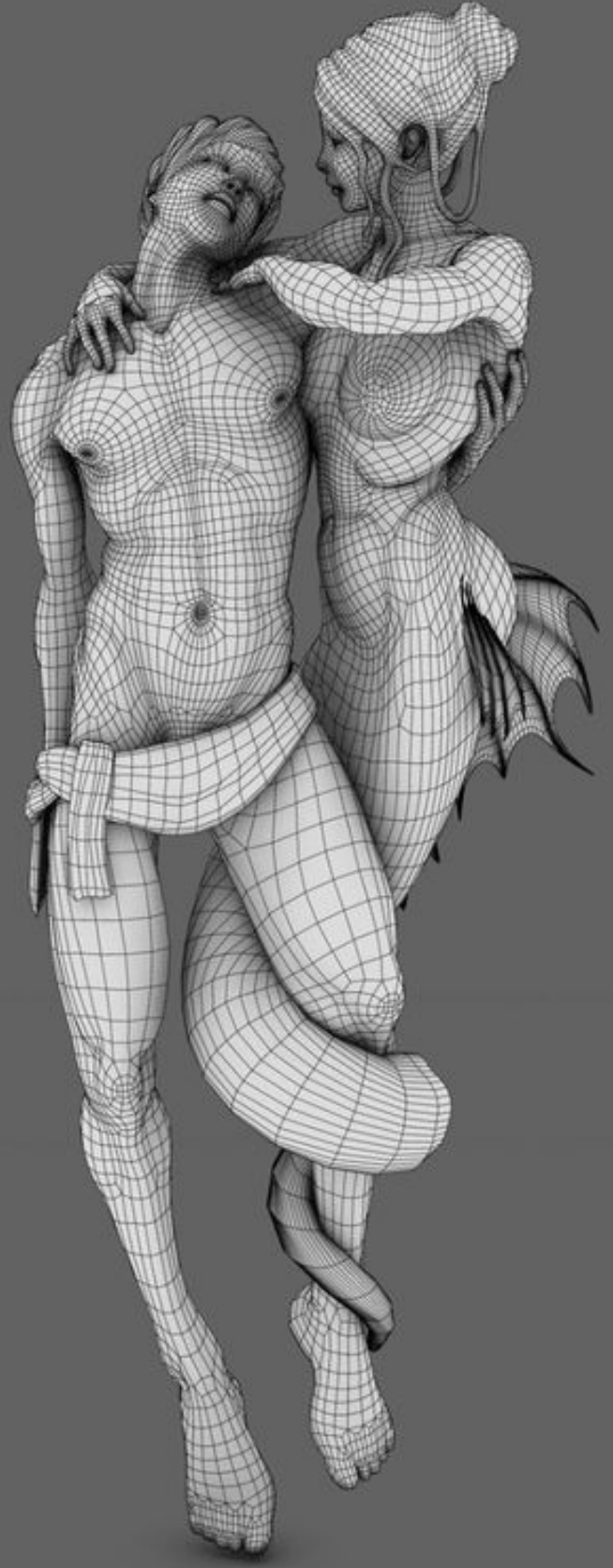
İLİŞKİDE GÜÇLÜ OLAN KAZANIR MI?

ECE NUR BORANLI
Psikolojik Danışman

“Güçlü olanın da güçsüze ihtiyacı varsa güçlü olan kim acaba?”
Lou Andreas Salome, Ruth

Sosyal anlamda güç, birey ile birey, birey ile grup ve grup ile grup arasındaki ilişkilerde kendini göstermektedir. Bu cümlelerin güç ilişkisindeki özneleri belirten açık anlamının yanı sıra örtük anlamı da şudur ki -sosyal anlamda- güç, kişiye ait sabit bir özellik değil, ilişki içerisinde kendini gösteren ve değişebilen bir olgudur (Emerson, 1962). Bu yazıda bahsedilecek olan ise iki birey, daha detaylı belirtmek gerekirse, romantik ilişkideki partnerler arasındaki güç dengesidir.

Önceki paragrafta bahsedilen açıklama ile tutarlı olarak bu konuda yapılan ve beş yıl süren bir araştırmada ilişkilerde bir kişinin gücü arttıkça diğerinin azaldığı ölçülmüştür (Sprecher & Felmlee, 1997). Sosyolog Emerson'a (1962) göre iki aktör arasındaki güç ve bağımlılık da birbiri ile ilişki içerisinde. Yani A kişinin B kişisi üzerindeki gücü arttıkça, B kişinin A kişisine olan bağımlılığı da artmaktadır veya denilebilir ki B kişinin A kişisine bağımlılığı arttıkça A kişinin ilişkideki gücü de artmaktadır. Bir romantik ilişki bağlamında düşündüğümüz zaman bu görüşe göre ilişkide daha güçsüz hisseden partner aynı zamanda kendini partnerine daha bağımlı da hisseden kişidir. Bununla ilişkili olarak duygusal katılım (emotional involvement) kavramının bir kişinin ilişkide partnerine ne kadar ihtiyaç duyduğu konusunda bir gösterge olabileceği söylenir. Buna göre kendini ilişkide daha çok seven taraf olarak gören kişiler partnerlerine daha çok ihtiyaç duydukları için daha güçsüz hissedebilmektedirler (Sprecher & Felmlee, 1997). Güç dengesi, sağlıklı ve eşitlikçi ilişkilerde önemli bir rol oynar. İlişkiden elde edilen fayda düzeyinde bir eşitsizliğin olduğu, yani bir kişinin sevgi, çaba, zaman, duygu ve görev paylaşımı konularında daha fazla katkı sağladığı durumlarda katılımcıların ifadelerine göre memnuniyet, mutluluk, tatmin ve sevgi düzeyi; daha az fayda sağlayan kişide daha az, daha fazla fayda sağlayan kişide daha fazla olacaktır. Suçluluk duygusunun ise daha fazla fayda sağlayan kişide daha fazla olacağı ifade edilmiştir (Sprecher, 1992). Öte yandan yapılan bir çalışmada ilişkideki eşitlik arttıkça güven ve bağlılığın hem kadın hem erkek katılımcılarda arttığı görülmüştür (Grauerholz, 1987).



Temptation by Fabio Prati on ArtStation

Sağlıklı bir ilişkide eşitlik ve gücün önemine dair söylenenlerin yanında güç dengesinin bulunmadığı ilişkiler konusunda da birkaç noktaya değinmek gerekmektedir. Kişilerin güçsüz ve bağımlı olduğu ya da güçlü ve kendisine bağımlı olunan bir ilişkide kalma motivasyonlarının farkında olmak önemlidir. Güç ihtiyacını partneri üzerinde tahakküm sağlayarak veya duygusal ihtiyaçlarını partnerine bağımlılık geliştirerek karşılamaya çalışmak ilişkideki her iki kişiye de büyük zararlar verebilir. Diğer taraftan ilişkide güçlü kişi olmak dışarıdan pek çok kişiye parlak bir tablo gibi görünse de psikanalist Lou-Andreas Salome'nin (1895/2018; s. 115) yıllar önce bir romanında sorduğu şu soru işin aslının pek de öyle olmadığını gözler önüne sermektedir: "Güçlü olanın da güçsüze ihtiyacı varsa, ... güçlü olan kim acaba?" Başta da belirtildiği gibi bir kişi her koşulda güçlü değildir ve güçlü olmak için onun gücü altında kalmaya devam eden birine ihtiyaç duymaktadır. Bu durumda "güçsüz" kabul edilen kişi "güçlü" kabul edilen kişinin gücünün koşuludur.

Tüm bunların ışığında denilebilir ki ilişkilerde güç dengesini sağlamak hem kişilerin hem ilişkinin sağlığı açısından kritiktir. Bu dengenin nasıl sağlanacağı sorusunun farklı ilişkiler için farklı cevapları olabilir. Bu mümkün olmadığında ve kişi ilişkideki dengesizlik altında ezildiğinde ise kendisine zarar veren ve onu güçsüz olmaya mahkum eden bir ilişki içerisinde kalmama tercihinde bulunabilir.

Bu yazıda da bahsedilen bağımlılık kavramı hakkındaki yazılara ulaşmak için dergimizin "Bağımlılık" temalı ve isimli önceki sayısına da göz atabilirsiniz.



Summer Love by Henn Kim



DÜŞÜNCENİN GÜCÜ

ŞÜKRÜ CAN ÖZÜAK

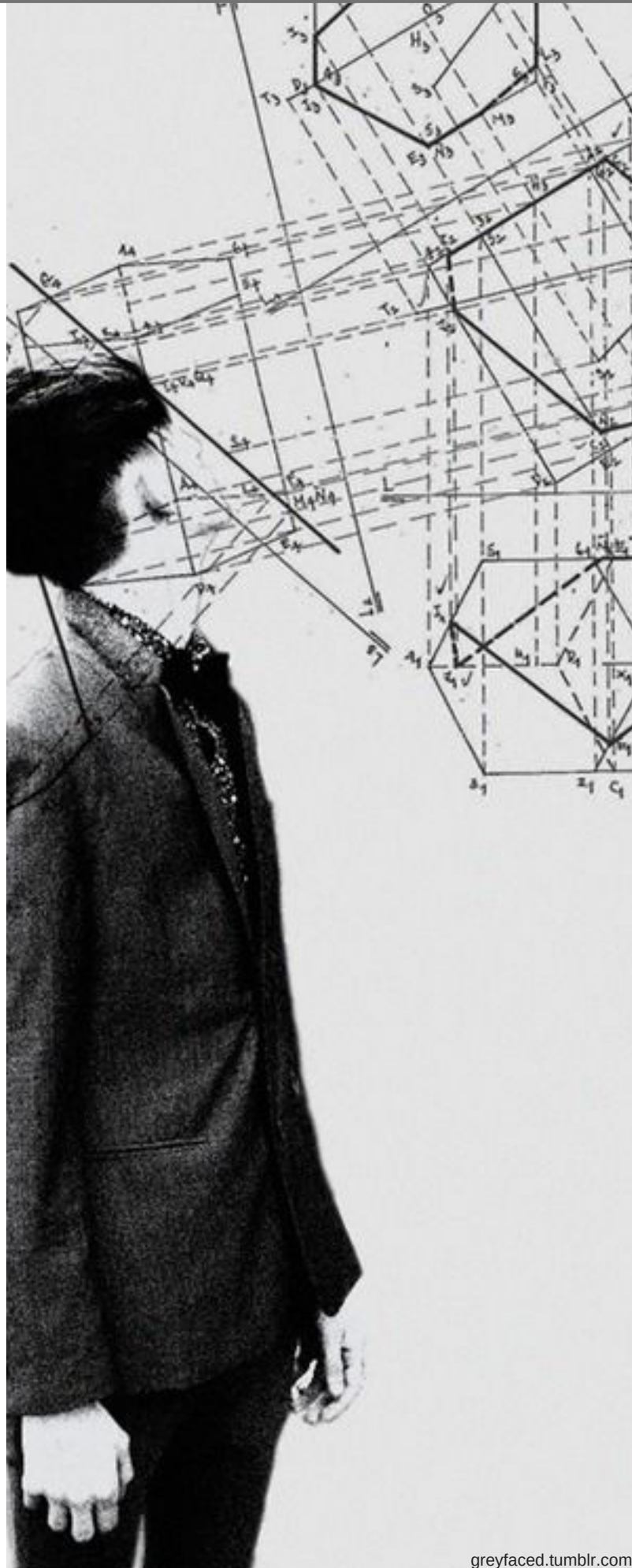
Psikolojik Danışman

Anais Nin “Olayları olduğu gibi değil olduğumuz gibi görürüz” der. Bu söz bizlere elimizde mizacımız, yaşantılarımızdaki deneyimlerimiz ve öğrenmelerimizden oluşan bir mercek olduğunu ve herkesin dünyaya kendi merceğinin arkasından baktığını anımsatır. Yani hayatta yaşadığımız olayları öncelikle bu merceğin ardından yani algı ve düşünce süzgecinden geçirdiğimizi söyleyebiliriz. Bu yaklaşım Antik Yunan döneminde ortaya çıkan Stoacılık felsefesine kadar dayanmaktadır (Türkçapar, 2019). Mutluluk ve insanın yaşamında nasıl mutlu olabileceği üzerine düşünen Stoacılık felsefesi bir köle olan Epiktetos’tan bir kral olan Marcus Aurelius’a ve devlet insanları Seneca ile Cicero’ya kadar birçok kişiyi etkilemiştir.

