

Dijitalleşen Dünyada Terapist ve Danışan Arasındaki Sınırlar: Sosyal Medya ve Çift Taraflı Etkileşimler

Özge Nur Muslu¹

Özet

Bu kitap bölümü, dijitalleşen dünyada terapist ve danışan arasındaki profesyonel sınırların nasıl yeniden tanımlandığını ve sosyal medya aracılığıyla ortaya çıkan çift taraflı etkileşimlerin etik, klinik ve ilişkisel düzeyde doğurduğu riskleri incelemektedir. Dijital teknolojilerin özellikle sosyal medya platformlarının yaygınlaşması, terapistlerin mesleki sınırlarını daha görünür, geçirgen ve kimi zaman muğlak hale getirmiştir. Danışanların terapistleri sosyal medya üzerinden takip etmesi, terapistlerin kişisel içerik paylaşması ya da çevrimiçi etkileşimlere doğrudan ya da dolaylı olarak katılması, terapötik çerçevenin esnemesine ve çift taraflı ilişkilerin dijital versiyonlarının oluşmasına neden olmaktadır. Bölümde, sosyal medya kaynaklı sınır ihlallerinin aktarım-karşı aktarım süreçlerine, terapötik güvene, mahremiyetin korunmasına ve güç dengesi gibi temel ilkelere etkisi değerlendirilmektedir. Ayrıca, APA ve BPS gibi kuruluşların sunduğu mevcut etik kılavuzlar incelenmiş; Türkiye bağlamında sosyal medya kullanımına özgü güncel düzenlemelere duyulan ihtiyaç vurgulanmıştır. Bölüm, dijitalleşmenin sunduğu olanaklardan yararlanırken, etik ilkelere bağlı kalarak sınırların nasıl korunabileceğine yönelik somut öneriler sunmaktadır. Sosyal medya politikası oluşturma, profesyonel kimlik yönetimi ve dijital mahremiyet konularında terapistlere rehberlik edecek bu çalışma, dijital çağda etik farkındalığın artırılmasına katkı sağlamayı hedeflemektedir.

1 Karadeniz Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Trabzon, ozgenuriskenderoglu@gmail.com, 0000-0002-1297-8669

1. Giriş

Dijital teknolojilerin günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmesi, klinik psikoloji uygulamalarında da derin ve çok katmanlı dönüşümlere yol açmıştır. Özellikle sosyal medya platformlarının yaygın kullanımı, terapistlerin mesleki sınırlarını yeniden tanımlamalarını zorunlu kılmakta; bir yandan topluma ulaşma, bilgi paylaşımı ve görünürlük gibi olanaklar sunarken, diğer yandan etik ikilemleri ve mesleki riskleri beraberinde getirmektedir (Barnett, 2020; Zur, 2018). Terapistlerin dijital ortamlarda kişisel içerik paylaşımları, danışanlarla çevrimiçi etkileşim kurmaları ya da danışanların terapistlerin çevrimiçi kimliklerine erişmeleri, geleneksel sınır anlayışını sarsmakta ve yeni bir profesyonel farkındalık gerektirmektedir (Kolmes, 2012; Tunick ve ark., 2011).

Uzun süredir klinik etiğin temel taşlarından biri olarak kabul edilen profesyonel sınırların korunması ilkesi, dijitalleşen dünyada daha belirsiz ve çok boyutlu hale gelmiştir. Sosyal medya, e-posta, mesajlaşma uygulamaları ve görüntülü görüşmeler gibi araçlar, terapötik ilişkinin mekânsal ve zamansal sınırlarını esnetmiş, bu da hem terapist hem de danışan için yeni sorumluluk alanları doğurmuştur (Gabbard ve ark., 2011; Reamer, 2019). Çift taraflı ilişkiler (dual or multiple relationships), terapist ile danışan arasında profesyonel ilişkinin ötesine geçen sosyal, finansal ya da kişisel bağlantılar anlamına gelmekte olup, bu tür ilişkiler etik sorunlara, güç dengesizliklerine ve terapötik ilişkinin bozulmasına yol açabilir (American Psychological Association [APA], 2017; Zur, 2007).

Geleneksel yüz yüze terapötik çerçevede bu tür ilişkiler daha somut biçimlerde tanımlanabilirken, dijital ortamda sınır ihlalleri daha örtük ve öngörülemez biçimlerde karşımıza çıkmaktadır. Örneğin, Instagram gibi görsel içerik temelli sosyal medya platformlarında terapistlerin kişisel yaşamlarına dair içerik paylaşımları ya da danışanların terapistleri takip etmesi, etik açıdan gri alanlara neden olmakta ve sınırların bulanıklaşmasına zemin hazırlamaktadır (Farber, 2020; Kolmes ve Taube, 2014).

Bu kitap bölümünde, dijitalleşen dünyada terapist ve danışan arasındaki profesyonel sınırların nasıl evrildiği ele alınacak; sosyal medya kullanımının çift taraflı etkileşimler üzerindeki etkileri değerlendirilecektir. Ayrıca, dijital bağlamda ortaya çıkan etik riskler irdelenerek, mevcut meslek etiği ilkelerinin bu yeni durumlara nasıl yanıt verdiği analiz edilecektir. Son olarak, terapötik çerçevenin dijital ortamda sürdürülebilirliğini sağlamak amacıyla sınır yönetimi ve etik karar verme süreçlerine yönelik öneriler sunulacaktır. Böylece, klinik uygulamalarda dijitalleşmenin yarattığı dönüşümlere duyarlı, güncel ve pratik bir çerçeve sunmak hedeflenmektedir.

