

**RUHUN SOMUTLAŞMA YOLLARI**  
**(ÖZNELERARASI ALAN)**



Uz. Dr. Tahir Özakkaş

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 193  
*Ruhun Somutlaşma Yolları (Öznelerearası Alan)*  
Tahir Özakkaş

ISBN 978-605-4817-99-3  
Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

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

Birinci baskı: Ocak 2015

Yayıma hazırlayan: Sevgi Akkoyun  
Katkıda Bulunan: Pelin Aksu

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

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

## SUNUŐ

**P**sikoterapi Enstitüsü olarak, öncelikle ruh sağlığı profesyonellerinin ya da ruh sağlığı ile ilgilenen kişilerin ihtiyaç duyacağı teorik bilgileri ve pratik/uygulamaya yönelik deneyimleri paylaşan özgün ve çeviri yayınlar ile literatüre katkıda bulunmayı hedefliyoruz. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Psikoterapi Enstitüsü'nün çalışmaları kapsamında gerçekleştirilen atölye çalışmaları, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Bu kitapta, Bütüncül Psikoterapi Süpervizyon Eğitimi II. grubunun son dersinde gerçekleştirdiğimiz öznelerarasılık eksenli tartışmalar yer almaktadır.

Konuya ilgi duyan okuyucuların yanı sıra klinisyenler, psikoterapistler ve araştırmacılar için başvuru kitabı niteliği taşıyan bu yayını sizlerle buluşturmaktan kıvanç duyarız.

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



## İÇİNDEKİLER

1	SEMPTOM OLUŞUMU VE SOMUTLAŞTIRMA .....	1
2	SEMBOLİK NESNELER .....	52
3	FALLİK DÖNEM - CİNSEL SOMUTLAŞTIRMA.....	92
4	DAVRANIŞ SUNUMLARI - VAKA SUNUMU.....	138
5	RÜYALARDA SOMUT SEMBOLLEŞTİRME .....	199
6	RÜYADA SOMUTLAŞTIRMA - VAKA SUNUMU .....	238
	<b>DİZİN</b> .....	<b>277</b>



# 1

## SEMPTOM OLUŞUMU VE SOMUTLAŞTIRMA

**T**ahir Özakkaş: Evet, arkadaşlar bugün semptom oluşumu nedir, semptom nasıl oluşur, kuramlara göre semptom nasıl izah ediliyor; bununla ilgili çalışmamız olacak. Bu çalışmamızın temel direği Öznelliğin Yapıları kitabı ana direğimiz olacak; ama genel bilgilendirme ile çeşitli kuramlara da gidip geleceğiz. Tıbbın şikâyet veyahut da semptom dediği veya belirti dediği bir takım, kişilerin hastalıklarını ve içsel sıkıntılarını gösteren uzantıları var. Şikâyet, kişinin vücudundaki ve bünyesindeki bir takım belirtilerden, semptomlardan sızlanması ve bunu doktora şikâyet olarak dile getirmesi. Bunun vücuttaki somutlaşmış hali semptom olarak ortaya çıkar. Doktor da hasta şikâyet etmese dahi, onun vücudunda yapmış olduğu muayenelerde bazı belirtiler bulur ve bu belirtilerden yola çıkarak da arkada bir hastalık olduğuna dair bir teşhis koyar. İster şikâyet olsun ister semptom olsun isterse belirti olsun, bu belirtiler vücudumuzun herhangi bir yerinde bir arıza olduğunun, bir problem olduğunun, bir sıkıntı olduğunun göstergesidir.

Eğer siz bir erinizde bir ağrı hissediyorsanız, ağrının kendisi hiçbir zaman hastalık değildir. Ağrının kendisi hiçbir zaman hasta-

lık değildir, eğer biz ağrının kendisini ortadan kaldıracak bir takım tedbirler alır isek hastalığı artırır, alevlendirir, bazen de hastanın kısa sürede ölmesine neden oluruz. Bu nedenle doktorun ilk yapması gereken şey, bu ağrı hangi hastalığa tercüman oluyor, bu ağrı yoluyla biz hangi hastalık olduğunu anlıyoruz ve kavırıyoruz. Onun için bizim tıp fakültelerinde ağrı özellikle anlatılan bir semptom, şikâyet ve ağrının nasıl oluştuğu, ne şekilde oluştuğu, ne cins ağrı olduğuna dair detaylı bir anamnez alınır. Onun için de ağrı çok çeşitli alt gruplara ayrılmıştır, isimlendirilmiştir.