DÜŞÜNCENİN GÜCÜ

Stoa felsefesinin önemli temsilcilerinden olan Epiktetos yüzyıllar öncesinde insanların yaşadıkları rahatsızlıklar üzerine düşünürken “İnsanlar nesnelerden değil onları değerlendirme şekillerinden dolayı rahatsızlanırlar” diyerek aslında elimizdeki merceğin arkasından bakarak gerçekleştirdiğimiz olayları, algılama ve düşünce süreçlerinin psikolojik açıdan duygularımız ve yaşantılarımız üzerindeki etkisinin önemini vurgulamıştır (Türkçapar & Sargın, 2012). Bu sözden yüzyıllar sonra psikanaliz yaklaşımını bilimsel kanıtlarla desteklemek isteyen Aaron T. Beck 1960’lı yıllarda depresyon rahatsızlığına sahip danışanlarıyla gerçekleştirdiği çalışmalarında olayları ve durumları olduğu gibi yani objektif bir şekilde değerlendiremediklerini, daha sonrasında bilişsel çarpıtmalar ismini vereceği çarpıtılmış düşüncelerle değerlendirdiklerini ve bu düşüncelerin bireylerin depresyon yaşantısında etkili olduğunu fark etmiştir. Daha sonrasında gerçekleştirdiği birçok psikoterapi uygulamasında bireylerin düşünceleri üzerine odaklanmıştır ve uygulamalarındaki deneyimlerini bilimsel veri ve analizlerle destekleyerek Bilişsel Terapi ismini verdiği psikoterapi yaklaşımını geliştirmiştir (Türkçapar & Sargın, 2012; Türkçapar, 2019). Aaron T. Beck olaylar karşısında aklımızdan anlık olarak geçen düşünceleri otomatik düşünceler olarak tanımlamıştır. İnsanlara olaylar karşısında rahatsızlık veren hissin olaya dair zihinden geçen otomatik düşünceler içerisinde bulunan bilişsel çarpıtmalar olduğunu ifade etmiştir. Bilişsel çarpıtmaların olaylara objektif yaklaşmayı engellediğini ve olayların sağlıklı bir şekilde değerlendirilememesine sebep olacak çıkarımlarda bulunulmasına neden olduğunu belirtmiştir (Türkçapar, 2019).

Peki tam olarak düşüncelerimiz yaşantılarımızı nasıl etkiler? Bunu işlerimizi ve çalışmalarımızı özellikle pandemi döneminde daha çok bilgisayarlardan geçirdiğimizi göz önünde bulundurarak şöyle bir örnekle açıklayabiliriz; farz edelim ki iki farklı üniversite öğrencisi son gönderim zamanına 8 saat kalan makaleleri üzerinde çalışıyorlar. Makaleleri üzerinde 3 saat boyunca çalıştıktan sonra aniden bilgisayarları kendi kendine kapanıyor ve tekrar açtıklarında son 3 saattir bilgisayarlarına aldıkları araştırma notlarının ve makalelerine yazdıkları yazıların hiçbirinin kaydedilmediğini ve çalışmalarının 3 saat önceki gibi durduğunu görüyorlar. Bu olay-





dan sonra öğrencilerden biri "Ben çok şanssız biriyim, bu tarz şeyler hep benim başıma geliyor, işler hiçbir zaman istediğim gibi yürümeyecek, bu saatten sonra asla istediğim gibi bir çalışma olmayacak, ne yapmak istesem felaket olacak." düşüncesi ile yoğun bir üzüntü ve duruma öfke hissederek çalışmayı bırakıp telefonu ile ilgilenmeye başlamıştır. Diğer öğrenci ise "Bu üzücü bir olay, yazdığım onca yazı gitti fakat bilgisayar kendiliğinden kapandı yani benim kontrolümde olmayan bir olaydı ve yazıyı ben yazdığım için aklımda kalanları toparlayıp elimden geldiğince iyi bir ödev teslim edebilirim." diye düşünerek üzümlük yaşasa da çalışmaya devam ettiğini düşünelim. İlk öğrenci yaşadığı duruma karşı felaketleştirme, aşırı genelleme ve etiketleme bilişsel çarpıtmalarını içeren bir otomatik düşünce ile yaklaşmış, yoğun bir üzüntü ve öfke duygusu ile makalesini tamamlamamıştır. Diğer öğrenci için de makalesi için harcadığı zamanı ve verdiği emeği kaybetmiş olmak üzücü olsa da duruma objektif bir şekilde yaklaşarak du-

rumun kendinden kaynaklanmadığını ve son teslim saatine kadar elinden geleni yapabileceğini düşünerek çalışmaya devam etmiş ve makalesini teslim etmiştir. Aynı duruma iki farklı insanın iki farklı düşünce ile yaklaşımı sonucunda farklı duygu ve davranış örüntülerini görmek mümkündür.

Zihnimizden geçen otomatik düşünceleri incelemek için Albert Ellis tarafından A-B-C metodu adı verilen bir formül geliştirmiştir. A yaşadığımız olayı, B olaya dair aklımızdan geçen inanç ve düşünceleri, C ise duygu ve düşüncelerimizi ifade etmektedir (Beck, çev. 2019; Türkçapar, 2019). Az önce verdiğimiz örnek üzerinden bu metodu tanımlamak istersek: Bilgisayarın kapanması ve notlar ile yazılanların kaydedilmemesi - olay (A), öğrencilerin olaya dair düşünceleri - inanç (B) ve yaşadıkları üzüntü karşısında bir öğrencinin çalışmaya devam ederken diğer öğrencinin telefonu ile ilgilenmesi ise - duygu ve davranış (C) etkileşimini bizlere göstermektedir.

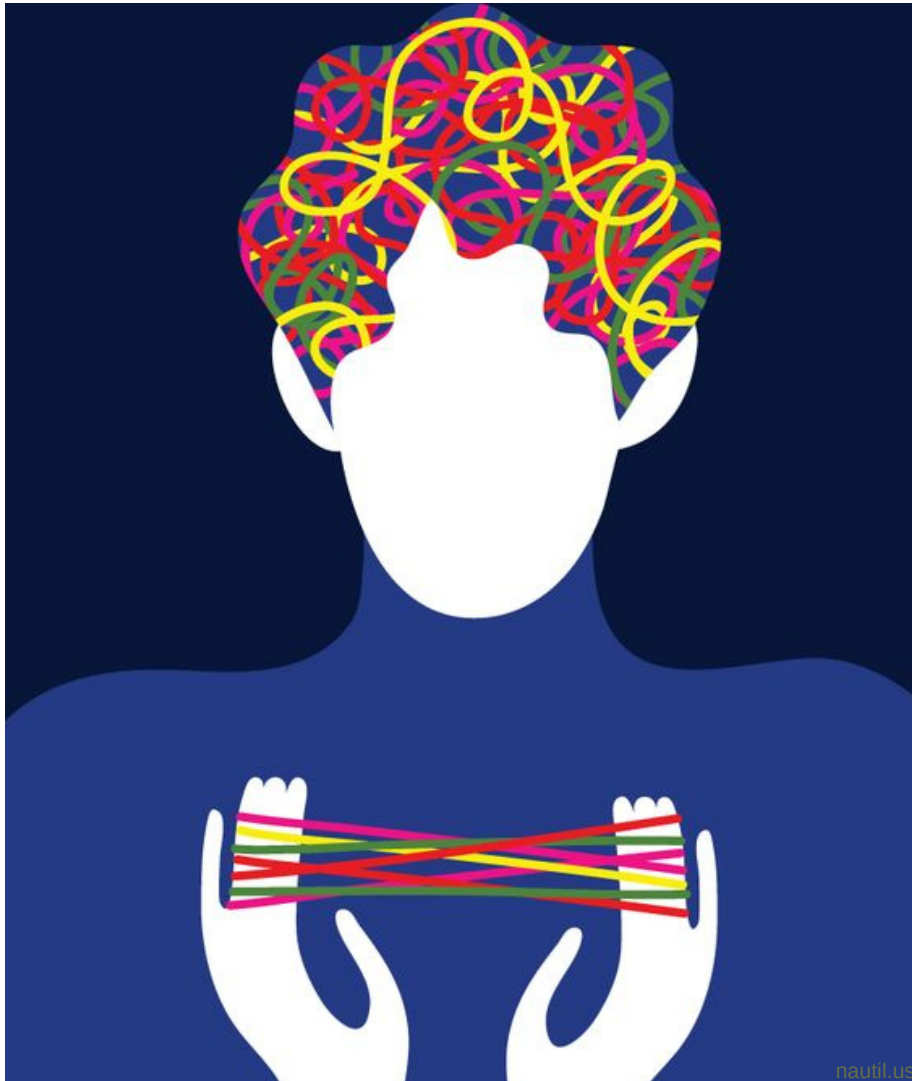
Aaron T. Beck düşünce yapısının 3 katmanlı olduğunu ifade etmiştir. En üstte otomatik düşüncelerin bulunduğunu onun altında ara inançların bulunduğunu ve en kökte ise temel inançların (şemaların) bulunduğunu ifade etmiştir. Ara inançlar yaşamdaki tutum, kural ve varsayımlarımızı tanımlamaktadır (Beck, çev. 2019; Türkçapar, 2019). Örneğin az önceki örnekteki bilişsel çarpıtmalar içeren düşünceleri nedeniyle makalesini tamamlayan öğrencinin ara düşüncesine bakacak olursak "karşılaştığım beklenmedik zorluklar benim baş edebileceğimden daha güçlüdür" ara inancına sahip olduğunu görebiliriz.

Temel inançlar ise düşünce yapısının en kökünde bulunmakla birlikte dünyaya, yaşama ve insanlara bakış açımızı içermektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde oluşmaya başlayan temel inançlar olaylar ve durumlar karşısındaki tutumlarımızı (ara inançlar) ve anlık düşüncelerimizi (otomatik düşünceler) şekillendirir (Beck, çev. 2019). Temel inançlar en kısa ifade ile dünyaya arkasından baktığımız merceğimizi oluşturan ham maddedir. Otomatik düşüncesine ve ara inancını ele aldığımız öğrencinin temel inancını incelediğimizde çaresizlik temel inancına sahip olduğuna işaret eden "ben çaresizim ve güçsüzüm, ben bir kaybedenim" düşüncelerine sahip olduğunu görebiliriz.

DÜŞÜNCENİN GÜCÜ

Temel inançtan olayın yaşandığı ana doğru ilerlemek istediğimizde, çaresizlik temel inancına sahip olan öğrencinin kontrolü dışında gelişen bir olay karşısında, ara inancındaki tutum ve o an aklından geçen otomatik düşüncelerinin etkisi ile yoğun bir üzüntü ve öfke duygusu yaşamıştır. Buna bağlı olarak da makalesi üzerine çalışmayı bırakarak akademik başarısını etkileyebilecek bir davranış sergilemiştir. Bu davranış sonucunda notu düşen öğrenci kendini başarısız hissederek daha fazla üzülebilir ve başarısız olduğunu düşünerek o derse ilişkin daha fazla çalışma yapmayı istemeyebileceği davranışları sürdürebilir. Örneğin o derse çalışmak yerine daha fazla televizyon izleyebilir. Temel inancı çaresizlik olmayan diğer öğrenci ise makalesi üzerinde çalışmaya devam ederek makalesini teslim etmiştir. Bu noktada düşüncenin yaşamımızda duygu ve davranışlarımız üzerindeki etkisinin yadsınamayacağını ifade edebiliriz. Aynı zamanda duygu, düşünce ve davranışlar tek

tarafı bir sürece dahil değildir. Birbirleri ile karşılıklı olarak ilişkilidir ve etkileşim içerisindedirler. Bu nedenle olaylar karşısındaki düşüncelerimizi, bu karşılıklı etkileşim sürecini fark etmemiz yaşamdaki verimliliğimizi arttırmak açısından değerlidir. Japon kültüründe yer aldığı ifade edilen “Hastalık zihinden ileri gelir.” özdeyişi bizlere yaşam ve olaylar karşısındaki düşüncelerimizin, olayları algılama ve anlamlandırma şeklimizin bizi olumsuz etkileyebileceğini veya bizim daha iyi hissetmemizi sağlayabileceğini ifade etmektedir. Bu açıdan baktığımızda dünyayı, yaşamı ve diğer insanları nasıl gördüğümüz, onlara nasıl anlamlar yüklediğimiz ve onları nasıl değerlendirdiğimiz olayları yorumlama biçimimizde ve dolayısıyla hayatımızda etkili olacaktır. Bu nedenle bilişsel çarpıtmalar içeren otomatik düşüncelerimizin hayatımızı zorlaştırdığını fark ettiğimizde olaylara farklı açılardan bakabilmek iyi hissetme halimizi güçlendirecektir. Hayata hangi düşünce merceğinden bakarsak dünyayı o şekilde görürüz ve onu yaşarız.



