

# **BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ**

## **8. DÖNEM**

AĞUSTOS DERS NOTLARI



Editör

Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 126

*Bütüncül Psikoterapi 8. Dönem Ağustos 2009 Ders Notları*

ISBN 978-605-5241-57-5

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: Beyza Tıraş, Emin Komşal

Baskı: İklim Ofset

Nişanca Mah. Arpacı Hayrettin Sok. No:21 Eyüp/İstanbul

Tel: 0212 577 77 45

[www.iklimmatbaa.com](http://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](http://www.psikoterapi.com) - [www.psikoterapi.org](http://www.psikoterapi.org) - [www.hipnoz.com](http://www.hipnoz.com)

## SUNUŞ

**I**nsanlık 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, 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 kalmaktansa elindeki veriyi kullanarak uygulanabilecek en iyi tekniği ve teoriyi arayan bütüncül yaklaşımlı terapistler yetiştirme adına verilen Bütüncül Psikoterapi Teorik

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

Bu ders notlarında psikoseksüel gelişim evreleri, Mahler ve gelişimsel psikoloji 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

## AĞUSTOS 2009 1. GÜN

1 PSIKOSEKSÜEL GELİŞİM EVRELERİ .....	1
2 MAHLER VE GELİŞİMSEL PSİKOLOJİ .....	30
3 ORAL DÖNEM TEMEL GÜVEN-GÜVENSİZLİK .....	70
4 AYRIŞMA VE BİREYLEŞME .....	107

## AĞUSTOS 2009 2. GÜN

5 BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ .....	137
6 BİR VAKA SUNUMU.....	182
7 TEMEL GÜVEN VE GÜVENSİZLİK .....	229
8 ANAL KARAKTER .....	276

## AĞUSTOS 2009 3. GÜN

9 ÖDİPAL DÖNEM .....	315
10 ÖDİPALİN KLİNİKTE GÖRÜMÜ (Vaka Sunumu) .....	361
11 ÖDİPAL VE ELEKTRA VAKA ÖRNEKLERİ .....	408
12 TEDAVİ SÜRECİ.....	432
EK Nesne süregenliği ve nesne sürekliliği .....	453
DİZİN .....	455



---

Ağustos 2009

**1. GÜN**

---



# 1

## PSİKOSEKSÜEL GELİŞİM EVRELERİ

### BİR ÖNCEKİ AYIN ÖZETİ

**T**ahir Özakkaş: Evet arkadaşlar. Kim eksik aramızda? Yoklama yapılıyor. Evet, Kursiyer AR geçen ay ne anlattık?

*Kursiyer AR: Savunma Mekanizmaları*

**Tahir Özakkaş:** Aklında ne kaldı?

*Kursiyer AR: Entelektüalizm, İdealizasyon. En az 40 kişiye anlattım 1 ay içinde.*

**Tahir Özakkaş:** Anlattığın her şey içindeki duygularının projeksiyonudur.

*Kursiyer AR: Hoca beni öyle bir duvara vurdu ki dedim, ama bir savunma mekanizması yakaladım. Anlatacağım benimle ya iftihar edeceksiniz ya da kovacaksınız.*

**Tahir Özakkaş:** Peki geçen 2 ayı özetleyecek gönüllü bir arkadaş arıyorum. Hadi, kursiyer G,

*Kursiyer G: Birinci ayda öncelikle tanıştık. Herkes kendini tanıttı. Daha sonra bütün konuların özetini gördük. Çok hızlı bir şekilde ruhsal aygıtın tanımını gördük ve görüşme örneği yaptık. Kursiyer*

*S'le görüşme nasıl olur, görüşmede nelere dikkat edilir onu öğrendik. 2.ay ruhsal aygıtı öğrendik. İd, ego, süper ego nedir, bunların üzerinde durduk, bunları kavradık. Sonra savunma mekanizmalarını öğrendik. Çok özet olarak böyle ama ayrıntıya girersem...*