Ağrı, ezici bir ağrı mı? Ağrı, yanıcı bir ağrı mı? Ağrı, gerilim hissettiren bir ağrı mı? Ağrı, süreklilik arz eden bir ağrı mı? Ağrı, vurup kaçan ağrı mı? Ağrı, nokta şeklinde belli yerde hissedilen ağrı mı? Ağrı, yayılan bir ağrı mı? Ağrı, kuşak tarzında bir ağrı mı? Ağrı, filan bölgede hissedilen bir ağrı mı? Ağrı, filan falan hareketlerle artan veya azalan ağrı mı diye ağrıyı o kadar çok detaylandırırız ki bu detaylandırmayı iyi bir şekilde bir hekim yaparsa, o ağrı bilgisinden almış olduğu malumatı direk teşhise götürür. Der ki hemen "sende şu an pankreas kanserinin belirtisi var", "sen böbrek taşı düşürüyorsun", "sende safra kesesi taşı var", "sen miyokard infarktüsünün kalp krizinin akut döneminde sin", "senin midende ülser olmuş, on iki parmak bağırsağı ülseriyle ilintili", "sende idrar yollarında iltihap var" der. Sadece ağrının çeşidini, cinsini, süresini, başlangıç ve bitiş şeklini tanımladığı zaman bir doktor, arkadaki hastalığı teşhis eder.

Aynı şey psikolojik rahatsızlıklarda söz konusudur. Psikolojik rahatsızlıkta hasta veya danışanın bize bir şikâyetle gelir, bir sızlanmayla gelir, bir semptomuyla gelir veya sizin gözlemlediğiniz bir belirtiyel hastanın verbal ve nonverbal iletişiminde bir şey yakalarsınız. İşte bu yakaladığınız şey, aynı doktorun ağrı belirtisi gibi hastalığın kendisi değil, arkasındaki bir bozukluğun görünür hali-

dir. O zaman soru Şu, tıpta hastalıkta sadece ağrı olarak mı gözükür hastalıklar? Hayır, yüzlerce Şekilde gösteriŐ Şekli vardır. Ağrı, sadece belirli organlarımıza münhasır olarak ortaya çıkan bir belirti, semptom veya Őikyettir. Onun dıŐında; baş dönmesi, göz karmaması, mide bulantısı, halsizlik, yorgunluk, bitkinlik, çarpıntı, iŐitme kaybı, görme bozukluğu, dokunma his kaybı gibi onlarca belirti vardır, semptom vardır veya Şikâyet vardır. Bunların her biri arkadaki hastalığın size sinyal taşıyan mesajcılarını niteliğindedir. O zaman psikolojik rahatsızlıklarda, yani organik bir temeli olmayan, zihnimizin ruhsal aygıtımızın kurgulanıŐındaki bir takım çatıŐmalar, çeliŐkiler, kendisini ya bir Őikyetle ya bir semptomla veya sizin tespit edeceğiniz bir belirtiyile ortaya koyacaktır. Ağrı, nasıl ki genel bir tıbbın en önemli belirtisi ise psikolojik rahatsızlıkların en önemli belirtisi anksiyetedir, i bunaltısı ve daralma... Tıpta organik hastalıklarda ağrı ne ise psikolojik rahatsızlıklarda anksiyete ve bunaltı aynı Şeydir. Peki, biz tıpta ağrıyı gidermeyip, arkadaki hastalığı ağrı yoluyla anlayıp, hastalığı tedavi ederken, psikolojik rahatsızlıklarda biz anksiyeteyi mi tedavi edelim, yoksa anksiyetenin arkasındaki rahatsızlığın kaynağını mı tedavi edelim, sorusuyla karŐı karŐıya kalıyoruz. Bazı terapist arkadaşlarımız anksiyetenin giderilmesi, anksiyetenin ortadan kaldırılmasını yeterli bulurken, bazı terapist arkadaşlarımız da anksiyetenin kaynağına doğru yavaş yavaş uzanarak, aynı tıbbi yöntemde olduğu gibi, kaynağın kurulması ve kaynağın ortadan kaldırılması ile tekrardan anksiyetenin çıkmasına mani olurlar.

Bunu yine tıbbi bir metaforla izah edecek olursak, akciğer enfeksiyonu olan birisinin boğaz iltihabı olan birisinin boğazında ağrı vardır. Ağrı kesici verirseniz, hastanın ağrısı ortadan kalkar. Böyle bir müdahale, o hastalığın ortadan kalktığı anlamını taŐır mı; hayır... Hasta aynı zamanda ksrmektedir, öksürük nefes yollarına

girmiş olan mikroorganizmaların, mikrosilüer tabakayı rahatsız ederek, balgamsal faktörlerin dışarı atılması için bir refleksin başlatılmasıdır. İçerideki mikrobun balgam ve tükürük yoluyla dışarı atılarak, vücudun mikroplardan kurtulmasıdır. Bu sefer öksürük kesici ilaç veririz, öksürüğünü keseriz. Hasta iyileşti mi; hayır daha da kötü oldu. Esas içerideki mikroorganizmayı tedavi edecek olan antibiyotiklerin uygulanması gerekir, bazen cerrahi müdahalelerin uygulanması gerekir. Biz hekimlik dönemimizde, hastalara 3 tane ilaç yazardık; bir antibiyotik.