DOÇ. DR. MEHMET KIRLIOĞLU RÖPORTAJI “GÜÇ VE GÜÇLENDİRME”

SENA KÜBRA ÇATALOĞLU
Psikolojik Danışman & Klinik Psikolog



1. Merhaba hocam. Öncelikle dergimizle röportaj yapmayı kabul ederek vakit ayırdığınız için teşekkür ederim. Sizinle ilgili olarak 2012 yılından bu yana sosyal hizmet alanında akademisyen olarak çalıştığınız ve sosyal hizmet eğitimi, sosyal adalet, güç ve güçlendirme, sığınmacılar, yoksulluk, ergenlik, cinsiyetçi tutumlar gibi konularda yayınlarınızın olduğu bilgisine sahibiz. Bunun dışında sizi biraz daha tanıyabilir miyiz, Psikolektif Dergisi okuyucularına kendinizle ilgili ne söylemek istersiniz?

1987 İzmir Menderes doğumluyum. İzmir’in köyünde büyüdüm ve bunu özellikle söylemek istiyorum, birleştirilmiş sınıfta eğitim aldım. Ortaokulu İzmir’de teyzemin yanında, liseyi de İzmir merkezde okudum. 2005 yılında Başkent Üniversitesi Sosyal Hizmet bölümünü burslu olarak kazandım. O zamanki adıyla SHÇEK’te Ankara Sosyal Hizmetler İl müdürlüğünde Korunmaya Muhtaç Çocuk Şubesinde sosyal çalışmacı olarak çalışmaya başladım. Korunmaya Muhtaç Çocuk Şubesi adı üstünde biraz yoğun ihmal, istismar vakaları olan bir birimdi ve benim için ciddi bir tecrübe sağladı. Orada çalışırken bir yandan 2008 yılında başlamış olduğum bir çift anadal programı vardı, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü. Onu da 2011 yılında bitirdim, mezun oldum. 2011 yılından sonra Uşak iline atandım ve kadrolu olarak çalışmaya başladım, biraz sancılı bir süreçti. AFAD’ın yerel bir kurumuna atandım. Daha sonra sınavlara hazırlanıp akademiye geçmeye karar verdim. 2012 yılında Selçuk Üniversitesi ÖYP programıyla atandım, orada yüksek lisans ve doktora yaptım. 2015 yılında yüksek lisansımda sosyal ve ekonomik destek alan ailelerde yoksulluk ve sağlık ilişkisini çalıştım. 2018 yılında da “Sosyal Hizmet Uzmanlarının Kişisel ve Mesleki Güç Algılarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi” başlıklı doktoramı bitirdim. 2019 yılında da Doktor Öğretim Üyesi olarak Necmettin Erbakan Üniversitesine geçtim. Geçen yılın başından bu yana sordum hala doçent olarak göreve devam ediyorum. Şu anda da Karabük Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümüne geçiş yaptım.

2.Güç deyince öncelikle aklımıza ne gelmeli? 'Gücün doğası' dediğimizde aklımıza gelenleri kastederek soruyorum.

Güç daha çok, belki anadolu coğrafyasının kaderi de olabilir, genelde başkalarını etkilemek için kullandığımız bir kavram, onlar üzerinde kontrol sahibi olmak için kullanıyoruz. Yani kime sorsanız genelde aklına bu gelir ve bunu hayatın her alanında görebiliriz: Aile hayatında, işte, okulda... Bu eşler arası ilişkide, arkadaşlar arası ilişkide veya bir toplulukta da var olan bir şey. Gücü daha fazla elinde tutan ve daha az elinde tutan oluyor yani eşitlikçi bir ilişkiden ziyade bir hiyerarşi var ancak ilk akla bunlar gelse de gücün doğası dediğimiz husus sadece bunları kapsamamakta. Gücün elbette olumlu bir tarafı da var ama bunun olup olmaması da bir miktar bizim güce bakış açımıza bağlı. Bizim için tatmin edici bir yaşam sağlayabilir ya da çok önemli bir kavram var sosyal işlevsellik diye ve sosyal hizmetin amaçlarından bir tanesi, bireylerin sosyal işlevselliğine katkıda bulunabilir. İşlevsel, hayata uyum diye de ifade edebileceğimiz bir şey güç yani sosyal işlevsellik için de önemli bir unsur çünkü bir şeyler yapabilmeyi kapsıyor. İlk çağrışımı olumsuz olan bu kavramın içeriğini iyi anlamak gerekiyor. Örneğin, doktora tezimle de bağlantılı olarak söyleyeceğim, çeşitli güç alt boyutları vardır. Bunlardan ilki profesyonel güç kavramı. Bu mesleki eğitimde profesyonellik bilgisi ile elde edilen bir kavram.

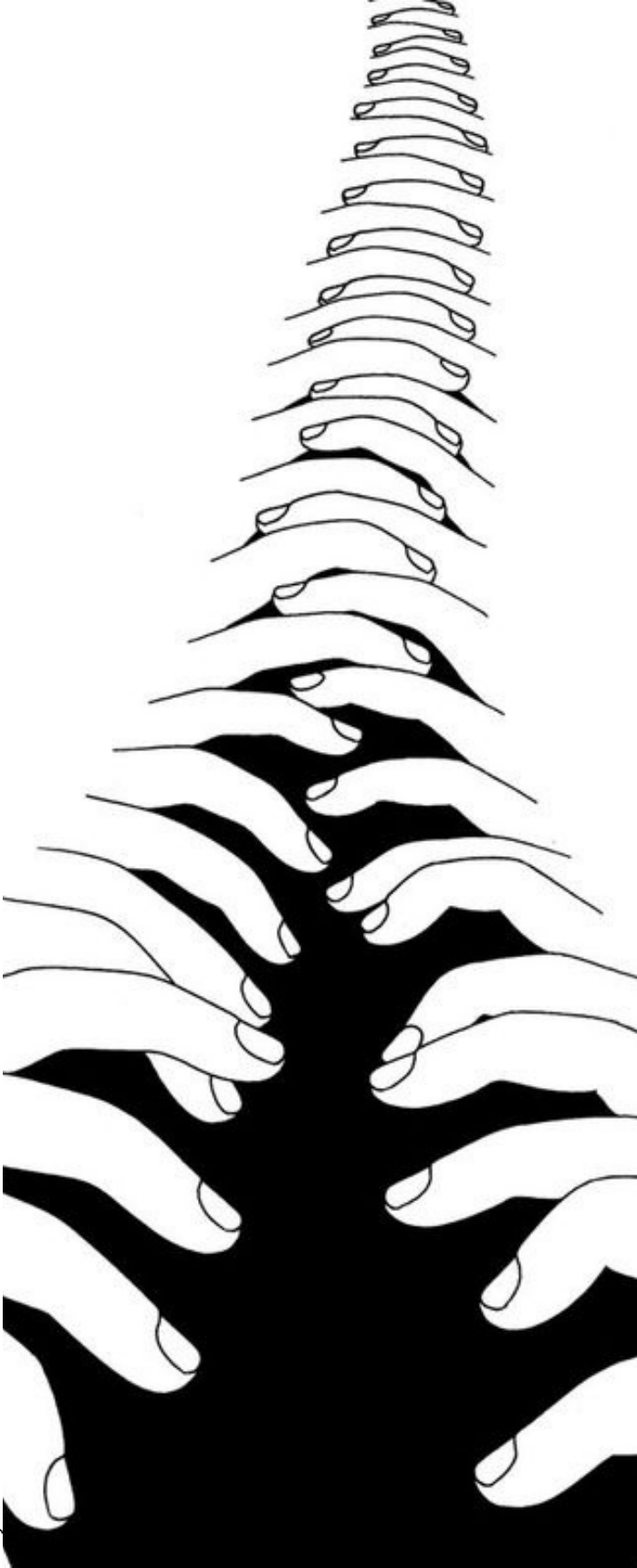
Tabii gücü nasıl kullandığınız da önemli: Başkaları üzerinde kontrol sahibi olmak yönünde de kullanabilirsiniz ya da tam tersi şekilde eşit ilişki üretebilmek için de kullanabilirsiniz. Bu sosyal hizmet için önemlidir. Bizim için müracaatçılar daha alt düzeyde kişiler değil eşit ilişki kurduğumuz kişilerdir.

İkincisi ikna gücü. Bu da bizim kişisel becerilerimizden kaynaklı bir gücümüz, çoğunlukla empati kurma ve müracaatçılarla ilişki kurma yeteneği ile ilgili, ondan kaynaklı güvenden doğan bir güç. Bir diğeri yasal gücümüz: Tüm meslek elemanlarının da sizin de bizim de yasal bir gücümüz var: Kadına şiddet, sosyal ve ekonomik destekle ilgili yardım bağlarken kullandığımız kanunlar. Bu güç bize belli kararları almaya yönelik mevzuat ya da politika bilgisinden geliyor. Sadece bunun arkasına sığınarak yasal gücü temsil eden bir meslek elemanı gibi davranmamak gerekiyor çünkü o zaman müracaatçı ile eşit bir ilişki kurmaktan bahsetmek

mümkün olmayabilir. Güç için olumlu tanımlanabilecek diğer başlıklar: Yapabilme gücü ya da hedeflere ulaşma yetenekleri ile ilgili olarak ya da eşitsiz güç ilişkilerini tanımlayan gücü baskı olarak kullanma söz konusu olur ki bunu tavsiye etmeyiz. Birlikte çalışmaya vurgu yapan, işbirliğine dayalı güç var ki bu da bir sonraki sorularda konuşacağımız gibi çok önemli. Bir de özden gelen güç dediğimiz başkalarına yardım etme yönüyle güç var. Bunun içine tinsellik, maneviyat, aile değerleri konabilir. Yani güç dediğimiz şey aslında tek bir unsuru barındırmıyor. Belki de nereden baktığınıza bağlı. Maneviyatı güçlü birisi farklı bir güç tanımı yapacaktır, yasalar doğrultusunda meslek icra eden birisi farklı bir tanım yapacaktır. Mesela bir arada olma gücü ile ilgili Psikolektif'i ele alabiliriz. Herkes birbirini yüz yüze tanımasa bile birlikte hareket etme gücü kendini hissettirir. Düşündüğümüz zaman güçlü ve güçsüz kategorileştirmesi var. İnsanları güçlü ve güçsüz olarak etiketlemek durumunda kalabiliriz. Bunu yapmayı iyi ya da kötü veya karanlık/aydınlık zıtlığı gibi de düşünebiliriz ancak güç için bu geçerli değil. Çünkü gücün kişisel, kişilerarası ve sosyo-politik dediğimiz üç boyutu var. Mikro ve makro düzeyde güçlerimiz bulunuyor. Mesela kişisel düzeyde müracaatçıların kendisini nasıl algıladığı ve gördüğü ele alınır: Müracaatçıların yaşamları üzerinde kontrol sahibi olması kişisel güçleri atıfta bulunuyor. Zaten yaşamımız üzerinde kontrol sahibi olmadığımızı düşündüğümüzde doğrudan kendimizi güçsüz hissederiz.