**Tahir Özakkaş:** *Biraz daha ayrıntıya gir bakalım aklında neler kaldı.*

**Kursiyer G:** *Aklımda şöyle bir şey söyleyeyim, öğrenirken “çok basitmiş” dediğim şeylerin daha sonra çok yüzeysel öğrendiğimi fark ettim. Bunu öğrendiğim şeylerde olgulara uygularken zorlandığımı fark ettim. Aaaa! Ne kadar kolaymış bunda bir şey yokmuş dediğim kavramlar, savunma mekanizmalarında da, ruhsal aygıtın yapısında da, aslında daha derin, biz şu anda daha yüzeysel öğreniyoruz, daha ayrıntılı derin öğrenmeye ihtiyacımız olduğunu kendi adıma böyle düşünüyorum. Terapist olmanın özellikleri çok önemliydi benim için. Genel anlamda terapist olmak nedir, ne değildir, o değerliydi. Geçen ayda onu söylemişim. Ruhsal aygıtta idin özellikleri çok şaşırtıcıydı bilmiyordum. İdimizin bizim aslında yaşamımızı nasıl yönlendirdiğini, bizim kişiliğimiz dediğimiz şeyin nasıl bilimsel temellere oturduğunu ve doğumdan itibaren hatta döllenmeden itibaren bizi nasıl şekillendirdiğini öğrendik.*

*Bir anne babanın çocuğunu isteyip istememesinden, daha sonra gebelik ve doğum sonrası dönemde anne ve bakıcı ile olan ilişkilerinden o çocuğun kişiliğinin nasıl şekillendiğini öğrendik. Bu çok şaşırtıcı ve çok keyifli bir süreç oldu. İdimiz yine dediğim gibi beni çok etkiledi. Benim özelliğim budur dediğimiz şeylerin hep o, id özelliklerinden ve ona doğru olan ego ve egonun savunma mekanizmalarıyla şekillendiğini öğrendim. Bu arada şunu da düşündüm, bazı şeyleri, bu öğrendiğimiz şeylerin nasıl kanıtlandığını, bu kuramların nasıl olduğunu örneğin dediniz ki, bizim ana rahmine düşmeden anne*

*babamızın bizi isteyip istemediğini bizim için bir artı ya da eksidir. Ama bunu neye dayanarak söylüyoruz aklımda soru işaretleri de kaldı. Bunu söylerken neye dayanarak söylediniz. Bu bir tarafımda bekliyor. Yine egomuzun idin dış gerçekle karşılaşması sırasında oluşan bir yapı olduğunu öğrenmek de benim için çok değişti. Kendilik tasarımıyla, egonun karşılaştırılmasını öğrendik. Yani bir kendilik tasarımı var, bir egomuz var, bunların birbirinden biraz farkı var. Çok farklı bir dünyaya açıldık. Yalnızca bir ders olarak görmüyorum da, gizemli, serüven gibi görüyorum ve çok mutluyum bu nedenle.*

**Tahir Özakkaş:** Ben de aynı duyguları 25 yıldır yaşıyorum. Gizemli yolculukta ucu bir türlü bitmeyen *Lost* dizisi gibi.

**Kursiyer G:** “Aaaa... Bu da varmış, bu da böyleymiş” diyerek bulmak çok keyifli, bu arada yabancı dil, İngilizcemizi geliştirmem gerektiğini düşünüyorum. Çünkü biraz kaynağından okumak gerekiyor.

**Tahir Özakkaş:** Kesinlikle.

**Kursiyer G:** Bende bunları uyandırdı. Güzel.

**Tahir Özakkaş:** ...gibi duygularını paylaşmak isteyen birini daha arıyorum. Bunlar hiç etkilenmemişler. Sayın A.Y

**Kursiyer N:** Hocam ben şey hissettim. Danışanla psikoterapotik süreç danışanlarla uyguladığımız süreç. Sanki hep daha uzun sürmeliymiş gibi hissetmeye başladım. Yaptığımız şeyler elbetteki değişikliklere neden oluyor. Yada hayatlarını düzenleyebiliyor. Faydası oluyor, ama eksikmiş gibi bu kısmı verilmeden olmazmış gibi. Görüşme sürelerini uzattım. Sınıfta gülüşmeler.

**Tahir Özakkaş:** Evet, efendim. Sayın A.Y

**Kursiyer A:** Gerçek kendilikle, sahte kendilik beni çok ilgilendirdi.

**Tahir Özakkaş:** Çok derin bir konu.

**Kursiyer A:** *Derin ilgilendim ve hep onu aradım zihnimde. Biraz biraz bazı sonuçlara kendim de vardım. Aslında sahte kendiliğimizin anne babamız ve etrafımız tarafından yüklendiğini fark ettim. Gerçek kendiliğimizi bulduğumuz zaman iyileştığımızı fark ettim.*

**Tahir Özakkaş:** Gerçek kendimizi bulmak demeyelimde sahte kendiliği gerçek kendiliğin önünden çektiğiniz zaman yoluna giriyor.