"Bu hastalığın kesin tedavisi için bunu kullanacaksın" derdik; fakat bu arada antibiyotiklerin etki edebilmesi için 1 hafta 10 günlük bir süre lazım, o mikropların öldürülebilmesi için. Hasta bu sürede rahatsız olmasın, işine gücüne devam etsin diye öksürüğünü kesici bir ilaç, balgam söktürücü bir ilaç ve ağrı kesici bir ilaç veririz. Eskiden genellikle bizim dönemimizde, SGK lar pek yoktu, insanlar kendi paralarıyla alırlardı. Özellikle ben kırsal kesimde çalıştığım için yazdığım ilaçları eczaneye giderek alırdı. Eczacı da "ver 90 lira" derdi, "nasıl 90 lira mı" diye sorardı. 3 ilaç 90 lira, eczacı "şu 60 lira, şu 10 lira, şu da 20 lira" derdi. 3 tane ilaç içinde "60 liralık kalsın da ikisini ver" derdi hasta. Biri ağrı kesici birisi öksürük şurubu, o iki ilacı alır, antibiyotiği almaz. O iki ilacı çocuğuna yutturur; çocuğun ateşi gider, çocuğun öksürük kesilir; ama çocuk 15 gün sonra sepsisle gelir, ya ölür ya da zor kurtarırsınız. Çok ağır ilaçlar kullanmamız lazım, enfeksiyon yayılmıştır.

Aynı şekilde biz anksiyeteyi kontrol altına alıcı bir takım tedavi teknikleri uygulayabiliriz; relaksasyon çalışmaları yapabiliriz, oto imaj çalışmaları, hipnoz çalışmaları yapabiliriz, hatta bununla ilgili anksiyolitik ilaçlar, hatta papatya çayı falan verebiliriz. Bu sefer anksiyetenin yanında eşlik eden bir başka semptom çıkabilir. Mesela fobi çıkabilir, fobiyi tedavi edersiniz obsesif kompulsif bozuk-

luk çıkabilir. Basıl ki vücudunda akciğer enfeksiyonu olan birisinin siz ağrısını kesiyorsunuz, öksürüğünü ortadan kaldırılıyorsunuz, semptom, şikâyet veya belirti olarak size verilen tüm belirtileri ortadan kaldırmanıza rağmen hastalık devam ediyorsa, ruhsal rahatsızlıkta da semptom üzerinde durduğunuzda, semptomu tedavi etmeniz bazen hiçbir işe yaramıyor.

Peki, o zaman bir organik hastalıkta ağrının oluşumunu, öksürüğün oluşumunu, baş dönmesi, mide bulantısı, ishal, kabızlık, taşikardi, solunum yetmezliği gibi birçok fiziksel belirti var ve buna doktor direk teşhis koyarken, danışan size psikolojik rahatsızlıklar ve şikâyetlerle gelecek ve zaman zaman da tıbbi doktorların söylemiş olduğu hastalık gibi organik bir bozukluk gibi size şikâyetini anlatacaktır. Başım dönüyor, gözüm kararıyor, kalbim çarpıyor, bulanıyorum, kusuyorum, ishalim, kabızım gibi. Önce biz doktora o hastayı gönderiyoruz, doktor diyor ki "hiçbir şey yok". Bunların hepsi, sanki varmış gibi bir hastalığı taklitten ibaret. Pseudo, yalancı belirtiler ve psikolojik bir kaynağı var, onun psikolojik kaynağının düzeltilmesi gerekiyor diyor.

O zaman şu soruyu sormak hakkımız; bir insanoğlu nasıl oluyor da içindeki yaşamış olduğu bir çatışmayı çeşitli şekillerde bizim önümüze getiriyor? Zaman zaman bu bir ağrı şeklinde olabilir; ama gerçek bir ağrı değil, organik bir temeli yok, sahte bir ağrı. Bir bulantı şeklinde getirebiliyor, bir baş dönmesi şeklinde getirebiliyor, ishal şeklinde, adet düzensizlikleri, tansiyon şeklinde getirebiliyor. Bazen anksiyete ve bunaltı, bazen uyku bozukluğu, bazen fobi, bazen obsesif kompulsif bozukluk, bazen cinsel işlev bozukluğu, bazen yeme bozukluğu, bazen dürtü kontrol bozukluğu, bazen uyuşturucu bağımlılığı şeklinde çeşitli kılıklara bürünmüş çeşitli kılıflar altında karşımıza geliyor. İşte bugünkü konumuz, insanoğlunun psikolojik sıkıntılarını, nasıl bir kılık altında bize sunuyor,