1.1. Klinik Psikolojide Profesyonel Sınırlar: Geleneksel Perspektif

Klinik psikolojide profesyonel sınırlar, terapötik ilişkinin etik, güvenli ve etkili bir biçimde sürdürülebilmesi için temel bir çerçeve sunmaktadır. Bu sınırlar, terapistin danışanla olan ilişkisinde mesafeyi, tarafsızlığı ve rol bütünlüğünü korumasını sağlamaktadır. Terapötik ilişki asimetric bir yapıya sahiptir; danışan çoğu zaman kırılgan, savunmasız ve güven arayışı içinde olurken, terapist bilgi, güç ve otorite konumundadır (Pope ve Keith-Spiegel, 2008). Bu bağlamda, sınırların korunması yalnızca danışanı korumakla kalmaz, aynı zamanda terapistin etik sorumluluğunu ve klinik öngörüsünü sürdürebilmesi açısından da yaşamsal bir işleve sahiptir (Barnett, 2014).

Çift taraflı ilişkiler (dual relationships), terapist ile danışan arasında profesyonel ilişkinin ötesinde sosyal, ticari, ailevi ya da başka rollerin de yer aldığı durumlardır. Bu tür ilişkiler, danışan-terapist dinamiğinde rol karmaşası yaratabileceği gibi, terapistin nesnel karar alma kapasitesini de zayıflatabilmektedir. Amerikan Psikoloji Derneği'nin Etik İlkeleri'ne göre, çift taraflı ilişkiler, danışanın zarar görmesine ya da terapistin profesyonel yargısının zedelenmesine neden olma potansiyeli taşıdığı sürece etik dışı kabul edilmektedir (American Psychological Association [APA], 2017). Çoğu zaman iyi niyetle başlayan bu etkileşimler, terapötik ittifakı zedeleyerek danışanın güvenliğini sarsabilir (Knapp ve ark., 2017).

Çift taraflı ilişkilerin oluşturduğu etik risk yalnızca açık sosyal etkileşimler ya da fiziksel ortamlarla sınırlı değildir. Özellikle bilgi asimetrisi, duygusal bağımlılık ya da sosyal rollerin çakışması gibi daha örtük süreçler de sınır ihlallerine neden olabilmektedir (Behnke, 2004). Terapistin danışana karşı aşırı empati göstermesi, kendilik açıklamalarıyla süreci kişiselleştirmesi ya da danışanla terapötik bağ dışında bir ilişki geliştirmesi; aktarım ve karşı aktarım dinamiklerini karmaşıktırarak sürecin güvenliğini tehlikeye atabilir (Langs, 2019).

Geleneksel terapötik çerçevede profesyonel sınırların korunması genellikle fiziksel ortamda daha belirgin ve izlenebilir şekillerde tanımlanırken, dijitalleşme ile birlikte bu sınırlar daha esnek ve muğlak hale gelmiştir. Özellikle çevrimiçi platformlar üzerinden gerçekleşen etkileşimler, çift taraflı ilişkilerin yeni biçimlerini ortaya çıkarmıştır. Örneğin, terapistin kişisel sosyal medya hesabında yaptığı bir paylaşımın danışan tarafından görülmesi, sınırlara doğrudan bir müdahale gibi olmasa da terapötik ilişkiyi etkileyebilir ve danışanda yanlış anlamalara veya duygusal tepkilere neden olabilmektedir (DiLillo ve Gale, 2011). Dijital çağda profesyonel sınırların yalnızca korunması değil, aynı zamanda yeniden tanımlanması da etik sorumluluklar arasına girmiştir (Lannin ve Scott, 2013).

Bu nedenle, klasik profesyonel sınır anlayışının dijital bağlamda gözden geçirilmesi, terapistlerin dijital mecralarda nasıl bir duruş benimsemeleri gerektiğine ilişkin etik rehberlerin geliştirilmesi gereklidir. Teknolojik araçların getirdiği kolaylıklar, profesyonel ilişkilerdeki mesafeyi ve mahremiyeti tehdit edebilirken; bu tehditlerin farkında olmak, terapistin dijital çağın gerektirdiği etik farkındalığı geliştirmesi açısından kritik öneme sahiptir.

1.2. Dijitalleşmenin Getirdiği Yeni Etkileşim Biçimleri

Son on yılda dijital teknolojilerde yaşanan gelişmeler, bireylerin sosyal yaşamlarını yeniden şekillendirdiği gibi, profesyonel ilişkiler üzerinde de önemli etkiler yaratmıştır. Klinik psikoloji uygulamaları da bu dönüşümden etkilenmiş; sosyal medya platformları, e-posta, anlık mesajlaşma ve çevrimiçi terapötik ortamlar gibi araçlar, terapist ile danışan arasındaki iletişimi hem biçim hem de içerik açısından değiştirip dönüştürmüştür (Luxton ve ark., 2012; Reamer, 2015). Bu teknolojik gelişmeler, psikolojik hizmetlerin erişilebilirliğini ve esnekliğini artırarak yeni olanaklar sunarken, aynı zamanda terapötik sınırların korunmasını zorlaştıran yeni etik ikilemler doğurmuştur (Goss ve Anthony, 2003; Kolmes, 2012).

