

# **BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ**

## **12. DÖNEM**

ŞUBAT DERS NOTLARI



Editör

Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Dr. Ahmet ÇORAK

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 185

*Bütüncül Psikoterapi 12. Dönem Şubat 2014 Ders Notları*

ISBN 978-605-9137-12-6

Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

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

Birinci baskı: Temmuz 2016

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma hazırlayan: Sevgi Akkoyun

Katkıda Bulunanlar: Halenur Alkoçlar

Baskı: Acar Matbaacılık Prom. ve Yayın. San. ve Tic. Ltd. Şti.  
Litros Yolu Fatih Sanayi Sitesi No:12/243 Zeytinburnu - İstanbul  
Tel: 0212 613 40 41

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

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Cad. No:285  
Darıca-KOCAELİ

Tel : 0262 653 6699 Fax : 0262 653 5345

[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 düzenlemesine 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 12. Grubunun Şubat ayı deŐifrelerini sunmaktadır. Bu ders notları, eğitim deŐifresinin derlemesi olma özelliğiyle dünyada eŐi benzeri görülmemiŐ bir yayın niteliği de taŐımaktadır.

Bu ders notlarında davranıŐcılık, bilişsel kuram ve dinamik kuramın genel tekrarı, nesne ilişkileri kuramı, kişilik bozukluklarının psikoterapisinde kullanılan yöntemler konuları ele alınmaktadır.

Bütüncül psikoterapiler de insanın ruhsal yapısının geliŐiminde olduğu gibi zamanla özerkleŐecek, bireyselleŐecek ve ayrıŐarak psikoterapi ruhunu ayakta tutacaktır.

Psikoterapi uygulayıcıları için önemli olduğunu düŐündüđümüz bu eğitim ders notlarını, sizlerin ilgisine sunmaktan kıvanç duy-maktayız. Keyifli okumalar dileriz...

**Tahir ÖZAKKAŞ**  
**Psikoterapi Enstitüsü Başkanı**

# İÇİNDEKİLER

## 14 ŞUBAT 2014 1. GÜN

1 DAVRANIŞÇILIK, BİLİŞSEL KURAM VE DİNAMİK KURAMIN GENEL TEKRARI .....	3
2 NESNE İLİŞKİLERİ .....	47
3 NESNE İLİŞKİLERİNİN ROLE PLAY ÜZERİNDEN ÖRNEKLENMESİ.....	85
4 FAİRBÄİRN 1963 NESNE İLİŞKİLERİ DEKLARASYONU .....	142

## 15 ŞUBAT 2014 2. GÜN

5 NESNE İLİŞKİLERİ KURAMI .....	193
---------------------------------	-----

## 16 ŞUBAT 2014 3. GÜN

6 MASTERSON, MAHLER, BOWLBY .....	311
7 KİŞİLİK BOZUKLUKLARININ PSİKOTERAPİSİNDE KULLANILAN YÖNTEMLER .....	347
8 DİYADLARI ÖRNEKLENDİRECEK ROLE PLAY .....	400
9 ROLE PLAY .....	460
<b>DİZİN .....</b>	<b>503</b>



---

14 Şubat 2014

**1. GÜN**

---



# 1

## DAVRANIŞÇILIK, BİLİŞSEL KURAM VE DİNAMİK KURAMIN GENEL TEKRARI

**K**ursiyer H.Ç.: Hocam yalnız facebook'ta Bayramoğlu Psikoterapi Enstitüsü çıkmıyor.  
Tahir Özakkaş: Canın sağ olsun.

*Kursiyer H.Ç.: Ben yalnız daha meşhur olduğumuzu falan düşünüyordum. Maalesef kimse tanıımıyormuş bizi.*

**Tahir Özakkaş:** Bu ay anlatacağımız konulardan birisi “geçiş nesnesi”dir. Geçiş nesnesi; omnipotent kişinin iç dünyasını idare eden ve dünyanın merkezi olduğuna dair taşıdığı duyguya sahip iken, dış nesne aracılığıyla yavaş yavaş burnunun sürtüle sürtüle sıradan bir varlık olduğunu, enstitünün de Bayramoğlu'nda bir bina olduğunu fark ettiğinde o kişi normalleşmiş ve sağlıklı bir insan olmuştur. Bunu anlatacağız, tamam mı arkadaşlar? H. Pas attın, biz de gol attık ne yapalım.

