

BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ

8. DÖNEM

ARALIK DERS NOTLARI



Editör
Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 114

Bütüncül Psikoterapi 8. Dönem Aralık 2009 Ders Notları

ISBN 978-605-5241-61-2

Copyright© Özak Yayınevi (Psikoterapi Enstitüsü)

Tüm hakları saklıdır. Yayıncının izni olmaksızın tümüyle veya kısmen yayımlanamaz, kısmen de olsa çoğaltılamaz ve elektronik ortamlarda yayımlanamaz.

Birinci baskı: Ekim 2013

Editör: Tahir Özakkaş
Yayıma hazırlayan: Sevgi Çorabatur & Menekşe Arık
Katkıda Bulunanlar: Özge Kapısız

Baskı: İklim Ofset
Nişanca Mah. Arpacı Hayrettin Sok. No:21 Eyüp/İstanbul
Tel: 0212 577 77 45
www.iklimmatbaa.com

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK
ORGANİZASYON VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Caddesi No285
Darıca-KOCAELİ
Tel : 0262 653 6699 Fax : 0262 653 5345

Merkez: Bağdat Caddesi No: 540/8 Bostancı-İSTANBUL / TÜRKİYE
Tel : 0216 464 3119 Fax : 0216 464 3102
www.psikoterapi.com - www.psikoterapi.org - www.hipnoz.com

SUNUŞ

Insanlık tarihi boyunca, her toplumda psikolojik rahatsızlıkları tedavi etmeye yönelik girişimler olmuştur. Bu alanda yapılan girişimler sonucu ortaya çıkan pek çok farklı ekolün savunucuları, kendi ekollerini yüceltme ve diğer ekolleri küçümseyerek ötekileştirme yoluna gitmiştir. Ancak buna rağmen farklı yaklaşımlardan bilgiler edinerek kuramını zenginleştirmeye ve bu alanda çalışmalar yapmaya başlayan öncü terapistler, psikoterapide bütünleşmeyi sağlayarak alandaki bölünmeleri büyük oranda azaltmıştır.

Bütüncül psikoterapi, hastanın bilişlerinin, davranışlarının, kişiliğinin ve duygusal süreçlerinin yeniden düzenlenmesine yardımcı olmak için pek çok farklı ekolden faydalanarak daha gerçekçi, uyumlu ve esnek bir çalışma alanı sunar. Eğitimi verdiğimiz bütüncül psikoterapi, zamanzaman eklektik ve asimilatif, genellikle de entegratif ve ortak faktörler üzerine kurulmuş bütüncül bir yaklaşımı içerir. Bireye, teori odaklı değil danışan odaklı bakmaya çalışan bütüncül psikoterapiler, farklı yaklaşımların bileşenlerini bir araya getirerek terapisti geniş bir vizyona ulaştırır.

Bu amaçtan yola çıkarak, çeşitli bilimsel etkinlik, araştırma, eğitim ve yayın çalışmalarıyla, ülkemizde bütüncül psikoterapi uygulamalarının gelişimine öncülük etmekten gurur duyuyoruz. Elinizdeki bu ders notları, ruhsal bozuklukların tedavisinde tek bir psikoterapi yaklaşımına bağlı kalmak-tansa elindeki veriyi kullanarak uygulanabilecek en iyi tekniği ve teoriyi arayan bütüncül yaklaşımlı terapistler yetiştirme adına verilen Bütüncül Psikoterapi Teorik

Eğitimi 8. Grubunun Aralık ayı deşifrelerini sunmaktadır. Bu ders notları, eğitim deşifresinin derlemesi olma özelliğiyle dünyada eşi benzeri görülmemiş bir yayın niteliği de taşımaktadır.

Bu ders notlarında, Ego, Kendilik Tasarımı, Ego Psikolojisi, Erik Erikson, Ego Durumları Teorisi, John Watkins, Paul Federn'in Ego Psikolojisi, Ego Durumlarının Doğası ve İşlevi, Ego Durumlarının Gelişimi, Psikodinamik Süreçlerin İncelenmesinde Hipnoz konuları ele alınmaktadır.

Bütüncül psikoterapiler de insanın ruhsal yapısının gelişiminde olduğu gibi zamanla özerkleşecek, bireyselleşecek ve ayrışarak psikoterapi ruhunu ayakta tutacaktır.

Psikoterapi uygulayıcıları için önemli olduğunu düşündüğümüz bu eğitim ders notlarını, sizlerin ilgisine sunmaktan kıvanç duymaktayız. Keyifli okumalar dileriz...