Güç dediğimiz zaman, somutlaştırırsak: İletişim kurma becerileri, çekicilik (fiziksel/psikolojik), saygınlık, iyi bir yönetici olma, özgüveni yüksek olma gibi etmenleri sayabiliriz. Kişiler arası boyuta değinecek olursak birden fazla kişi arasındaki etkileşime işaret ediyoruz, bireylerin karşılaştığı güçlükler yanında aldığı sosyal desteğin önemi üzerinde duruluyor. Sosyo-politik boyutta ise biraz da makroya yol alınmış oluyor. Başka grupların sizi çıkarı için kullanması ya da size fayda sağlamasından bahsediyoruz. Mesela bir grupta bulunmak o grubun sizi işe yaramaz olarak nitelendirmesinden dolayı kendinizi güçlü hissettirebilir: Buna örnek olarak ırkçılık, cinsiyetçilik yapan grupları gösterebiliriz. Mesela cam tavan sendromu cinsiyetçiliğe bir örnektir. Veya sosyo-politik gücü olumsuz anlamda kullanmaya örnek olarak Suriyeliler'e (etiketlemek değil tarif etmek için bu şekilde

ifade ediyorum) yapılan ayrımcılıkları verebiliriz, ev sahiplerinin kirayı arttırmaları, eğitim veya sosyal yardım alamamaları da örnekler arasında sayılabilir.



weandthecolor.com
Mirzyk & Moriceau Illustrations

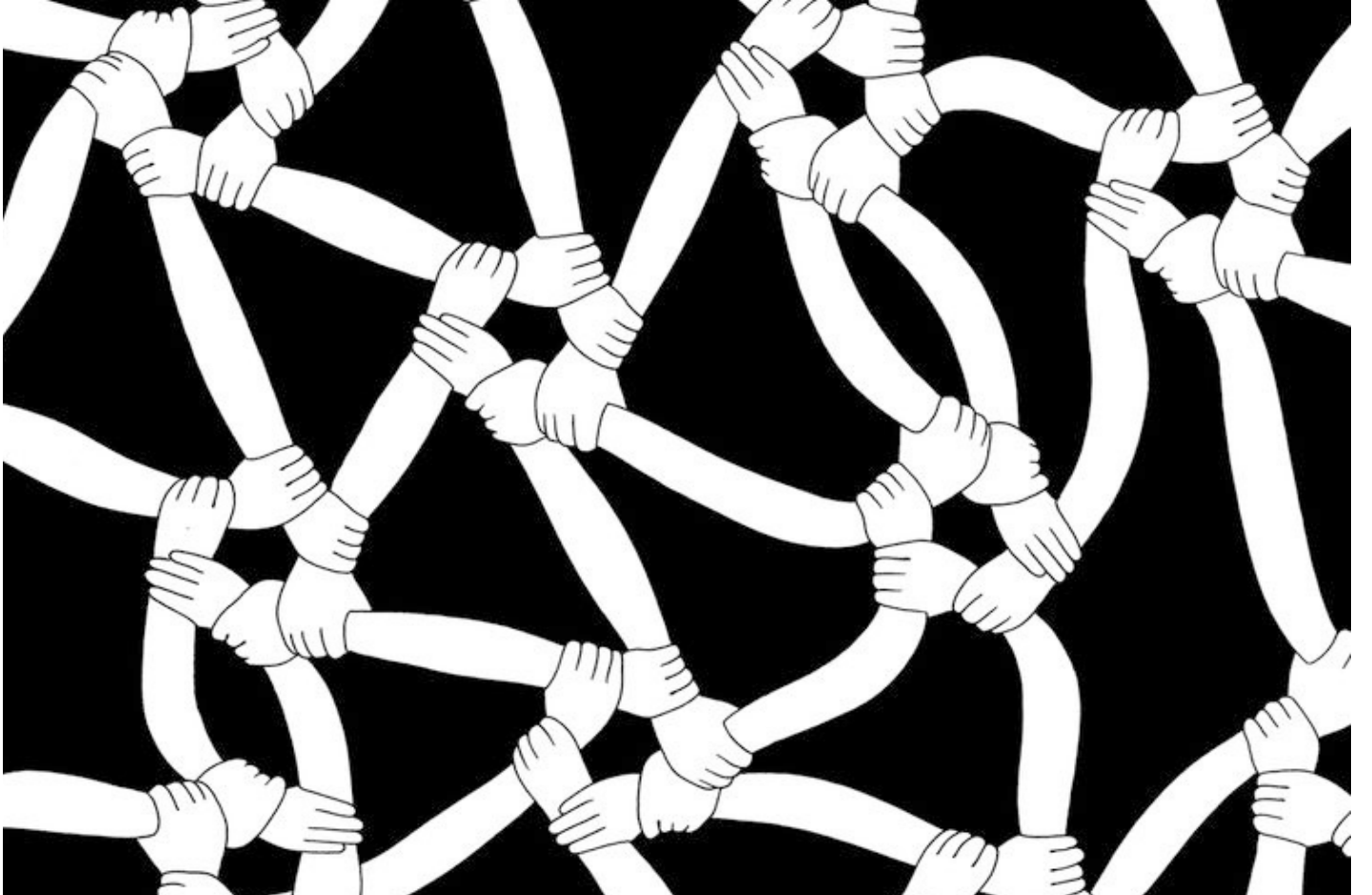
3. Güçlendirme yaklaşımı nedir? Bu yaklaşımda, güçlendirmenin kişilerarası unsurlarından 'meslektaşlarından destek ve öneri alma'yı sadece sosyal hizmet uzmanları özelinde değil ruh sağlığı uzmanlarını oluşturan sosyal çalışmacı, psikolog, psikolojik danışman, psikiyatristlerin ve psikiyatri hemşirelerinin bir arada hareket etmesi, birbirlerini desteklemesi noktasında nasıl ele alabiliriz, bu minvalde düşünmenin ülkemize katkıları ne olur?

Güçlendirme yaklaşımının ne olduğu çok basit ama tek başına değerlendirmek değil de demokratikleşme ya da baskı karşıtı uygulamalarla bağlantılı olduğunu söylemek gerekiyor. Kendi başına bir kavram olmadığına şuradan bakabilirsiniz: Bir tarafın bir tarafı güçlendirdiği gibi algıyorsanız orada demokratikleşmeden uzaklaşmış olursunuz. Eşitlikçi düzeyde bir güçlendirmeden bahsediyoruz. Demokratikleşme, eleştirel olabilme gibi kavramlar güçlendirmeyi destekler. Eleştirel olamadığınız zaman güçlendirme yapamazsınız çünkü yapısal eşitsizlikleri ortaya koymanız gerekir, sadece bireyden kaynaklı değil, sosyal çevreden ya da sosyo-politik çevreden kaynaklı eşitsizlikler var. Bunlara değinmediğiniz zaman 'havanda su dövmek' yönünde bir şey yaparsınız. Bireylerin yaşam koşullarını iyileştirmek için harekete geçmeleri gerekiyor ve bunun için de kişisel, kişilerarası ya da sosyo-politik gücün artırılması gerekiyor. Yani var olan bir şeyi ya da durumu daha güçlü hale getirmeye çalışıyoruz.

Birey derken grupları ya da toplulukları da ayırmamak gerekir. Onları da aktif ve katılımcı olarak ele alma süreci aslında. Güçlendiren ve güçlendirilen şeklinde bir ayırım yok aslında, aktif ve katılımcı bir süreç. Burada 'yaşamları üzerinde daha fazla kontrol kazanma' noktasına değinmek gerekir. Bu yaklaşımda kişilerin kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarına yer veriyoruz başkaları üzerinde kontrol sahibi olmalarına asla yer vermiyoruz. Yani bireylerin kendi koşulları üzerinde kontrol sahibi olup kendi amaçlarını gerçekleştirmeleri önemli. Böylece bireyler yaşamlarının kalitesini en üst düzeye çıkarıyor ve kendilerini başkalarına yardımcı olarak da konumlandırıyorlar aslında. Güçlendirmede en önemli unsurlardan bir tanesi öncelikle kendi kendine yardım edebilme.

Meslektaşlardan destek ve öneri almanın mesleki sosyalizasyona katkı yaptığını söyleyebilirim. Mesleki sosyalizasyon ne? Mesleğine aidiyet hissetme, güçlü hissetme, zorluklarla başa çıkma diye düşünebilirsiniz. Bu kritik ve güzel bir soru. Bir defa eğer meslek elemanları birbirlerinden destek ve öneri alırlarsa ortak bir amaç duygusu yaratılabilir. Bu diğer meslek elemanlarıyla birbirimizden destek ve öneri alması için de geçerli. Böylece aynı dili konuşabiliriz. Bu da müracaatçıların ihtiyaçlarını gidermeyi kolaylaştırır çünkü aynı dili konuşmadığımızda müracaatçılarla ilgilenmek yerine kendimizi ya da mesleğinizi anlatmak zorunda kalırız ki bu da tükenmişliğe, yılgınlığa yol açabilir. Bu da bizde zaman kaybı yaşadığımız hissine yol açabilir. Bu mesleğin temel değerlerini anlatmakta zorlanıyorsak o işi nasıl yapacağız? Meslektaşlarından destek ve öneri almak mesleki duyma ve çalışma verimini artırır, kaynaklar ülke açısından daha etkin kullanılır. Meslek elemanları arasında ortak bir amaca sahip oldukları duygusu ne kadar çok yaratılırsa o kadar iyi bir hizmet verir o ülke. Daha az atışma ve stres ortamı olur.

Bir kurumda ruh sağlığı uzmanları arasından veya herhangi bir meslek grubu kayırıldığı zaman tüm meslek gruplarından aynı verim elde edilemez ama bu kayırma olmazsa her birinden en üst düzeyde yararlanma olanağı olur. Ortak bir amaç duygusunun olması, yine devam edecek olursak olumsuz duyguların üstesinden gelinmesine de yardımcı olur çünkü önyargımız kırılır. Bazen görüyorum bir meslek grubu diğer bir meslek grubuna saldırıyor oysa bu insanlar birlikte çalışacaklar ve bu saldırılar yüzünden aralarında bir bariyer oluşuyor. Bir diğer husus plan yapabilme becerisinin gelişmesi. Bu sayede de kurum daha ileri gider, müracaatçılar daha iyi hizmet alır. Bir kurumda çalışırken birlikte çalıştığınız bütün meslek elemanlarının herhangi bir zor durumda size destek verdiğini düşünün: Bu destek sizin motivasyonunuzu inanılmaz artırır. Bir mesleğin daha kendi bakış açısı ve zenginliği var neden bunun sunacağı katkılardan mahrum kalalım? Destek ve öneri almanın koruyucu etkisini de atlamamak gerekir. Soyutlanmış hissetme duygusundan da bizleri korur.



4.Güçlendirmenin boyutlarından 'kolektif kimlik' kavramı üzerinde durabilir miyiz? Bu boyut kimlik kavramının dönüşüme uğradığı bu zaman diliminde yeniden mi tanımlanıyor veya tanımlanacak?