Evet, bu ayki konumuz eğitimin belkemiği olan “Nesne İlişkileri”. Eğer bu ayki konuyu gerçekten kavrar isek, önümüzde gerçekten güzel bir yolda böyle kaldırımları döşeye döşeye, insanları

tedavi ede ede, kendimizi yapılandırma yapılandırma, olgunlaşa olgunlaşa yolumuza devam edeceğiz. Her ay yaptığım gibi bu ay da geçtiğimiz ayların özetini yaparak şöyle “bohçalama” diye tabir ettiğim toparlama işlemini yerine getireceğiz. Hani derler ya gözleri açılmamış sığırcık yavrusu diye, duydunuz mu hiç bunu? Duydunuz, teşekkürler. Hani çömezler gelirler ilkokulda abları ve abileri üst sınıftakiler alttakilere (elleri ile gıdıklama hareketi yaparak) böyle böyle yaparlar ya. Biz de ilk aylarda dünyada böyle her şeyi biliyoruz zannederdik, bilimimiz çok geniş, insanları çok iyi anlıyoruz zannederdik. Böyle kapı gibi diplomalarımız, tecrübelerimiz var. Fakat işin içine girip de gerçekten öğrenmeye başladıkça cehaletimizin boyuyla yüz yüze kalıp, en azından ben böyle hissediyorum kendimi sizleri bilmem ama fazla ileri gitmeden, haddimizi bilerek yavaş yavaş konuları anlamaya ve kavramaya girdikçe muhteşem bir dünyanın eşliğinde olduğumuzu hep birlikte gördük.

Bu bağlamda psikoloji biliminin binlerce yıldır, belki yüz binlerce yıldır var olan insanın bilimsel olarak incelenişinin daha henüz son yüz yıl içerisinde gerçekleştiği ile ilgili bir bilgi sahibi olduk. Bilimin gelişmesiyle birlikte psikoloji en son gelişen, felsefeden kısmen bağımsızlaşmaya çalışan bir bilim dalı olduğunu, bilimin paradigması ile beraber paralel gittiğini ifade etmiştik. Bu manada, bilimin paradigması özellikle yirminci yüzyılın başında denenebilen, sınanabilen, gözlenebilen ve test edilebilen, başkaları tarafından da aynı sonuçların olduğu veriler, bilimsel veriler olarak kabul edilirken bunun dışındaki verilerin pek bilimsel olmadığı yönündeki iddia ile karşı karşıya kalmıştık. İnsanın psişik yapısının da soyut olması nedeniyle, elle tutulmaması, gözle görülmemesi, laboratuvara sokulamaması, ölçülememesi, tartılamaması nedeniyle biraz sarf-ı nazar edilmiştir. İşte insanı inceleme

açısından ilk yola çıkan bilim adamları bu handikabı aşabilmek için insanın gözlemlenebilen, ölçülebilen ve değerlendirebilen ortak ölçüt olan davranışlarına odaklandılar. Dışardan bir baktığımızda insanların belirli davranışları belirli etkilerle yaptığını incelediler. Bu da tam da bilimin merkezine oturdu ve “**davranışçılık ekolü**” dediğimiz ekol karşımıza geldi ve onun parametreleri çıktı. İşte bunu öğrenmiştik hatırlarsınız, Rusya’da Pavlov’un başlamış olduğu köpekler üzerindeki özellikle sindirim sistemindeki hormonların nasıl çalıştığını inceleyen bir endokrinolog olarak olaya bakarken, insanın sindirim sistemindeki hormonları incelerken köpeklerin bir takım davranışlarının tesadüfen farkına vardı. Bu farkına varma ile beraber sistemin içerisinde şartlanmaları ortaya çıkardı. Hemen yanı başında Amerika ve Avrupa’daki bilim adamları özellikle davranışçılık ekolü üzerinde inanılmaz çalışmalar kaydederek etkiye karşı tepki sistemlerinin ne olduğunu ve insanoğlunun hayatının tamamen psişik yapısının bir öğrenme sürecinden ibaret olduğunu iddia ederek teoriler geliştirdiler ve bu teorileri laboratuvarlarda hayvan deneyimleri ile çocuk deneyimleri ile toplumsal gözlemlerle değerlendirdiklerinde insan davranışının nasıl oluştuğunu bize gösteren muhteşem bir dizayn çıktı karşımıza.