Sosyal medya, terapistlerin hem mesleki görünürlüklerini artırmak hem de bilgi paylaşımında bulunmak amacıyla kullandıkları güçlü bir araç haline gelmiştir. Bazı profesyonel uygulamalar üzerinden profesyonel geçmişin sergilenmesi, sosyal medya kanallarından eğitsel içerik paylaşılması ya da video uygulamaları aracılığıyla psikoloji temelli bilgilendirmeler yapılması, halkla ilişkiler açısından olumlu katkılar sağlayabilmektedir. Ancak, bu tür platformlarda paylaşılan kişisel ya da sınırları belirsiz içerikler, danışanların terapistleri farklı rollerle algılamalarına neden olarak çift taraflı ilişki riskini artırmaktadır (Taylor ve ark., 2010).

Bu noktada “çevrimiçi geçiş nesneleri” (online transitional objects) kavramı, danışanların dijital içerikleri kullanarak terapistleriyle kurdukları psikolojik bağın uzamına işaret etmektedir (Stedmon ve Dallos, 2009). Danışanlar, terapistlerinin sosyal medya paylaşımlarını takip ederek terapötik ilişki dışında bir duygusal yakınlık geliştirebilirler. Bu durum, hem aktarım (transference) hem de karşı aktarım (countertransference) süreçlerinde yeni karmaşıklıklar yaratabilmektedir (Zur ve ark., 2009).

Bununla birlikte, dijital çağda ortaya çıkan yeni olgulardan biri olan “siber arama” (cyber-searching) davranışı, danışanların terapistlerine dair çevrimiçi bilgiler edinme çabalarını tanımlar (Lehavot ve ark., 2010). Bir terapistin medeni durumu, siyasi eğilimleri, dini görüşleri ya da kişisel

yaşamına dair başka detaylar sosyal medya veya arama motorları aracılığıyla kolayca ulaşılabilir hale gelmiştir. Bu durum, danışanların beklentilerini şekillendirmekte, idealizasyon ya da düş kırıklığı gibi duygusal tepkilere neden olabilmekte ve terapötik sürecin yönünü değiştirebilmektedir (Tunick ve ark., 2011).

Dijitalleşme, yalnızca teknik bir araçsal gelişim değil; aynı zamanda klinik uygulamalarda etik ilkelerin yeniden yorumlanmasını gerektiren bir meydan okuma haline gelmiştir. Terapistlerin çevrimiçi varlıklarını nasıl düzenleyecekleri, danışanlarının onları sosyal medyada takip etmeleri halinde nasıl bir tutum sergileyecekleri ya da çevrimiçi etkileşimlerin mahremiyet sınırlarını nasıl etkileyeceği gibi sorular, günümüz klinik pratiğinde kaçınılmaz biçimde karşılaşılan etik ikilemlerdendir (Lannin ve Scott, 2013).

1.3. Sosyal Medyada Terapist-Danışan İlişkilerinde Çift Taraflı Etkileşimler

Sosyal medya platformlarının hayatın hemen her alanına nüfuz etmesi, terapist-danışan ilişkilerinde de yeni ve karmaşık etkileşim biçimlerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Özellikle sosyal medya gibi çevrimiçi mecralar, terapistlerin hem mesleki görünürlüklerini artırmak hem de kişisel yaşamlarına dair içerikler paylaşmak amacıyla sıklıkla kullandıkları alanlar haline gelmiştir (Anthony ve ark., 2010; Kolmes, 2012). Bu dijital etkileşim ortamı, danışanların terapistlerine erişimlerini kolaylaştırmış, ancak aynı zamanda çift taraflı ilişkilerin dijital versiyonlarını gündeme getirmiştir. Danışanların terapistleri takip etmesi, gönderilerini beğenmesi ya da yorum yapması gibi etkileşimler; görünüşte önemsiz gibi dursa da, terapötik çerçevenin sınırlarını bulanıklaştırabilecek niteliktedir (Farber, 2020; Tunick ve ark., 2011).

1.3.1. Danışanın Terapisti Takip Etmesi

Danışanların terapistlerini sosyal medya üzerinden takip etmesi, terapötik ilişkinin yönünü danışan lehine kontrolsüzce genişletebilir. Terapistin kişisel yaşamına dair erişilen içerikler, danışanın aktarımlarını etkileyerek aşırı idealizasyon, kıskançlık, hayranlık ya da hayal kırıklığı gibi duygusal tepkileri tetikleyebilmektedir (Zur, 2008). Bu duygular, terapötik ittifakı zayıflatılabilir, terapiye yönelik motivasyonu düşürebilir ya da terapistin profesyonel rolüne yönelik beklentileri değiştirebilir (Miralles ve ark., 2020). Danışan, terapistin paylaşımlarını referans alarak, onun “gerçek yaşam” kimliğine ilişkin varsayımlar geliştirebilir; bu da terapötik ilişkinin tarafsız doğasını tehdit edebilmektedir (Gabbard, 2014).

1.3.2. Terapistin Danışanla Etkileşime Girmesi

Terapistin danışanı sosyal medya üzerinden takip etmesi, gönderilerini görüntülemesi ya da içeriklerine yorum yapması gibi eylemler, mesleki sınırların açık ihlali olarak değerlendirilebilir. Bu tür etkileşimler, danışanın mahremiyetini tehdit edebilir, içgüdüsel olarak “izlenme” hissi yaratabilir ve güvenli bir terapötik ortam algısını zedeleyebilmektedir (Reamer, 2019). Terapistin terapi dışı yollarla danışana dair bilgi edinmesi, bilinçli olmasa da terapi sürecine önyargılı yaklaşmasına neden olabilir ve etik olarak tarafsızlığı sorgulanır hale getirebilir (Knapp ve ark., 2013). Özellikle danışanın rızası olmadan dijital takibin yapılması, güç dengesizliğini artırarak danışanın özerkliğini zayıflatabilmektedir.