Tahir ÖZAKKAŞ
Psikoterapi Enstitüsü Başkanı

İÇİNDEKİLER

ARALIK 2009 1. GÜN

1 EGO.....	1
2 EGO VE KENDİLİK TASARIMI.....	35
3 EGO PSİKOLOJİSİ.....	76
4 ERIK HOMBURGER ERIKSON.....	117

ARALIK 2009 2. GÜN

5 ERIK HOMBURGER ERIKSON'UN KİMLİK KRİZİ.....	179
6 ERIK HOMBURGER ERIKSON'UN MASTERSON'IN KİMLİK VE KENDİLİK KAVRAMLARI.....	215
7 EGO DURUMLARI TEORİ VE TERAPİ.....	265
8 JOHN WATKINS EGO DURUMLARI.....	274

ARALIK 2009 3. GÜN

9 PAUL FEDERN'İN EGO PSİKOLOJİSİ.....	335
10 EGO DURUMLARININ DOĞASI VE İŞLEVİ.....	394
11 EGO DURUMLARININ GELİŞİMİ.....	449
12 PSİKODİNAMİK SÜREÇLERİN İNCELENMESİNDE HİPNOZ.....	488

Aralık 2009

1. GÜN

1

EGO

Tahir Özakkaş: Evet arkadaşlar, hoş geldiniz. (Zili çalar iki kere) Lavaboda falan olan varsa gelsin diye. Melike sende hoş geldin. (sınıfı sayar: 1-2-3-4-...diyerek) on altı. Güzel yüzde elliye tutturmuşuz, hatta elli bir. O zaman başlayabiliriz. Geçen ayki konuyu bize bir özetleyecek arkadaşımız var mı? Ne görmüştük? Evet..

***Kursiyer:** Gerçi son gün yoktum ama. Dürtü çatışma kuramı Freud'un bir kuramı. Freud zamanında hastalarını hipnozla tedavi ediyordu ve hipnoz tedavisi sırasında o zaman bilinmeyen bir bilinç dışı kavramını buldu, bir bilinç dışı olduğunun farkına vardı. Ve bu bilinç dışındaki bazı anıların bastırılmış dürtülerin hastalık semptomlarına neden olduğunu far etti bunun üzerine semptomların bilinç dışındaki bastırılmış anıların, bastırılmış dürtülerin bir sonucu olduğunu düşündü. İlk önce böyle düşündü ve sonra bununla ilgili bir kuram oluşturdu. Buda dürtü çatışma kuramı. Burada hastalarını bilinç dışındaki anılarını hipnoz sırasında anlattırduğunda semptomlarının geçtiğini fark etti. Fakat herkese hipnoz uygulanamıyordu, herkes hipnoz uygulayamıyordu. Çok pratik değildi. Bu nedenle*

hipnoz yerine nelerinde bunu yapabileceğini düşündü. Gine bu sırada hastalarıyla konuşurken serbest çağrışım dediği bir durumu fark etti ve serbest çağrışılmada bilinç dışındaki bazı dürtülerin, anıların, orada bastırılmış şeylerin bilinçli alana çıktığını fark etti. Bundan sonra da işte psikoanalitik görüşmeyi ortaya çıkardı ve şöyle dedi; “Hastalarla yüz yüze olmayalım” diye bir çerçeve çizdi. Nasıl görüşeceğinin bir çerçevesini çizdi. Dedi ki; “Hastalarla yüz yüze olmayalım, o zaman hastalar daha rahat konuşurlar, bir divana uzansınlar” Dedi ve daha sonra bu çerçeve daha da geliştirildi ve psikanalitik görüşmeyi oluşturdu. Bu çerçevede dış unsurlar işte ortam çok nötr

Tahir Özakkaş: Çok güzel gidiyorsun, bir konuyu açığa kavuşturabilir miyim? Şimdi sırtımı size dönerek otursam ben, nasıl konuşurum? Şimdi konuşuyorum. Bir olay anlatıyorum; çocukluğumda sümüklüydüm, öğretmenim bana mendil verdi, sümüğümü sildi.” İçimden şöyle bir duygu geçiyor. Hepiniz gülümsüyorsunuz ve gidiyorsunuz hatta benimle alay ediyorsunuz. Yani benim kafamda sizle ilgili bir şey canlandırıyorum. Buna aktarım diyoruz biz. Yüz yüze olduğu zaman görüyorum, objektif bilgi alıyorum.

Halbuki benim zihnimdeki korkuların ve anıların arkadaki terapistin benimle ilgili ne düşündüğüne dair zihninde kafamda bir fantezi üretecek. Bu ürettiğim fantezide geçmişteki ilk nesne ilişkilerimdeki, annemle, babamla, yakın akrabalarım ile ilgili kurduğum duygularım “Şu anda benimle alay ediyorlar, şu anda benimle dalga geçiyor, şu anda beni aşağılıyor, şu anda beni çok sevdi, şu anda bana çok canı ısındı” şeklinde terapistle ilgili yorumlar yapıyor. Terapist hastayla yüz yüze olmadığı için bu yorumların o insanın hayalinde terapistle ilgili kurguladığı şeyler, boş ekran dediğimiz tablolar olsa da geçmiş anılar, annesiyle ve babasıyla yaşamış olduklarını terapistle aktarıyor. Terapist orada objektif bir varlık olarak dururken; ne gülüyor, ne seviyor, ne aşağılıyor, ne eleştiriyor,

ne yüceltiyor, ne aşık oluyor. Onların hepsi hastanın zihninde canlanıyor. İşte canlanan o Őeyle -terapistle olan aktarımla- terapist geçmiş ilişkilerin bir kopyasını, burada, Şimdi yeniden yaşadığının farkına vardırarak, bağlantıları yakalamaya alışıyor.

