

BÜTÜNCÜL PSİKOTERAPİ

7. DÖNEM

KASIM 2008 DERS NOTLARI



Editör

Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları 80

*Bütüncül Psikoterapi Eğitimi 7. Dönem
Kasım 2008 Ders Notları*

ISBN 978-605-5548-75-9

Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

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

Birinci baskı: Temmuz 2012

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma hazırlayan: Sevgi Çorabatur

Katkıda bulunanlar: Melike Yönten & Menekşe Arık

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

Darica-İZMİR

Tel : 0262 653 6699 Fax : 0262 653 6698

Merkez: Bağdat Caddesi No: 540/8 Bostancı-İSTANBUL

Tel : 0216 464 3119 Fax : 0216 464 3102

www.psikoterapi.com - www.psikoterapi.org - www.hipnoz.com

SUNUŞ

İnsanlık 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, 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 çalışmalarısıyla, ülkemizde bütüncül psikoterapi uygulamalarının gelişimine öncülük etmekten gurur duyuyoruz. Elinizdeki bu ders notları, ruhsal bozuklukların tedavisinde tek bir psikoterapi yaklaşımına bağlı kalmaktansa elin-

deki veriyi kullanarak uygulanabilecek en iyi tekniği ve teoriyi arayan bütüncül yaklaşımlı terapistler yetiştirme adına verilen Bütüncül Psikoterapi Teorik Eğitimi 7. 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, nesne ilişkileri kuramı, içe alınmış nesne ilişkileri kuramına göre çocuğun psikolojik gelişimi, insanın psikolojik evreleri (Mahler), bölme, idealizasyon, devalüasyon, ilkel inkar ve yadsıma mekanizmaları, nesne ilişkileri kuramının psikoterapötik strateji ve yöntemleri, Masterson kuramına giriş 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 2008 1. GÜN

1. BÖLÜM	3
<i>NESNE İLİŞKİLERİ KURAMI</i>	3
<i>İNSANIN PSİKOLOJİK EVRELERİ (MAHLER)</i>	21
2. BÖLÜM	37
<i>İNSAN YAVRUSUNUN PSİKOLOJİK DOĞUMU ÜZERİNE</i>	37
<i>İNSANIN PSİKOLOJİK EVRELERİ (MAHLER)</i>	55
1. ÖRNEK OLGU ANALİZİ	57
3. BÖLÜM	61
1-ÖRNEK OLGU ANALİZİ	61
4. BÖLÜM	81
<i>BÖLME MEKANİZMASI</i>	81
<i>İDEALİZASYON, DEVALÜASYON, İLKEL İNKAR VE YADSIMA</i> <i>MEKANİZMALARI</i>	98
5. BÖLÜM	104
<i>MASTERSON KURAMINA GİRİŞ</i>	104

KASIM 2008 2. GÜN

6. BÖLÜM	139
2.ÖRNEK OLGU ANALİZİ	139
7. BÖLÜM	180
2.ÖRNEK OLGU ANALİZE DEVAM	180
8. BÖLÜM	213
3.ÖRNEK OLGU ANALİZİ	213

KASIM 2008 3. GÜN

10. BÖLÜM	225
<i>İÇŞELLEŞTİRME VE ÖZDEŞİM SÜREÇLERİ</i>	225
11. BÖLÜM	258
<i>BAĞLANTI NESNESİ</i>	258
<i>KİMLİK BÜTÜNLEŞMESİ</i>	266
<i>BİREYLEŞME & ÖZERKLEŞME</i>	275
12. BÖLÜM	289
<i>GEÇİŞ NESNESİ & GEÇİŞ FANTEZİSİ</i>	289
13. BÖLÜM	302
<i>İÇE ATILMIŞ TASARIMLAR</i>	302
14. BÖLÜM	335
<i>GENEL ÖZET</i>	335

Kasım 2008

1. GÜN

1.

