

BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ

10. DÖNEM

KASIM DERS NOTLARI



Editör
Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 120

Bütüncül Psikoterapi 10. Dönem Kasım 2011 Ders Notları

ISBN 978-605-5241-83-4

Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

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

Birinci baskı: Aralık 2013

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma hazırlayan: Sevgi Çorabatur & Menekşe Arık

Katkıda Bulunanlar: Emin Koşal

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 Cad. No:285 Darıca-İZMİR

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 bütünlüşmeyi 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, zaman zaman 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 kalmaktansa elindeki veriyi kullanarak uygulanabilecek en iyi tekniği ve teoriyi arayan bütüncül yaklaşımlı terapistler yetiştirme adına verilen Bütüncül Psikoterapi Teorik Eğitimi 10. Grubunun kasım ayı deşifrelerini sunmaktadır. Bu ders

notları, eğitim deşifresinin derlemesi olma özelliğiyle dünyada eşi benzeri görülmemiş bir yayın niteliği de taşımaktadır.

Bu ders notlarında dürtü-çatışma kuramı, klasik psikanalitik teori, oral, anal ve ödipal dönem, aktarım ve karşıaktarım kavramları, rüyaların özellikleri ve yorumları 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

KASIM 2011 1. GÜN

1 DÜRTÜ-ÇATIŞMA KURAMINA GİRİŞ	1
2 KLASİK PSİKANALİTİK TEORİ	54
3 ORAL DÖNEM	69
4 ANAL DÖNEM	104

KASIM 2011 2. GÜN

5 ÖDİPAL ÇATIŞMA ve KLİNİKTE GÖRÜNÜM ŞEKİLLERİ	143
6 ELEKTRA KOMLEKSİ VE KLİNİKTE GÖRÜNÜMLERİ.....	191
7 AKTARIM VE KARŞIAKTARIM KAVRAMLARI	221
8 PSİKANALİTİK KURAMDA KAVRAMLAR	279

KASIM 2011 3. GÜN

9 LAPSUS ve RÜYALARIN ÖZELLİLERİ.....	339
10 RÜYALARIN ÖZELLİKLERİ	389
11 RÜYALAR VE YORUMLARI	446
12 NARSİSTİK VE ELEKTRAL RÜYALARIN YORUMLARI.....	517

Kasım 2011

1. GÜN

1

DÜRTÜ-ÇATIŞMA KURAMINA GİRİŞ

BİR ÖNCEKİ AYIN ÖZETİ

Tahir Özakkaş: Geçen ayın özetini yapacak değerli bir arkadaşımı arıyorum.

Kursiyer B: *Bilişsel kuramı anlatmıştınız. Yalnız Kernberg ile karıştırırsam lütfen düzeltiniz. Geçen ayı bilişsel terapiyi işledik diye hatırlıyorum. Şema bir anlamda bizim hayata bakış açımız diyebiliriz. Özellikle ödipal dönemde de olduğundan bahsettik burada. Nesne ilişkileri ile de oluşuyor. Davranışçı öğrenme metotları ile oluşuyor. Şemaları değiştirdiğimizde yaşadığımızın patolojinin de değişebildiğine dair örnekler oluşturduk. Bilişsel terapilerde şemaların önemli bir yeri var. Bilişsel terapinin günümüzde geldiği ana noktada şemalar üzerine yoğunlaşma ve şemalar üzerine değiştirme üzerine dönüşmüştü. Daha klasik bilişsel terapide düşünce ve duygu arasında ki ilişkiye yönelik bir çalışma yapılırken şu anda şemalara yönelik oluyor. Çünkü daha keskin ve daha net değişiklikleri yapıyoruz. Daha doğrusu kişi kendisi yapıyor. Bunları değerlendirmiştik. Bunun haricinde de uygulama tekniği olarak baktığımızda bilişsel terapiye kişinin yaşadığı ilişkiye ilişkin duygunun kendi üzerindeki etkisi ile o etkiye kişinin mantık boyutu ile İnanırlığını karşılaştırıyoruz terapide. O kişinin hissettiği duygu ile gerçeklik arasın-*

daki ilişkiye bakmasına yönlendiriyoruz onu bu şekilde. Düşüncenin duyguyu yönetmesine fırsat veriyoruz. Bilişsel terapide kişinin bu şekilde kendisini algılamasına yardımcı oluyoruz. Terapötik işlevimizde böyle bir süreç var. Bilişsel terapinin özellikle son dönemde davranışçılıkla işbirliği yaptığı böyle bir süreç “bilişsel davranışçı psikoterapi” deniliyor. Terapi sürecinde ev ödevlerinin olduğu bir çalışma bu. En önemli noktalara baktığımız zaman yine burada sistematik duyarsızlaştırma, aşamalı iyileştirme davranışçı ödevleriyle bilişsel terapide uyguladığımız yöntemler. Yine imajinasyon bilişsel terapi de uyguladığımız yöntemler içerisinde yer alıyor, özellikle fobilerde kullanabiliyoruz bunu. Hocam şimdilik bunlar var aklımda.