Kursiyer: *Hastaya bunu soruyor muyuz? Yani anlattıktan sonra benimle ilgili ne düşündün?*

Tahir zakkaş: Hayır. Kendisi onu zaten söylüyor. O sürecin içinde “Şu anda bunu anlattım ama benimle dalga geçtiğini biliyorum” diyor. Terapist susuyor ama orada, dakikalarca susuyor. Aradan aylar geçiyor, terapist orada kendisiyle ilgili yaptığı yorumun aynı annesiyle babasıyla yaptığının aynı olduğunun farkına varđıyor. Oda anlıyor ki; aslında terapisinin sonucunda, aslında terapist orada sadece objektif bir varlık olarak duran kişi, tüm onun üzerine yüklediği her Őeyin, kendi içsel hatıralarının onun üzerine yaşantılandırıldığını fark ediyor. Yüz yüze gelmemenin nedeni budur. Yani terapistin nötr kalarak onun zihninde canlandırdığı figürlerin terapistin üstünden atmasına izin vermesidir. Anlaştı mı? Evet buyurun.

Kursiyer: *Birinci terapistin yargılayıcı olmaması işte terapistin sırları dışarı vermemesi, bundan dolayı bir zarar görmeyeceğini bilmesi, ortamın çok nötr olması; çok o an a olmaması, tuvalete gitme ihtiyacının olmaması gibi Şeyler serbest çağrışımı kolaylaştırıyor. Serbest ağrışım var bir de ereve var psikoanalitik kuramda. erevede o görüşmenin başında danışanla oturuluyor ve işte deniliyor ki; “Bu ereve içinde görüşmemiz olacak, Şu odada ikimiz görüşeceğiz, başka kimse olmayacak, sen randevularına haftada Şu kadar saat, bu kadar zaman geleceksin, bunları aksatmayacaksın” gibi bir ereve çiziliyor. “İşte bende elimden geldiğince sana yardım edeceğim” deniliyor. Bu çerçeveye danışanın ihtiyacı var. Yani böyle bir*

çerçeve teröpatik anlamda bir çerçeve, birde aktarım kavramı var: Aktarım ve karşı aktarım kavramı psikanalitik kuramda.

Tahir Özakkaş: Aktarım; aslında her zaman her yerde olan bir şey yani bir kişinin bize hissettirdiği duygu. Teröpatik anlamda da bu psikanalitik kuramda, terapi odasında aktarım hasta geldiğinde hissedilen şey ve bize hissettirdiği, onun bize aktarımı. Bizim ona karşı bu duygunun karşısında hissettiğimizde karşı aktarım. Bizim karşı aktarımımız burada önemli çünkü biz tanıyı bir yerde aktarımı değerlendirerek koyuyoruz, tedaviyi de öyle yapıyoruz. Aktarımla biz neyi hissediyoruz, bize neyi hissettiriyor?

Bu çok önemli, ikincisi biz buna karşı ne hissediyoruz. Kendimize bakarak tanı koyuyoruz. Ama kendi hislerimiz açısından da şey önemli; bunlar gerçekten onun bize hissettirdiği mi yoksa bizim içimize girdiğinde bir değişim oluyor mu? Bizde bir patoloji varsa bu karşı aktarımımız o patolojiden mi kaynaklanıyor. Bu nedenle analitik kuramda analiz yapanın kendisinin de analizden geçmesi ve kendi patolojilerinin farkına varması gerekiyor. Yani ben şuna karşı aktarımında şu duyguları hissediyorum çünkü “Benim şu patolojim var, şundan dolayı bunu hissediyorum” un farkına varmak yani bir iç görü olması gerekiyor.

Aktarım ve karşı aktarımda böyle. Burada bir şeye girmiştik; diadik ilişkiyle ve triangular ilişki. Bu triangular ilişki süper egonun gelişmesiyle üçlü bir ilişkiye girmek yani benim birisiyle olan ilişkim sırasında bir başkasının ne hissedeceğini ne düşüneceğini de hissedebilmem. Diadik ilişkide ise yalnızca ben ve o var. Bir başkasının o ilişkiyle ilgili ne hissedeceğini düşünemem var. Şimdi biz bunu nasıl anlayabiliriz, çocuk örneğin “Anne bak pazılarım ne kadar kuvvetli” dediği zaman bu bir aynalanma ihtiyacı oluyor.” “Anne bak babamdan daha kuvvetli pazıları var” dediği zaman ise burada ödipale geçmiş oluyor ve babasıyla rekabeti ortaya çıkarı-

yor. Terapi odasında bu diadik ve triangular ilişkiyi nasıl anlayabiliriz? Bunu da örneklemiştik, buda benim için önemliydi, aydınlatıcı oldu. Örneğin hasta gelip “Sende babam gibisin, annem gibisin” derse bu triangular ilişki ama “Sen çok kötüsün, hep böyle yapıyorsun pis kadın” dediği zaman bizi anne gibi görmesi diadik ilişki. Yani o anda o ilişkiyi yaşaması ayıramaması diadik ilişki gibi anlamıştık. Onun dışında geçen ay aktarım, karşı aktarım... İç görü kavramını yaptık.