BÖLÜM

NESNE İLİŞKİLERİ KURAMI

Tahir Özakkaş: Evet arkadaşlar hoş geldiniz. Geçen ay ne konuştuğumuzu özetleyecek arkadaş var mı? H. bilgisayarımı getirir misin? Ne konuşmuştuk geçen hafta?

Tahir Özakkaş: Bu hafta fallardan bahsedeceğiz. İlgi alanınızın ne olduğu anlaşılıyor. Rüyalardan başka neler öğrenmiştik?

Cevap: *Direnç.*

Cevap: *Dürtü Çatışma.*

Tahir Özakkaş: Dürtü çatışmayı konuşmuştuk. Dürtü çatışmanın içerisinde rüyaların görünüşü manasında konuşmuştuk. Dürtü çatışmada neler öğrendik, kısaca özet yapacak arkadaş var mı? Kopya çekmek serbest.

Tahir Özakkaş: Performans kaygısı mı bu sessizlik? Geçen hafta dürtü çatışmayı öğrenmediniz mi? Evet Kursiyer İ.

Geçen hafta dürtü çatışma kuramını, İd-Ego-Süperego arasındaki mücadeleyi ve onların arasındaki çatışmayı konuştuk. İd zaman ve mekan tanımadan ihtiyaçlarının karşılanmasını arzu ediyor, istiyor, dışa vuruyor. Süperego bunun ortama uygun yapılması için, yani içinde bulunduğu toplumun kurallarına göre baskılamayı yapıyor, kontrolü yapıyor. Ego da bu ikisi arasındaki dengeyi sağlamaya çalışıyor. İdin talepleri gerçekleşmediği zaman çatışma ortaya çıkıyor, sorun ortaya çıkıyor. Çünkü enerjinin bir şekilde dışarıya vurulması gerekiyor. Yani hedefe ulaşması gerekiyor. Bu arada çeşitli savunma mekanizmaları devreye giriyor. Savunma mekanizmaları Süperego tarafından kullanılıyor. Buna bağlı olarak semptomlar ortaya çıkıyor. Yani idden kaynaklanan sıkıntının, idin talebinin gerçekleşmemesi nedeniyle ortaya çıkan anksiyetenin ortadan kaldırılması gerekiyor. Eğer ego bunu savunma mekanizmalarıyla dönüştürerek maskeleyebilirse sorun yaşanmıyor. Ama maskeleyemse bu defa başka semptomlar, semptomlara bağlı olarak da anksiyete ortaya çıkıyor. Sonra bunun bir parçası olarak rüyaları gördük hocam. Rüyalarda da kişinin gerçek hayatta yaşayamadığı şeyleri bilinç dışında kendini ifade etme imkanı oluyor. Çok iyi sentezleyemedim ama.

Tahir Özakkaş: Geçen ay anlattığımız kuram nedir? Kuramcı kimdir? Kişilik Örgütlenmesi nedir? Kuramın adı ne?

Kursiyer İ: *Dürtü Çatışma Kuramı.*

Cevap: *Freud.*

Kursiyer E: *Freud'un daha çok ödipal dönemi incelediğini, psikanalitik ekole dahil yeni kuramcıların da preödipali incelediğini ve dolayısıyla bu dönemde ki daha çok kişilik bozuklukları tarzında çıkan patolojileri incelediklerini, preödipalde kimlik*

oluşumuyla ilgili disosiyasyonlardan bahsedilmişti. Organizmanın epigenetik açılıma uygun olarak belli dönemler yaşadığını ve bu dönemlerdeki çeşitli olumsuz faktörlerin o dönemlerde saplantılar ve belli karakter özellikleri oluşturduğunu anlatmıştınız. Preödipalde kişinin kişilik bozukluğuyla sonuçlanan birtakım saplantılar oluyordu. Anal karakter, oral karakter, ödüpale bağlı nevrotik karakterden.

Tahir Özakkaş: Dürtü Çatışma kuramı hangi karakter ve kişilik bozukluğuyla ilgileniyormuş?