Tahir Özakkaş: Katkısı olan. Buraya verelim mikrofonu.

Kursiyer: Bilişsel terapi ile bizim enstitümüzün bilişsel terapi anlayışı arasındaki farktan bahsetmiştik. Benzerlikler var ama en temel temel kabuller vardı; değersizlik, yetersizlik, çaresizlik duyguları. Enstitümüz bunları kabul etmiyor. Yani insanların bunları kabul ettiğini kabul etmiyor. Bir şekilde daha farklı sizin verdiğiniz liste vardı. Onlara yöneldiğimiz, insanların kendini bütünleştirmeye, tamamlamaya yöneldiğini ve bunları gerçekleştirmeye yöneldiğini içgüdüsel olarak ifade etmiştik. Böyle bir fark vardı bilişsel terapi ile enstitümüz arasında bunu belirtmek istedim.

Tahir Özakkaş: Kendi hayatına baktığın zaman sana hangisi makul geliyor?

Kursiyer: Ben de öyle düşünüyorum, insanlar kabul etmiyor bunu.

Tahir Özakkaş: Böyle geliyor birisi arkadaşın, komşun ya da annen, kardeşin; “**Ben çok kötüyüm, beş para etmiyorum, kimse beni sevmiyor, yetersizim, çaresizim, rezilin birisiyim, pisliğim, pisliğim diyor**”

Kursiyer: Öyle olmak istemiyor.

Tahir Özakkaş: Böyle olanı, gerçekten buna inananı gördün mü?

Kursiyer: *Evet inanıyorlar, ama şöyle bir şekilde kısır döngü oluyor. Yani kendi davranışları etraftakilerin davranışını etkiliyor. Geri dönüyor aynı şeyleri yapmak zorunda kalıyor. Böyle bir kısır döngü yüzünden buna inanmak zorunda kalıyor insanlar ama bunu kırdıkları zaman...(Hoca söze giriyor)*

Tahir Özakkaş: Ama içlerinde bir çekirdek **“Hayır sen bu değil-sin sen bunu kırabilirsin diye herkesi tedaviye yönlendiriyor, terapiye yönlendiriyor, mücadeleye yönlendiriyor, üzüyor.”** Niye üzülür bir insan? Neden üzülür? Böyle olmak istemediği için?

Kursiyer: *Rahatsızlık duyuyor. Hani demiştik ya, elin varsa ispat etmek zorunda kalmazsın?*

Tahir Özakkaş: Rahatsız olmazsın, çok güzel yakalamışsın? Evet, bu konuyu biraz açacak var mı?

Kursiyer: *Bu değersizlik hislerini, yetersizlik ve değersizlik hislerini fazlaca dile getirende aynı zamanda galiba karşıdan **“Sen bu değil-sin”** demesini duymak içinde aslında söyleniyor.*

Tahir Özakkaş: Bunu bir araç olarak kullanarak diğerlerinin; **“Hayır ya kesinlikle ne alakası var şeklinde”** o güzel cümleleri duyarak kendisini iyi hissetmek istiyor olabilir.

Kursiyer B: *Hocam bu dinamik bir açıklama değil mi? Sadece biliş-sel bir süreç mi?*

Tahir Özakkaş: Dinamik bir açıklama. Ama şöyle bir şema var mesela, ne dersiniz bunun şemasına? Ne kadar sızlanırsan diğerleri seni o kadar sever ve kollar, korur. Güzel cümleleri duyarsın bu da doğru bir şema. Arkadaşlarının arasına gittiğin zaman kendinin kötü olduğuna dair anlattıkça; **“Vallahi değilsin diye herkes seni rahatlatmaya çalışır”** Ama hiç sesin çıkmazsa kimse sana bir şey demez. **“Tamam, işte pisliğin birisin ne olacak”** Güzel bir şema

değil mi? Sızlanıyorsun, sızlanıyorsun, herkes seni kurtarmaya çalışıyor. Ohhh! Öğreniyorsun, bu şema güzelmiş. Yakaladım onu diyorsun.

Kursiyer S: *Dinamikte nasıl olur ki; Hocam Norcross şemayı reddetmişti.*

Tahir Özakkaş: Narcross reddetti. Bize ne?