İç görüde bir yerde farkındalık yani yaptıklarımızın farkına varmamızdı. Bir de rüya vardı. Rüyanın bir kısmına ben kalabilmişti. Rüyalarla ilgili şöyle bir şey yaptık: Rüyada simgeler var. Rüyalarda aslında serbest çağrışım gibi bilinç dışından bize haber veriyor. Bilinç dışında ne var diye. Rüyada simgeler var ve biz simgelere göre değerlendiriyoruz. Evrensel simgeler var, işte o aileye o ülkeye göre simgeler var ve o kişiye göre simgeler var. Rüyada bir fluluk durumu var. Rüyada flu bir yer varsa asıl patolojinin orada olduğunu düşünüyoruz ve oraya yoğunlaşıyoruz. Onun bilgisi olmasa bile bir duygusu var orada ve biz yine duyguya yoğunlaşıyoruz, o duyguyu anlamaya çalışıyoruz rüyalarda. Başkada aklıma gelen... Hemen hemen bunlar.

Kursiyer: Benim sorum olacak. Birkaç sorum, isterseniz şimdi sorayım, isterseniz daha sonra: Şimdi biz hep şeyi çiziyoruz; bilinç var, bilinç öncesi var ve bilinç dışı var. Ego var, id var, süper ego var. Biz bilinç dışı bir şey çiziyoruz ve dürtüyü hep bilinç dışı alana koyuyoruz. Bilince egoyu koyuyoruz, tepeye süper egoyu koyuyoruz. Aslında topografik olarak yapınca bilinç dışı, bilinç öncesi ve bilinçli alanda bu böyle ama egonun bilinç dışında da bir alanı var. Ona göre topografik yapı yaparsak egonun da bilinç dışında bir yeri var, süper egonun da var. Sanki böyle kaynayan sütunlar gibi hepsinin bilinç dışı ve bilinçli alanda ki yerleri var. Dolayısıyla biraz topografik ve

yapısalı birbirine kaynaştırırken, pek oturmuyor benim kafamda o. Egonun bir kısmını da bilinç dışına alsak daha mı iyi olur diye düşünüyorum.

Bir sorumda şu: Bizim bilinç dışındaki bölümümüz id yani herkeste aynı dedik ama unconscious fantezi bizim yaşadıklarımızdan olan bir şey. Bizim yaşadıklarımızın bilinç dışına bir atması var. Yani bizim normalde semptomlarımız bilinç dışından kaynaklanıyor ama günlük yaşamda yaşadıklarımızda bilinç dışındaki dürtüleri etkiliyor. Yani karşılıklı bir etkileşim var sanki. Yalnızca bilinç dışından kendiliğinden gelen değil de dışarıda yaşananların da o bilinç dışını etkilemesi ve o bilinç dışının da bir şekilde hal olup yeniden bilinçli alanı etkilemesi gibi bir karşılıklı etkileşim var. Ben böyle düşündüm ama doğru mu?

Tahir Özakkaş: Doğru düşünmüşsün. Yaşadığımız anıların ve hatıraların bastırılmasına supresyon. Doğuştan gelen yasak dürtülerin egoya ulaşmamasına da represyon diyoruz. İki tane savunma mekanizması var. Supresyon daha çok işte taciz, travma, zihne gelen anı, bir takım yaşantıladığı yanlış yaşantılar, dürtüyü kontrol edemedikleri zihinde eyleme vurduğu bir takım hadiseleri daha sonra egoya, süper egoya ve dış gerçekliğe ters olması nedeniyle bilinç dışına geri göndermeye supresyon diyoruz. Ama bilinç dışındaki enestiyöz istek ve arzular, agresyon dürtüleriyle dolu, egoya çıkması tehlike olarak nitelendirilen yapıların bastırılması birincil kaynaktan gelenlerinde bastırılmasına represyon diyoruz.

Represe etmek. Represe edemeyenler splitting – bölme – yapıyordu hatırlarsanız. Ruhsal yapımızın büyük bir kısmı, egonun büyük bir kısmı bilinç dışındadır. Süper egonun da büyük bir kısmı bilinç dışındadır. Yani biz koyla olsun diye buz dağı örneğini verirken işte ego suyun üstünde, id suyun altında, işte süper egoda bu lut şeklinde anlatıyoruz. Bu metaforik anlatım için. Yoksa su pers-

pektifinde bakacak olursan bulutun tamamı hemen hemen suyun altında, egonun büyük bir kısmı yine suyun altında. Dolayısıyla sizin öğrendiğiniz topografik olarak anlatılan şeyde idin bir kısmı suyun üstünde, egonun ve süper egonu büyük bir kısmı suyun altında. Anlatabildim mi? Bütüncül psikoterapi kitabının arkasına bakarsanız orada bir topografik yapıyı anlatan ikinci bir resim var. Var mı yanınızda?