1.3.3. Terapistin Kendi Paylaşımlarının Etkisi

Terapistin sosyal medya platformlarında yaptığı kişisel paylaşımlar, danışanlar tarafından erişildiğinde, istemsiz öz-açıklama (unintentional self-disclosure) olarak değerlendirilebilir. Kişisel tatil fotoğrafları, ailevi içerikler, siyasi yorumlar veya duygusal gönderiler, danışanın terapistle ilişkin algılarını şekillendirebilmektedir (Barnett, 2014; Zur ve ark., 2009). Bu gibi durumlar, danışanın bağımsız karar verme kapasitesini etkileyebilir, terapi sürecinde kendini kısıtlamaya veya onay arayışına sürükleyebilir.

Bu dijital etkileşim biçimleri, yüz yüze terapötik çerçevede kolaylıkla denetlenebilen sınır ihlallerinin artık daha örtük ve kontrolsüz biçimlerde karşımıza çıktığını göstermektedir. Etik kuralların yalnızca fiziksel ortamları sınırlı olmadığı, aynı zamanda dijital alanlarda da özenli bir biçimde uygulanması gerektiği açıktır. Bu nedenle, terapistlerin dijital kimlik yönetimi konusunda etik farkındalık geliştirmeleri; kişisel ve profesyonel içerikleri dikkatle ayırt etmeleri ve çevrimiçi etkileşimlerin sınırlarını net biçimde belirlemeleri gerekmektedir (Miller ve ark., 2019).

Sosyal medyada şekillenen bu yeni nesil çift taraflı ilişkiler, terapistlerin dijital ortamdaki varlıklarını nasıl yönettiklerinin yalnızca imaj değil, aynı zamanda etik güvenilirlik açısından da belirleyici hale geldiğini göstermektedir.

1.3.4. Çift Taraflı İlişkilerin Klinik ve Etik Riskleri

Terapist ile danışan arasındaki çift taraflı ilişkiler, profesyonel sınırların ötesine geçen sosyal, kişisel ya da dijital etkileşimler aracılığıyla kurulduğunda hem terapötik sürecin kalitesini hem de etik ilkelere olan bağlılığı ciddi biçimde tehdit edebilmektedir. Özellikle dijital ortamlarda yaşanan bu etkileşimler, sınırların geleneksel biçimlerde tanımlanmasını zorlaştırmakta;

terapötik ilişkinin tarafsızlık, güven ve güvenlik gibi temel bileşenlerini zayıflatmaktadır (Reamer, 2019; Zur, 2007). Klinik psikoloji bağlamında, sosyal medya üzerinden şekillenen çift taraflı ilişkiler, aşağıda detaylandırılan dört temel risk alanında etkili olmaktadır.

1.3.5. Aktarım ve Karşı Aktarım Süreçlerinde Bozulma

Aktarım (transference), danışanın geçmiş yaşantılarından gelen duygusal kalıpları terapistte yansıtmasıdır. Karşı aktarım (countertransference) ise terapistin, danışana karşı geliştirdiği kişisel ve genellikle bilinçdışı duygusal tepkilerle ilgilidir (Gabbard, 2014). Sosyal medya üzerinden terapistin kişisel yaşamına dair edinilen bilgiler, aktarım süreçlerini daha kırılgan ve karmaşık hale getirebilmektedir. Örneğin, terapistin sosyal medya profiline yansıttığı “ideal yaşam” imgeleri, danışanda kıyaslama, yetersizlik ya da imrenme gibi duygular yaratabilir (Lehavot ve ark., 2010). Terapistin danışanın sosyal medya içeriklerine erişmesi de karşı aktarım riskini artırır; çünkü bu içerikler, terapistin kişisel önyargılarını tetikleyebilir ya da süreci yönlendiren farkında olunmayan duygusal tepkilere neden olabilmektedir (Lannin ve ark., 2019).

1.3.6. Güç Dengesinin Kaybı ve Bağımlılık Riski

Terapötik ilişkideki asimetrik güç yapısı, danışanın iyilik halini gözetmekle yükümlü olan terapistin etik duyarlılığı ile ilişkilendirilmelidir (Knapp ve ark., 2017). Ancak sosyal medyada yaşanan etkileşimler, danışanın terapisti daha erişilebilir ve kişisel bir figür olarak algılamasına yol açabilmekte bu da danışanda bağımlı ilişki dinamiklerinin gelişmesine ya da terapisti idealize etmesine neden olabilmektedir (Goss ve Anthony, 2003). Böyle durumlarda danışan, kendi duygusal ihtiyaçlarını bağımsız olarak karşılama becerisinden uzaklaşabilir; terapi, gelişim odaklı bir süreçten çok duygusal bağımlılık zeminine dönüşebilmektedir (Barnett, 2014).

1.3.7. Mahremiyetin İhlali ve Terapötik Güvenin Zedelenmesi

Terapist ile danışan arasındaki terapötik ilişki, güven ve mahremiyet ilkelerine dayanır. Ancak sosyal medya ortamında danışanların terapistlerin kişisel yaşamlarına dair içeriklere istemsizce ya da merakla ulaşmaları, bu mahremiyetin yönünü tersine çevirebilir. Danışan, terapistin kendisi hakkında içeriklere eriştiğini öğrendiğinde, kontrol kaybı ve izleniyor olma duygusunu deneyimleyebilir (Farber, 2020). Bu durum, danışanın terapötik ortamı güvenli bir alan olarak görmesini zorlaştırır; açık iletişimi, öz-farkındalığı ve duygu paylaşımını engelleyebilmektedir (Recine, 2015).