Kursiyer E: Masterson'un dört tane kişilik bozukluğu vardı aklmda kalan. Narsistik, borderline.

Tahir Özakkaş: Masterson'dan mı bahsetmiştik geçen ay?

Kursiyer E: Yok, Masterson'dan bahsetmemiştik hocam.

Tahir Özakkaş: Dürtü Çatışma Kuramı hangi karakter ve kişilik bozukluğuyla ilgileniyor?

Cevap: Oral dönem.

Tahir Özakkaş: Oral dönemde ilgilenilen hiçbir vaka var mı?

Kursiyer İ : Nevrotik kişilik bozukluğu.

Tahir Özakkaş: Nevrotik Kişilik Bozukluğu. Nevrotik Kişilik Bozukluğu ne demek? DSM'de böyle bir şey var mı?

Cevap: Hocam obsesif?

Tahir Özakkaş: Obsesif ne?

Kursiyer E: O kişilik bozukluğu, preödipale geçmiş olmuyor mu?

Tahir Özakkaş: Preödipale geçmiş olmuyor mu diyor?

Kursiyer İ: *Preödipalde borderline, narsisistik, şizoid, bir tane daha vardı; onlardan bahsetmiştik hocam. Ödipal dönemle ilgili olarak obsesif kompulsif kişilik bozuklukları görmüştük diye hatırlıyorum.*

Tahir Özakkaş: Söylediğiniz her şey doğru da, uçuyor şimdi. Peki, İ. cesaret gösterdi paylaştı bizimle, İ.'in söylediği cümlede hata bulan var mı?

Kursiyer S: *Savunma mekanizmalarını, süper ego ...*

Tahir Özakkaş: Savunma mekanizmalarını süperego mu oluşturur?

Cevap: *Süperegoyla idin arasında gelişir.*

Tahir Özakkaş: Savunma mekanizmalarını süperego mu oluşturur? Kim oluşturur, nerde oluşturur?

Kursiyer İ: *Bence ego oluşturur.*

Tahir Özakkaş: Bizce de ego oluşturur. Demek ki biz ego oluşturur demek istiyoruz ama ağzımızdan süperego çıkıyor. S. ile ikimiz duyduğuna göre, diğerleri de zaten dinlemediğine göre.

Kursiyer İ: *Oradan egoya gelmişti hocam, orada bir düzeltme yapmıştı hocam.*

Tahir Özakkaş: Bu arkadaşını kurtarmaya çalışıyorsa nesnel ilişkileri açısından ne düşünürsünüz?

Kursiyer İ: *Sağolsun hocam, delikanlılık oluyor.*

Tahir Özakkaş: Tabi bu konuşacağımız şeylerle ilgili gelişimi ve bugünkü ruhsal yapıyla ilgili duruşu bileceğiz. 2008 yılında kişilik bozuklukları derken neyi kastediyoruz? Dürtü çatışma

neyi kastetmiş, bununla ilgili spektrumu yakalarsak kafamızda her şey tak tak oturur. Freud ben üç tane kişilik bozukluğu bilirim diyor. Bunlara da karakter ismini veriyorum diyor. Bir anal karakter var diyor, bir oral arakter var diyor, bir de nevrotik karakter var diyor. Ben anal ve oral karakterle ilgili analitik bir süreç çalışmam; çünkü benim ilgilendiğim süreç ödipal dönem denilen, üçlü ilişkiyi ilişkilendiren, ödipali sağlıklı atlatamamış bireylerin nevrotik yapılarındaki, obsesif kompulsif görüntü, sosyal fobik görüntü, histerik görüntü, çekimser görüntü, bağımlı görüntü, cinsel işlev bozukluğu, anoreksiya, bulumiya gibi muhtelif görünümünün ardında bir semptom niteliği taşıdığı, arka plandaki ödipal üçgendelelektre ve ödipal çatışmanın görüntü şekilleri olduğunu söylüyor. Bunların analiz edilebilir olduğu çünkü üçlü ilişkiye geçtiğini; ama ikili ilişkide kalma dediğimiz, preödipalde kalma dediğimiz 0-3 yaş oral ve anal karaktere takılmış kalmış, *fixe* olmuş yapıların daha çok psikoza yakın yapılar olduğu için bunların analize elverişli yapılar olmadığını belirtiyor.