Buradan da; **koşullu şartlanmalar, koşulsuz şartlanmalar, sosyal öğrenmeler ve keşif yoluyla öğrenmeler** dediğimiz dört tür öğrenme süreci ile karşımıza insanın ruhsal yapısının, psişik yapısının ve onun görünür hali olan davranışlarımızın bilimsel matematiği ortaya çıktı. Sonunda bu bilim adamları o kadar ileri gittiler, o kadar ileri gittiler ki, efendim bana bir bebek verin, bu bebeğin de yanına bir mektup bırakın; bu bebeğin katil olmasını, profesör olmasını, rahip olmasını istiyoruz diye. Bu anlama gelebilecek taleplerinizi getirin, ben o insanı katil yapayım, o insanı

avukat, doktor yapayım. Çünkü insanoğlu tamamen ödöl-ceza tekniği bağlamında öğrenme ilkeleri ile ruhsal yapı geliştiren, psişik yapı geliştiren bir sistemdir, dedi. İnsan bir makinedir. Makineye etki edersiniz ve makineden bir tepki alırsınız. Aynı Pavlov'un köpekleri gibi. Gerçekten de baktığımız zaman Küçük Albert deneyi olsun, diğer deneyler olsun, yapılan çalışmalarında fobilerin oluşumunda, birtakım davranışsal bozuklukların oluşumunda direkt olarak etkilere karşı tepkilerin rol oynadığı ortaya çıktı. Cezalandırılan tepkilerden kaçınıldı, diğer taraftan ödüllendirilen tepkilerin ise kalıcı davranışlara dönüştüğü ve bütün hayatımızın gittikçe komplikeleşeceği, gittikçe bu ödöl-ceza tekniklerinin karmaşasından ibaret olan bir sistem olduğunu görüldü. Yani vektörler var, etki vektörleri. Bu etki vektörlerinden eğer biz sonuçta, o davranışımız sonucunda ödöl kazanıyorsak yani haz alıyor isek bu haz aldığımız davranış, pekişiyor ve kalıyor. Eğer o davranışımızı tekrarladığımızda acı duyuyor, sıkıntı duyuyor, huzursuz oluyor isek, bu davranışlardan vazgeçiyor ve o davranışlardan kaçınıyoruz. Bu, insan hayatının temel felsefesi olarak ortaya çıktı. O zaman insanlara ödöl verirseniz belirli davranışlar pekişir, ceza verirseniz belirli davranışlardan da vazgeçilir. Bütün dünya sistemi bunun üzerine kurulu, dikkat ederseniz. Cezaevleri, din, inançlar bunun üzerine kurulu; her şey ödöl ve ceza sistemi üzerinde paketlenmiş durumda. Bunun dışında herhangi bir şey; mesela sınava giriyorsunuz, ödülü alırsanız sınava girmek anlamlı oluyor. İşte efendim yüz puan aldım, yüz puan almak için adam yüz gün çalışıyor, ya manyak gibi böyle maden işçisi gibi gidiyor çalışıyor. Kardeşim sen manyak mısın ya, köpek misin sen? Pavlov'un köpekleri çalışır çünkü karnı doycak. Ama bizimki de çalışıyor. Ne oldu burada ödöl-ceza tekniği var, yüz puan alacak ya onun için. Bazıları da kendini gerçekleştirmek, hayatı anlamak, daha derin ve farklı haz kaynaklarına yönelerek, böyle

edebiyat yaparak, artistik durarak, varoluşçu / egzistansiyalist felsefenin duruşu olarak, ideolojik olarak, kültürel olarak, derinliği anlamak bağlamında çalıştığını iddia ediyor. Ya not verirsen ver, sınava bile gerek yok diyor ama onun da haz kaynağı var aslında değil mi? O da farklı yönlerden kendisini tatmin ediyor. O tatminden dolayı böyle bir motivasyon kazanıyor, böyle tatmin olmaz ise devam edebilir mi? Hayır. O zaman nereye giderseniz gidin ya soyut bir haz ya da somut bir hazla karşı karşıyayız. Aslında adamların söylediği şey doğru, değil mi bu manada baktığımızda?