1.3.8. Tedavi Sürecine Etkiler

Sosyal medya üzerinden kurulan kontrolsüz ve sınırları net olmayan etkileşimler, terapötik sürecin verimliliğini doğrudan etkileyebilir. Danışan, terapistte yönelik güvenini kaybedebilir, terapistin profesyonelliğini sorgulayabilir ya da seanslara olan bağlılığı zayıflayabilir (Kolmes ve Taube, 2014). Ayrıca, dijital mecralardan edinilen bilgi, seans içeriğinin terapötik çerçeveden sapmasına neden olabilir. Danışan, sosyal medyada gördüklerini yorumlamak veya bunları terapistle açıkça konuşmak yerine içselleştirip ilişkide belirsizlik ve kafa karışıklığı yaşayabilir.

Bu nedenlerle dijital ortamdaki çift taraflı ilişkilerin tanımlanması ve yönetilmesi, yalnızca sınır ihlallerini önlemek açısından değil; terapötik ilişkinin güvenliğini, etik bütünlüğünü ve psikolojik etkinliğini korumak açısından da kritik bir sorumluluk haline gelmiştir. Terapistlerin sosyal medya kullanımında önceden belirlenmiş sınırlara sahip olması, bu sınırları danışanla açık bir şekilde paylaşması ve gerektiğinde dijital politikalarını yazılı hale getirmesi hem danışan haklarını gözetmekte hem de terapistin etik duruşunu güçlendirmektedir (Lannin ve Scott, 2013; Zur ve ark., 2009).

1.4. Etik Kılavuzlar ve Sosyal Medya Politikaları

Klinik psikolojide profesyonel sınırların korunması, mesleki etiğin temel yapı taşlarından biri olarak uzun süredir önemini korumaktadır. Ancak dijital teknolojilerin yükselişi, özellikle sosyal medya ve çevrimiçi iletişim araçlarının terapötik ilişkilere nüfuz etmesiyle birlikte, mevcut etik ilke ve yönergelerin dijital bağlamda yeniden ele alınmasını zorunlu kılmıştır (Kolmes, 2012; Miller ve ark., 2019). Terapistlerin sosyal medya kullanımında karşılaştıkları belirsizlikler, mahremiyet ihlalleri, güç dengesinin bozulması ve dolaylı çift taraflı ilişkiler gibi riskler, bu yeni iletişim biçimleriyle ilgili açık, bağlam duyarlı ve pratik etik düzenlemelere duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır.

1.4.1. APA Etik Kuralları

American Psychological Association (APA) tarafından yayımlanan Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct belgesi, profesyonel sınırların korunmasına yönelik genel ilkeler sunmakta; özellikle “Çift Taraflı İlişkiler” başlığı altında terapistlerin danışanla ilişkilerini etkileyebilecek her türlü ek rol ve ilişkinin dikkatle değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır (APA, 2017). Ancak bu metin, sosyal medya gibi dijital mecralara ilişkin özel ve bağlam-spesifik düzenlemeler içermemektedir. Son yıllarda APA çevresinde yürütülen bazı tartışmalar bu boşluğu gündeme getirmiş olsa

da, henüz resmî ve kapsamlı bir sosyal medya rehberi yayımlanmamıştır (Barnett, 2020).

1.4.2. British Psychological Society (BPS) Sosyal Medya Rehberi

British Psychological Society (BPS), bu alandaki boşluğu tanıyarak 2017 yılında yayımladığı *Guidelines on the Use of Social Media* belgesiyle psikologların dijital mecralardaki davranışlarını düzenlemeye yönelik somut ilkeler sunmuştur. Rehberde, psikologların danışanları sosyal medyada takip etmemeleri, kişisel içerik paylaşımında profesyonel rolü zedelememeleri ve dijital etkileşimlerde açık rızaya dayalı sınırlı iletişim kurmaları önerilmektedir (BPS, 2017). Ayrıca, terapistlerin sosyal medya kullanımıyla ilgili politikalarını önceden belirlemeleri ve danışanlarla bu konuda şeffaf iletişim kurmaları da rehberin temel önerileri arasındadır (Anthony ve ark., 2010).

1.4.3. Türk Psikologlar Derneği (TPD) Etik Yönetmeliği

Türk Psikologlar Derneği'nin 2004 tarihli Etik Yönetmeliği, çift taraflı ilişkiler, gizlilik ve profesyonel sorumluluklara ilişkin genel hükümler içermekle birlikte, sosyal medya ya da dijital ortamlar üzerinden şekillenen profesyonel sınır ihlallerine özel bir düzenleme sunmamaktadır (TPD, 2004).

1.4.4. Mevcut Boşluklar ve Güncel İhtiyaçlar

Günümüzde birçok ulusal ve uluslararası etik belge, dijital çağın getirdiği özgül durumlar karşısında soyut ilkeler düzeyinde kalmakta, sosyal medya temelli sınır ihlallerine yönelik doğrudan uygulama yönergeleri sunmamaktadır. Özellikle terapistlerin sosyal medya hesaplarında kişisel içerik paylaşımı, danışanların çevrimiçi takibi ve danışanların terapistin dijital geçmişine erişimi gibi durumlar, etik gri alanlar yaratmakta ve terapistleri karar alma süreçlerinde yalnız bırakmaktadır (Lannin ve Scott, 2013).