Kursiyer S: *Dinamiği takip eden birisi... Bütüncül anlamda öyle tahlil etmişti.*

Tahir Özakkaş: Bizde farklı tahlil ederiz.

Kursiyer: *Siz Norcross'u başı diye getirmiştiniz onun için..*

Tahir Özakkaş: Yok canım ben söylemiyorum, o söylüyor bende size onun sözünü aktarıyorum. Bundan ne sonuç çıkardık şimdi?

Kursiyer S: *O da olabilir bu da olabilir.*

Tahir Özakkaş: Kesinlikle. Biraz kafanızı karıştıracak ama, size geniş bir vizyon verecek.

Kursiyer B: *Bütüncül bu olsa gerek.*

Tahir Özakkaş: Bütüncül. Her şeyden kuşku duyuyorsun, makul ve mantıklı olanı entegre ediyorsun. O entegre ettiğin şeyden de kuşku duyuyorsun. O şekilde de bilim geliyor.

Kursiyer B: *Hocam bir şey sorabilir miyim? İki günden beri Frank E. Yeomans (Borderline Kişiliğin Psikoterapisi-Nesne İlişkilerine Odaklanmak) ve ekibini test etmek amacıyla bir iki soru sordum. Sınıfta gülüşmeler. Çünkü yeteri kadar geri bildirim alamadım. Ashnda aldım da bir de sizden almak ihtiyacım var. Daha doğrusu onay değil de paylaşım. Şimdi Kernberg'in anlattığı aktarım odaklı psikoterapiyi ben uyguladım. 3 vakada uyguladım; hemen taze taze.*

Kursiyer: *Ara ara çıkıyordunuz onun için miydi?*

Kursiyer B: *Evet, uyguladım. Fark ettim şöyle bir şey oldu? Bir tanesi hakikaten Ağır kişilik bozukluğu olan Borderline yapıda uyguladım. Onda işe yarıyor, işliyor, yani. Ama daha yüksek seviyede, daha nevrotik düzlemde birisine uyguladığımda garip bir şey oldu orada. Orada tam tutmadı tam onu sorguladım. Yüksek seviyedeki yapılarla ilgili aktarım odaklı bir kitaptan bahsettim onu çevirtmenizi hasletten rica ediyorum ayrıyeten. Çevirtmeniz güzel olacaktır. Burada şunu görüyorum. Demek ki her seviyedeki vakaya aynı şey uygulanmıyor. Ben ağır kişilik bozukluklarında aktarım odaklıyı kullanırken nevrotik düzeye çıktıkça bilişsel şemalarını da kullanabiliyorum. Daha yukarı çıktıkça sadece bilişsel varoluşçu terapiye kadar çıkar bu? Böyle bir yargım oluştu. Bu konuda fikriniz nedir hocam?*

Tahir Özakkaş: Kişisel tercihindir saygı duyarız diyorum.

Kursiyer B: *Akademik bir cevap olmadı, akademik bir cevap istiyorum.*

Tahir Özakkaş: Çünkü cümlelerin akademik değildi? Kusura bakma ama!

Kursiyer B: *Neden hocam?*

Tahir Özakkaş: *Neden. Kuramları tam bilmediğimiz için, eksik bilgi ile farklı yorumlar yapıyoruz. Parça kısmını görüyoruz. Bu fil örneğini anlattım size hep hatırlarsanız. Filin kulağı, bacağı, kuyruğu, hortumu... Şimdi siz iki tanesini yakaladınız. Kuyrukla, bacak arasını; “Ya kuyruk ayrı bacak ayrı hocam” ikisini bir birine karıştırıyorlar diyorsun.*

Kursiyer B: *Karıştırıyorlar demiyorum.*

Tahir Özakkaş: *Veya da olmaz orada diyorsun.*

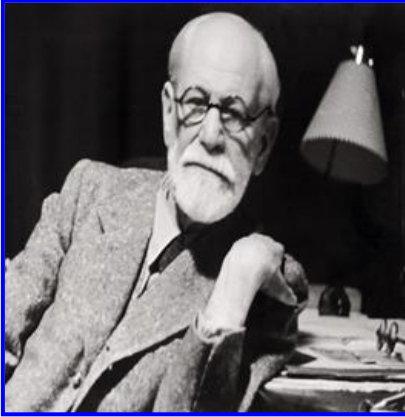
Kursiyer B: *Burada yeteri kadar işe yaramadığını gördüm. Buraya doğru çıktıkça işe yarıyordu diyorum.*