**Kursiyer A.Y:** *Bulamıyorsunuz zaten, ömür boyu arıyorsunuz. İd, ego, süperego bunları duyarak büyüdük ama büyümemişiz aslında. Beni biraz da ürkekletirdi. İlk ayda her şey güzel gidiyordu. Süper başladım, geldikçe geldikçe ben küçülüyorum. Hayırlısı.*

**Tahir Özakkaş:** İlmel yakîn, Aynel yakîn ve Hakkal yakîn. Hisse-deceksiniz. Evet kursiyer Ö

**Kursiyer A.Y:** *Beni biraz da ürkekletirdi. İlk ayda her şey güzel gidiyordu. Daha sonra süper başladım, annen kim baban kim falan. Herşey güzel gidiyordu aslında.*

**Tahir Özakkaş:** Savunma düzenekleri gelmeseydi. Sistemi göçertti.

**Kursiyer AY:** *Geldikçe geldikçe ben küçülüyorum. Hayırlısı.*

**Tahir Özakkaş:** Güzel şeyler. Evet Ö

**Kursiyer Ö:** *Ben tüm bu öğrendiklerimizin gerçekliğini merak ediyorum. Gerçek mi bunlar, bizim böyle mi düşünmemiz istendiği için öyle?*

**Tahir Özakkaş:** Hastamız burada soruyoruz, yani, onun üzerine konuşuyoruz.

**Kursiyer S:** Ben de bir şeyler paylaşayım o halde.

**Tahir Özakkaş:** Hadi paylaş. Biz bir danışan aldık, ona sorduk, hayatını dinledik.

**Kursiyer Ö:** Tüm öğrendiğimiz bu bilgilerin böyle düşünmemiz gerektiği için mi? Yoksa gerçek olduğu için mi öğreniyoruz, bir gün bunların hepsi “Aaa yok canım saçmaymış, yalanmış” diye çöpe mi atacağız?

**Tahir Özakkaş:** Nasıl bir savunma oluyor?

**Kursiyer Ö:** Merak ediyorum sadece, paranoid herhâlde.

**Kursiyer S:** Yadsıma mı oluyor hocam?

**Tahir Özakkaş:** Daha çok yadsıma. Mevcut bilgi ağır gelirse toptan yanlışlanabileceği üzere bir sistem kurguluyorsun. Çünkü bilginin doğruluğunu kabul etmek bizi sarsıyor. İnsan hiçbir zaman sarsılmayı kabul etmez. Onun dışındaki her türlü gerçekliği sarsmayı yeğler. Daha da ileri giderseniz psikoza girer. Psikozun içerisinde tek doğru odur, mutludur, bütün insanlar yanlıştır. Bu teorik bilginin hepsi de yanlış olabilir. Çünkü mutlaklığını iddia etmek dogmaya girer. Dini inanca girer. Bilimle dini inanç her zaman yan yana olmaz. Bilim her zaman değiştirilebilmeye aday olan şeydir. Bunu kabul edersiniz, Değilse dogmatik bir yapıyla ki benim söylediğim mutlaka doğru dersiniz ki, o her zaman doğru değildir. Bilim her zaman üzerine hipotez kurulabilir, Bugünkü şartlarda geçerli olur. Yarın değişebilir.

## TEDAVİ KAVRAMI

**Kursiyer G:** Hocam ben burada 2 şey üzerinde duruyorum. Kursiyer Ö'nün endişelerinin bir kısmını belli ölçülerde ben de yaşıyorum zaman zaman, Birincisi son zamanlarda bilimsel çalışmalar yapıyor.

*İkincisi de olgularda başarılar sağlanıyor. Yani siz bir kuramdan girerek bir olguda başarıya ulaşıyorsanız, Orada bir doğru bir şey var ki, başarı da olabiliyor. Ama bu yüzde yüz doğru olduğunu göstermez, ama.*

**Tahir Özakkaş:** İnsanı kandıran temel özelliklerinden biriside budur. Sebep sonuç arasındaki aradaki zincirsel halkaları bilmiyoruz, ama sonuca ulaştığınızda doğru diyorsunuz, ama arada hangi halkalar var, milyonlarca veri var bilmiyoruz bunu. İlaçların etkisi de öyle aslında. Özellikle psikiyatrik ilaçlar. Hastadaki beyindeki transmitterleri değiştiriyor, ama bir transmitterin değişmesi onlarca balansı değiştiriyor. Biz diyoruz ki dopamin arttı, azaldı, serotonin arttı azaldı, buna bağlı olarak ilacın şu etkisi ortaya çıktı. Serotonin, asetil kolinin etkilemiş olduğu onlarca balans sistemi var. O sistemin bütüncül olarak beynin hangi alanları değiştirdi de, böyle bir etki yarattı, o meçhul aslında. Sadece ilaç işe yarıyor. Bunu dün bir arkadaşla da konuştuk dedim ben 25 yıldır bu işi yapıyorum 25 yıl önceki hastalarımda iyileşiyordu, bugünkülerde iyileşiyor bu ilginç dedim. Bu çok güzel veri bizim için. Arşivimizde benim 20 yıl önce kaydettiğim vakalarda var, *ben iyileştim* diyor. Ama benim 20 yıl önceki bilgilerimle bugünkü bilgilerim çok farklı. O zaman bu bilgi değil iyileştiren diye soruyorum.