bunun mekanizması nedir? Bunu nasıl anlarız, bunun esas oluşum süreci, ruhsal aygıtta nasıl meydana geliyor, beynimiz bunu nasıl işliyor da, karşımıza korku, obsesif bozukluk, içe kapanma, non-verbal iletişimde bir takım sıkıntı, endişe, kaygı, uyku bozukluğu, cinsel işlev bozukluğu şeklinde önümüze sunuyor. Demek ki bizim karşımıza şikâyet olarak gelen, belirti olarak gördüğümüz, semptom olarak nitelendirdiğimiz herhangi bir şey hastalığın veya bozukluğun kendisi değil, sadece mesaj taşıyan, ziplenmiş kod. Terapistin görevi bu mesajı deşifre etmektir. Hastanın konuşması da bir mesaj, konuşmaması da bir mesaj, hastanın susması da bir mesaj, bağırması da bir mesaj... Hastanın çok sakin olması da bir mesaj, çok öfkeli olması da bir mesaj... Hastanın bir takım semptomlarının ve belirtilerinin çıkması da bir mesaj, olması gereken belirtileri çıkarmaması da bir mesaj... Peki, bin bir çeşit kılıkta geliyor, biz bunu nasıl ayırt edeceğiz? Bunu ayırt edebiliyor muyuz arkadaşlar? Çok zor...

Şimdi, elimizdeki metinden cümle cümle giderek, genel bütüncül bir bağlamda bunu ben şerh edeceğim bu metni...

**"İnsan güdülenmesinin bir üst prensibi olarak deneyim örgütlenmesini sürdürme ihtiyacının insan eğiliminin örgütlenmesinde esas güdü olduğunu öne sürmüştür"**

Şimdi hepimiz anladınız bunu... Ben de naçizane kendim anlayabilmek için bunu şerh edeyim, olur mu arkadaşlar? Değerli yazar şöyle diyor, emin olmamakla birlikte... :) Bu Atwood ve Stolorow'un kitabı... Kıymetli bir kitap, her cümlesi önemli bir bilgi birikimine sahip... Haset ve Şükran kitabı gibi kitaplar bunlar, bu kitapları anlayabilmeniz için Bütüncül Psikoterapinin formülasyon aşamasına gelmeniz lazım; çünkü buradaki cümlelerin her biri

teorik dönemde aldığını eğitime gönderme yapıyor. Dolayısıyla konuya yabancı olan bir arkadaşın anlaması ve kavraması çok zor...

Şimdi burada diyor ki; çeşitli kuramcılar kuramlarını ortaya koyarken, insan doğduğu andan itibaren onu motive eden, onu yönlendiren, onu hareket ettiren güç nedir diye soruyorlar, temel dürtü nedir diyorlar. Bizim en çok üzerinde durduğumuz Freud'un içten, doğuştan getirilen triebe dediği, zaman zaman instinct, zaman zaman drive anlamını taşıyan, içgüdü ve dürtü diye tanımladığı, bir psişik enerjiyle dolu olan ruhsal mekanizmamız. İçeriden belirli bir doygunluk seviyesine girdiği zaman bir açlık halinde saldırıyor, buna dürtü diyor. Dürtü, bir hedef nesneye gidip, o dürtüsünü tatmin edene kadar mücadele ediyor. Bir bebek için ilk dürtü, anne memesi ve anne memesinden beslenme ihtiyacıydı. Dolayısıyla içte bir dürtü var, dürtü bir eşik değerın üzerine geçtikten sonra nesneyi arıyor. Eğer dürtünün nesneye ulaşması gecikirse, geciktikçe gerilim dediğimiz anksiyete dediğimiz bir belirti ortaya çıkıyor, anksiyete fazlaysa çocuğun ihtiyacı kötüleşiyor ve ağlama krizine giriyor. Nesneye yaklaşp, nesneyi kaptığında, nesneye ulaştığında, emmeye başladığında kriz bitiyor. Dürtü hedefine ulaşmış nesnesiyle kaynaşmış ve yatışmış oluyor.