Birtakım yapılar oral, anal, fallik döneme geçerken, fallik döneme ulaştığında insan zaman zaman oral dönem özelliklerini taşıyabilir, anal dönem özelliklerini de taşıyabilir, aynı zamanda fallik döneme de geçmiştir, bu çarpık bir geçiştir. O dönemde de bazı bireyler fallik ve ödipal dönemdeki çatışmaları çözümlenmeye çalışırken, oral özelliklerini anal özelliklerini de görmek, durmak mümkündür diyor. Onun için bir kuram bir kuramcı bir kişilik bozukluğu derken geçen ay ne konuştuk bir kuram konuştuk, dürtü çatışma kuramı, bunun özgün ismi klasik psikanalitik kuram, bu kuramın kurucusu S. Freud'u gördük, ardından da bu kuramın kişilik örgütlenme

alanını inceledik, oral ve anal dönemi fazla incelemedik, nevrotik dönemi inceledik, bu kısmı basit.

Ama bugün DSM dediğimiz önümüzde bir yapı var. DSM etyopatogeneze dayanmıyor, nedenselliğe dayanmıyor, klinik görünümlere göre, elmaları bir yere, armutları bir yere, incirleri bir yere alıyor dedik. Burada da sekiz, dokuz tane kişilik örgütlenmesi var ve bunlar da A, B, C kümelerine ayrılıyor dedik. A kümesinde paranoid, şizoid, şizotipal kişilik örgütlenmeleri; B kümesinde antisosyal, narsisistik, borderline, histrionik kişilik örgütlenmeleri, C kümesinde bağımlı, çekingen, obsesif kompulsif kişilik örgütlenmeleri, bu da *mix* yapı; DSM III'de ilaveten pasif agresif kişilik örgütlenmeleri vardı, DSM IV'de kaldırıldı, muhtemelen şuanda DSM V yapılıyor, 2010-2012 yıllarında yayınlanması bekleniyor. Kişilik örgütlenmelerinin etyopatogenezi içinde barındırmadığı ve klinik olarak tam kullanılabilir gelmediği görüldüğünden dolayı da kişilik örgütlenmeleri ve kişilik bozuklukları Eksen II dediğimiz yapının büyük bir değişime uğrayacağı, dereceli bir geçiş ve puanlama sistemiyle bu bahsettiğimiz klinik tabloların hepsini içine alacak bir yapılanmaya doğru geçeceği gibi bir iddia da var. Bu ne demektir?

Etyopatogeneze biz ne diyoruz? Bireleşme ayrışma var, oral dönem, anal dönem, ödipal dönem özellikleri var, borderline, narsisistik, şizoid yapılar var, bunlar etyopatogeneze baktığınız zaman, DSM'de anlatılan birçok kişilik örgütlenmelerinin aynı insanda hepsinin de bulunabileceğini görmekteyiz, sadece şiddet dereceleri değişik. Sekiz maddenin dört veya beş maddesi varsa kişilik örgütü, öbüründen bir madde alıyor, öbüründen bir madde alıyor, birer madde alınan yapılara baktığımızda onları bir kümülatif olarak değerlendirdiğimizde,

etyolojiye, sebebe, kişilik gelişimine yönelik patolojiye bizi direkt götürüyor. Dolayısıyla biraz daha DSM'yi etyolojiye, dinamik, gelişimsel psikolojiye yönelik olarak açıklayabilecek bir boyuta getirmeye çalışılıyor.