**Kursiyer AR:** *20 yıl öncekiler yetiyormuş.*

**Tahir Özakkaş:** Yetiyor muymuş, orada başka bir şey mi katıyorum ben yemeğe, bunu bilmiyorum, işte bunu arıyoruz birlikte bunu arayacağız.

**Kursiyer G:** *İyileştirmenin tanımlaması 20 yıl önceyle bugün aynı mı?*

**Tahir Özakkaş:** Hemen hemen aynı diyebilirsiniz. Adam fobisi var korkuyor bir şeyden, geldiği zaman o fobi iyileşiyor, bugünde iyileşiyor.

**Kursiyer S:** *Peki hocam süreçte bir değişme yok mu, yani eskiden öğrendiklerinizle bugünkü öğrendiklerinizde süreçte bir hızlanma var mı?*

**Tahir Özakkaş:** Biraz yavaşladı. Anlatacağım. Bugün kuramsal bilgi daha çok biliyoruz. Ama uygulamada hasta kuramsal bilgi olmadığı zaman da iyileşme yaşıyordu, bugünde iyileşme yaşıyor. Bugün yaptığımız şeyin ne olduğunu daha kavrayarak ve bilerek yapıyoruz. Geçmişte duygusal yapıyorduk. Ama o duygusallığın içerisinde hangi fenomenler orada tabi konuşmamızın bir samimiyet, içtenlik dürüstlük, terapistin bireysel özellikleri hiçbir bilgi olmasa da şifa yeteneği dediğiniz veya sizin ailenizden getirmiş olduğunuz iyi yetişmişlik hali, iyi yetişmişlikten kast ettiğim şey ruhsal aygıtın çarpık olmaması anlamında, objektiviteye uyması anlamında öbürüne yardım etme isteğinin olması anlamında hiçbir şey yapmasanız da, hastayı iyileştiriyor. Zaten bir çocuğu da normalleştiren orda duran bir anne. Anne sadece çocuğun önüne engel koymuyor. Yeri geldiğinde yardımcı ego oluyor. Çocuğu sağlıklı yetiştiriyor. Anne yoksa bunu anneanne yapıyor, babaanne yapıyor, çok net görüyorum ben. Bu ruhsal aygıtı bozukluktan arındırıyor. Ruhsal aygıt hep iyiye ve güzele doğru eğilim içerisinde. Hep kendini fonksiyonel hale getirmeye yani spontan kendilik dediğimiz doğal ve içten haliyle yaşamak için yol arar. A ya bakar, B ye bakar, anneye gider, bulamaz. Babaya gider bulamaz. 6 aylık, 3 aylık hatta yüzünüzdeki ifadelerden hangisinin doğal ve içten olduğunu arar. Bulamadığı zaman yaşamak için öbürünün sahte kendiliğini kabul eder. Böyle bir sistem...

**Kursiyer S:** *Daha çok yolumuz var gerçekten hocam.*

**Tahir Özakkaş:** Kursiyer FB hoş geldin. Her hafta geliyor muşsun bizi çok sevmişsin duyduğuma göre.

**Kursiyer FB:** *Hoş bulduk. Herhâlde buraya ihtiyacım vardı. Yanlış gelmişim.(Kursiyer FB kurs tarihini karıştırdığı için erken geldiğini ifade ediyor)*

**Kursiyer H:** *Hocam bu durumu nasıl açıklayabiliriz.*

**Tahir Özakkaş:** Bağlantı güzel ve kıymetli o yüzden acele ediyor. Bir sonraki hafta gelse idi başka bir şey düşünürdük.