Burada Psikolektif üzerinden gidecek olursak sizler fiziksel olarak birbirini görmeyen bir ekipsiniz. Peki böyle de olduğu halde neden kolektif bir kimlik oluşur? Çünkü ortak özelliklere sahip olduğunuzu düşünüyorsunuz. Bunun üzerinden oluşan bir kimlik var. Kendinizi bu birliktelikle tanımlıyorsunuz. Burada en önemli olan bence biz duygusu: Ben duygusuyla hareket etmemiş oluyorsunuz. Biz duygusunun zaten fiziksel değil psikolojik bir tarafı var hatta benzer özelliklere sahip olmanıza da gerek yok benzer özelliklere sahip olduğunuzu düşünmeniz yeterli. Bu noktada sosyal hizmetin amacına değinmek gerekiyor. Sosyal hizmetin başlıca amaçlarından bir tanesi hem bireyler arasındaki hem toplumdaki dayanışmayı arttırmaktır. O yüzden kolektif kimlik çokça vurgulanır. Bu kimliğin en çok ön plana çıktığı yapılanmalar meslek grupları, siyasi partiler ya da etnik gruplardır. Ya da cinsiyetle ilgili; kadınların, LGBT üyelerinin oluşturduğu gruplar olabilir. Mesela bir siyasi partiyi düşündüğünüzde içerisinde sayısız fraksiyonlarının olduğu bir gerçektir. Ancak her bir üye kendini o partinin bir üyesi olarak tanımlar, her biri öyle olmasa da benzer özelliklere sahip olduğunu düşünür. Kolektif kimliği kolektif güç için kullanırız. Kolektif gücün değişimi ortaya çıkarmak için tek başına ortaya konan çabalardan daha büyük etkisi var. Sizin tek başınıza yapacağınız etki kolektif etkiye göre çok daha sınırlı kalır. Birliktelik bireyleri daha kalıcı şekilde ve derinden etkiler. Biz kolektif üzerinden gidersek yine siz şunu deneyimliyorsunuz: Birlikte olduğunuzda daha kalıcı ve ses getiren olmak.

Kimlik kavramının yeniden tanımlanması noktasında sanki bir olumsuz çağrışım var. Yani daha bireyselleşmeye doğru giden bir süreç var gibi algılanıyor ama bir taraftan da kolektif kimliğin hız kazandığı oluşumlar da var. STK'lar artıyor, sendikalar güç kazanmaya çalışıyor... Kapitalizm ya da neoliberalizm dediğimiz süreçte genelde ikisi bir arada yer alır ve şaşkına uğratır. Mesela bir yandan sosyal devlet güç kazanıyordur bir yandan burjuva güç kazanıyor-

dur gibi. Belki bu düşünce benim de bir grupta olmamla ve mutlu olmamla da bağlantılı olabilir çünkü kolektif kimliği deneyimleyen insanlar bunu kolay kolay bırakamazlar. Başka bir grupta varoluş sürdürülebilir ancak 'bir grupta olma' durumu kolay kolay terk edilmez. Ayrıca buradaki motivasyonun danışana/müracaatçıya da katkısı olur. Ben umutluyum ve kolektif kimliğin bu oluşumlar üzerinden, işbirliği üzerinden daha da artacağını düşünüyorum. Motivasyonel görüşmedeki dibe vurma örneğinden yola çıkarsak, dibe vurmak motivasyonu artırır ve o noktadan sonra ileriye gidilir. Kolektif kimlik konusunda da yukarıya çıkacağız diye düşünüyorum.

(Yukarıdaki soruyla bağlantılı olarak) Pandemi de buna hizmet edebilir mi?

Güçlendirici bir etkisi olabilir. Daha makro düzeydeki gruplardan bahsettik ama mesela aile özelinde bakacak olursak ailelerinden uzak kalan kişiler daha fazla aileleriyle vakit geçirmeye çalıştılar, yakın arkadaşlar kapanma zamanlarında bir arada kaldılar. Bu da tabii ki bazı şeylerin önemini ortaya koydu. Bu süreçte bir arada olmanın anlamı da değişti biraz: 'İllaki bir odaya gelip toplanmak zorunda değiliz' algısı oluştu. Bazı çıkmazlardan ayrılmış olduk.



5.Güncel zorluklarla beraber değerlendirsek sosyal hizmet uzmanlarının güçlendirilmesi için nelere ihtiyaçları olduğunu düşünüyorsunuz?

Birçok şey olabilir aslında ama ben basit etmenleri sıralamak istiyorum. Burada sadece sosyal hizmet uzmanları değil onlarla birlikte çalışan diğer meslek elemanlarını da düşünerek ifadelerimi kullanıyorum ve beş temel unsurdan bahsetmek istiyorum.

1.Otonomi : Otonomi olmaksızın güçlendirmeden bahsedilemez. Çok kıymetli bir kavram. Otonomi bağımsız hareket edebilme ya da karar verme özgürlüğüdür. Eğer otonomiye sahip değilseniz hangi meslek grubundan olursanız olun mesleki uygulamalarınızı tam olarak yerine getiremezsiniz. Mesela bütüncül değerlendirme sosyal hizmet uzmanları için önemlidir, eğer bütüncül değerlendirme yapamıyorsanız ekolojik ya da güçlendirme yaklaşımlarını nasıl kullanacaksınız? Müracaatçının tüm yönlerini ele almayı sağlayan bu hususu biraz açacak olursak: Örneğin boşanmak için bir avukata giderseniz avukat boşanmaya dair tüm unsurları düşünmez, boşanıp boşanmayacağınızla ilgilenir ve sizi gönderir ama bir sosyal hizmet uzmanına giderseniz şu anki maddi durumunuzu, ailenizle ve çocuklarınızla olan ilişkilerinizi, kalacak yerinizin olup olmadığını, avukat masrafını karşılayıp karşılayamadığınızı yani tüm yönlerinizi değerlendirir. İnsana hizmet üreten mesleklerin uygulamalarını icra ederken bunlar üzerinde düşünmeleri, zaman harcamaları gerekiyor. Diğer türlü yaptığınız şey mekanik bir aracı tamir etmekten öteye geçmez. Bireylerin biricikliğinden hareketle ihtiyaca odaklanan bireyselleştirilmiş hizmet sunumuna dikkat etmemiz gerekiyor ve ben bunun tüm meslekler için geçerli olduğunu düşünüyorum. Aynı sorun söz konusu olsa bile o sorunla ilgili etmenler aynı olamaz.

2.Çalışma Ortamı: Çalışma ortamının nasıl kurgulandığı bireyleri güçlendirebilir ya da daha güçsüz yapabilir. Burada sadece fiziksel koşullardan bahsedilemez. Psikolojik etmenlerin de geçerli olduğu bütünsel bir yaklaşımdan bahsediyorum: Birbirine güneydin demek gibi. Eğer özellikle psikolojik etmenler sağlanmazsa güçlendiren değil güçsüzleştiren bir ortam olmuş olacak.

3.Terfi İmkânı: Gerekli koşulları sağladığınızda terfi imkanınızın olduğunu bilmek önemli bir unsur.



4. Güvenceli İş: Bu ne demek? Kadro değil illaki, basit şeylerden ilişkinizin kesilmeyeceğini bilmek, sizi siz olduğunuz için kabul eden bir çalışma düzeni. Tabii kadrolu olmak kişilerin belirsizlikten kaynaklı endişelerini ortadan kaldırır, stresi azaltabilir, mesleki aidiyeti arttırabilir. Bununla beraber özel sektörde de geçerliliği olmayan sebeplerle işten çıkartılmayacağını bilmek kişinin gücünü arttırır. Bu, kişinin hizmet içi eğitimlere katılarak veya farklı biçimlerde kendini geliştirmesini de teşvik eder.

5.Takdir Görme: Kendi yaşantımda da takdir görmediğim zaman motivasyonumun kırıldığını hissettim. Çok basit bir teşekkürün, 'emeğine sağlık' demenin oldukça güçlendirici bir unsur olduğunu düşünüyorum çünkü emek hayatımızdaki en kıymetli şeylerden bir tanesi.

Tabi ben sıralamayı da bu şekilde yaptım ama değiştirilebilir belki bu sıralama. Bunlar başlıca etmenler ancak tabii ki doktora tezimde de belirttiğim etmenler var ve maaş da önemli bir unsur. En çok bu beş unsura dikkat edilirse diğerlerinin de otomatik olarak çözüleceğine inanıyorum.

**Müracaatçı: Sorunuyla veya ihtiyacıyla ilgili, sosyal hizmet uzmanından danışmanlık, rehberlik alan kişidir (Gönül, 2018).*



GÜÇLÜ KADIN

YAVUZ SELİM KAYMAKCI

Psikolojik Danışman

Güç kavramı geçmişten günümüze kadar birçok anlamda kullanılmaktadır. Kavram, sosyal bilimlerde bilim insanları tarafından sıkça ele alınmakla birlikte bazı disiplinleri de etkilemektedir. Örneğin; temelinde insana yardım etmek olan sosyal hizmet disiplininde davranışları ve durumları anlamlandırma, açıklama ve anlamada yardımcı olan, aile ya da birey hakkında işlevsel müdahaleler yapılmasını sağlayan kuramlarda “güç” kavramının dolaylı veya doğrudan etkisi görülmektedir (Erbay, 2019). Sosyal hizmet disiplininde “güç” kavramı güçler perspektifi olarak adlandırılan ve özetle müracaatçıların güçlü yönlerine odaklanılan ve sosyal hizmette sorun temelli yaklaşımlara karşı bir hareket olarak ortaya çıkan bir yaklaşım olarak kendisine yer edinmektedir (Teater, 2015).

“Güç” kavramı bir diğer sosyal hizmet yaklaşımı olan “Güçlendirme Yaklaşımı” ile de karşımıza çıkmaktadır. Güçlendirme yaklaşımı güç, gücün sahipliği, güç eşitsizlikleri, gücün elde edilmesi ve yeniden dağıtımı gibi politik bir bakışa sahiptir (Erbay, 2019). Güçlendirme, “Bireylerin, toplulukların ve organizasyonların eşitliği ve yaşam kalitesini artırmak için sosyal ve politik çevrelerini değiştirmeleri ve yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarına yönelik sosyal bir eylem süreci” olarak tanımlanabilir (Minkler ve Wallerstein, 1998: 40; akt. Erbay, 2019). Sosyal hizmet uygulama sürecinde ise güçlendirme müracaatçıların baskıyla başa çıkabilmek için iş birliği yaptıkları ve ihtiyaçları daha iyi karşılayabilecek sosyal destek sistemlerinin arttığı bir süreç olarak nitelendirilmektedir (Teater, 2015).

Birleşmiş Milletler Kadınlar Kalkınma Fonu (UNIFEM)’na göre güçlendirme “bir bireyin tercih üretebilme, pazarlık gücünü kullanabilme ve bu beceriyi kazanabilme, öz-saygıyı geliştirebilme ve tüm bu değişimleri gerçekleştirebileceğine duyduğu inanç” olarak açıklanmaktadır. Bu sebeple karar alma, kararı uygulama, tercih etme ve güç güçlendirme ile ilişkilidir (Balkız ve Öztürk, 2013). Kadınların güçlendirilmesi günümüzde sadece toplumsal cinsiyet eşitliği açısından değil, sürdürülebilir kalkınma, ekonomik büyüme, siyaset, eğitim, barış ve güvenlik açısından irdelenen ve önem verilen bir gündem maddesi haline gelmiştir (Yıldırım ve Gül, 2021). Dünya genelinde bulunan farklı kültürler kadının güçlendirilmesi noktasında farklı görüşlerde bulunmaktadır. Bazı kesimler kadının güçlendiril-



<https://logpledge.org/unifem/>

mesinin sadece ekonomik yollarla oluşabileceğini savunmaktadır. Bazı kesimler ise özgür iradeyle birlikte kadınların güçlendirilebileceğini savunmaktadır. Genel olarak uluslararası politikalara bakıldığında daha çok ekonomik bağımsızlıkla birlikte kullanılmaktadır. Ekonomik özgürlüğünü ele alan kadınların “güçlü kadın” olarak tanımlandığı görülmektedir. Oysa kadınların güçlendirilmesinin sosyal boyutu da toplum için büyük önem arz etmektedir. Bu bağlamda sosyal hizmet disiplini, dezavantajlı kesimde bulunan kadınların güçlendirilmesi için güçlendirme yaklaşımını kullanarak öz-saygısını geliştirmeyi ve toplum içindeki işlevselliğini artırmayı amaçlamaktadır. Aynı zamanda sosyal hizmet uzmanları toplumsal cinsiyet eşitliğinin tesis edilmesi için kadının öncelikli olarak güçlendirilmesi gereken alanlara yönelik çalışmalar da yürütmektedir.