Bu bağlamda, psikologların sosyal medya politikalarını bireysel düzeyde yapılandırılmaları önerilmektedir. Terapistler, hangi platformlarda ne tür içerikler paylaşacaklarını önceden belirlemeli; bu sınırları danışanlarla terapötik sürecin başında açık biçimde paylaşmalıdır (Kolmes, 2012). Özellikle bilgilendirilmiş onam (informed consent) formlarında dijital etkileşim politikalarına yer verilmesi hem danışanın beklentilerini netleştirmekte hem de terapistin etik sorumluluğunu sistematik biçimde tanımlamaktadır (Zur, 2018).

1.5. Etik Kılavuzların Güncellenmesine Yönelik Öneriler

Dijital çağda psikolojik hizmetlerin yaygınlaşması, etik kılavuzların durağan değil, dinamik ve pratik bir biçimde yeniden yapılandırılmasını zorunlu kılmaktadır. Sosyal medyanın terapötik sınırları esnetme potansiyeli dikkate alındığında hem ulusal hem de uluslararası düzeyde şu başlıklarda güncellemeye ihtiyaç vardır:

- Dijital platformlarda danışanlarla dolaylı ve doğrudan etkileşimin sınırları
- Terapistlerin kişisel paylaşımlarına yönelik mesleki duruş ilkeleri
- Sosyal medya politikalarının yazılı hale getirilmesi ve danışanla paylaşılması
- Dijital etik ihlal örneklerine dair vaka temelli rehberlerin geliştirilmesi

Bu tür güncellemeler, yalnızca danışanların mahremiyetini korumaya değil, aynı zamanda terapistlerin etik karar alma sürecinde daha güçlü bir zemine sahip olmasına katkı sağlayacaktır.

1.6. Dijital Dünyada Profesyonel Sınırların Korunması İçin Öneriler

Dijitalleşen dünyada terapistlerin profesyonel sınırları etkili bir şekilde yönetmeleri, yalnızca bireysel etik sorumluluk açısından değil, aynı zamanda psikoterapötik sürecin güvenliği, etkililiği ve sürdürülebilirliği açısından da kritik bir öneme sahiptir. Sosyal medyanın sağladığı erişim kolaylığı, şeffaflık ve görünürlük avantajları; terapistin profesyonel rolünü güçlendirebilirken, kişisel sınırların aşılmasına ve terapötik çerçevenin zedelenmesine de yol açabilmektedir (Kolmes, 2012; Miller ve ark., 2019). Bu bağlamda, dijital ortamlarda profesyonel sınırların korunmasına katkı sağlayacak temel stratejiler aşağıda sunulmaktadır:

1.6.1. Sosyal Medya Politikası Oluşturulması

Terapistlerin sosyal medya kullanımıyla ilgili açık, tutarlı ve profesyonel bir politika geliştirmeleri önerilmektedir. Bu politika; danışanlarla sosyal medya aracılığıyla bağlantı kurmama ilkesini, kişisel ve profesyonel hesapların ayrımını, paylaşımlarda mahremiyetin gözetilmesini ve terapötik süreçte doğrudan etkisi olmayan içeriklerin kısıtlanmasını içermelidir (Kolmes, 2012; Zur, 2008). Terapistin bu politikayı hem kendi mesleki sınırlarını korumak hem de danışan beklentilerini yönetmek için açıkça tanımlaması, etik ihlallerin önlenmesinde koruyucu bir rol oynar.

1.6.2. Danışanlarla Açık ve Şeffaf İletişim

Terapötik sürecin başlangıcında, danışanlarla sosyal medya politikası hakkında açık bir iletişim kurulması; sınırların sağlıklı bir şekilde tanımlanmasını sağlar (Farber, 2020). Özellikle bilgilendirilmiş onam süreçlerine sosyal medya etkileşimlerine ilişkin maddelerin dahil edilmesi, danışanın dijital ortamdaki beklentilerini yönetmeye ve olası sınır ihlallerini önlemeye katkıda bulunur (Zur, 2018). Şeffaflık, etik güvenin inşasında temel bir ilkedir.

1.6.3. Profesyonel ve Kişisel Kimliğin Ayırıştırılması

Terapistin dijital ortamda profesyonel kimliğini kişisel kimliğinden açıkça ayırması hem etik sınırların korunmasını hem de danışanların terapisti yalnızca mesleki rolüyle ilişkilendirmesini sağlar. Profesyonel hesapların içerik bakımından bilgi verici, eğitici ve terapötik süreci destekleyici nitelikte olması; kişisel paylaşımların ise danışan erişiminden izole tutulması önerilmektedir (Lannin ve Scott, 2013). Bu ayrım, terapötik rol netliğini güçlendirir.

1.6.4. Öz-Açıklama (Self-Disclosure) Sınırlarının Belirlenmesi

Sosyal medya üzerinden gerçekleşen öz-açıklama (self-disclosure), doğrudan kontrol dışı gelişebileceğinden dolayı özel dikkat gerektirir. Terapistlerin kişisel yaşamlarına dair aşırı bilgi paylaşımları, danışanlarda kıyaslama, hayal kırıklığı ya da bağımlılık geliştirme gibi olumsuz etkilere neden olabilir (Gutheil ve Gabbard, 1998). Bu nedenle, öz-açıklama yalnızca danışanın yararına hizmet edecek, terapötik hedeflerle örtüşen ve bilinçli olarak seçilmiş içeriklerle sınırlandırılmalıdır.