İşte Freud'un kuramı, Klasik Psikanaliz Dürtü Kuramıdır. İnsanların her biri temel dürtülerle doğarlar, bunlar şehvet ve saldırganlık dürtüleri dediğimiz iki dürtüdür, libidinal dürtülerle agresif dürtüler. Bu dürtülerin hedef nesneleri vardır, hedef nesnelere ulaşmak için yola çıkarlar. Yolda ne kadar gecikir ve ötelenirse, gerilim ve anksiyete artar. Bu da anksiyete sinyali olarak ortaya çıkar. Nesneye, hedefe ulaştığında, dürtüler yatışır ve sakinleşir. Bu, Freud'un Newton Fiziği dönemindeki, 1880 - 90'larda geçerli olan fizik kuralına uygun olarak geliştirdiği bir kuramdır. Mekanik bir dünya görüşünün, kaldıraçlardan, buharlı makinelerden oluşan

dünya görüşünün, enerjinin sakınımı kanunu dediğimiz termodinamik yasalardan yola çıkarak ruhsal yapımızı belirleyen şeyin determinel bir ilişki olduğunun, ruhsal bir enerjinin pistonları hareket ettirdiği gibi hareket ettirdiğini ifade eder. Bu enerjinin hedef nesneye ulaşmadığı müddetçe gerilim yaşattığını, bu gerilimin tahliye edilmesi için bu enerjinin bir şekle kanalize edilmesi gerektiğinin, mevcut Newton Fiziğinden yola çıkarak bize aktarılmasıdır. Dürtüler çocuğun ve bebeğin içten gelen istek ve ihtiyaçlarını gittikçe tatmin etmesi demektir. Bu tatmin etme süreci, her istediğini birincil süreç düşünce biçimi dediğimiz -hemen - şimdi - ben istiyorum olsun- şeklindeki talepleri ile hayatın acımasız gerçekliğiyle, (dış dünya ve gerçeklik (ebeveyn ver çevredekiler)) bu dürtülerin hemen oluşmasına ve her dürtünün oluşmasına izin vermeden bir dünya ile kuşatılmıştı. Kuşatılmış olan bu dünyadan dolayı dürtüler hemen - şimdi tatmin edilemediği gibi geciktirilen dürtülerin bir kısmı ömür boyu tatmin edilemeyecek vasıfta ve nitelikteydi. Bu işte Dürtü Çatışma Kuramının temelini oluşturuyordu.

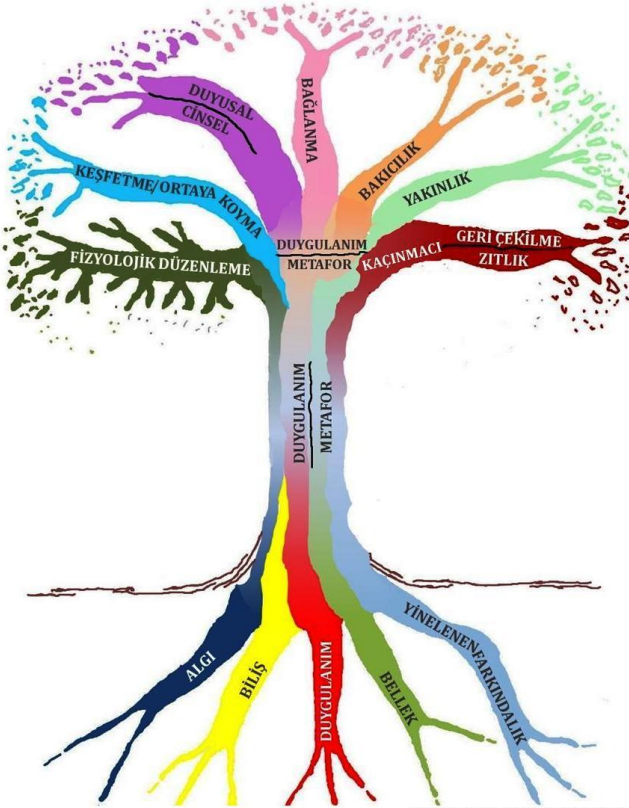
Daha sonraki kuramcılar, Klasik Analitik Kuramın üzerine gelen kuramcılar dediler ki bebeğin dürtülerini tatmin etmek esas motivasyon kaynağı değil, bir nesneye ulaşma esas motivasyon kaynağıdır. Dürtü, o nesneye gitmek için araçtır dediler. O zaman motivasyon kaynağı güdülenme kaynağı bir değişime uğratıldı. Kimler tarafından; Nesne İlişkileri Kuramcıları tarafından... Bir bebek yalnız başına var olamaz, bir bebeğin bir insanla olması gerekir, var olabilmesi için bir ötekine ihtiyaç duyar. Dolayısıyla öteki en önemli şeydir, esas güdülenme ihtiyacımız bir nesne ile ilişki ve iletişim kurma ihtiyacımızdır. Nesne her şeyin önündedir, nesne bulmak zorundadır. Bebek için de nesne anne memesi - parça nesnedir, daha sonra annenin tüm benliği ve kişiliği. Onunla kurduğu

ilişkiler diyardlar halinde şekillenir, insanoğlunun güdülenme sistemi nesne ile kurulan ilişkidir ve nesne her şeyden önemlidir.