Kursiyer Ö: Çizeyim mi?

Tahir Özakkaş: Çiz.

(Kursiyer Ö tahtaya resmi çizmeye çalışır).

Kursiyer Ö: Zaman zaman idin bir kısmı suyun üstüne çıkıyor,

Tahir Özakkaş: Genellikle bir kısmı suyun üstünde olan bir kısmı var. Yani dürtüsel yapımız, agresyon yapımız.

Kursiyer Ö: Şöyle miydi hocam?

Tahir Özakkaş: Abla çizeyim dedin, ben ne bileyim. Bilsem kendim çizeceğim, karıştırmamak için “Kitabı olan var mı?” dedim. Sende atladın bende biliyorsun zannettim. Çizebilecek misin?

Kursiyer Ö: Çizdim bile.

Tahir Özakkaş: Peki o zaman. Arkadaşlar siz o şekli unutun ben şimdi doğrusunu çiziyorum. Sağol Ö. Bir daire ve üçe ayırıyoruz. İd, ego ve süper ego diyoruz. Fakat bir yay geçiyor. Bu yay bilinç yayı. Bilinçli olanı, egonun ve süper egonu da bilinçli olan kısımlarını görüyoruz. Şimdi oturdu mu?

Kursiyer: Şimdi çok güzel oturdu.

Tahir Özakkaş: Demek ki bir parabol geçiyor. İdin büyük bir kısmını bilinç dışında bırakıyor, egonun büyük bir kısmı bilinçte ama bir kısmı bilinç dışında, süper egonun çok az bir kısmı bilinçli,

büyük bir kısmı bilinç dışında. Yap-boz düzeneği şu ikisi arasında. Elimi kirli hissettim, temizleyeceğim. Egoda buna bilinç dışında nezaret ediyor. Nedir?

İşte Makbet'i hatırlıyorsanız Shakespeare'in... Öldürdüğü krala ihanet etti ve ellerini kirli hissetti, kanlı hissetti. Bir türlü arınamıyor elleri. Çünkü süper egosu kendisini seven ve sayan bir krala ihanet etmenin acısını ona yaşatmak istiyor. "Sen hainlik ettin o insan sizleri çok seviyordu" diyor. Bundan suçluluk duyuyor ve elini yıkıyor fakat tekrar dürtü aşağıdan kralı öldürme dürtüsü hep çıkıyor. Öldürüyor affettirmeye çalışıyor, öldürüyor affettirmeye çalışıyor. Cinsellik ve saldırganlıkta işte mesela dokunuyor genellikle mesela penis gibi olan; kumanda, mp3, kapı kolu, otobüslerin tutamaçları... Tutamazlar, işte mesela kirli derler, mikrop var derler. Ama mikrobun ne olduğunu, nerelerden bulaşacağını bilmez. Oralara dokunduğunda hastanelerde peçete ile dolaşan hemşire hanımlar veya doktorlar görürsünüz, orda sanki dokunulan nesne penise dokunmuşta, cinsel arzu ve isteklerini o şekilde eyleme vurmuş şekli bilinç dışı suçluluk olabilir.

Faktörlerden bir tanesi ve kişi bu eyleme bulaşmamak için veya bulaşmışsa – dokunmuşsa – gidip elini yıkama mecburiyeti "Ben vallahi bulaşmadım" şeklindeki aşırı bastırılmış cinsellik nedeniyle yap-boz düzeneğine dönüşür. Yani id yapıyor, süper egoda bozuyor.

Kursiyer: Herkesin oralara dokunmuş olmasıyla bağlantılı olabilir mi hocam? Hangi kısım yazıyor bu senaryoyu; idin bilinç dışında kalan kısmı mı, egonun bilinç dışında kalan kısmı mı?

Tahir Özakçaş: Egonun bilinç dışında kalan kısmı. İdde bir senaryo yazma olmaz, o sadece dürtülerin şarjına bakar.

Kursiyer: Bilinçaltı yerine bilinç dışı kelimesini kullanıyoruz.

Tahir Özakkaş: Freud ilk başlarda topografik kuramı kurarken lokalizasyonda altlık, üstlük terimlerinden bilinçaltı (under conscious) demiştir. Daha sonraki sistemde o zaman bilincin yerinde nesrini altta neresini üstte beynin neresinde diye sorularla muhatap olunca, alt ve üst bir lokalizasyon bildirmek dedi. Halbuki zihindeki yapıda beynimizin neresinde olduğuna dair alt ve üst gibi kavramlar söylemek absürt bir şeydir.

Tanrı nerededir deniliyor; tanrı gökte olamaz, tanrı her yerdedir denir Müslümanlıkta, Hıristiyanlıkta anlatabildim mi? Yani “Tanrı nerededir?” kavramının tam karşılığı; her yerdedir, içindedir... Lokalizasyon belirtemezsin tanrı için. Yukarıdadır, göktedir tamam da hangi gök? Anlatabildim mi? Burada da aynı şekilde işte Freud haklı bulmuştur. Daha sonra bundan vazgeçmiştir, yanlış demiştir, bilincin dışında olan bir şey diye tanımlayabiliriz. Merkeze haz noktası biz bilinci alırız.