1.6.5. Etik Eğitim ve Süpervizyonun Sürekliliği

Dijital çağın hızla değişen dinamikleri, etik bilgi ve refleksiyonun sürekliliğini zorunlu kılmaktadır. Terapistlerin sosyal medya kullanımına ilişkin etik ikilemler hakkında güncel bilgilerle donatılmaları, meslek içi eğitimlere katılmaları ve süpervizyon süreçlerine sosyal medya temelli durumları entegre etmeleri önerilmektedir (Reamer, 2015). Özellikle yeni mezun terapistler için bu tür destek mekanizmaları, profesyonel sınırların dijital bağlamda güvenli biçimde uygulanmasını kolaylaştırabilir (Knapp ve ark., 2017).

Bu öneriler, dijitalleşen dünyada terapistlerin etik ilkelere bağlı kalarak mesleki kimliklerini koruyabilmelerine, danışanların mahremiyetine saygı göstermelerine ve güven temelli terapötik ilişkiler kurmalarına katkı sağlamaktadır. Sosyal medya ortamlarında sınırların korunması yalnızca

bireysel farkındalıkla değil, sistematik olarak belirlenmiş ilke ve uygulamalarla mümkün olacaktır. Klinik psikoloji uygulamalarının dijital evrimi sürerken, etik standartların da bu dönüşüme paralel olarak güncellenmesi ve uygulayıcılar tarafından içselleştirilmesi, mesleki güvenilirlik ve halk sağlığı açısından hayati önemdedir.

2. Sonuç

Dijitalleşme, klinik psikoloji uygulamalarına erişilebilirlik, esneklik ve bilgilendirme açısından önemli fırsatlar sunmakla birlikte; özellikle profesyonel sınırların korunması, mahremiyetin sağlanması ve terapötik çerçevenin sürdürülmesi konularında yeni etik zorluklar doğurmuştur. Sosyal medya platformları, terapistlerin hem profesyonel hem de kişisel yönleriyle daha görünür hale gelmelerine neden olurken; bu durum terapist-danışan ilişkilerinde geleneksel sınırların ötesine geçen, daha az görünür ancak aynı ölçüde etkili çift taraflı etkileşim biçimlerini beraberinde getirmiştir. Bu dijital sınır bulanıklıkları, terapötik ittifakın temel bileşenleri olan güven, mahremiyet ve mesleki mesafenin korunmasını daha karmaşık ve yönetilmesi güç bir hale getirmektedir.

Bu derleme çalışması, sosyal medya aracılığıyla şekillenen yeni nesil sınır ihlallerini hem klinik hem de etik yönleriyle ayrıntılı biçimde incelemiş; dijital ortamlarda profesyonel sınırların korunmasına yönelik somut öneriler sunarak, terapistlerin sosyal medya kullanımına ilişkin etik farkındalıklarını artırmayı hedeflemiştir. APA (2017) ve BPS (2017) gibi önde gelen meslek örgütlerinin mevcut kılavuzları, genel ilkelere dayalı bir çerçeve sunmakla birlikte; sosyal medya çağının dinamiklerine uygun, bağlama duyarlı ve uygulamaya yönelik ayrıntılı düzenlemelere duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır.

Türkiye bağlamında, Türk Psikologlar Derneği'nin Etik Yönetmeliği'nin güncellenerek sosyal medya kullanımına özgü profesyonel standartlar ve rehber ilkelerle desteklenmesi gereklidir. Bu güncellemeler, dijital iletişim ortamlarında karşılaşılan etik ikilemlerin önlenmesi ve psikologların karar alma süreçlerinde belirsizliği azaltmaları açısından yaşamsaldır.

Gelecek yıllarda, klinik psikoloji lisans ve lisansüstü eğitim programlarının da sosyal medya etiği, dijital sınır yönetimi ve çevrimiçi terapötik etkileşimler gibi temaları sistematik biçimde ele alması, mesleki etik refleksiyonun güçlenmesine katkı sağlayacaktır. Dijitalleşmenin sunduğu olanaklardan yararlanırken, etik ilkelere ödün vermeksizin terapötik sınırların özenle korunması hem danışan iyiliğine öncelik veren hem de psikoloji mesleğinin etik bütünlüğünü sürdüren bir klinik anlayışın temel dayanağı olmayı sürdürecektir.