Böyle bir evrimsel süreç geçirip, Klasik Psikanaliz yavaş yavaş Nesne İlişkileri Kuramına döndüğü zaman, bu sefer yeni kuramcılar güdülenmenin nesne değil esas amacının, nesne ile kurulacak bir ilişki olduğunu vurguladı. Nesne kim olursa olsun, önemli değil, nesne seçimi önemli değil. Bir nesne ile kurulacak ilişkinin en önemli olduğuna dair bir açıklama getirdiler. Bu sefer de İlişkisel Psikoterapistlerin nesne ile kendilik arasındaki ortak alanda oluşan, bir ilişkisel modülün, ilişkisel kipin kişiye esas güdülenme aracı olduğunu belirleyen bir sistem olduğunu söylediler.

Davranışçılar, bilişselciler ve organikçiler de kendi açılarından insanoğlunun varlığının güdülenme sistemlerini izah ettiler. Organikçiler daha çok genetik materyale dayalı olarak, embriyonun kendi gelişimsel seyri içerisinde elektrofizyolojik, hormonal ve bedensel bir takım sistemlerin otomatik olarak bir güdülenme sistemi yarattığını, bir makine olduğunu insanoğlunun söylediler. Bu makinenin belirli evrelerde, belirli epigenetik açılımlarla organizmayı tamamladığını ve tanımladığını ifade ederken, davranışçılık sistemi, insanın öğrenme sisteminden ibaret olduğunu, haz ve elem prensibi dediğimiz iki prensibin, bütün hayatı motive eden temel sistem olduğunu söylediler. Haz aldığı sistemlerde kalıcı öğrenme ve davranışın pekişmesi, acı ve sıkıntı duyduğu davranışlarda geri çekilmeye neden olan, haz ve elem motivasyonel sistemin olduğunu vurguladılar. Bilişsel yapıların kurgulanması da, bir olayı anlamak ve bir anlam yüklemekle ilgili motivasyonel bir sistem olduğu, bir güdülenmenin olduğuna dair bir yapı ile ortaya çıktı.

Demek ki bütün kuramlar bir felsefi tele dayalı olarak güdülenme sistemi diye bir sistem icat ediyorlar, bütün sistemler onun üzerine kuruyorlar. Freud bun direkt olarak dürtülerin deşarjı derken; nesne ilişkileri ilişkinin esas olduğunu; bilişsel, davranışçı ve organikçi yapılar da kendi perspektiflerinde temel motivasyon kaynaklarını izah ettiler. Biz size aylardır burada güdülenme sistemlerinin en son şekli olan bir ağacı seyrettirdik. İzlediniz hepimiz, gördünüz, ezberlediniz. Ben, yine unuttunuz diye ağacı tekrardan içeriden çıkarıp, sizin önünüze koymak isterim. Olur mu arkadaşlar?



Kaynak: Psychoanalysis and Motivational Systems, 2011.

En son Kohutyan sistem, ilişkinin önemli olduğu, bir ötekinin kendilik nesnesi işlevi olarak fonksiyon gördüğü bir ilişki alanından bahsetti. Bu ilişki alanla ilgili çalışan kendilik psikologları kendi aralarında, ilişki psikoterapistler ve özenler arası alan gibi çeşitli alt ekollere ayrıldı. Bunlardan bir tanesi de Lichtenberg ve Fosshage'nin geliştirmiş olduğu Motivasyonel Sistem. (Şu anda tercüme listemizde olan iki kitapları var) Burada insanoğlunun bütün bu bahsetmiş olduğum kuramsal yapıların incelenmesinin nörobiyolojik bir temele dayandırılarak, yedili motivasyonel sistemle güdülendiğini, insanoğlunun - canlıların bu sistem üzerine bir kimlik ve kişilik inşa ettiklerine dair açıklama yapı.

Bunlardan bir tanesi (ağaç çiziminden göstererek) **fizyolojik düzenleme güdülenme sistemi**, yani organizmamızın, beynimiz oluşurken, nabzımızı- tansiyonumuzu - açlığımızı - tokluğumuzu belirleyen bir organizma sistemi içerisinde bir fizyolojik düzenleme olduğunu söylediler. İkincisinin **keşfetme/ortaya koyma** olduğunu ifade ettiler, yani bebek öyle bir motivasyonel sistemle ortaya çıktı ki bir şeyi keşfetme motivasyonel sistemi ile hareket ediyor ve etrafındaki dış dünyayı bu şekilde ortaya çıkarıyor. Üçüncüsü **duyusal/cinsel motivasyonel sistemler**; duyularla- beş duyuya malzeme alma ve cinsel arzu - istek. İşte bu oral - anal - fallik dönemlerdeki cinsel arzunun motivasyonel sistem olarak duyularına hassaslaşması bizi üçüncü olarak hareket ettiren güç.