Kişinin bilincinde mi olur yoksa dışında mı? Ama bilincin dışında olan yer neresi altı mı, üstü mü, yanında yöresinde, böyle bir kavram belirtemeyiz çünkü lokalizasyon yapacak bir şey yok. Ama beyinde bir lokalizasyon yaparda üst beyin alt beyin der, üst beynin altındadır der. O olabilir. Böyle bir lokalizasyon yapılamadığından ve ruhsal aygıttan bahsedildiğinden dolayı bilinç dışı kavramı kullanılmıştır. Buda yani psikanalitik literatüre hakim olan birisi hala bilinç altı diyorsa hiçbir şey bilmiyor demektir.

Bu alfabesi gibi aslında. Yani bilinçaltı dediği andan itibaren bırakırlar dinlemeyi. Dinler ama aslında dinlemezler çünkü onun bilgisi o kadar. Yani hala bu basit terminolojinin A’sı B’si C’sini bilmiyorsa, bir takım sana nutuk atmaya hiç gerek yok der tamam kardeşim der geçer. Onun için bilinç dışı kavramını- bakıyorum arkadaşlara on kere yirmi kere söylemem rağmen maillerde hala - bilinç altı olarak yazıyorlar.

Kursiyer: *Ben bir şey söyleyebilir miyim? Gerçi çok kısa ama...*

Tahir Özakkaş: Olsun al bakalım (mikrofonu uzatır) kayıtlara girsin. Bunlar deşifre edilecek ve siz meşhur olacaksınız.

Kursiyer: *Cenk Bey'in vakasında şey geçmişti; Ters ödipal. Ben onun nasıl bir şey olduğunu anlamadım, merak ettim.*

Tahir Özakkaş: Ters ödipal denen şey aslında ödipal ilişki- üçgen- her yerde kullanılabilir. Anlatabildim mi? Mesela anne-baba-çocuk üçgeni. Oğlan çocuğundan bahsedecek olursak, babayla rekabet eder, anneyi ele geçirmiş olur. Dışarıda ki her türlü otorite ve güç baba türevidir. Her türlü sevgi nesneyi de baba türevidir. Dolayısıyla bu adam evlenir, çocuğu olur. Çocuk yürümeye falan başlar, eşinin sevgisi de oğluna doğru kayar. Oğluyla kavga eder, böyle oğlunu aşağılar. Benim kolum daha kuvvetli, gel güreşelim der, ciddi ciddi... Ters ödipal böyle bir şey yani kendi oğluyla annenin sevgisi ona kaydı diye.. Elektrada da olur. Aynısı. Buna diyoruz.

Kursiyer: *Ben bir şey söyleyebilir miyim?*

Tahir Özakkaş: Bugün sorularla başladık, konuya geçemeyeceğiz anlaşıldı.

Kursiyer: *Söylediklerinizi ay içinde düşünebiliyoruz ancak... Ödipal çatışmada suçluluk duygusu yada kastrasyon şart mıdır? Bunları ayırıcı tanı açısından anlamaya çalışıyorum.*

Tahir Özakkaş: Şarttır.

Kursiyer: *Bir suçluluk duygusu yoksa yani anneyle yatıyor gayet mutluysa burada ödipal değildir, başka bir şeydir.*

Tahir Özakkaş: Preödipaldir, ensesttir, psikoza yakın bir şeydir. Suçluluk duygusu süper egonun oluşturduğu bir duygudur. Kişi bu duyguyu oluşturmamış, diadik ilişkide kalmışsa anneyle yatıyor bundan rahatsızlık duymuyorsa preödipal özellikte, bölmenin de

etkisiyle ensestiyöz fikri eyleme vurmuştur. Yani ödipal düzeye, süper ego oluştuktan sonra üçlü ilişkiye geçtikten sonra; Bu ne demektir; Bölmenin etkisinden sıyrılarak tam nesne ve tam kendilik oluşturmak. Yani iyi kendilik, kötü kendilik entegre olduğu, iyi nesne ve kötü nesnenin birleşmesinden sonra triangular ilişkiye geçiliyor.

Bu esnada o kutsal, yüce, iyi kendilikteyken; nesne çok müthiş, siz çok müthişsiniz bu ego ideali oluyor, bu kendilik ideali oluyor. Bu gerçeklikten koparılarak süper egoya atılıyor. Süper ego ve yine aynı şekilde agresyon ve sadist duygularda süper egoya atılıyor. Orada yumuşatılıyor ve birleştiriliyor. Bize öncü olan, yol gösterme, işaret eden, hayatımızda mihmandarlık eden, nasıl bir insan olacağımızın içten duyumun sağlayan bir ego ideali olarak süper egoda duruyor. Hep bir şeyler olmak istiyoruz; iyi insan, güzel insan, saygılı insan... Hep bunlar bizim ego ideallerimiz yani süper egonun içinde duran bir kutup yıldızı gibi oluyor. Evet.