**Kursiyer MAY:** *Hocam Biz de de şöyle bir şey oluyor mesela vakalar geldiği zaman onla ilgili bir sorun çözmeye dair sonradan bende bir kaygı oluşturdu. Acaba bu sorun orada çözülmüş gibi duruyor mu? Çocuk bunu çözdüğünü söylüyor, ama başka yerden patlak mı veriyor, gibi şeyler ortaya çıkıyor. Geçen birkaç arkadaşla da konuşurken öyle bir vakam vardı. Üç harflilerden korkuyordum. Kökenlerinden başladım falan. 9 yaşında yaşadığı bir şey onu oraya kadar getirmiş. Sonra bu korkunun üzerine eğildik, eğildik, eğildik 3 seansta çözdük. Kendisi en azından artık böyle bir korkusu olmadığını artık odada yalnız başına ders çalışabildiğini söyledi, eskiden çalışamıyordu. Şimdi dedim o sorun orada çözüldü yoksa onu besleyen orada başka şeyler daha mı var? Veya o sorun orada çözülmüş gibi durdu da, ne dersiniz artık orada tamam mı demeliyiz?*

**Tahir Özakkaş:** Şimdi mesela yavaş yavaş konulara gireceğiz, kısa bir analizini yapayım. Kafama gelen soruları bir terapist olarak beyin nasıl düşünüyor? 3 harflileri biliyor musunuz? Kaç kişi biliyor el kaldırınsın? Bilmeyenler öğrenecek. Bu toplumun kültür kodlarından birisi üç harflilerdir. Cin dediğiniz zaman cin çarpar. O

yüzden halk bunu değiştirmiş. Üç harfliler ismini koymuştur. Bu da son 30-40 yıldır çıkan yeni bir terminoloji.

Cinlerden korkan bir çocuk. Cinlerden korkma demek, bizim kültürel kodlarımıza göre bir semptom üretmek demek. Neden? Semptom içindeki çatışmayı dışsallaştıran bir faktördür. Neden bir semptom üretir? Semptom bir savunma düzeneğidir. Somatizasyondur, somutlaştırmadır, projeksiyondur, dışsallaştırmadır vesaire. şimdi bir çocuk eğer değerliliği hissedecekse, **karar**; birazcık sevgi alabilmek için, öbürünün hangi noktasına bazı çocuklar yemek yemediği zaman anne baba fark eder, bazı çocuklar uyumadığı zaman anne baba fark eder, bazı çocuklar yatağına işediği zaman anne baba fark eder, bazıları da cinlerden korkuyorum dediği zaman anne baba fark eder.

Bu semptomun arkasında anneden babadan ayrı kalan, ödipal çatışması olan bir çocuk anneyi yatağına çağırarak için annenin vurguladığı bir cin faktörünü mü kullanıyor? İkinci olarak kendini değersiz hisseden çocuk, değerliliğe ve yeterliliğini hissedebilmek için cin konusunu açtığında herkes ona ilgi odağını alıyor. Bir başkasını memnun etmek, bir başkasını korkusuyla paylaştığı için mi cini gündeme getiriyor. Böyle bir yapı içerisinde öğrenci arkadaşımız rehber öğretmenine, danışman arkadaşımıza gelmiş, ben cinlerden korkuyorum demiş, 3 seansta da düzelmiş. Derin katmanlarda meydana gelecek olan bir arıza 3 seansta düzelmez. Bunu biliyoruz. Fakat ilk defa hayatta birisi, odada terapi eğitimi alıyor ya, otur bakayım demiş, dinlemeye başlamış

**Kursiyer MAY:** *Kursa başlamadan önce hocam.*

**Tahir Özakkaş:** Veya başlamadan önce dinliyor şimdi. Birisinin onu samimiyetle dinlemesi, onu ilk defa önemli, değerli hissettirir. Hemen sahte kendilik aktive olur orada. Der ki, bu benim yeni

annem, bu yeni annemin sevgisini devam ettirebilmek için, onun benden beklediği şeyi vermem lazım, ne bekliyor benden, benden iyileşme bekliyor, benim iyi olmamı bekliyor. Hocam 3 seansta geçti problem. Siz çok iyi başarılı bir danışmansınız. Evet, bizde de çok süratli iyileşen hastalar olur. Bunlar bizi, yeni annelerini memnun etmek için, sevgi alabilmek için bütün semptomları kaybolur, bu da bilinç dışıdır. Gerçek bu iyileşmeyi göstermez. Süratli iyileşmeler bir dirençtir. Dolayısıyla hasta bizim beklentimizi mi dile getirerek iyileşiyor, yoksa gerçekten içerideki yapıyı mı? Sahte kendilikte genellikle terapist biraz iyi davranırsa, ona bir eşdeğer muamelesine tabi tutarsa, hasta sen benim istediklerimi verdin, ben de senin istediklerini vereceğim der. Ve hasta semptomunu ortadan kaldırır.