Dördüncü güç **bağlanma**, Bowlby' den gelen. Mutlaka bir nesneye bağlanma motivasyonu doluyuz, yani nesnenin bizi dövmesi, azarlaması, sevmesi önemli değil, temel motivasyon bağlanma. Oradan güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri ortaya çıkıyor. Beşincisi bakıcılık; bir başkasına bakım verme veya bir başkasının bakımını alma anlamında böyle bir güdülenme sistemiyle dolu insanoğlu, yani ihtiyacı olana bakım veriyorsunuz veya bir başkası-

nın bakıcılığını kabul ediyorsunuz. Altıncı motivasyonel gücümüz **yakınlık duygusu**, yani içimizden öyle bir nörobiyolojik zorlama geliyor ki, birisiyle veya birileriyle yakın olma hissi güdülenme sistemi olarak bizi belirleyen sistem. Yedincisi de **geri çekilme/kaçınma** veya ayrılma süreçleri dediğimiz süreç. Bunların hepsi yedili motivasyon süreci, bunlar altta algıdan, bilişten, duygulanımdan, bellekten, yinelenme ve farkındalıktan gelişen köklerle yedili motivasyonel sistem bizim hayatımızı belirleyen tüm kuramları içinde barındıran bir sistem. Sağa sola gitmeden, hiçbir kuramsal etkiye maruz kalmadan yedi motivasyonel sistemle biz kimliğimizi ve kişiliğimizi izah ediyoruz. Bunların her biri de nörobiyolojik olarak ortaya koyulmuş olan, bir bebeğin büyümesinde veya bir kişinin gelişmesindeki temel sistemlerdir.

İşte bu okuduğum cümlede diyor ki bu bahsetmiş olduğumuz güdülenme sistemlerinin hepsinin üzerinde meta bir güdülenme sistemi var. Bu meta güdülenme sistemi, üst güdülenme sistemi, bunların hepsini organize etme dürtüsü, bunlarla ilgili bir network kurma ihtiyacı, bunlarla ilgili bir örüntü oluşturma ihtiyacı. Her beyin öyle bir zorlanmaya maruz ki güdülenme zorlanmasına, ilişkisel sistemlere girdiğinde, otomatik olarak olayı yeni bir örgütlenme, yeni bir **örüntü haline dönüştürme** çabasıdır. Terapi de bozuk oluşmuş olan bu örüntünün, bu güdülenme sistemi ile yeniden bir örüntüye dönüştürülme çabasıdır. (Vaka videosu izleten kursiyeri kast ederek) Y'nin sabahtan beri hastasıyla cebelleştiği ve uğraştığı şey hastasının uygulamış olduğu bu yedili sistemde, kurmuş olduğu bir örüntü vardı. O örüntü her yerde kendini tekrar ediyordu. Y' de ona diyor ki "benimle yeni bir örüntü kuracaksın; çünkü senin bir örüntü kurma motivasyonel temel gücün var.

Meta güdülenme sistemin yeni bir örüntü sistemi, bundan yola çıkarak ikimizin arasında yeni bir örüntü oluşturacağız ve dünyayı

bu örüntü perspektifinde aldığında, kullanmadığın potansiyel alanlarını daha iyi kullanabilecek hale geleceksin diyor. Şimdi buradaki üt güdülenme sisteminin ne olduğunu anladık mı arkadaşlar?

**Kursiyer Ş:** *O zaman danışanın kurmuş olduğu her yeni ilişkide bu yedi tane motivasyon alanı.*

**Tahir Özakkaş:** Biri veya bir kaç örüntüye dâhil olacak.

**Kursiyer:** *Yedisi de canlı, biri birkaçı baskın mı, yoksa...*

**Tahir Özakkaş:** Paralel, hepsi aynı anda...

**Kursiyer:** *Yedi tane yuları aynı olan at... Hani biz ego ile self için iki tane yuları olan at arabası diyorduk, o zaman motivasyonel sistemde yedi tane atı bir arada götürmeye çalışan üst sistem var.*

**Tahir Özakkaş:** Aynen... Burada şöyle bir şey söylüyorsun Ş... Değerli arkadaşlar Bütüncül Psikoterapi ile öğrenmiş olduğunuz Newton Fiziğinde size lineer bir çizgi öğretildi. Kaotik teorilerin ve sistem teorileri öğretilmedi. Dolayısıyla artık devir değişiyor. Bu arkadaşımızın ifade ettiği gibi her bir atın, bir ata koşturularak onun peşinde değil, yedi paralel evrenin aynı anda seyrettiği, kaotik teori dediğimiz indeterminal sistemin kendi içerisindeki determinel yapısını anlamaya yönelik kaotik ve sistemik bir tabloya davet ediyoruz sizi. Bugüne kadar öğrenmiş olduğunuz, zihninizin parça parça anlama ve kavrama yetisi bir anda gelişen, bir anda farkındalık oluşan, yeni bir beyin anlayışına doğru sizi davet ediyoruz.