Toplumsal cinsiyet eşitliğinin tesis edilmesi için kadının öncelikli olarak güçlendirilmesi gereken alanlar uluslararası birçok belgede ifade edilmiştir. Sosyal hizmet uzmanları da müdahale sürecinde müracaatçının ihtiyaçlarını karşılayacak biçimde bu sorun alanlarına yönelik araştırma ve uygulama çalışmaları yürütmektedirler (Baydur ve Uçan, 2016). Ülkemizde kadınların toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle maruz kaldıkları olumsuz davranış ve tutumları betimlemeyi amaçlayan çeşitli ölçekler uygulanmıştır. Ancak gündelik yaşam deneyimi içinde kadının güçlendirilmesi gereken alanları tespit etmeyi ve sonuçları uygulamayı amaçlayan bir araç bulunmamaktadır. Kadınların Güçlendirilmesi Ölçeği (KGÖ) kadının ekonomik ve sosyal yaşamda toplumsal cinsiyet eşitsizliği tarafından çizilen sınırlarını görünür kılan elverişli bir araç olarak değerlendirilebilir. Kadının kamusal yaşamda güçlendirilmesi neredeyse tüm ülkelerin nihai amaçlarından biridir. Küreselleşmenin etkisiyle birlikte değişen dünya düzenine adapte olabilmek ve güçlü toplumlar oluşturabilmek için kadının güçlendirilmesi önemlidir.

Kadının güçlendirilmesi için önemli olan bir diğer unsur ise sivil toplum örgütleridir. Dünya genelinde kadının güçlendirilmesine yönelik sosyal çalışmalar uygulayan birçok sivil toplum örgütü bulunmaktadır. Aynı zamanda kadının güçlendirilmesi için örgün ve yaygın eğitim de önem arz etmektedir. Yapılan araştırmalarda okuma-yazma kurslarında ders olarak güçlendirme

içeriği bulunmasa da, özellikle yalnızca kadınların bulunduğu kurslarda kendilerine benzer sorunlar sorunlara sahip olmaları ve deneyimlerini paylaşmaları kadınları psikolojik ve bilişsel açıdan güçlendirmektedir (Alice, 2015). Kadınların işgücüne katılımının sağlanması da kadınları ekonomik olarak güçlendirmektedir. Sivil toplum örgütleri ağırlıklı olarak ekonomik yönden kadının güçlendirilmesi noktasında çalışmaktadır. Çalışmaların psikolojik ve toplumsal boyuta da odaklanması gerektiğini düşünenler bu noktada kadın çalışmalarının yalnızca ekonomik boyutta ele alınmasını eleştirmektedir.

Kadının güçlendirilmesi noktasında Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı da çeşitli çalışmalar yürütmektedir. Bu çalışmalara örnek olarak 6284 sayılı Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddetin Önlenmesi Kanunu kapsamında uygulanan tedbir kararları gösterilebilir. Kadına yönelik şiddetle mücadele kapsamında il ve ilçe düzeyindeki paydaş kuruluşlarla 3 aylık koordinasyon toplantıları yapılmaktadır. Bakanlık tarafından son dönemde kadın çalışmaları hususunda faaliyetler artsa da bunların kadının güçlendirilmesine yeterince katkı sağlamadığı ifade edilebilir. Yine Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından Sosyal ve Ekonomik Destek Hizmeti kapsamında eşi vefat eden, eşinden boşanmış, eşi cezaevinde olan, herhangi bir sağlık problemi nedeniyle çalışamayan ve çocuklarına bakmakla yükümlü kadınların ekonomik yoksunluğunu önleme ve çocuklarının ekonomik nedenli korunma ihtiyacını ortadan kaldırmaya yönelik maddi destekte bulunmaktadır. Bakanlık, kadınların iş hayatına katılımını desteklemek amacıyla ekonomik yoksunluk içerisinde bulunan kadınların çocukları için ücretsiz kreş hizmeti sağlayarak kadınların çalışmasını desteklemektedir. Aynı zamanda kadınların ebeveynlik becerilerinin artırılmasına yönelik olarak sosyal çalışma görevlisi tarafından psikoeğitim faaliyetleri de düzenlenmektedir. Tüm bunlara rağmen kadının güçlendirilmesine yönelik ulusal ve uluslararası faaliyetlerin çeşitlendirilmesinin ve sayılarının artırılmasının toplumun güçlendirilmesi noktasında da önemli olduğu düşünülmektedir.

Not: “Müracaatçı”; sosyal hizmetlerden faydalanmak için başvuran ya da kendisiyle sosyal çalışma yapılan kişi, grup ya da topluluktur. Hizmet sunulan kişiye müracaatçı denir.



“ERK” SAHİBİ OLMAK YA DA OLMAMAK

MERVE YÜKSEK
Psikolojik Danışman

*“Erkek (...) erkle tartılan, erkle tanımlanan, serüveni erk peşinde bir varoluşun sıkılan bekçisidir.”
Türker, 2004*

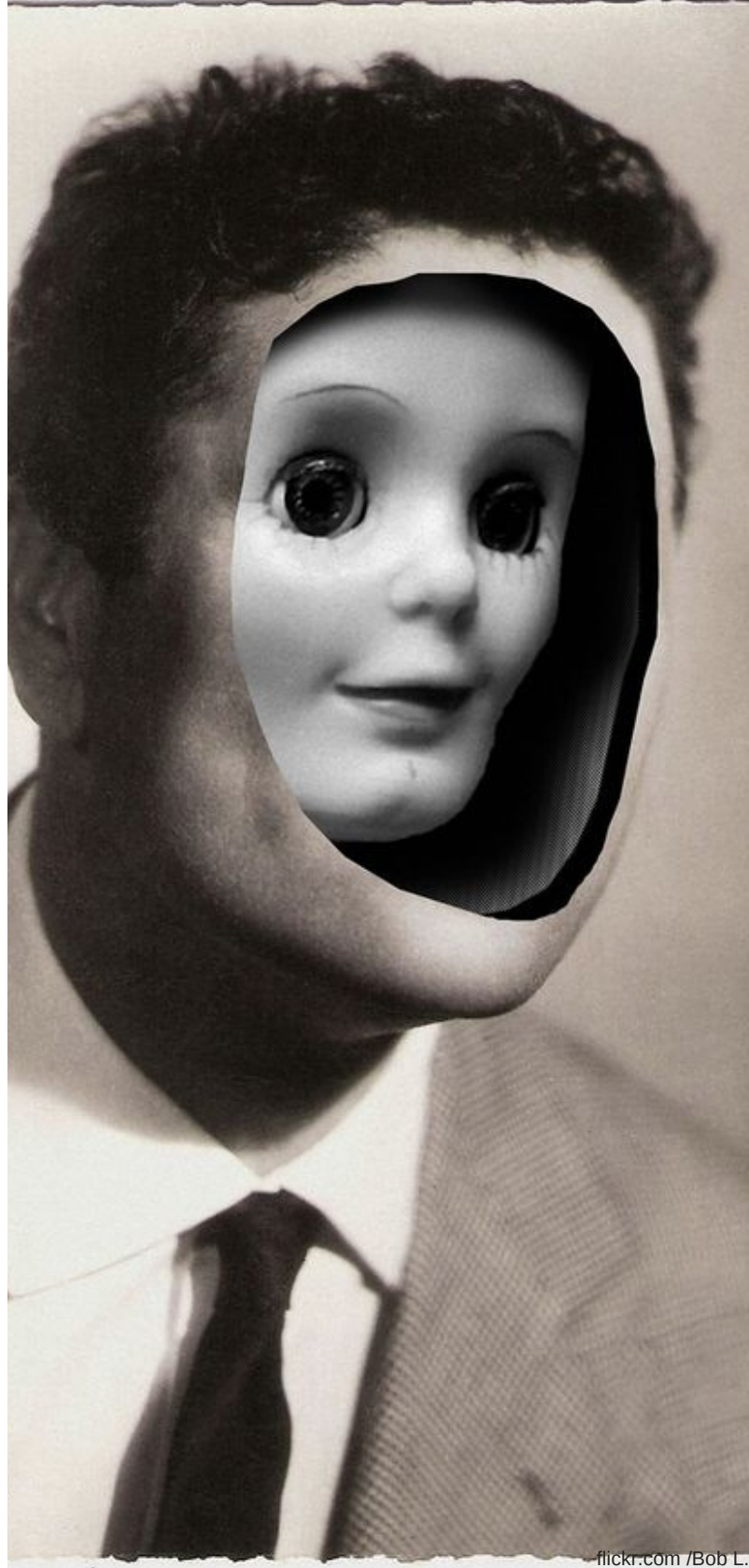
Ataerkillik erkek otoritesine dayanan toplumsal düzeni ifade etmektedir. Tarih boyunca kökeni farklı şekiller alan ataerkillikte ‘erkeklik’ iktidar ile ilişkilendirilmektedir. Ataerkil sistem toplumsal bir yapı olmakla birlikte erkeğin üstünlüğü kabul eden bir ideolojiyi ya da inanç sistemini de ifade etmektedir. Bu sistem içerisinde erkek güç ve iktidar sahibi olarak tanınmaktadır. Ataerkil sistem pratikleri ile üretilen toplumsal cinsiyet normları ise erkekleri doğumlarından itibaren güç ve iktidar sahibi olarak tanımlandıkları bir ‘erkeklik inşasına’ sokmaktadır (Bayoğlu, 2020).

Geçmişten bugüne ataerkil sisteme uygun üretilen toplumsal cinsiyet pratiklerinde bu sistem, erkeklerden ‘daha güçlü, daha cesur, duygularını gizleyen, ağlamayan, korkusuz’ olmak gibi “iktidarın sahibi olmanın” gerekliliklerini yerine getirmelerini ve güç hiyerarşisinden en yükseğe koyduğu erkeğin “erkekliğe” uygun davranmasını beklemektedir. Ataerkil sistemin içerisinde biçimlenmiş erkekler ise, bu sistemin içinde var olmanın gereği olarak daha fazla erk isteyerek toplumsal sürece dahil olmaktadır (Çelik, 2016).

Erkeklik kavramı ve pratikleri topluma ve zamana göre değişim göstermekte ayrıca kendi içerisinde de hiyerarşik bir yapı oluşturmaktadır. Bu yapı içerisinde çeşitli erkeklik biçimlerinin de üstünde yer alan ‘hegemonik erkeklik’ kavramı karşımıza çıkmaktadır (Kepekçi, 2012). Hegemonik erkeklik toplumsal süreçler içerisinde idealize edilen erkeklik formunu ifade etmektedir. Bu bağlamda erkek için iktidar sahibi olma hegemonik erkeklik imajına ne kadar yaklaştığı ile de ilişkilendirilmektedir (Türk, 2008). Ataerkin kurduğu bu hiyerarşik sistem ‘güçlü ile güçsüzün, hükmeden ve boyun eğenin olduğu bir rekabet ortamı’ yaratmaktadır. Ve bu sistem içerisinde hiçbir erkek idealize edilen hegemonik erkekliğe tamamen ulaşamamakta, yalnızca içselleştirdiği ölçüde yaklaşabilmektedir. Erkekler ise bu rekabet ortamında varlıklarını sürdürme mücadelesinin içerisinde kendilerini bulmaktadır (Demren, 2001).

Gücün ve iktidarın sahibi olma her ne kadar avantajlarla dolu gözükse de erkeklerin toplumsal cinsiyet normları tarafından biçimlendirilen erkekliği öğrendiği ve uyguladığı ‘erkeklik inşası’ süreci erkekler için birçok yıpratıcı ve ezici özelliği de beraberinde getirmektedir. Tüm bu erkeklik inşası sürecinde birey “erkekliğini kazanma, kanıtlama ve koruma”

süreci ile başa çıkmak durumunda kalmaktadır, bu durum bir dizi sorumluluğu da beraberinde getirmektedir. Çocukluk çağından beri erkekler “erkekliklerinin” denetlendikleri bir beklenti mekanizması içerisinde duygularını ve benliklerini geride bırakmaya ve önceden yapılandırılmış bir varlığa dönüşmeye zorlanmaktadır (Çelik, 2016). İkti-





dar ve gücün sahibi olma konumundan ötürü erkeklere sırtlanması gerek birçok norm ve gereklilik oluşmakta, bu durum erkeklerin “erkekliklerini sürdürmeleri” sürecinde yaşamsal bir stres yaşamalarına dahi sebep olmaktadır (Demren, 2001).