Demek ki geçen ay dürtü çatışma kuramını gördük, dürtü çatışma kuramının ruhsal aygıtını gördük değil mi? Freud sanal bir ruhsal aygıt tanımlıyor. İd, ego, süperegö var diyor, yapısal olarak bir anlam veriyor, "Nerde?" diyorsun "Bilmiyorum, uydurdum." diyor, "Bir tane id diye bir şey uydurdum, bir tane ego diye bir şey uydurdum, bir tane de süperegö diye bir şey uydurdum, bunların yerlerini gösteremem size, beyinde şu nöronlarda, şu yerde şeklinde ifade etmem mümkün değildir." diyor. Topografik bir şekilde bilinçli alanımız, bilinç öncesi alanımız ve bilinç dışı alanımız dediği ikinci bir hayali bir şey kuruyor. Bu bilimin kabul etmediği bir şey, yani bilim elle tutulur, gözle görülür, laboratuvarında incelenebilir, dünyanın muhtelif yerlerinde yapılacak çalışmalarda aynı sonuçları doğurabilecek bir nedenselliğe dayalı olan ve genellenebilen şeylere bilim der. Ama senin söylediğin şey hem subjektif, hem de bir tedavi yöntemi olarak baktığımızda iki kişi arasında olan çok öznel bir şeyden bahsediyorsun, öznellik bilimin ilişkisi olamaz, bilim genele yayılandır, yerçekimi her yerde yerçekimidir, fizik her yerde fiziktir, kimya her yerde kimyadır, psikanalizde her yerde psikanaliz olsun demektir ve burada bilimin ana yapısından ayrılmaktadır.

Tabi burada bilim felsefesi gidiyor, bilim nedir, kişinin öznelliği ne demektir, öznellik tartışılabilir mi ölçülebilir mi şeklindeki birtakım kıstaslara giriyor. Geçen ayki eğitimimizde Freud'un geliştirmiş olduğu ruhsal aygıt dediği yapısal id-ego-süperegö ve topografik olarak bilinçli alan, bilinç öncesi alan

ve bilinç dışı alanı izah ettik ve bunu bir kuramsal alan olarak kişilik gelişimini ve patolojilerin nedenselliğini izah edecek çok ince işlenmiş bir kurguya dönüştürdüğünü gördük. Bu kurguya dönüşmüş olan yapı kafamızda netleştikten sonra semptom ve şikayetlerle bize gelen hastalara nedenselliğini kurgulanmış olan bu ruhsal aygıt ve topografik yapıda izah edebileceğimizi, bunların nedenselliğini ortaya koyabileceğimizi ve bu nedensellikteki sapmaların yine aynı nedensellikleri düzeltme amacına yönelik yapılacak olan bir tedavi programında düzeltilebileceğini bu programın da psikanalitik terapi olduğunu ifade etmiştik.

Psikanalitik tedavide de kullanılan metaforlar veya kullanılan aygıtlar, araçlar vardı. Bir divan olayı vardı, ne diyorduk divan olayına? Serbest çağrışım. Serbest çağrışımın hasta “Tabula rasa” dediğimiz boş bir ekranda duygularını ve çocukluk yaşantılarını bir duvara yazacaktı. Hayalinde bir terapist canlandırıcaktı ve o terapist ilk çocukluk ilişkileri olan anne ve babasıyla olan ilişkilerini nesne ilişkilerini kurgulayacaktı. Burada terapist serbest çağrışımın gelen bağlantılarla, linklerle yorum dediğimiz elimizdeki en önemli aygıtı, bunun nedenselliğini kişiye izah edecekti. Hem topografik kuram bağlamında, hem de yapısal kuram bağlamında, bu bağlantıları kişiye gösterdiğinde, kişinin değişeceğini ve yeni nesne ilişkileri kuracağını, yeni yapılanma içine gireceğini izah etmektedir. Yorumun yanında ikinci olarak dil sürçmeleri ve rüyalar da bilinç dışı çatışmaları terapistin bildiriyor ve bunlarla ilgili yapılacak yorumların da aslında iyileştirici etki yaratacağına dair açıklamalar geliyordu.