**Kursiyer AR:** *Ama iyileşmez değil mi?*

**Tahir Özakkaş:** İyileşmez.

**Kursiyer:** *O zaman bir süre sonra yeni düzenekler arayacak.*

**Tahir Özakkaş:** Şimdi iyileşmeye bağlı olarak terapist hastayla ilgisini keserse, hastanın semptomları tekrar aktifleşir, başka semptomlarla gelir. Ama terapist iyileşmesine rağmen sürecini devam ettirir de görüşmeleri sürdürürse hasta memnun, terapist memnundur. Burada sahte bir dünya vardır. Bunların hepsini öğreneceksiniz.

**Kursiyer M:** *Sohbete mi geliyor hocam?*

**Tahir Özakkaş:** İyi anneden beslenmeye, sevgi toplamaya geliyor. 10 yıl, 20 yıl bu şekilde giden terapiler vardır. Evet, dolayısıyla bir vaka geldiğinde çok boyutlu düşünüyorum ben, bu çocuk nasıl bir çocuk, hangi şikâyetlerle başlamış, semptomu ne zaman başlamış, semptomun arkasındaki sebepsel neden nedir? Ne istiyorum?

Semptom nasıl bağıyor? Ben yalnızım mı, ben çaresizim mi, Benim ödipalim mi var diyor. Benim elektram mı var diyor, ne yapıyor, semptomun dilini çözüyoruz sonra ona uygun yaklaşıyoruz.

**Kursiyer S:** *Bu da tabi terapist için yanıtıcı bir şey değil mi hocam? Hastanın iyileşmiş gibi görünmesi.*

**Tahir Özakkaş:** Tabi en büyük problemlerden birisi “mı” gibi iyileşmelerdir. Bunu sonra göreceğiz.

**Kursiyer AR:** *Peki hocam semptomlar ortadan kalktı. Kısa vadede yine de değerlidir, ama sonra başka semptomlar mı çıkar? Başka bir yerden mi patlak verir ne olur?*

**Tahir Özakkaş:** Kesinlikle değerlidir, başka semptomlar çıkar. Cümlelerim eksik kalıyor, bilgileri tam vermediğim için.

**Kursiyer MA:** *20 yıl önceki vakalarda çözüldü dediniz. O zaman bir takip sisteminiz var mıydı mesela, o zaman için çözüldüyordu diyenler, Gerçekten mi çözülmüş oluyor acaba, başka yerlere mi kayıyor?*

**Tahir Özakkaş:** Uzun süreli takipler var mı yok mu bilemiyorum. Ama benim takip ettiklerim tedavi ettiklerimi gördüm. Biraz önce konuşurken kafamdan bir hasta geçiyordu. Onu tartışmıştık dün. 20 yıl kadar önce Almanya’dan gelen bir işçi arkadaşı. Bunun korkuları vardı. Musalla taşı gördüğü zaman, kalabalık bir yerde panik atak geçiriyordu. Camilere gidemiyordu, panik atak geçiriyordu. Gece rüyalarında tatil merkezlerindeki su tünelleri var ya, böyle bir su tünelinin içerisine düşüyor ve kabusla uyanıyordu. Yıllardır bu kabusu görürdü.

**Kursiyer A.S:** *Sanki doğuyor gibi.*

**Tahir Özakkaş:** Sanki doğuyor gibi, biz bunu o zaman hipnoz ağırlıklı tedaviler yapıyorduk. Bütün fobilerinin kaynağını bulduk

ve 10 gün içerisinde geçti. 15-20 yıldır bunun acısını çekiyordu bu insan. Şimdi fobilerin nedenselliğini ortaya çıkarırsanız, nevrotik düzlemdeki bir yapıda semptomlar kaybolur. Freud'un tedavi şekli de budur. Bilinçdışındaki materyali bilince çıkarmaktır. Bu hikâyeyi daha sonra anlatacağım. Hikâyeye de 2 tane fobi kaynağı vardı. Birinci kaynağında çocukluğunda 5-6 yaşlarındayken oyun oynuyorlarken, köyün içerisinde hafif rampa bir yerde kamyon park etmişti. Ve çocuklar oyun oynuyorlar. Kamyon bir müddet sonra yavaş yavaş hareket etmeye başladı, kimse yokken içinde vitesten kurtulmuş, süratlenerek geliyor, çocuklar da orada, bu çocuk kamyonun geldiğini görüyor, arkadaşını altına alıyor, eziyor ve duruyor. Çocuğun bakışı, karşıdan bir şey geliyor, arkadaşını ezip, geçiyor. Donup kalıyor.