Tahir Özakkaş: Ben de diyorum ki, filin kuyruğu var, bacağı var, dişi var, kafası var, gövdesi var, iç organları var dış organları var. Bu adamlar bu işin tüm organlarını bilen adamlar. Ama nazik oldukları için bize böyle bir tarafını (Sol elinin işaret parmağı ile başparmağı arasında miktar belirten bir işaret yapıyor) anlatıyorlar. Çünkü o tarafı ile daha çok ilgileniyorlar. Zaman içerisinde biz filin bütün boyutları ile anlayabilir ve kavrayabilirsek uzun bir yolculuk bu. Daha da zihnimize oturacak. Bu ay anlatacağımız kuram tam da senin söylediğin şeyleri, nevrotik düzlemi anlatacağız bu gün. Psikoterapinin başlangıç tarihi itibari ile Freud'un doğumu ile başlayıp, 1856-1938'e kadar geçen süre içerisinde Freud'un oluşturmuş olduğu bir kuram var. Bu kuramla belki psikoterapiyi başlatabiliriz. Konuya buradan girerek tam da senin söylediğin nevrotik düzlem nedir? O nevrotik düzlemden neden preödipal düzlemlere inilmiştir. Neden bu işi kuran adam preödipal düzlemlerle ilgili bir şey önermemiştir de orayı yok saymıştır? Görmemiştir veya görmezlikten gelmiştir.

Preödipal dönemle ilgili söyledikleri bu gün ne kadar geçerlidir. Deha gibi olan bir adamın nerede ne şekilde tespitleri var, o tespitlerin ne kadar doğruluğu ve hataları var bu gün gün yüzüne çıkıyor. Bu gün söylenenler 20 yıl sonra yeni gelişecek bilimsel bilgilerle farklı bir anlam kazanacaktır. Çünkü hiçbir şey görüldüğü gibi değil. Bu gün doğru bildiğin yarın değişebiliyor. Daha çok sistemi nörobiyolojik olarak beyinde neler olduğu ile ilgili kafamız netleşirse, çok zor ama en azından kaba hatları ile netleşirse bütün bu yaptıklarımızın, kuramların şemaların, aktarımların nevrotik düzlemin, preödipal düzlemin, kişilik bozukluklarının nasıl oluştuğunu ve çalıştığını daha iyi anlayabileceğiz. Çünkü çok az bilgiye sahibiz. Bu az bilgi bizde kahramanlıklar yaratıyor. Kuramcılarda da kahramanlıklar yaratıyor. Ama birazcık süttten ağzı yanmış olan kuramcılar çok nazik konuşuyorlar.

Bunun en güzel örneğini Watkins'le ilgili olarak söylemiştim ben. John Watkins'ın Ego Durumları kitabı var. Arada bir onun önsözünü okuyun. Orada o kadar güzel açıklamış ki; bir olgun kuramcı olarak. 95 yaşında bize Workshop vermeye geldi Türkiye'ye anlatabildim mi? Ölmeden de bindirdik uçağına. O kadar zihni aktif bir adam. 1940'lı yıllarda kuramını oluşturmuştu. Diyor ki;

—“Benim kuramım şu anda birçok şeyi izah eder gibi gözüküyor. İnsanın ruhsal yapısını, sistemin nasıl çalıştığını, interpsişik sistemi, interpersonal sistemi izah ediyor. Fakat benim kuramımın da tarihin kuramsal çöplüğünde yerini alacaktır” diyor. Bundan mutluluk duyarım diyor. Bunu diyebilmek büyük bir olgunluk... O biliyor ki şu andaki mevcut bilgilerle



olayla bu şekilde izah ediyor. Yeni gelecek bilgilerle birlikte o kuram tarihsel çöplüğe gidecek. Bu günkü bilgilerimizin hepsi bir gün tarihsel çöplüğe gidecek. Çünkü bunların hepsi hipotez. Yaptığımız şeylerin sonucunda insanların yarar görmesi farklı bir şey. Bizim cinci hoca da muska yazıyor, hastalar fayda görüyorlar bu farklı bir şey. Yaptığın şeyin

bilimsel bir temelde etiopatogenez dediğimi sebep sonuç ilişkisinde bire bir anlamak oraya giren girdilerden; nasıl bir sistem kurgulanıyor ki; şöyle bir sonuç çıkıyor şeklindeki sistemi kavramak başka bir şey. Şu anda ondan çok uzağız. Onun için ancak kaba hatları ile bu böyle olabiliyor diyebiliyoruz. İşte kaba hatları ile söylediğimiz şey dahi o kadar ince ve naif ki, o kadar onu anla-

mak ve kavramak zor ki, onu anlamaya çalışıyoruz, o kabayı anlamaya çalışıyoruz.