**Kursiyer N:** *Sağ beyinden sağ beyne yani...*

**Tahir Özakkaş:** Sağ beyindeki yaşantıların, bir anda keşif suretiyle sol beyne tak diye fark edilmesi... Şunu öğreneceksin, bunu öğreneceksin, ardından başka bir şey gelecek gibi bir sistemin olmadığını, sadece olayı size anlatabilmek için bunları parçaladığımızı,

bunların sırasının lineer bir çizgi içinde olmadığını, patlar tarzda olduğunu bilgilerin, farkındalıkların, geçişlerin ve örüntülerin olduğunu ifade ediyoruz. Dolayısıyla bu örüntülerin patlar şekilde bir anda olmuş olması, bu yedili motivasyonel sistemin, güdülenme sistemlerinin aynı anda, paralel bir şekilde, paralel halde hareket ettiklerinin ve yedisinin birden aktif olduğunun ifadesidir. Birisinin diğerine göre önceliğinin ve ardılığının olmadığını; ama zaman zaman birisinin, zaman zaman diğerinin baskın olduğu süreler olduğunu görebiliyoruz.

**Kursiyer G:** Aynı zaman da biri, diğerini de etkiliyor mu?

**Tahir Özakkaş:** Kesinlikle... Örüntü dediğimiz şey, her an birbirlerini etkileyen, vıcık vıcık inanılmaz bir sistem. Bu evrendeki galaksilere benzetilebilir, yıldızların birbirleriyle olan ilişkileri kaotik gibi görünüyor; ama kendi içlerinde de bir düzenleri var. Dışarıdan gelecek olan bir girdi, bir yıldızın parçalanması, imha edilmesi bütün sistemleri bozup, komple bir galaksinin bozulmasına, diğer galaksilerin yerlerinin değiştirilmesine neden olabilecek bir sonuç yaratabiliyor. Kelebek etkisi dediğimiz etki, burada kast ettiğim şey...

**Kursiyer G:** Kaos teoremi...

**Tahir Özakkaş:** Kaos teoremi, bundan kısaca zaman zaman bahsetmiştik, yani burada bir kelebek kanatlarını çırparsa, New York'ta fırtınalar çıkar dedikleri hikâyenin özü bu. Her şey birbiriyle bağlantılı, bu manada, bu bağlantılı sistemi en geniş izah eden Öznelerarası Kuram ve o kitabın dördüncü bölümünün ilk paragrafına girmiş olduk.

**Kursiyer Ş:** O zaman çalıştığımız yer Hocam, kaosu yönetmek ya da yönetememek mi, sağlıklı bir insan olmayı ya da olmamayı mı gösteriyor?

**Tahir Özakkaş:** Yaşantıya dayalı bir şekilde yeni örüntülerin iki kişi arasında oluşturulma süreci. Bilgiyle olmuyor bu, akılla olmuyor, deneyime dayalı... Şimdi cümleyi tekrar okuyayım ben, bu bilgilerin altında cümle anlaşılır hale geldi mi?

### **İnsan güdülenmesinin...**

Güdülenmenin ne olduğunu anladık, insan olduğumuzu anladık.

### **Bir üst prensibi olarak...**

Güdülenmelerin bir üst prensibi, yeni bir güdülenme şekli.

### **Deneyim örgütlenmesini sürdürme ihtiyacının...**

Deneyim örgütlenmesini sürdürme dediğimiz şey, bütün bu güdülenme istemlerinde elde edilen örüntüyü yapma için deneyimi yapma ve bunu sürdürme güdülenme sistemi varmış, üst güdülenme olarak. Bir deneyim yapacaksın, yani yaşayacaksın. Yaşantının içinde bütün bu güdülenme sistemlerini harekete geçirmek için böyle bir deneyim yapma mecburiyeti, harekete başvurma mecburiyeti hisseden bir sistemin sonucunda bunlar ortaya çıkıyor. O zaman ilk güdülenme sistemi, deneyime dayalı bir dünya kurma ihtiyacı ve isteği.

**Kursiyer G:** Ağacın oksijenli bir ortamda yaşaması...

**Tahir Özakkaş:** Ağacın oksijenli bir ortamda var edilebilmesi için bunu deneyime dayalı olarak aktive eden beyin süreci... Beynimiz bebeklikten itibaren, hatta anne karnından itibaren bizi deneyim yapma ve hissetme yönünde bombardımana tabi tutar. Şu güdülenme sistemlerini hissetme ve bununla ilgili networkler kurma, nöronlar arasında bağlantılar kurmaya yönelme...

### **İnsan eyleminin örüntülenmesinde...**