Sistemin denetlediği “erkekliğini kanıtlama ve sürdürme” sürecinde birçok dönüm noktası erkekleri beklemektedir. Eril dili öğrenme, “kadınsı” değil “erkeksi” olma, sünnet, ilk cinsel deneyim, askerlik, evi geçindiren olma, cesaret ve korkusuzluk sergileme bu dönüm noktalarından bazılarıdır. Sistem ise çocukluktan itibaren erkeklerden bu dönüm noktalarını başarı ile geçmelerini beklemektedir, zira beklenen başarıya ulaşamamak erkekliklerinin sorguladığı bir durum oluşturma riski barındırmaktadır (Çelik, 2016). Erkeklerin ataerkil sistem ile benlikleri arasında sıkışmasına pek çok örnek verilebilir. Örneğin ataerkil sistem erkeğe korkma derken duygularından kaçınmasına, cesaret göster derken sakıncalı davranışlarda bulunmasına, iktidar sahibi ol derken istemediği sorumlulukları üstlenmesine sebep olabilmektedir. Çünkü sistem bireyden kendi olmasını değil, yarattığı yapıdaki ‘erkeklığe ulaşmasını’ beklemektedir.

Yaşam boyunca “erkekliğini sürdürme” çabası, kendini sürekli ispat etme halini de beraberinde getirmektedir. Örneğin bir erkek yaşadığı mahalledeki diğer erkeklere “şerefiyle yaşadığını, adam gibi adam olduğunu” göstermeye mecbur hissedebilmekte ya da ailesine karşı güç ve iktidar sahibi olabilmek için “sözü geçen olma, ailenin geçimini sağlama, ekmeğini taştan çıkarma” özelliklerini var etmeye çalışabilmektedir, tüm bunlar yaşam boyu süren sorumluluklar oluşturmakta ve yaşamsal strese kaynaklık etmektedir (Demren, 2001). Buradaki esas mesele ise erkeklerin örneklerdeki davranış ve tutumlarını sergilemek zorunda olmalarına sistemin var ettiği yapının kaynaklık etmesidir.

Erkeklik pratikleri üzerinden tanımlanan gücün ve iktidarın sahibi olmak için sürekli denetlenmenin ve kendini ispat etmek zorunda bırakılmanın yaratacağı yıkıcı etkiler kaçınılmaz olmaktadır. Ataerkinin kurguladığı bu sistemde erkekler için oluşturan iktidar vadinin erkekler için yarattığı açmazları ve sınırları görebilmek, eşit ve özgür bireyler olarak varlığımızı sürdürebilmemiz için oldukça önem taşımaktadır.



ŞEYHİM BENİ IŞINLA

MUSTAFA ÇİFTÇİ

Psikolojik Danışman

Güç başkasını etkileme, bu etkileme ile istenilen sonuca ulaşabilmektir (Bayrak, 2001). Sosyal psikoloji içerisinde güç kavramı ise statünün bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Bireyler kendi iradesinin ve gücünün getirdiği etki ile kendisinden daha düşük statüde bulunanlar üzerinde bu gücü kullanabilmektedir (Macit, 2020).

Güç sahibi olarak ilk akla gelen kişiler liderlerdir. Bruns'a (1978) göre liderler, bireyleri ekonomik, politik, ortak güç ve değerler içerisinde birbirlerinden bağımsız ya da karşılıklı belirledikleri hedefler uğruna izleyicilerini eyleme geçirmektedir. Güç sahibinin gücü hangi amaç ile kullandığına göre birtakım olumsuz durumlar ortaya çıkabilmektedir. Kötü niyetle kullanılan gücün, insanların değer yargılarından yararlanıp onları manipüle edilebileceği hatta suça sürükleyebileceği olasıdır. Gücün kötüye kullanımı arasında manevi değerlerin ve dini inancın kullanılmasıyla da sıklıkla karşılaşmaktadır. Bu yazıda dini gruplar içerisinde güç faktörü ele alınmaktadır.

Benzer kimlik, ritüeller ve inançlar ile bir araya gelen toplulukların bir gruba ait olma ihtiyaçlarını karşılama, sosyalleşme aracı olarak kullanma, dinini daha doyumlulu bir düzeyde yaşama ve maddi kazanç sağlama amaçları ile dini gruplar oluşmaktadır (Baynal ve Yaman, 2015; Sevinç, 2020). Dini gruplar veya dini örgütler içerisindeki güç sahibi genellikle dini liderlerdir. Dini liderler sadece İslam dininde olmayıp birçok inançlar ve dinler içerisinde de papaz, haham, şaman, keşiş ve guru olarak isimlendiren dini liderler bulunmaktadır. İnsanlık tarihinden beri bulunan dini liderlerin, bireyleri ve toplumu sadece olumsuz yönde etkilemeyip bireylerin ve toplumun iyi oluşlarına aracılık etme, ruh sağlığında koruyucu ve önleyici işlevleri de bulunmaktadır (Göcen, 2020).

Dini lider, üyeler üzerinden güç kullanma veya üyeleri güçlendirme (Gümüştakin ve Emet, 2007) şeklindeki liderliğin fonksiyonları içerisinde bulunan iki zıt işlevden birini tercih edilebilir. Olumsuz sonuçları bulunan güç kullanmanın neticelerini toplumumuzda da görmekteyiz. Dini grubun lideri olarak görülen kişilerin zümresi üzerinden veya cemaat üyelerinden çıkar sağladığı medyaya da yansımaktadır. Peki, bu grubun üyeleri nasıl oluyor da dini liderlerine koşulsuz itaat ediyor?

Bireylerin lidere koşulsuz itaati liderlerin güç kaynağına bakılarak anlaşılabilir. Güç kaynakları içerisinde liderin; şeyh, papaz ya da keşiş gibi toplumsal statülerin doğal sonucu olarak mevkiden kaynaklı yasal gücü, üyeleri takdir etme gibi dışsal pekiştireçlerin sunulduğu ödül gücü, ödül gücünün tam tersi olan kurallara uymamaya bağlı itaatsizlik sonucunda cezalandırıcı-zorlayıcı





gücü, grubun ihtiyaçlarını karşılayacak ve tatmin edecek düzeyde dini bilgi ve yorumlama kapasitesinden dolayı uzmanlık gücü, kişisel çekiciliğine bağlı olarak grubu kendisiyle hareket ettirme özelliğine bağlı karizmatik gücü bulunmaktadır.

Örgüt içerisinde ödül gücünün sonucu üyelere kısa süreli bağlılık, yasal ve zorlayıcı gücün sonucu düşük düzeyde aidiyet duygusu, karizmatik ve uzmanlık gücünün sonucu ise gruba olumlu bağlılık olarak görülmektedir (Demir, 2021).

Bu güç kaynaklarının nasıl işlendiği, İslam inancına sahip gruplarda koşulsuz itaat durumu incelendiğinde anlaşılabilmektedir. Yüksek düzeyde teslimiyet durumu gözlenebilen zikir etmek eylemi amacıyla grup üyeleri ve lider bir araya gelip ortak alanda buluşmaktadır. Zikir edilirken grup üyelerinden bazıları tam odaklanmayla dış dünya ile bağlantısını koparan davranışlar sergilemektedir. Bu bireyler sessiz zikrin dışında kafa sallama veya bedenini sallama şeklinde davranışlar sergilediğinden zikir ettiğinde bazı tehlikeli sonuçları olabilir. Bu sonuçlardan biri de dış dünya ile bağlantısı kopan kişinin beden bütünlüğüne zarar verme tehlikesidir. Genel olarak bu tehlikeyi önlemek için güç sahibi olan lider rol oynamaktadır. Çünkü gruplarda zikir içerisinde olan bireyin tekrar dış dünya ile bağlantısına aracılık eden kişinin yine lider olabileceği inancı bulunmaktadır. Liderin ise kendisine zarar verebilecek bireye dokunma, dua etme, sarsma ile bireyi bilinç düzeyine getirdiği gözlenebilir. Telkine açık olabilecek bu bireylerin dini liderlerinde uzmanlık, karizmatik ve yasal gücü bulunduğu dair algıları olduğu anlaşılmaktadır.

Dini lider ve grup üyelerine dair psikoloji, sosyoloji ve teoloji temelinde güç ilişkisinde grup üyelerinin bilinçli seçim yapmaları önemlidir. Demir'e (2021) göre lider ve grup üyesi etkileşiminde güven, içselleştirme ve ait olma hislerini yaşama ile sağlıklı etkileşim olabileceği hususu ile karizmatik ve uzman güç kaynaklarına sahip liderin, tutarlı ve dini değerler ile bağdaşım içerisinde olması dikkate alınmalıdır. Bu temelleri dikkate almadan yapılan seçimlerde liderin veya diğer grup üyelerinin çıkar sağlayıcı davranışlarına maruz kalınması olasıdır. Manevi değerler içerisinde inancını yaşamak isteyen bireylerin ibadetlerini sağlıklı bir şekilde ifa etmeleri dileğiyle...



GÜÇLÜ İLİŞKİ EVİ MODELİ

BÜŞRA TUNÇ
Psikolojik Danışman

Güçlü İlişki Evi Modeli'ni (The Sound Relationship House Theory) John ve Julie Gottman geliştirmiştir (The Gottman Institute, 2022). Bu model aynı zamanda Gottman Çift Terapisi'nin ampirik temelini oluşturmaktadır (Navarra ve Gottman, 2019). Güçlü İlişki Evi hiyerarşik olarak sıralanmış yedi basamaktan ve güven ve bağlılık olmak üzere iki ağırlık taşıyan (Gottman ve Gottman, 2015) yan duvardan oluşmaktadır (Navarra ve Gottman, 2019).

Birinci basamağı sevgi haritaları oluşturmaktır. Bir sevgi haritası kişinin partnerinin iç dünyasına ait yol haritasıdır (Gottman ve Gottman, 2015). Burada önemli olan kişinin, partnerinin psikolojik dünyasını ne kadar iyi bildiğidir (Navarra ve Gottman, 2019). Sevgi haritaları oluşturmak için partnerlerin birbirlerine açık uçlu sorular sorarak birbirlerinin iç dünyalarını tanımaları gerekmektedir (Gottman ve Gottman, 2015). Açık uçlu sorularla partnerler birbirlerinin duygu, düşünce ve fikir dünyalarını tanımaktadırlar. Partnerler soru sormanın yanında bu sorulara verilen cevapları hatırlayarak ve daha fazla soru sorarak sevgi haritalarının oluşmasını ve güçlenmesini sağlamaktadırlar (Navarra ve Gottman, 2019).

Modelin ikinci basamağı ilgi ve beğeniyi paylaşmaktır. Partnerlerin günlük yaşamın farklı anlarında birbirlerine olan sevgi ve saygılarını ifade ederek sevgi ve beğeni/hayranlık/takdir sistemi oluşturmalarını ifade etmektedir (Gottman ve Gottman, 2015). Partnerler birbirlerine saygı duyduklarını ifade ettiklerinde ve birbirlerini takdir ettiklerinde birbirleri için değerli ve önemli olduklarını hissetmektedirler (Navarra ve Gottman, 2019).

Üçüncü basamak uzaklaşmak yerine birbirine yönelmektir. Kişinin partnerinin duygusal bağ kurma isteğini fark ederek ondan uzaklaşmak yerine ona yönelmesini ifade etmektedir (Gottman ve Gottman, 2015). Duygusal bağ ihtiyacı, kişinin partnerinin ilgisini çekecek bir soru sorması olabileceği gibi sohbet etme, destek, empati, yakınlık gibi farklı konulardaki istekleri de içerebilmektedir. Önemli olan diğer kısım, partnerin bunlara verdiği cevaplardır (Gottman ve Gottman, 2017). Kişinin, partnerinin duygusal bağ kurma girişimlerini görmezden gelmesi ya da bunlara olumsuz yaklaşması yerine olumlu karşılık vermesi “duygusal banka hesabı”na yatırım yapmalarını sağlamaktadır (Navarra ve Gottman, 2019). Modelde bahsedilen ilk üç basamak ilişkideki “arkadaşlığın” üç temel kısmını oluşturmaktadır (Gottman ve Gottman, 2017), “arkadaşlık sistemini” ifade etmektedir (Navarra ve Gottman, 2019).