DÜRTÜ-ÇATIŞMA KURAMINA GİRİŞ

Nevrotik düzlem ile ilgili yapı, yavaş yavaş konuya girelim o zaman. Bu günkü konumuz nevroitik düzlem. Nevrotik düzlem ile ilgili yapılan çalışmalar Freud ile başlamıştır. Freud bir neropatolog idi, bir tıp doktorudur. Nöroloji ile patolojiyi birleştiren insanların beyin sisteminde ki nöronlardaki yapıları araştıran, bununla ilgili ölmüş hastaların beyinlerini keserek kesitlerle nöronal yapıların, beynin tabakalarını anlamaya çalışan, bununla ilgili çalışmalar yapan ve daha da ötesi insanın yaşam kaynağı, ruhsal yapısı sistemindeki nöronlardaki yeri nerededir? Kendimizi nasıl adlandırıyoruz, biz kimiz, kendilik tasarımıımız, mantıksal düşüncemiz, duygularımızın kaynağı itibari ile beynin neresinde ne oluyor. Bunu anlamak ile ilgili çalışmalara yoğunlaştı. Baştan kafaya koymuş. Daha ilk tıp okuduğu süre içerisinde aldığı organ beyin. Kafasına taktığı. Yani ortopedik gibi kemikleri almıyor, kasları almıyor, ürologlar gibi böbreği almıyor, cerrahlar gibi kesip biçmeyi almıyor.

Kafaya taktığı organ beyin beyinde ne oluyor, nörolojik olarak ne oluyor. organik olarak ne oluyor, maddi olarak ne oluyor. Bu



süreci çalışırken o dönemin Fransa'sında Jean-Martin Charcot ve Bernheim iki tane tıp ekolünün ileri gelen, dünyadaki en önemli iki ismi. Bir biri ile tatlı bir rekabet içerisinde olan, iki okul; Charcot Ve Salpetriere Okulu ve Bernheim'in

Nancy Okulu Fransa'da iki tıp okulu.

Bütün Avrupa'da tıp okumak isteyenler bu iki okuldan tıp diploması almaya çalışıyorlar. Okulun iki tane meşhur bilim adamı özellikle Charcot nöropatolog. Ve o zamanlarda psikiyatri nörolojiden ayrılmış değil. Nörolojinin içerisinde yer alıyor. O dönemde nevrozlar var çok yaygın olarak. Nevrozlar organik bir nedene dayanmayan konversiyon reaksiyonları ile gelen felç halleri, körlük halleri, sağırılık halleri, konuşamama, ellerin ve ayakların uyuşması, tutamamak gibi yüzlerce semptom ile gelen yüzlerce hasta ve genellikle genç bayanlar. Bunlar ile ilgili teoriler geliştiriliyor.

Beyinlerdeki mikrobik ajanlardan tutun ki nöronların çalışma sistematığındeki bozukluğa kadar. Nöropatolojik bir takım araştırmalara kadar. Organik olarak incelendiği halde gözüküyor. Göz normal çalışıyor, ama görmüyor. Ses telleri normal çalışıyor, ama konuşamıyor. Kulakları normal ama işitmiyor. Ayakları normal ama yürüyemiyor. Bunlarla ilgili yapılan çalışmalarda sonunda Charcot hipnoz çalışmaları yapıyor. Ve hastalar hipnotik transa alındığında semptomları kayboluyor. Hipnoz nasıl bir fenomen olduğuna dair çalışmalar başlıyor. Hipnoz bir telkin mi? Ona uygulanan bir sistem mi? Bu telkinle beyin nasıl bir etki yaratıyor ki, vücudundaki semptom olarak nitelendirilen bir takım rahatsızlıklar ortadan kalkıyor. İşte hipnotik transa alındıklarında aylarca ve yıllarca süren körlükleri işitmemezlikleri felç halleri düzelebiliyor.

¹O zaman bunu Charcot bunun dinamiğini anlamaya, bunun bilimsel olarak ne olduğunu izah etmeye çalışan çalışmalar yapıyor. İşte tam bu çalışmaların ortasında da Freud Charcot ile tanışıyor. Freud hipnotik transı inceliyor. Bakıyor ki insanlar normal bilinçli konuşmalarının dışında farkında olmadıkları ama kendilerinin yaşadıkları bir bilinçdışı alan var. İnsanoğlu ilk defa kendi yaşamı üzerinde kendisinin kontrol edemediği bir alanın varlığını keşfeden bir zihinle karşı karşıya. Bir şeyin evren yaratıldığından beri

¹ <http://www.cmaj.ca/content/182/13/E673/F2.expansion.html>

var olması farklı bir şey suyun kaldırma kuvvetinin o evrende bir insanın fark etmesi ve bütün dünyadaki büyük Atlantik gemilerinin inşa edecek bir fiziksel alt temeli bulması farklı bir şey.