Kaynakça

- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Anthony, K., Nagel, D. M., & Goss, S. (2010). The use of technology in mental health: Applications, ethics and practice. <http://doi.org/10.1080/15228835.2011.616940>
- Barnett, J. E. (2014). Renewing one's ethical sensibilities. In R. J. Wicks & E. A. Maynard (Eds.), *The clinician's guide to self-renewal: Essential advice from the field* (ss. 439-460). Oxford University Press.
- Barnett, J. E. (2020). Ethical and legal issues in the clinical use of technology. In K. S. Myers & M. J. Reeves (Eds.), *Technology and mental health* (pp. 230-247). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429020537-13>
- Behnke, S. (2004). Multiple relationships and APA's new ethics code: Values and applications. *Monitor on Psychology*, 35(1), 66-67.
- British Psychological Society. (2017). *Supplementary Guidance on the Use of Social Media*, <https://www.bps.org.uk/guideline/supplementary-guidance-use-social-media>
- DiLillo, D., & Gale, E. B. (2011). To Google or not to Google: Graduate students' use of the Internet to access personal information about clients. *Training and Education in Professional Psychology*, 5(3), 160. <http://doi.org/10.1037/a0024441>
- Farber, B. A. (2020). Disclosure, concealment, and dishonesty in psychotherapy: A clinically focused review. *Journal of Clinical Psychology*, 76(2), 251-257. <http://doi.org/10.1002/jclp.22891>
- Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice*. American Psychiatric Pub. <http://doi.org/10.1176/appi.books.9781615378395>
- Gabbard, G. O., Kassaw, K. A., & Perez-Garcia, G. (2011). Professional boundaries in the era of the Internet. *Academic Psychiatry*, 35, 168-174. <http://doi.org/10.1176/appi.ap.35.3.168>
- Goss, S., & Anthony, K. (Eds.). (2003). *Technology in counselling and psychotherapy*. New York: Palgrave Macmillan. 10.1007/978-0-230-50015-0
- Gutheil, T. G., & Gabbard, G. O. (1998). Misuses and misunderstandings of boundary theory in clinical and regulatory settings. *American Journal of Psychiatry*, 155(3), 409-414. <http://doi.org/10.1176/ajp.155.3.409>
- Knapp, S. J., VandeCreek, L. D., & Fingerhut, R. (2017). Boundaries and multiple relationships. In S. J. Knapp, L. D. VandeCreek, & R. Fingerhut (Eds.), *Practical ethics for psychologists: A positive approach* (3rd ed., pp. 97-123). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000036-006>

- Knapp, S., Younggren, J. N., VandeCreek, L., Harris, E., & Martin, J. N. (2013). *Assessing and managing risk in psychological practice: An individualized approach*. The Trust.
- Kolmes, K. (2012). Social media in the future of professional psychology. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(6), 606-612. <http://doi.org/10.1037/a0028678>
- Kolmes, K., & Taube, D. O. (2014). Seeking and finding our clients on the Internet: Boundary considerations in cyberspace. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(1), 3-10. <http://doi.org/10.1037/a0029958v>
- Langs, R. (2019). *Ground rules in psychotherapy and counselling*. Routledge. <http://doi.org/10.4324/9780429475344>
- Lannin, D. G., & Scott, N. A. (2013). Social networking ethics: Developing best practices for the new small world. *Professional Psychology: Research and Practice*, 44(3), 135-141. <http://doi.org/10.1037/a0031794>
- Lchavot, K., Barnett, J. E., & Powers, D. (2010). Psychotherapy, professional relationships, and ethical considerations in the myspace generation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(2), 160-166. <http://doi.org/10.1037/a0018709>
- Luxton, D. D., June, J. D., & Fairall, J. M. (2012). Social media and suicide: a public health perspective. *American journal of public health*, 102(S2), S195-S200. <http://doi.org/10.2105/AJPH.2011.300608>
- Miller, K. E., Kuhn, E., Yu, J., Owen, J. E., Jaworski, B. K., Taylor, K., ... & Possemato, K. (2019). Use and perceptions of mobile apps for patients among VA primary care mental and behavioral health providers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 50(3), 204-209. <http://doi.org/10.1037/pro0000229>
- Miralles, I., Granell, C., Díaz-Sanahuja, L., Van Woensel, W., Bretón-López, J., Mira, A., ... & Casteleyn, S. (2020). Smartphone apps for the treatment of mental disorders: systematic review. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(4), e14897. <http://doi.org/10.2196/14897>
- Pope, K. S., & Keith-Spiegel, P. (2008). A practical approach to boundaries in psychotherapy: Making decisions, bypassing blunders, and mending fences. *Journal of clinical psychology*, 64(5), 638-652. <http://doi.org/10.1002/jclp.20477>
- Reamer, F. G. (2015). Digital technology in social work. In *Encyclopedia of social work*. <http://doi.org/10.1093/acrefore/9780199975839.013.1160>
- Reamer, F. G. (2019). Social work education in a digital world: Technology standards for education and practice. *Journal of Social Work Education*, 55(3), 420-432. <http://doi.org/10.1080/10437797.2019.1567412>

- Recine, A. C. (2015). Designing forgiveness interventions: Guidance from five meta-analyses. *Journal of Holistic Nursing*, 33(2), 161-167. <http://doi.org/10.1177/0898010114560571>
- Stedmon, J., & Dallos, R. (2009). *Reflective practice in psychotherapy and counseling*. McGraw-Hill Education (UK).
- Taylor, L., McMinn, M. R., Bufford, R. K., & Chang, K. B. (2010). Psychologists' attitudes and ethical concerns regarding the use of social networking web sites. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(2), 153-159. <http://doi.org/10.1037/a0017996>
- Tunick, R. A., Mednick, L., & Conroy, C. (2011). A snapshot of child psychologists' social media activity: Professional and ethical practice implications and recommendations. *Professional Psychology: Research and Practice*, 42(6), 440-447. <http://doi.org/10.1037/a0025040>
- Türk Psikologlar Derneği. (2004). *Etik yönetmelik*. <https://psikolog.org.tr/belgeler/etik-yonetmeliqi-qbf8w.pdf>
- Zur, O. (2007). Boundaries in psychotherapy. *Ethical and clinical explorations*. Washington, DC: APA.
- Zur, O. (2008). Bartering in psychotherapy and counseling: Complexities, case studies and guidelines. *New Therapist*, 58, 18-26.
- Zur, O. (2018). *Therapeutic boundaries and dual relationships in rural practice*.
- Zur, O., Williams, M. H., Lchavot, K., & Knapp, S. (2009). Psychotherapist self-disclosure and transparency in the Internet age. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(1), 22-30. <http://doi.org/10.1037/a0014745>