Bu rüyalarındaki, su türbülansındaki gelip gelip onu alıp götüren ve yokluğa sürükleyen bir duygu olarak hiçbir zaman tanımlayamadığı bir duyguydu. Yıllarca bunu konuşuyordu. Hipnotik trans altında (age regression) yaş gerilemesi yaptığımızda, o yaşa gittiğinde buna duygu linki deriz. Rüyada hissettiği aynı duygunun aynısı, çocukluğunda o kamyonun gelişi ve arkadaşını eziş duygusu. Linklenince sistem orada çözüldü. Daha sonra köy camisinde, kazanlar kaynatıp, defin işlemi, camide namazının kılınması, panik atağı getiriyordu. Çocuk da seyrediyor, cami önü, musalla taşı. Çocuğun orada namazının kılınması. Tüm o sistemlerle ilgili anı linkleri bunlar panik atak ve ölümü getiriyordu. Ne camiye girebiliyordu, ne camideki musalla taşına bakabiliyordu. Bunlar hep tetikleyici faktörlerdi. Neden panik atak seçtiğine gelince, köyde bu 18-19 yaşında delikanlıydı. Genç bir gelin vardı. Duldu. Annesine hizmet için geliyordu. Ağabeyleri vardı. Yukarıda odası vardı bunun. Köy evi, kızcağız baktı yukarıya çıktı, oğlana tecavüz etmesi bir anda oldu. Oğlan şokta. Ama çok hoşuna gitti. İyi bir gelindi,

annesine yardım için hemen hemen her gün gelirdi. Ama bir süre sonra korkmaya başladı. Herkes duyacak diye. Herkes memnun sistemin içerisinde.

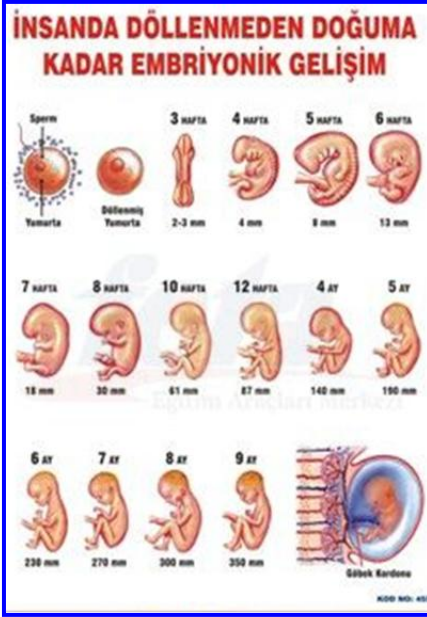
Bir gün köye geldi şehirden, şehre yakın bir köydü bu. Baktı kendi evlerinin önünde polisler var, jandarma var eyvah! “Boku yedik,” O anda köye ne cevap verecek, anneye ne cevap verecek? Korku, korkuyla beraber panik atak başlıyor. İlk defa kalp çarpıntısı, terleme ki, bunlar korkuyla ortaya çıkan semptomlar aslında, fizyolojik semptomlar. O korkuyla yaklaşıyor, 'tutuklayacaklar, taşlayacaklar falan filan. Abisinin hacizli bir işi varmış. Haciz memurları işe koyulmuşlar. Oh diyor rahatlıyor. Nasıl geliyor panik atak? Daha sonra evlendi bu delikanlı. Yurtdışına gidiyor. Yakışıklı bir tip... Gitti orada bir orta yaşlı alman kadın buldu. Orada bir kadınla beraber yaşamaya başladı. Onun parasını alıyor. Takım elbiseler giyiyor. Telefon numarası verdi. Fakat köylüden buradan karısı arıyor. Öbür kadın çıkacak diye evde olmadığı zamanlar karısı arar diye, karşısına alman kadın çıkar diye panik atak başlıyor. O zaman cep telefonları yoktu. Orada da panik atakla pekişmişti. Bir hikâyenin arkasındaki semptoma baktığımızda bir panik atak dediğinde veya fobi dediğinde mutlaka arkada bir nedenselliği vardır. Bunu çözdüğünüzde de yapı çözülüyor.

Evet, arkadaşlar, F'nin ikincisi de gelmiş, C'da gelmiş o zaman derse başlayabiliriz. Bu ne arkadaşlar? ( Hoca tahtaya yazıyor.)