*Kursiyer: Doğru ama eksik.*

**Tahir Özakkaş:** Doğru ama eksik, değil mi? Aynı, filin körler tarafından tarif edildiğinde bacağını tutanın 'bu bir sütun' demesi, kuyruğunu tutanın 'bu bir ip' demesi, kulağını tutanın 'bu bir yaprak' demesi gibi herkes kendi hakikati perspektifinde tarif ediyor. Ama biz fili bütün olarak görmek için; bütüncül psikoterapi dediğimiz bir bağlamı oturtmuş terapi programı eğitimi alıyoruz burada. Fili görelim diyoruz. Bir de, filin zaman içerisindeki yürüyüşünü görelim diyoruz. Nerede fil? Hangi ormanda? Ne yapıyor? Ne tarafa gidiyor? Bir de filin çocukluğu nasıl geçmiş? Ergenliği, yetişkinliği nasıl geçmiş? Gelecekle ilgili projeksiyonları neler? Filin yanına zürafalar, su aygırları koyduğumuzda onlarla ilişkileri nelerdir? Bunların hepsini bir anda görmediğimiz müddetçe, sadece bacağını tutarak bu fil bir sütundur dediğimizde çok ayıp etmiş oluruz, diye kafamıza göre ukalaca bir karar verdik. Onun için davranışçılığı bu şekilde hafiften eleştirdik. Davranışçılığı eleştirme nedenlerimizden biri; bilim ne zaman ki soyut kavramları, yani insanın zihninde olan süreçleri de incelemeye başladı, onları kelimelere döktü, onları istatistiklere döktü, onları rakamlara döktü; o zaman algı, değerlendirme, hafıza, hafızadan

geri çağırma, bu sistemler nasıl çalışıyor, bu sefer de başladık soyut kavramları incelemeye. Bu sefer de işin içine bilişsel süreçler girdi. O zaman baktık ki kazın ayağı öyle değil.

Her ne kadar etkiye tepki olarak ödül ve ceza tekniğinde insanlar bir takım tepkiler veriyorlarsa da bu tepkiler hayvanlarda olduğu gibi evrensel kurallar perspektifinde değil, insanlar iç dünyalarında genel etkiye özel, öznel belki de kültürel bir yorum yapıyorlar. Bu yoruma bağlı olarak tepki veriyor. Bu nedenle de aynı etkiye maruz kaldıkları halde insanlar farklı tepkiler veriyorlar dedik ve farklı tepkilerin nedenselliğinin insanların zihinlerinde olaylar hakkında bir yorum yapmalarından kaynaklandığını gördük. Yorum ise; insanın habitatında, kültürel değer yargıları, inanç sistemleri, kendine ait tecrübeleri, kendine ait bilgi birikimleri ile ilintili bir yorumsal alandan çıkıyor karşımıza. O zaman **etki-yorum-tepki** dediğimiz bir üçgenle karşı karşıya kaldık. Böylece '**Bilişsel Terapi**'nin alanına girdik.

Dedik ki; insanoğlu hayvanlar gibi sadece etkiye karşı tepki veren davranışlardan oluşmuş bir sistem değil, evet yine ödül ve ceza tekniği geçerli bir teknik. Haz ve elem prensibi geçerli bir teknik. Ama haz ve elem prensibinin kendi içerisinde oluşabildiği sistem insanoğlunun bilişsel yorumlarıyla çok alakalı dedik. O zaman ne yaptık, ikinci katmana geldik. İsterseniz bu katmanları şöyle hafifçe şuraya bir yazalım. Hatırlıyorsunuz değil mi bunları?