***Kursiyer:** Hocam benim bir vakam varda; kadın otuz yaşlarında, babayla ilişkisinde problem var. Bence babayla ilişkisi çok iyi. Daha sonra babayı haksız bulmaya başlıyor ve baba her şeye müdahale etmeye başlıyor. Kızla mücadeleye giriyor. Herkes bir şey söylüyor, kız söylediğinde hemen saldırıyor. Buda ters ödipal olarak düşünülebilir mi?*

Tahir Özakkaş: Ters ödipalden ziyade burada preödipal. Aynalama, kendini değerli hissetmek, üçüncü kişi yok çünkü bu söylediğinde. Rekabet edecek kimse yok, bire bir kendisiyle rekabet ediyor. Oyuncak oynayan iki çocuğun “Ben oynayacağım, sen oynayacaksın” diye kavga etmesi gibi. Şey olsaydı mesela oradan araba yarıştırıyorlar. Birde oradan balkondan bakan teyze varsa ve kafasından ben onu geçiyorum hadi tarzında bir şey varsa bu üçlü ilişki oluyor. Evet başka sorusu olan?

Kursiyer: Geçen hafta lapsusları gördük, rüyalar vardı, anlama vakası vardı, espriler, fıkralar vardı.

Tahir Özakkaş: Evet geçen hafta baya gülmüştük dimi?

Kursiyer: Hocam, davranış lapsusu da vardı değil mi?

Tahir Özakkaş: Vardı. Dedik ya; sağa sola vurma, çarpma. Son zamanlarda klavye lapsusundan bahsediyorlar. Olur olmaz yerde vurma. (gülüşmeler) Birde internet lapsusu var. Klavye lapsusunda bir mail gönderirken yanlış harflere basıyorsun, bir mail yazıyorsun A'ya göndereceği yere B'ye gönderiyorsun. Buda internet lapsusu oluyor. Telefon lapsusları oluyor.

Kursiyer: Şimdi geçen hafta ki işlediğimiz konularda Beynin muhteşem olduğunu, her hangi bir hata yapmayacağını, bir merdiven bile çıkarken sinirlerin milyonlarcası çalışıyor. Ayağının ölçüsünü, yüksekliğini, açısını... Hepsini hesaplıyor ve her hangi bir hata da yapmıyor. Eğer hata yapıyorsa bu altta yatan bir problemle ilgili olduğundan bahsetmiştik. Konuşmada bir lapsus olursa ya da yazmayla ilgili yada düşünmeyle ilgili yada ne biliyim bedenle ilgili bir lapsuss olursa o altta yatan bir durumla ilgili olduğunu düşünmemiz gerektiğini konuşmuştuk. Şakalar, espriler bunlar kişinin iç dünyasıyla ilgili bilgi veren önemli materyaller olduğundan bahsetmiştik.

Rüyalar, bilincin önemli derecede gevşemesinden dolayı alt zemindeki bulunan dürtülerin ve isteklerin deşarj olmasına fırsat verecek bir ortam olmasından dolayı bu durumun değerlendirilmesinden çok önemli, olduğundan bahsetmiştik. Arnow vakasından biraz hocamız bahsetmişti siz değil. Burada da Arnow vakasında Arnow'un babasına karşı duymuş olduğu ensest duygusunu babanın ölümünden sonra kendisini suçlu hissetmesi ve bunun dışa vurumuyla ilgili olduğunu, bu konuyla ilgili olduğundan... Ben öyle anladım en azından. Birçok hastalığın sekonder kazançlarından bahset-

miştik. Hastalık mesela sevgiyi ve ilgiyi üzerine çekiyorsa ve bunu devam ettiren bir faktör olduğunda siz hastalığı tedavi etmeye kalktığınıza kişinin bunu dirençle karşıladığına çünkü tedavi olduğunda sekonder kazançlarının elinden gideceğinden bahsetmiştik. Çeşitli örnekler vermiştik.

Tahir Özakkaş: Rüyaların matematik bir dili olduğunu

Kursiyer: Evet rüyaların çok değerli bir şey olduğunu, gerçekten iç dünyasıyla duygularını çok güzel ifade eden bir yöntem olduğunu, tek bir sembol yada tek bir olayla bir çok patolojinin ifade edildiğini ortaya çıkaran çok değerli bir materyal olduğu konusunda hem fikiirim ama iman etme konusuna gelince daha o kadar eğilim.

Kursiyer: Kelebek etkisini konuşmuştuk.

Tahir Özakkaş: Kelebek etkisini konuşmuştuk.

Kursiyer: Bir de Freud yalnızca ödipalleri psikanalize alıyordu fakat biz Vamık Hoca'da gördük ki preödipalleri de alıyor. Ashnda psikanalitik psikoterapi yapanlar bugün preödipalleri de alıyorlar. Ödipaller de yine bir şeyde vardı; ödipal patolojiyi çözemeyen kişi bu döngünün içerisinde sıkışıyor ve bu döngüden çıkmak için bütün yaşamı boyunca uğraşıyor. Bütün ilişkilerinde bu döngüden çıkmak için çaba harcıyor ve sonunda terapi odasında da terapistle ashnda aynı şeyi aktarıyor. Demin aktarımda belki onu da söylemek gerekirdi.