Elma daldan hep düşüyor, ama birisinin önünde düştüğü zaman evren değişiyor. Aynı şey Freud için de söz konusu. Herkes yaptığı tüm eylemlerin bilinçli ve kendi zihninin ürünü olduğu şeklindeki bir mite inanmış. Bir batıl inanca inanmış. Nasıl oluyor bu benim hayatım ise ben düşünüyorum, elim ben uzatıyorum. Sen mi uzatıyorsun? Ben uzatıyorum eli. Ama hipnotik transta anlaşılıyor ki insanlar hipnozdan çıktıktan sonra hipnozda ne olup bittiğini bilmiyorlar. İlaç vermediniz, iğne yapmadınız, uyuşturmadınız, anestezi etki etmediniz, ruhlar, cinler periler çağırmadınız. Adama telkinde bulundunuz. Adamın beynine bir şey oldu. Telkinde bulunduktan sonra özel bir hale dönüştü. Bu özel bir halde bir takım olaylar yaşadınız. Dakikalar ve saatlerce geçmişi konuştunuz. Tavsiyelerde bulundunuz, telkinlerde bulundunuz, Post hipnotik telkinler yaptınız.

Semptomunu ortadan kaldırdınız. Uyandırdınız, ama adam hiçbir şey hatırlamıyor. Hanım hiçbir şey hatırlamıyor. Ne oldu? Birisinin kafasına bir elma düştü. Kimin kafasına? Freud'un kafasına. Dedi ki; **“Aman tanrım insanın yaşamı kendi elinde olmalı. İnsanın kendisinin fark etmediği bir bilinçdışı alan olabilir mi?”** Sorusunu sordu.

Bununla ilgili olarak nörolojik, biyolojik incelemelerden psikolojik incelemeye geçti Freud. Çünkü o zaman henüz psikiyatri yoktu anlatabildim mi? Yeni yeni psikolojik olaylar üzerine çalışılıyordu. İşte bu ilginç buluşmadan sonra Freud'un bir hipnoz çalışma dönemi var. İnsanların ruhsal dünyalarını bilinçli ile bilinçdışı alanını fark eden ve anlamaya çalışan bir sistemi kavramaya başladı. Şimdi nevroza nasıl geliyoruz. Tarihsel bir süreç var çok ilginç bir şey. Anna O Adını verdiği hasta tesadüfen buna geliyor, sıkıntıları var,

konversiyon reaksiyonları var. Zaman zaman felç halleri var, kusmaları var vesaire. Konuşuyorlar onunla, geliyor konuşuyor, geliyor konuşuyor. Buradan da serbest çağrışımın çıkması ile ilgili bir yine bir elma daha düşecek. Onun şansına çok elma düşmüş. Bize hiç düşmüyor. İki büyük elma, inanılmaz yani, bir bilinçdışını keşfetti şimdi de bilinçdışına erişim yolunu keşfedecek. Hatta üçüncü bir elma rüya da düşecek ona. Hatta Lapsusta düşecek. İnanılmaz şanslı.

Kursiyer Ç: Kareyi kurdu.

Tahir Özakkaş: Kesinlikle bu muhteşem bir şey. Suyun kaldırma kuvveti fiziksel olarak bulunmasaydı. Hamamda tas kalkmasaydı denizlerin hiç birisinde bu gemileri göremeyecektiniz. Hiç bir şey yapamayacaktınız. Onun gibi düşünebilirsiniz gerçekten tarihi dönemeçlerden birisi bu manada. Geldi hayatını anlatmaya başladı. Anlattıkça böyle derinlere gitti hasta. Her gün geliyor, burada anladığım kadarı ile inceliyor; ne oluyor anlat diyor. Anlattıkça hasta rahatladığını söyledi. İlgili ilgisiz konuşuyor. Anna O'ya sorular; nasılsın? Anna O;



—Çok iyi hissediyorum dedi. Buna ne diyebiliriz dediler. Bu tedavinin adını ben koyayım dedi Anna O:

—Buna baca temizleme diyebilirsiniz. Baca temizleme biliyorsanız kıta Avrupa'sında evlerde şömineler var. Bizdeki soba gibi değil. O şöminelerin bacaları büyük bir delik, baca temizleyenler var. İçindeki kurumları indirerek daha çeker hale getiriyorlar. Bu bacaların içeri-

sinden insanlar inip çıkabiliyor. Kurumlar, pislik, her şey iniyor ve pırl pırl bir baca oluyor. Ruhsal dünyamızda da birisi ile her gün düzenli olarak konuşmak ve bir takım olayları anlatmak ruhsal bir arınma, temizlenme, detoks oluyor. Buna dedi ki baca temizleme diyelim dedi. Tedavi sürerken her halde detayını hatırlamayabiliyim. Karıştırabilirim. Bir elma daha düşüyor oraya. Bakıyorum bütün elmalar ona düşmüş haset ettim.