**Kursiyerler:** *Evet.*

**Tahir Özakkaş:** Çok heyecanlandın G. dördüncü davranışsal öğrenme yöntemi ne idi?

**Kursiyer G.İ.:** *Keşif yoluyla öğrenme.*

**Tahir Özakkaş:** Bravo! Doğru. Yüz puan. Bunu bana hatırlat. Sözlü notun yüz. Hangi tekniği uyguladım şimdi?

**Kursiyerler:** *Ödül tekniği.*

**Tahir Özakkaş:** Ödül tekniği. Evet. Bir yüz puan daha.

Davranışçılıkta; etkiye karşılık tepki. Bilişsel yapıda; etki, yorum, tepki. Her ikisinde de ödül ceza tekniğinin hâkim olduğunu söyledik. Üçüncüsü: Dinamik yapı. a.Klasik Freudiyen Psikanaliz, b.Ego Psikolojileri, c.Nesne İlişkileri.

DAVRANIŞÇILIK: ETKİ → TEPKİ
BİLİŞSEL YAPI: ETKİ → YORUM → TEPKİ
DİNAMİK YAPI: a.Klasik Freudiyen Psikanaliz, b.Ego Psikolojileri, c.Nesne İlişkileri

(tahtaya yazılır)

**Tahir Özakkaş:** Şunu da hatırlıyorsunuz. (Tahtaya bir şeyler çiziliyorr!!!)

**Kursiyer H.Ç.:** *Kazan değil miydi hocam o?*

**Tahir Özakkaş:** O kazanı aşağıya şöyle yapalım istersen. Ateş yansın hadi. B. hoş geldiniz efendim, nasılsınız?

**Kursiyer B.:** *Teşekkür ederim. Sağ olun. Bugün koltuk rahatlaşmış herhalde (sahnedeki kursiyerler için duran sandalye yerine daha rahat bir koltuk konmuş).*

**Tahir Özakkaş:** Evet, oraya oturmaya niyetlisiniz herhalde.

**Kursiyer B.:** *Bilmem şimdilik değil ama...*

**Tahir Özakkaş:** Peki. Davranışsal öğrenme yoluyla, ödül-ceza tekniğiyle başlayan hayat hikâyemiz, insan olma hikâyemizin bilişsel yapıyla hayvanlardan farklılığımızı ortaya koyduk ve zihinsel olarak olaylar hakkında yorum yapabilme, düşünebilme ve düşünebilmenin sonucunda cevap verme hakkının insanlara ait

olduğunu gördük. Böylece insanların olaylar hakkında farklı yorum yapıyorlar ve farklı sonuçlara ulaşıyorlar idi. Yorum kısmının da ana eksenini kişinin öznelliğini oluşturuyor. Yani yetiştirildiği ortamda, öğretildiği oranda, kültürleri, inançları, değer yargıları, folkloru, coğrafyası, iklimi... Bunların hepsi yorum üzerine etkili olan faktörlerdi ve biz bunun da detayına girdik.

**Bilişsel terapinin; temel kabuller, şemalar ve otomatik düşünceler** olarak sıralamış olduğu üçlü sistemini gördük. Oradaki yorum kısmının; temel kabullerden, şemalardan ve otomatik düşüncelerden ibaret olduğunu, o yorum kısmını biraz daha detaylandırdığımızda bu yapının çok ince ilmeklerle dokunduğunu ve bebeklikten itibaren bir kognitif dünyanın oluştuğunu anladık. Bu dünyanın daha çok kalıcı, olaylarla fazla değişmeyen bir ekseninde devam ettiğini, yeni tecrübelerle, yeni deneyimlerle, yeni anlayışlarla zaman zaman ufak tefek değişikliklerle hayatımızı sürdürdüğümüzü iddia ettik. Tabii olaya biraz daha yakinen baktığımızda, bilimin paradigması içerisinde davranışçılık ve kognitif yapı, bilişsel yapı kendine yer bulurken, bir kısım bilim insanı dediler ki; ya insan sadece davranışçı ve kognitif yapılardan ibaret değil; insanların bilinçle ulaşamadığı, davranışla göremediği birtakım zihinsel kapalı alanları var. Bunu “bilinçdışı” kavramıyla izah ettiler ve dediler ki; insanların aslında davranışlarının ve kognisyonlarının büyük bir kısmı bilinçdışındaki büyük birtakım motivasyonel kaynaklardan oluşur.