1.trimestir	0-3 ay
2.trimestir	4 -6 ay
3.trimestir	7- 9 ay

---

<sup>1</sup> <http://www.kadinlarbilir.com/hafta-hafta-hamilelik-hafta-hafta-bebek-gelisimi.html>



## İnsanın Biyolojik Gelişimi

**Kursiyer Ö:** Yumurta Spermi:

**Tahir Özakkaş:** Anneye baba karar vermişler, yumurtayla spermi bu ay birleştirelim diye.

**Kursiyer AR:** Belki de vermemişlerdir.

**Tahir Özakkaş:** Belki de vermemişlerdir. Zigot oluştu. Biyometrik olarak bölündü ve çoğaldı. 0-3 ay geçti. 91.güne girdiğinde böyle bir bebek oldu. Bu, bir 90 daha koyu-

lım. 181. güne geçtiğinde böyle bir bebek oldu. 9 ay 10 gün toplandığında da buradan doğdu. Tıpta buna 1. Trimestir, 2. Trimestir ve 3. Trimestir denir. Anne rahmindeki bebeğin hali bu. Şimdi anne rahmindeki bebeğin hali, kapalı bir kutu içerisinde inanılmaz bir koruma bariyeri içerisinde. Plasenta, o çocuğun dış etkenlerden koruyan inanılmaz bir bariyerdir. Annedeki birtakım hastalıklar, yapılar bu bariyerden geçemeyebilir. Fakat bazı rahatsızlıklar vardır ki bu bariyeri atlar. Eğer ki x ışını, ultraviyole ışınları, yani röntgen çektiğiniz cihazlar, radyoaktif maddelerin ışınları, bazı virütik hastalıklar bu bariyeri çatlatarak, içeriye girer ve bebeğin gelişim dokusuna zarar verir.

Bebek ilk 3 aydayken, tek bir hücre iken genetik DNA'nın birbirini kopyalayarak artmasıyla görev farklılaşması, hücre farklılaşmasına giden inanılmaz muhteşem bir yapı vardır. Bu muhteşem yapı farklılaşır fakat hücreler o kadar çok, sık ve süratli bölünmektedir

ki, bu bölünmelerde DNA sarmalının ve kromozomların oluşabilmesi için o sistemdeki 4 tane karşılıklı sitozin, adenin dediğimiz 4 harfi vardır bu DNA'nın. Bu 4 harfin çaprazlaşmasından insanın tümü ortaya çıkar. Bu 4 harf çaprazlaşırken her birinin sırası vardır. ABD gibi giden bir sıra vardır.

Bu sıra bir insanın kolunu, bacağı, gözünü yapacaktır. İşte o sıradaki bir tane adeninin, urasilin yerine diğer bir adenin, urasil girdiğinde matematiksel kurgu bozulduğunda burada kodlanmış olan şifre değişecektir ondan sonra tamamen bozulacaktır. İşte dışarıdan alınan bir ultraviyole ışını, bir ilaç, kimyasal madde, anenin kullandığı bir ilaç, bir uyuşturucu, radyoaktif maddeye maruz kalışı, anne karnındaki bebeğin ilk 3 ayına o kadar ağır darbe vurabilir ki, kolsuz, bacaksız, gözsüz, beyinsiz çocuklar doğar. İşte bu şekilde ilk 3 ayda dışarıdan böyle bir etkiye maruz kalan bebeklerin % 99'unu otomatik olarak vücut dışarı atar. Düşük olur. Yani kromozomal bir yapıda ciddi kusur bulunduğunda, bu bebekleri vücut, kontrol bir üst sistemiyle, (hani fabrikalarda bir üst kalite kontrol sistemi vardır.

Tüm üretim bittikten sonra kalite kontrolden geçer) sanki bebeğin bu gelişmesinin belirli bir noktasında arıza gören sistem durdurur ve bebeği dışarı atar. Ancak % 1 gibi bir oranı doğar. Onlarda kısa süre sonra ölürlür. Binde 3 ile binde 5 arası yaşayabilir ki bizde ölü doğum oranları % 30'lardaydı. Bebekler doğduktan sonra ölme oranları ilk 6 ayda %40'tı. İsviçre'de binde 7'dir. O da genetik bozuk doğan çocuklar. Hemen hemen o. Bir bebeğin ölmesinin o olduğu bir ülke. Yani ölen hiçbir zaman kader değildir, insanların cahilliğidir. Türkiye'de doğuya gittikçe ölüm oranları her 2 doğandan 1'i ölür. İsviçre'de 1000 bebekten 5'i ölür.

***Kursiyer F: Bizde akraba evlilikleri var hocam.***