Kursiyer Ç: *Şanslı adam.*

Tahir Özakkaş: Josef Breuer ile beraber götürüyorlar bu vakayı. Josef Breuer götürüyor, tartışarak beraber götürüyorlar. Kız yavaş yavaş sarkıyor. Josef Breuer'a karşı aşkı oluşuyor. Josef Breuer bu aşkı eşi nedeniyle kaldıramadığı için evde kriz yaşadığı için Freud'a rica ediyor. **"Ben artık bu vakayı taşıyamayacağım. Bana ilan-ı aşk etti."** İşte burada aktarım elması düşüyor.

Kursiyer: *Bertha Pappenheim`vakası mı hocam?*

Tahir Özakkaş: Bertha Pappenheim`vakası. Daha sonra Breuer elindeki bu vakayı Freud'a veriyor. Altın tepsi ile sunuyor. Çünkü bütün öğrendiğiniz bilginin kaynağı bu vakadan çıkıyor arkadaşlar. Bu kadar önemli anlatabildim mi? Psikanalitik teori bu vakadan çıkacak. Buradan da dün öğrendiğimiz aktarım odaklı psikoterapi çıkacak. Bir şey olmadan öteki olmaz, zincirleme bir reaksiyon var sistemin içerisinde. Adam korkuyor, tırsıyor, vakayı Freud'a veriyor. Freud çok zeki bir insan tabii; Buna bakıyor ki, âşık olunan kişi ne Breuer ne de kendisi.

Bertha Pappenheim'in iç dünyasında babaya karşı olan sevgisi ve ilgisi, işte içselleştirilmiş nesne ilişkileri dediğimiz duygusunu buraya projekte ediyor. Freud bunu çıkarıyor. Öteki kurtulmak için atıyor, bu altıntopu alıyor. Bir bakıyor ki aslında kendi üzerinde aşk ve sevgi diye canlandırdığı duygular Freud'a hissedilen ilan-ı aşklar yavaş yavaş konuşuldukça ilk çocukluk ilk çocukluk ilişkile-

rine gittiği zaman aslında babasına olan sevgisinin, babasına olan aşkının Freud üzerinden canlandırıldığına dair bir sistem olduğunu görüyor. Burada bir elma daha düşüyor; evet **aktarım** ilişkisi dediğimiz bir ilişkinin hayatta hep kendisini tekrarladığını ve hep yarım kalmış olan aşk hikâyesinin baba yerine ikame edilen kişiler üzerinden sağlanmaya çalışıldığını gösteren bir tabloyu ortaya çıkarıyoruz. Şimdi demek ki Anna O vakası ile birlikte klasik psikanalizin ilk çekirdek temelleri ortaya atılıyor. Ne öğrendik;

1. Freud gitti ben dedi nöropatolog olacağım, beynin nasıl çalıştığını anlayacağım.
2. Tam beynin nasıl çalıştığını anlayacağım derken Charcot ile beraber çalışırken onun öğrencisi olarak çalışırken hipnoz olaylarını seyretti.

Hipnoz olaylarını seyrettiği zaman ilk defa bilinçli olarak bilinen bir insanın bilemediği kendine ait davranışlarını anlamlandıramadığı bir başka gücün onu yönettiğini fark etti. Bilinçdışını fark etti.

Kursiyer Ç: *Peki Charcot hipnozu ilk o kullanmaya başladı. Freud'dan önce o kullandı ve Freud'a öğretti. Peki, Charcot bunu nasıl fark etmedi?*



Tahir Özakkaş: Bilmiyoruz. Bu elma kime düşer kime düşmez. Charcot hipnozun nasıl bir şey olduğuna dair teoriler geliştiriyor onlar. Nevrozla ilgili teoriler. Fakat bilinçdışı ile ruhsal aygıt ile ilgilenmiyorlar onların derdi biyolojik olarak nöronlar da ne oluyor. Nöronlarda bu etki hipnotiktrans denilen özel bir me-

kanizma var. Bu insanların semptomlarını ortadan kaldırıyor. Bunun mekanizmalarını anlamaya çalışıyorlar. Ama Freud aynı mekanizmayı alıyor insanlık tarihini değiştirecek bir sistemin merkezine koyuyor. Charcot'un öyle geniş bir vizyonu yok anladığım kadarı ile.