Freud; nasıl ki hayvanlar içgüdüsel, instinct dediğimiz sistemlerle belirli davranışları ve yönelimleri yapıyorlarsa ve bunu anlamak çok zorsa, tıpkı bazı balıkların binlerce kilometreyi içgüdüsel bir sistemle gitmesi, bazı kuşların binlerce kilometreyi göç yollarını tanımlayarak gitmesi gibi, insanoğlunun davranışlarında ve bilişlerinde de dürtüsel, instinct dediğimiz içgüdüsel bir yapı var

diyor. Bu içgüdüsel yapı belirli bir baskı içerisinde, insanı belirli bir şekilde davranmaya ve belirli bir yönde düşünmeye mecbur kılıyor dediler. Burada “**instinct/içgüdüsel**” tabirini “**tribe**” kelimesi ile tanımladı Almandada. Tribe kelimesi içinde; biraz içgüdüsel instinct ile biraz “**drive**” dediğimiz dürtüyü barındıran iki tane temel anlamı var idi. İki anlamda da Freud bunu kullanmıştı. Daha çok bu İngilizce tercüme edilirken drive/dürtü anlamında kullanıldı.

**Dürtü; bizim yaratılışımızdan gelen, alttaki bir enerji yumağından bir baskı olarak yukarı fıskıran, bu fıskıran yapının da kendini deşarj için bir nesne aradığı isteklerimiz olarak önümüze geldi.** Şimdi insanın ruhsal yapısını, psişik yapısını; ben varım, ben istiyorum, ben yaparım, ben ederim derken bunun nereden kaynaklandığının fizyolojik temelini aradı Freud. Bunu anlayabilmemiz için şu elimdeki mikrofonu bakalım. Mikrofon, ben varım diyor mu? Kendinde bir iddiada bulunuyor mu? Herhangi bir hareket yapıyor mu? Bir yönelim yapıyor mu? Bir bitkiye baktığımızda bu bitki, şurada görmüş olduğunuz bitkiler büyüyorlar. Bu büyümenin fizyolojik kaynağı, görünümü nedir? Alttan gıdalarını alıyor. Instinct olarak gerektiğinde yerleşmiş bir şekilde suyunu, gübresini, güneşini aldığı zaman tomurcuklar fıskırıyor. Bunun kaynağı nedir?

Genetik materyalinde büyüme istidadı. İnsanoğlu'nun bu ruhsal yapısının temel kaynağının fizyolojik kaynağı nedir diye araştırdı ve “Bir Bilim Projesi” olarak yazmış olduğu makalede insan ruhunun kaynağını beyindeki biyokimyasal yapılarda, anatomik yapılarda aradı. Fakat anatomik yapılarda, biyolojik yapılarda bir nöropatolog olarak uygun bir kaynak bulamadı. Beyin, nöronlardan oluşmuş bir yapıydı ve insanın ruhsal fitratı, bu yapı buradan çıkacak çıkan yapı da; ben benim, ben şunu yapmak istiyorum,

ben bunu yapmak istiyorum şeklindeki arzularının kaynağı olacaktı. Dedi ki, ben bir bilim projesi olan bu makalemden vazgeçiyorum, yönümü değiştiriyorum. Yani Freud'un hayatındaki en önemli değişim alanlarından, yolaklarından birisi, bir bilim projesi olarak başladığı psikolojik yapıya o makaleden vazgeçmesi ve o makaleyi unuttu demesidir. Onun ardından soyut bir zihinsel aygıt çalışması yaptı. Bunu elde tutamazsınız, beyinde bulamazsınız, gözle göremezsiniz, zihinsel bir tasarım olarak bir aygıt inşa ediyorum dedi ve bunun bir libidinal enerji dediği bir enerji kaynağı yumağından oluştuğunu iddia etti. Bunun kaynağı nedir bilmiyoruz dedi. Peki, bu kaynağı nasıl görürüz dediğimizde, nasıl kendini aktive ediyor dediğimizde, bunun görünür şekillerini bize ispat etmek durumundaydı Freud.