Bunun da olabilmesi için bir terapötik süreçte üç evrenin bulunduğunu, ilk olarak “başlangıç evresi”nin bulunduğunu,

başlangıç evresinden sonra “aktarım ve karşı aktarım süreçleri”nin olduğu nevrotik düzlemdeki bir bireyin duygularını terapistine aktardığı, terapistin de bu duyguları işlemleyerek hastaya tekrar yorumlarla birlikte aktarımın çözümlendiği ikinci evreyi, üçüncü ve son olarak da “bitme ve ayrılma” dediğimiz sağlıklı bir yas reaksiyonuyla birlikte terapistinden ayrılarak ayrılma ve bireyselleşmeyi sağladığı bir yapıyı ifade ediyordu. Bunun adına dürtü çatışma kuramı ve psikanalitik terapi diyordu. Hem bir kuram ileri sürüyor hem de bu kurama bağlı olarak ortaya çıkmış olan rahatsızlıkların nedenselliğini bir terapi teknikleri mecmuasıyla bir terapi teknikleri silsilesiyle bize aktararak nasıl bir hastanın tedavi edileceğini izah ediyor ve bu bağlamda baktığımızda karşımıza gelen her türlü psikişik manadaki klinik tabloları izah etme iddiasında bulunuyordu.

Bugün dünyada bu manada bir ruhsal yapının tüm patolojilerini izah etmeye yönelik aslında dört tane ana temel kuram var. Bunların en iyi yapılanmış olanı da dinamik kuramdır. İkincisi biyolojik kuramdır, eğer kişi karşımıza psikişik patolojilerin hangisiyle gelirse gelsin, biyolojideki birtakım bozukluklarla izah etmeye yönelik, nöron bağlantılarından, elektro kimyasal değişikliklerden yola çıkan, tıbbın, psikiyatrinin yüzde doksanının hakim olmuş olduğu bir problem varsa onun karşılığında bir biyolojik bozukluk vardır ve ona uygun birtakım tedaviler yapılabilir. Bunlar ilaç tedavilerdir, cerrahi tedavilerdir veya gen mühendisliğidir. Üçüncü olarak bütün psikolojik bozukluklar davranışsal bir modelleme ve öğrenmeye; sosyal öğrenme, bireysel modelleme veya taklide bağlıdır. Arkasında Pavlov, Watson, Thorndike ve diğerlerinin yaptığı şartlanmalar, koşullu şartlanmalar, öğrenmeler, sosyal

öğrenmeler vardır. Psikoloji fakültelerinde veya PDR fakültelerinde esas olarak öğretilmeye çalışılan Bandura ve diğerlerinin getirmiş olduğu davranış bilimleri dediğimiz davranışçı kuramdır. Yani psikoloji fakültelerinin veya PDR'lerin özü aslında davranış bilimine dayanır. Çünkü davranış bilimleri laboratuara konabilen, incelenebilen, sınanabilen ve her yerde aynı sonuçlara ulaşılabilen bilimsel paradigmanın içerisinde olan bir kuram olduğu için, psikoloji fakültelerinin özü davranış bilimlerimizdir.