Kursiyer Ç: *Charcot bilinç düzeyinde tutarak çalışıyor.*

Tahir Özakkaş: Bilinç düzeyinde tutarak bir telkin yaratıyor, etki tepki. Dahası sanki bir kahramanlık gibi yani insanların nasıl iyileştğini görerek hani size Sizlere Mesmer'i anlatmış mıydım? Franz Anton Mesmer 1700'lü yıllarda ya da daha erken dönemlerde inanılmaz bir şekilde insanları kitleler halinde hipnoz ile iyileştiriyor. Fransa'da Paris'e taşınıyor. Paris'te çok meşhur bir doktor oluyor. Ofisler açılıyor, erguvanı renklerle salona giriyor. İnsanlara dokunuyor. Yüzlerce kadın bir anda kendinden geçiyor. Hıçkırıklarla ağlıyorlar, kendilerini yerlere atıyorlar. Körlerin gözü açılıyor, işitmeyenlerin kulakları işitiyor, yatalaklar düzeliyor; Tanrı gibi bir adam. Daha sonrada şarlatan diye hükümet rapor hazırlıyor. Köye gönderiyorlar. Oradan gelip daha önce mekanizma bu şekilde hipnozun etkinliğini biliyor, ama bu nasıl oluyor. Beyinde ne oluyor? Beyinle ilgilenmeyi kesiyor Freud.

Çünkü onun ilk makalesi var anladığımız kadarı ile Allan Schore da hep ona atıf yapar. Elimdeki teknik ve teknolojik imkânlarla beyinin içerisinde ne olduğunu anlamak mümkün değil. O günkü teknolojik imkânlarla o halde ben bunu anlayamıyorum. Beyni sadece histolojik olarak beyni kesip mikroskobun altında bakmak ona bir şey kazandırmıyor. Burada sanal bir ruhsal aygıt geziyor. Diyor ki libido kavramı diye enerji diye sanal bir kavram geliştiriyor. Aslında derdi o libidonun beyinde bir kaynağını bulmak.

Bütün hikâye o, yaşam enerjisi denilen yer nerede, düşünce yeri nerede onu bulmak. Oradan bizim mesleğimiz ile ilgilenenler bey-

nin nörolojik kısmı ile ilgilenmiyorlar. Biz ayrı bir ruhsal aygıt oluşturuyoruz. Bir sistem oluşturuyoruz, sanal bir zihinsel sistem. Sizi bunun üzerine kurgulanmış bir dünyaya davet ediyor.

Charcot beyinde kalırken Freud beyinden çıkıyor. Beynin içinde oluşsan sanal bir ruhsal aygıtın evrensel insanı tanımlayan aygıtın yapısını anlamaya ve kurgulamaya çalışıyor. Elindeki malzeme nedir, Anna O vakası ve hipnoz. İki tane şey yakaladık; hipnoz sayesinde bilinçli alanımız var, bilinçdışı alanımız var. Hiç bir şey bilmiyoruz, ama daha şimdi bir karanlık kuyunun içerisinde kara bir iğneyi arıyoruz. Freud'un pozisyonu bu şimdi. Bize çok kolay geliyor, id, ego, süperego. Savunma mekanizmaları, aklıleştirme yaptın, projeksiyon yaptın. Şimdi bu çok kolay. Milletın anası ağladı bu dört cümleyi bir araya getirebilmek için. Freud'dan sonra Anna Freud savunma düzeneklerinden 5-6 tanesini yazdı. Dünya yeni bir anlam kazandı. Şimdi biz 101 tane söylüyoruz da kimse takmıyor. Konu anlaşılıyor değil mi?

Kursiyerler evet diye cevap verdiler.

Tahir Özakkaş: Demek ki Freud nörolojiden umudunu kesti. Allan Schore o umut kesilen noktada diyor ki, “**Sevgili Freud mezarında rahat uyu, ben senin mesajını aldım. Senin teknolojik imkânların yoktu, ama ben şu anda fonksiyonel Manyetik Rezonans cihazlarıyla çalışıyorum. Senin yarım kalan libido kaynağının hikâyesi nerede onu bulmaya çalışıyorum**” diyor. Tarihsel sörkıl'a (Circle) bakarsanız; Allan Schore (Manevi babası) Freud'u memnun etmek için “**Senin nöropatlojiden uzaklaştığın teknik imkânlarla ruhsal kaynağın nasıl çalıştığını anlayamadığın yerden ben devam ettiriyorum**” diyor. Kitaplarının başında da Freud'un bu ilk makalesine atıflar var. Derki; “**Freud buna ulaşmak istedi, fakat teknolojik imkânlar, teknolojik gelişmeler ona bunu vermedi. Ben Freud'un bana miras ola-**