Onun için dedi ki; insanoğlunun deri ile mukoza birleşim noktaları vardır. Bu noktalar ağız kenarı, dudağımızın ucundaki çizginin iç tarafı mukoza, dış tarafı deridir. Çok farklı iki tane yapıdan oluşmuştur. Mukozalar çok farklı özelliklere sahiptir. Deri çok farklı özelliklere sahiptir. Dolayısıyla bu dudağımızın kenarındaki derinin bittiği ve mukozanın başladığı yer iki tane kavga'nın olduğu yerdir. İşte bu mukozalar içteki libidinal enerjinin dışarıya fıskırdığı yerlerdir ve buralar hassas yerlerdir dedi. Buralar nerelerdir? Mukoza olan bölgeler; makat bölgesi, anal bölge, aynı dudağımızın bittiği ve iç derinin başladığı penis, vajen, üretra bölgeleri keza aynı şekilde dış derinin bittiği ve mukozanın başladığı noktalar olarak delikler olarak tanımlandı. Bu noktalar kişinin içteki libidinal enerjisinin dışarıya fıskırdığı noktalar. Bu noktaların kendi içerisinde özel bir hassasiyeti vardır ve bu noktaların tatmin edilme ihtiyacı vardır. Dürtüler kendilerini bu mukoza yollarıyla ortaya koyarlar bu mukoza yollarıyla ortaya koyduktan sonra da orada tatmin ararlar.

O zaman şöyle bir şey çıktı karşımıza Freud'un iddiasına göre. Bunu iyi anlamak durumundayız, hayvanlarda içgüdüsel sistem vardır. İçgüdüsel sistem onların genetiklerindedir. İnsanlarda da aynı şekilde içgüdüsel sistemler vardır. Bu; yürümek gibi, konuşmak gibi istidadlar olarak bir içgüdüsel sistem olduğu gibi ilave olarak insanoğlu'nda dürtü dediğimiz, drive dediğimiz birtakım istekler vardır. Bu istekler bir hedef nesne ararlar. Bu dürtülerin amacı deşarj olmaktır ve bir nesne bulmaktır der. İnsanoğlu doğuştan bu dürtülerle doludur. Bu dürtüler mukoza yollarıyla kendilerini ortaya koyarlar.

İlk başta oral dönem dediğimiz dönemde ilk bir yıl boyunca ağız mukozası önemlidir ve çocuğa "Sen nesin?" diye sorulduğunda "Ben ağızım" der. "Dünya nedir?" diye sorulduğunda "Memedir" der ve ağızla meme buluşur. Ağızdaki mukozanın ihtiyacı olan tatmin olma, dürtüyü deşarj edecek bir nesne arar nesne de memesidir. O memeyi emer, emer ve bırakır. Zaman zaman memeyi ısırır, zaman zaman memeyi sever, zaman zaman emer, zaman zaman beslenir. Demek ki oral mukozamız dürtü ile doluydu. Bu dürtünün hedefi bir nesne idi. Zamanındaki o nesne bir meme idi. Meme ile kurmuş olduğu ilişki içerideki birikmiş olan o libidinal enerji deşarj oldu. Aynı hayvanların göçleri gibi.

Bir yaş dolduktan sonra ağız mukozasının işlevi belirli bir olgunluğa eriştikten sonra ikinci mukoza devreye girer. Bu; makat mukozasıdır, anal mukozadır. Burada da çocuğun zihinsel gelişimi yani beyninin gelişmesi (biz buna beyin maturasyonu diyoruz), kasların, anal kasların gelişmesi ile beyinle anal kaslara emirleri götürecektir ve getirecek olan sinir sisteminin gelişmesi sayesinde anal mukozanın kontrolü ve farkındalığı ortaya çıkar. O zaman orada büyük abdestin kendine ait olduğuyla ilgili, onu bırakmak ve tutmak, irade dediğimiz kavramla beraber çocuk için

muktedir hale gelir. Dürtü; ağızcıl bir fonksiyondan kendi içerisinde tutmak ve bırakmak dediğimiz iradi bir kontrolün fonksiyonu haline dönüşür. O zaman dürtünün ikinci bir hedefi çıktı karşımıza. Bu sefer dürtü karşımıza nerede çıktı? Makatta çıktı. Büyük abdestini tutabiliyor mu, tutamıyor mu? Tutayım mı, tutmayayım mı? Annem istiyor. Anneme vereyim mi, vermeyeyim mi? şeklinde oradaki dürtünün deşarjı, tutmak, vermek ve bırakmak anlamında iki tane durum. Şimdi ağıza gelirsek, içe almak/emmek ve tükürmek.