Tahir Özakkaş: Evet çok haklısın.

Kursiyer: Aktarımda o ödipal döngünün içerisinde sıkışmış ve bütün hayatı boyunca o sıkışmışlığı yaşayan kişi terapi odasında da terapistle onu yönlendiriyor. Zaten tanı ve tedavide buradan oluyor.

Kursiyer: Bütün rüyalar anlamlıdır mı diyeceğiz yoksa

Tahir Özakkaş: Yok, rüyalar dediğimiz gibi ama bir özü olursa rüyaların curuf kısmına günlük yaşadığınız olaylar, travmalar, sindirme rüyaları, hepsi olabilir ama zaman zaman da özünü saklamaya yönelik rüyalarda olabilir. Açsanız açlıkla ilgili rüya görürseniz, çok sıcaksa ateşte yandığını görürsünüz, çocuğunuzun ölümlüyle ilgili kaygılar varsa bununla ilgili rüyalar görüp sindirmeye çalışırsınız. Bunların arka planda anlamı yok. Simgesel anlamı olan şeyler değil. Ama aynı zamanda bir deşarj edilmeye çalışılan dürtüler varsa bu malzemeyi de kullanarak özünü arkaya saklayabilir. O açıdan dikkat etmek gerekiyor. Başka sorusu olan var mı? Bütün konuları gözden geçirmiş olduk değil mi? S rüyaların gerçek olduğuna inanıyor musun? Arkasında bir takım bilgiler taşıdığına ve deşarj ettiğine?

Kursiyer S: *Evet*

Tahir Özakkaş: İman ettin mi sen?

Kursiyer S: *Bende iman seviyesinde değilim ama var. Curufla özü ayırma aşamasındayım.*

Tahir Özakkaş: Yani böyle bir bilgi olduğunu biliyorsun, buna inanıyorsun. İman etmek bunun olduğuna gerçekten inanmak demek, daha derin inanmak demek. İman etmek böyle iyice dinle karıştırdığı için insanlar hemen geri adım atıyorlar. Allah yakar falan diye. İman gerçekten “2” rakamının gerçekten iki olduğuna tam inanmak. İki ikidir, anlatabildim mi? Buna iman edersiniz yada yer çekimine iman edersiniz. Dünyada yer çekimi vardır gerçekten bilimsel bir bilgidir. Kırmızı kırmızıdır.

Kursiyer: *Psikanaliz tamamen iman edilecek bir şey yani. Disiplin aslında ön plana çıkıyor. Dolayısıyla bu tarz kelimelerin psikanaliz için kullanılması çok absürt olmuyor.*

Tahir Özakkaş: Evet, şimdi psikanalizin doğması farklı. Orada farklı bir imandan bahsediyoruz. Bu söylediğimiz bilgiye, geçekten görmeye ve hissetmeye dayalı bir imandan bahsediyoruz. Yani siz kendinizin kendiniz olduğuna iman mı ediyorsunuz yoksa inanıyor musunuz? S mesela sen S olduğuna inanıyor musun A olabilir misin?

Kursiyer: *Olamam.*

Tahir Özakkaş: Bu böyle bir şey işte. Ama yapısal sistemin; S değişir Ali olabilir süreç içerisinde. Dünya görüşü değişir, yapısı değişir misal ama bugünkü yapıya baktığımda S'nin S olduğuna derinden bir inancı varsa buna iman etmek diyebilirsin bu manada.

Kursiyer: *İnanmanın bir üstü bir derinliği anlamında mı iman etmek?*

Tahir Özakkaş: O manada. Yani kendiliğinden emin olmak. Mesela borderline yapılar kendiliklerine iman edemezler. Kendin nedir diye sorduğunda; cevap veremez hangisinin o olduğuna karar veremez. Kendisinin kendisi olduğuna inanır ama derinden bir şekilde o kendilik tasarımına iman edemez. Halbuki tam nesne, tam kendilik ilişkisi kumuş içsel bir bütün olarak kendini hisseden kişi inanmanın bir öteki anlamında kendine iman eder, kendisinin kendi olduğunu derinden hissedebilir. Bu manada söylüyoruz.

Kursiyer: *Temel güven duygusuyla ilişkili bir şey mi? Yani o dekor var, ben o dekoru içimde hissettim.*

Tahir Özakkaş: Hemen hemen o. Yani temel güven duygusuna biz iman ediyoruz. İman ediyoruz ki adımımızı atabiliyoruz. Yoksa her adımının çökebileceğini bilsen adım atabilir misin? Veyahutta vücuduna o kadar iman ediyorsun ki o ayak sana hizmet edecek. Mesela felçli hastalar bir anda çok şok olur, ayak kalkmaz, önce bir şaka yapıyor sanır, el kalkmaz. Nasıl olur ya? Elli yıldır, altmış yıl-