Cevap: *NLP'de öyle mi hocam?*

Tahir Özakkaş: Hayır. Davranış bilimlerinin, insanı anlatmada yetersiz kaldığı görülünce daha soyut kavramlara yönelimi oldu. Bu yönelimle beraber nörosize veya bilgi işleme süreçlerinin, bilgi prosesleri; 'Bilgi nasıl alınır?', 'Nasıl algılanır?', 'Nasıl tutulur?', 'Nasıl değerlendirilir ve geri nasıl çıkarılır?' gibi dışarıdan beş duyu ile alınan bilgilerin, içeride bir işleme tabi tutularak dışarıya yansıtılması süreçleri araştırıldı. Nesnel olarak davranış bilimleri gibi gözlemlenemeyeceğini, incelenemeyeceğini, değerlendirilemeyeceğini, çünkü orada öznel bir yapının olduğunu görüyoruz. Burada teknolojinin gelişmesi ile beyindeki birtakım yapıların inceleyebilir hale gelmiş olmasının sonucunda, bilişsel terapi dediğimiz, kognisyon veya kognitif yapıyı ve bilgi işleme sürecini inceleyen psikoloji gelişti. Dolayısıyla psikolojinin ana eksenine davranıştan ziyade son yirmi yılda belki de bilişsel yapı oturdu ve psikoloji fakülteleri bilgi işleme sürecini inceleyen fakülteler oldu. Bilgi nasıl alınır, nasıl öğrenilir, nasıl değerlendirilir, hafıza, bellek, algılama çarpıklığı, ifade, duygularla düşüncelerin bağlantıları gibi daha soyut daha sanal konular incelendi. Tabi bununla ilgili istatistiğin gelişmiş olması ve araştırma desenle-

rinin hazırlanma şekilleri, bu tip sanal yapıların da izah edilebileceği bir çalışma ortamı ve laboratuvarın gelişmesine olanak tanıdı. Özellikle beyin EEG'lerinin, tomografilerin gelişmiş olması, insan düşünürken karar verirken beyinde ne olduğuna ait kan akımlarını ve oradaki fonksiyonelliği inceleyen teknolojilerin gelişmesiyle insan beyninin nasıl çalıştığı, açığa çıkarıldı. Rahatsızlıkların artık çözülebildiği iddiası ortaya çıktı.

Rahatsızlıkların, insanın bilgi işleme prosesindeki birtakım hatalı öğrenmeler, hatalı ve çarpık yorumlamalarla olduğunu iddia eden bir psikoloji kuramı çıktı. Şimdi bu psikoloji kuramı daha çok bilgi işleme sürecini incelerken hemen yanı başında psikoloji bilimi değişmeye başladı. Çünkü dinamik kuramlardan temelini alan, insanın çocukluk dönemine önem atfeden gelişimsel psikoloji dediğimiz alan, -belki bugün bunu yoğunlukta inceleyeceğiz ve göreceğiz- insan tabiatını, insan kişilik yapısını, insanın gelişim sürecinde birtakım epigenetik açılımlardan geçtiğini, uygun çevre koşullarıyla bu açılımların örtüşmesi sonucunda sağlıklı insanların çıktığını söyler. Eğer örtüşmede eksiklikler ve kusurlar varsa birtakım patolojilerin ortaya çıktığını, buna da “gelişimsel psikopatoloji” dendiğini ifade ettiler. Bu sefer psikolojinin ağırlık merkezi gelişimsel psikolojide bulunan sapmaların ortaya çıkardığı patolojiler olarak karşımıza çıktı. Ne oldu? Davranışla başladık, bilgi işlemeyle devam ettik, gelişimsel psikoloji dediğimiz alanın, bebek gözlem raporlarının, bebeklerin doğumdan belirli bir yaş grubuna kadar nasıl bir anne çocuk ilişkisi içerisinde girdiğinin görülmesiyle gelişimsel psikoloji üzerinde odaklandık. Gelişimsel psikoloji ile dinamik yapı yavaş yavaş birbirine yakınlaşmaya başladı.