Modelin dördüncü basamağı olumlu bakış açısidir. Olumlu duyguların üstün gelmesine izin vermeyi, partnerin tarafsız ya da negatif davranışlarını kişisel olarak algılamamayı ifade etmektedir. Eğer yukarıda sayılan ilk üç basamak iyi işlemiyorsa

olumsuz duygular baskın hale gelir ve bunun yanında partnerin nötr davranışları dahi negatif olarak algılanabilir (Gottman ve Gottman, 2015). İlk üç basamağın iyi işlemesi “duygusal banka hesabı”na yatırım yapıldığı anlamına gelmektedir. Bu durumda partnerler daha fazla mizah duygusuna sahiptir, çatışmaları yönetmekte, olumsuz etkileşimleri onarmakta daha başarılıdır ve birbirlerini daha olumlu algılamaktadır (Navarra ve Gottman, 2019).

Modelin beşinci basamağı çatışmayı yönetmektir. Bu basamakta partnerin etkisini kabul etmek, problemlerle ilgili diyalog kurmak, kendini fizyolojik olarak rahatlatmak yer almaktadır (Gottman ve Gottman, 2015). Çiftlerin yaşadıkları sorunların %69’unun kalıcı olduğu bulgusu dikkate alınarak bu modelde çatışmayı çözmek yerine çatışmayı yönetmek kavramı kullanılmaktadır. Çatışma doğal ve kaçınılmaz olduğundan ve ayrıca partnerin duygularını anlamayı sağlaması gibi olumlu yönleri de sahip olduğundan çatışmayı ortadan kaldırma amacı güdülmemektedir (Navarra ve Gottman, 2019). Mutlu çiftlerin çatışma yönetiminde; çatışma sırasındaki nezaket, birbirini suçlamaktan kaçınma, birbiri üzerindeki etkileri kabul etmek, sakinleşmek ve uzlaşmak ve olumsuz etkileşimleri onarmak yer almaktadır. Bununla birlikte çatışma sırasında olumlu etkileşimlerin olumsuzlara oranı beşte birdir (Navarra ve Gottman, 2019). (Navarra ve Gottman, 2019).

Modelin altıncı basamağı hayalleri gerçekleştirmektir. Partnerlerin birbirlerinin yaşamdaki hayallerine saygı göstermelerini ifade etmektedir (Gottman ve Gottman, 2015). Partnerler umutlarını, hayallerini, gerçekleştirmek istediklerini ifade edebilecekleri güvenli bir ortam oluşturmaktadırlar. Hayallerin paylaşılması ve partnerlerin birbirlerini desteklemesi sevgi haritalarının güçlenmesinin yanında yakınlığı ve güveni de arttırmaktadır (Navarra ve Gottman, 2019). Modelin yedinci basamağı ortak anlam yaratmaktır (Gottman ve Gottman, 2015). Bu Güçlü İlişki Evi’nin “çatı katı”dır (Gottman ve Gottman, 2017). Partnerler birlikte ortak anlam ve amaç duygusunu olduğu bir hayat kurmaktadır ve bu sadece mutlu olmayı içermemektedir (Gottman ve Gottman, 2017). Çiftler ilişkide anlamlı ritüeller oluşturarak, birbirlerinin yaşamdaki rollerini destekleyerek, ortak amaç ve değerler oluşturarak ortak anlam sistemi yarat-



Chrome Heart by Paulina Almira - DFOOL

maktır (Gottman ve Gottman, 2015). Bu sayede ilişkideki bütünlük, bağ ve istikrar artmaktadır (Navarra ve Gottman, 2019).

Modelin ilk yan duvarını güven oluşturmaktadır (Navarra ve Gottman, 2019). Kişi partnerinin düşünce ve davranışlarında sadece kendisinin değil onun da yararını düşündüğünden ve buna göre davrandığından emin olduğunda güven oluşmaktadır. Böylece kişi diğer partnerin kendisinin yanında ve arkasında olduğuna dair güvende hisseder (The Gottman Institute, 2022). Modelin ikinci yan duvarı bağlılıktır. Burada çiftler saygı duyulduklarını ve değer verildiklerini hissederler. Çiftler “içinde olmak istediğim ilişki bu” inancına sahiptirler. Bağlılığın oluşması için partnere değer vermek ve onu başkalarıyla karşılaştırmaktan kaçınmak gerekmektedir (Navarra ve Gottman, 2019). Bağlılık, yaşamın partnerle sürdürüleceğine, ilişkideki ortaya çıkabilecek olumsuzluklar için de partnerlerin birlikte çaba göstereceğine dair inancı ve buna göre davranmayı ifade etmektedir. Bu durum partnerin olumsuz niteliklerine odaklanmak ve onu diğerleriyle olumsuz şekilde karşılaştırmak yerine onun olumlu niteliklerine değer vermek ve partneri diğerleriyle olumlu şekilde karşılaştırarak ona minnettar olmak anlamına gelmektedir (The Gottman Institute, 2022).

Güçlü İlişki Evi Modeli sağlıklı bir ilişkide bulunan özellikleri tanımlamıştır. Modelde de görüldüğü gibi ilişkilerin sağlıklı şekilde sürdürülebilmesi için pek çok etkeni göz önüne almak gerekmektedir. Güçlü İlişki Evi Modeli temelinde düşünüldüğünde bu etkenler çiftlerin birbirleriyle olan arkadaşlıklarından ortak anlam duygusuna sahip olmalarına kadar uzanmaktadır. İlişkileri daha iyi tanımak ve gerekli görülen alanlarda değişiklikler yapmak için sunulan modelden yararlanılabilir.



KAYNAKÇA

4- Editörden

- Cüceloğlu, D. (2014). *Savaşçı*. (48. Bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Thompson, N. (2016). *Güç ve Güçlendirme*. Ankara: Nika Yayınevi.

6- İlişkide Güçlü Olan Kazanır Mı? - Ece Nur Boranlı

- Emerson, R. M. (1962). Power-dependence relations. *American Sociological Review*, 27(1), 31-41.
- Grauerholz, E. (1987). Balancing the power in dating relationships. *Sex Roles*, 17(9/10), 563-571.
- Salome, L.A. (2018). *Ruth* (2. Baskı). (İ. İgan, Çev.). İş Bankası Kültür Yayınları (Orijinal eserin basım tarihi 1895).
- Sprecher, S. (1992). How men and women expect to feel and behave in response to inequity in close relationships. *Social Psychology Quarterly*, 55(1), 57-69.
- Sprecher, S., & Felmlee, D. (1997). The balance of power in romantic heterosexual couples over time from "his" and "her" perspectives. *Sex Roles*, 37(5/6), 361-379.

9- Düşüncenin Gücü - Şükrü Can Özüak

- Beck, J. S. (2019). *Bilişsel davranışçı terapi: temelleri ve ötesi* (2. Baskı). (M. Şahin, Çev.) Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2011).
- Türkçapar, M. H. (2019). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama*. (13. Baskı). Epsilon:İstanbul.
- Türkçapar, M. H., & Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.

13- Doç. Dr. Mehmet Kıriloğlu Röportajı -“Güç ve Güçlendirme” - Sena Kübra Çataloğlu

- Gönül, A. (2018). *Sosyal Hizmet Uzmanlarının Müracaatçı Şiddetine Uğrama Durumları ve Etkileyen Etmenler*. Yöktez veri tabanından erişildi (538586).

19- Güçlü Kadın - Yavuz Selim Kaymakcı

- Alice, Z. (2015). Kadınların güçlendirilmesinde okuma yazma eğitiminin kadınların deneyimlerine dayalı olarak incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

- Balkız, Ö. I., ve Öztürk, E. (2013). Neo-liberal gelişme anlayışı ve kadın: Mikro finans uygulamaları kadınları güçlendiriyor mu?. *Mediterranean Journal of Humanities*, 3(2), 1-21.
- Baydur, H., Uçan, G. (2016). Kadınların güçlendirilmesi ölçeği'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması: Manisa örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 27(2).
- Erbay, E. (2019). Güç ve güçlendirme kavramları bağlamında sosyal hizmet uygulaması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(42).
- Teater, B. (2015). Sosyal Hizmet Kuram ve Yöntemleri: Uygulama İçin Bir Giriş. (A. Karatay Çev. Ed.), Ankara: Nika Yayınevi
- Yıldırım, F., Gül, H. (2021). Uluslararası kalkınma politikaları ve kadınların güçlendirilmesi üzerine bir değerlendirme. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1).

22- “Erk” Sahibi Olmak Ya Da Olmamak - Merve Yüksek

- Bayoğlu, F. (2020). Toplumsal cinsiyete dayalı şiddetin temelleri üzerine. *Anasay*, (12), 149-164. DOI: 10.33404/anasay.716400
- Çelik, G. (2016). Erkekler de ağlar!": Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında erkeklik inşası ve şiddet döngüsü. *Fe Dergi*, 8(2). 1-12.
- Demren, Ç. (2001). Ataerkillik ve erkeklik biçimlerinin karşılıklı ilişkileri ve etkileşimleri (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Kepekçi, E. (2014). (Hegemonik) erkeklik eleştirisi ve feminizm birlikteliği mümkün mü?. *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 2(11), 59-86. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iukad/issue/737/7967>
- Türk, B. (2008). Eril tahakkümü yeniden düşünmek: erkeklik çalışmaları için bir imkân olarak Pierre Bourdieu. *Toplum ve Bilim*, 112, 119-146.
- Türker, Y. (2004). “Erk ile erkek”, *Toplum ve Bilim*, 101, 8-11.

25- Şeyhim Beni Işınla - Mustafa Çiftçi

- Baynal, F., ve Yaman, E. (2015). Kadınların dini gruplara yönelme, katılma ve bağlanma nedenleri. *Değerler Eğitimi Dergisi*. 12(30), 141-179.
- Bayrak, S. (2001). Yönetimde bir ihmal konusu olarak güç ve güç yönetimi-II. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 6(1), 23-42.
- Burns, J.M. (1978). *Leadership*, New York: Harper & Row Publishers.

- Demir, S. (2021). *Lider-üye etkileşim kuramı ve bazı çıktıları*. (Ss. 21-23) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Gümüştekin, G. E. ve Emet, C. (2007). Güçlendirme algılarındaki değişimin örgütsel kültür ve bağlılık üzerinde etkileşimi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (17) 90-116.
- Göcen, G. (2020). Pastoral psikoloji bölümü. B. Akot (Ed.). *Din psikoloji 1*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Macit, M. (2020). Dini Grup. B. Akot (Ed.). *Din sosyolojisi 2*. (Ss. 120). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Sevinç, K. (2020). Dini Grup. B. Akot (Ed.). *Din psikoloji 2*. (Ss. 132). Ankara: Gazi Kitabevi.

28- Güçlü İlişki Evi Modeli - Büşra Tunç

- Gottman, J. M. ve Gottman, J. S. (2015). *Gottman couple therapy*. A. S. Gurman, J. L. Lebow ve D. K. Snyder (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy* içinde (5. bs., 129–157). New York: The Guilford Press.
- Gottman, J. ve Gottman, J. (2017). The natural principles of love. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 7-26.
- Navarra, R. J. ve Gottman, J. M. (2019) *Sound relationship house in gottman method couples therapy*. J. L. Lebow, A. L. Chambers ve D. C. Breunlin (Ed.), *Encyclopedia of couple and family therapy* içinde (s. 2753–2755). Springer.
- The Gottman Institute. (2022). *The Gottman Method*. Erişim adresi: <https://www.gottman.com/about/the-gottman-method/>



G Ü Ç

死は永遠です

SAYI 17 - ŞUBAT - MART 2022

PSIKOLEKTİF
DERGİSİ