İki tane fonksiyon vardı dürtüsel olarak. Dünyada baktığımız her şey, beş duyuyla aldığımız her şey içe almaktır, annenin memesini emmektir. Şu anda beni dinliyorsunuz. Benim anlattıklarım koskoca bir meme, siz de koskoca ağızlarla benden emiyorsunuz ve dinliyorsunuz. Zaman zaman benim anlattıklarım hoşuna gitmeyen pis, zehirli süt gibi gelen arkadaşlar memeyi iter gibi bir hareket yapıyorlar böyle, manzaraya bakıyorlar. Ne yaptı tükürdü. Beni tükürüyor. Aslında dünyada her şey çok açık bu manada. İçeri aldıklarınız sevdiğiniz memelerle mi dolu yoksa tükürülecek memelerle mi dolu? Bu devreyi olgun bir şekilde atlatmışsanız burada memeden besleniyorsunuz, benim söylediklerimi, davranışlarımı alıyor, anlıyor, algılıyor kendi içinizde besine ve vücudunuzda fonksiyona dönüştürüyorsunuz.

Anal döneme geldiğimizde hikâye değişiyor. Anal dönemde içeri aldıklarınızı, öğrendiklerinizi, emdiğiniz memeleri dışarı verecek misiniz? Başkalarının ihtiyacı olarak verecek misiniz? Yoksa bütün dünyayı içinizde tutarak hiçbir şey vermeyip patlayacak mısınız? Hani Varyemez Amca var ya böyle tutuyor, hiç vermiyor. Şimdi ne yaptık? İkinci yapıda da size ait olanları tutacak mısınız, verecek misiniz? Verirken, sıçarken, sıçar gibi mi vereceksiniz yoksa böyle keçi gıgısı gibi mi vereceksiniz? Nasıl

vereceksiniz? Yoksa böyle normal sağlıklı bir şekilde büyük abdeste gider gibi mi vereceksiniz? Büyük abdest, çocuğun en kıymetli altını ve bokudur. Çocuğun en kıymetli varlığıdır. Bebeklerin en kıymetli varlığıdır. Kendi vücudunun uzantısıdır. Siz elinizi, kolunuzu, gözünüzü verebilir misiniz? Gözünüzü parmağımla oysam alabilir miyim sizden? Kaka da aynı şeydir. Dolayısıyla burada vermek kavramı ve onu iradenizin kontrolü emrinde vermek kavramı anal bir yapının daha sonra kişilik örüntüsüne dönüşmesi haline geliyor.

**Eğer siz; içinde birtakım bilgi, birikim, makam, mevki, para, pul ne varsa birilerine rahatlıkla verebiliyorsanız, iradenizin kontrolüyle anal sfinkterinizi kontrol edebilen insan oldunuz.**

**Veremiyorsanız, böyle kıvranıp duruyorsanız, ne bilginizi, ne becerinizi, ne dostluğunuzu, ne arkadaşlığınızı, ne sevecenliğinizi bir başkasıyla paylaşamıyorsanız ananızla kavga etmişsiniz, o noktada durmuşsunuz, anal sfinkterinizi sıkımuşsunuz ve kabız olmuşsunuz demektir.**

Hastalarınıza şunu sorun. Kabız mısınız? İshal misiniz? Normal misiniz? Çok basit. Başka bir şey sormanıza gerek yok. Al sana teşhis. **Kabızım derse; anal sadık, hayat boyu kimseye bir şey vermeyen, bokunu vermeyen biridir. İshalse; hep sıçarak veren biridir. Verdiğine de pişman olursun, verir al der; istemiyorum kardeşim senin olsun dersiniz ya bazen.** Mesela arkadaşından kopya çekecek, ya bir göster filan sinirlenir böyle önüne koyar hocanın göreceği şekilde sen dersin istemiyorum ya Allah belanı versin kalsın, bu işte sıçarak verdi. Bunu biliyorsunuz. Bir de **normali** var. Burada da ihtiyacı kadarını veriyor, paylaşıyor, onun için bir