Biz de ne dedik? İlk gün hatırlarsanız insanı dört halkadan görüyorduk; en üstte davranışsal öğrenme, insanın birçok davranışsal öğrenmeyle hayatını kolaylaştırıyoruz. Birtakım sıkıntı ve problemlerimizin arkasında hatalı davranışsal öğrenme olabilir başka hiçbir sebep aramaya gerek yok. Ayağını zı köpek ısırması köpekten korkarsınız, bu gayet doğal. Anlatıldım mi? Dolayısıyla bir patoloji size geldiğinde derinliğinin ve boyutunun bir sosyal öğrenme, bir modelleme, başa gelen bir koşullu refleks veya edimsel şartlanma mı olduğunu algıyorsanız tedavi boyutunu davranış bilimlerinin getirmiş olduğu davranışsal şartlanmayla yapabilirsiniz. Başka hiçbir şeye karışmayacaksınız. Bir alt katmanda ayağını köpek ısırmadığı halde evde dinlenen hikayelerle köpeklerin ısıracağı şeklindeki bir bilgi işlemede çarpık algılama varsa her köpeğin onu ısıracağı şeklindeki bir kaygıyı zihninde canlandırıyor ve her an köpek çıkacak gibi bir korkuyla bir fobi geliştirerek bir insan sokağa çıkamıyor, bahçeli bölgelerde dolanamıyor ise bu insanın kognisyonlarında hata vardır. Bunda ödipal çatışmayı aramak, Hans vakasını aramak, displacement (yer değiştirme) aramak doğru değildir. Bilgi işleme süreci nedir, hatalı çıkarımlar nelerdir, çarpıtmaların nasıl yapıldığı, algının nasıl değerlendirildiği, sosyal fobide sistemin nasıl oluştuğu ve yeme bozukluğu vb. rahatsızlıkların nasıl geliştiği hakkında, bilgi işleme sürecinin kendi içindeki yapısını anlattık.

Eğer bu olay sadece bilgi işleme sistematigi ile ilgiliyse o boyutta kalıp tedavimizi bilişsel terapi teknikleriyle yapacağız. Bir alt katmana indiğimizde dinamik kuram karşımıza geliyor. Görünümde davranışsal bir bozukluk olabilir, fobi olabilir, bilgi işleme hatası gibi görünebilir, ama bunun dinamiği çocukluk döneminde anne-baba-çocuk üçgeninde olan ilişkiler-

deki birtakım bozukluklara bağlı olabilir. O zaman sistem dinamik terapi kurallarıyla işletilmelidir dedik ve geçen haftada dinamik kuramı anlattık. Dinamik kuramı anlatırken ruhsal aygıtın arasındaki çatışmalardan bahsettik. Üç kelime kullandım hatırlıyorsanız. İntropsişik, interpsişik, interpersonal dedim. Hayırlıyor musunuz?

Kursiyer İ: *Daha önce bahsetmiştiniz hocam.*

Tahir Özakkaş: Daha önce söylemiştik. İntropsişik: id, ego ve süperegonun kendi içlerindeki kavgaları. İnterpsişik: id-ego-süperego arasındaki kavgalar. İnter-personel: dış dünyayla olan, nesneyle olan kavgalar. Bugün bir bireyin nasıl geliştiğini anlamaya çalışalım. Davranışsal öğrenme, kognitif çarpıtma ve dinamik öğrenme sürecinde karşımızda sadece bir birey var değil mi? Bu arkadaşımızı aldık davranışsal öğrenmesi, bilişsel çarpıtması, dinamik yapısı şöyledir dedik, bu arkadaşımızın dinamik yapısını da aldık, id-ego-süperego dedik, savunma düzeneklerini izah ettik, sistemi bu boyutta algıladık. Freud'da bu boyutta algılıyordu. Fakat dinamik yapının gelişmesiyle beraber, dediler ki şu birey olarak almış olduğunuz yapının yalnız başına hiçbir anlamı yok. Bir bebeği yalnız başına koy ortama ne idi olur, ne egosu olur, ne süper egosu olur. Bir bebek doğduğu andan itibaren bir ötekiye muhtaçtır, bir nesneye muhtaçtır. Bebeği var eden, ruhsal yapısını var eden şey bir ötekinin varlığıdır. Yani bir insanın karşısında bir öteki olmak zorundadır. İşte sistem davranışsal kuramdan başladı, bilişsel kurama geldi, dinamik kurama geldi.

Dinamik kuramda id-ego-süperego arasında interpsişik kavganın nasıl cereyan ettiği, savunma mekanizmalarının nasıl ortaya çıktığı anlatılırken bu hikayenin yalnız başına yetmedi-