

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ

Atölye Çalışması Metinleri

Lewis Aron, Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 204

*İlişkisel Psikanalize Giriş
Atölye Çalışması Metinleri*

Lewis Aron, Ph.D.

ISBN 978-605-9137-25-6

Copyright© Özak Yayınevi (Psikoterapi Enstitüsü)

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

Birinci baskı: Aralık 2015

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma hazırlayan: Serpil K. Günyüz, Sevgi Akkoyun
Katkıda Bulunanlar: Elif Baybuğa

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 Caddesi No285
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

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ

Atölye Çalışması Metinleri

Lewis Aron, Ph.D.

8-9 Ağustos 2015



Psikoterapi Enstitüsü

SUNUŞ

Psikoterapi 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.

Psikoterapi Enstitüsü tarafından düzenlenen İlişkisel Psikanaliz ve Öznelerarasılık konferans dizisinin ilk atölye çalışması Lewis Aron'un katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Atölye çalışması metinlerinin bulunduğu bu kitapta ilişkisel psikanalizin arka planı, gelişimi, temel fikirleri ve uygulama alanlarının yanı sıra ilişkisel psikanalizin kendilik psikolojisi ve öznelerarasılık kuramı ile etkileşimleri zengin çağrışımlarla yüklü bir tarihsel bağlamda ele alınmaktadır.

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

Tahir ÖZAKKAŞ
Psikoterapi Enstitüsü Başkanı

İÇİNDEKİLER

ATÖLYE ÇALIŞMASI PROGRAMI..... İX

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ 8 AĞUSTOS 2015

1 İlişkisel Psikanalizin Arka Planı..... 3

2 İlişkisel Psikanalizin Gelişimi ve Temel Fikirleri 30

3 Psikanalizde Nesne İlişkileri 54

4 İlişkisel Psikanaliz, Kendilik Psikolojisi ve
Öznelerarasılık Etkileşimi 79

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ 9 AĞUSTOS 2015

5 İlişkisel Psikanalizin Klinik Yansımaları..... 99

6 Kendilik Psikolojisi ile Benzerlik ve Farklılıklar 118

7 Uygulamada İlişkisel Psikanaliz 138

8 Stephen Mitchell ve Kapanış 154

LEWIS ARON HAKKINDA..... 166

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ ATÖLYE ÇALIŞMASI PROGRAMI

8 Ağustos

- 10:00 – 11:30 İlişkisel Psikanalizin Arka Planı
- 11:30 – 12:00 *Kahve Arası*
- 12:00 – 13:30 İlişkisel Psikanalizin Gelişimi ve Temel Fikirleri
- 13:30 – 15:00 *Öğle Yemeği*
- 15:00 – 16:30 Psikanalizde Nesne İlişkileri
- 16:30 – 17:00 *Kahve Arası*
- 17:00 – 18:30 İlişkisel Psikanaliz, Kendilik Psikolojisi ve Öznelerarasılık Etkileşimi

9 Ağustos

- 10:00 – 11:30 İlişkisel Psikanalizin Klinik Yansımaları
- 11:30 – 12:00 *Kahve Arası*
- 12:00 – 13:30 Kendilik Psikolojisi ile Benzerlik ve Farklılıklar
- 13:30 – 15:00 *Öğle Yemeği*
- 15:00 – 16:30 Uygulamada İlişkisel Psikanaliz
- 16:30 – 17:00 *Kahve Arası*
- 17:00 – 18:30 Uygulamada İlişkisel Psikanaliz

İLİŞKİSEL PSİKANALİZE GİRİŞ

8 Ağustos 2015

1

İlişkisel Psikanalizin Arka Planı

PSİKANALİZE GİRİŞ

Tahir Özakkaş: Değerli arkadaşlar, hepiniz hoş geldiniz. Psikoterapi Enstitüsü'nün kuruluşundan bu tarafa epeyce bir süreç yaşadık. Bugün “İlişkisel Psikanaliz”in ilk oturumunu yapıyoruz. Bildiğiniz gibi burada bütüncül (entegratif) psikoterapi eğitimi veriyoruz. Bu seneden itibaren bu eğitimi üç yıl artı bir şekilde dört yıla çıkardık. Bu eğitimde birçok kuramsal bilgiyi entegre etmeye ve bunlarla ilgili çalışmalar yapmaya çalıştık. Sonuç itibariyle birçok kuramı birinci ağızdan sizlere aktarma fırsatımız oldu. Ben otuz yıl süren psikoterapi sürecime baktığımda ‘neden hastalarda daha başarılı olduğumu ve hastaların neden daha uzun süreli kaldığını’ sorguladım; yanıt olarak aradığım yapıyı daha ziyade ilişkisel psikanalizde buldum. Ben bunu yapıyordum. Bunu süreç içerisinde bozdum, değiştirdim; bugün baktığımda insan insana, her bir insanın öznel olduğuna inanarak, öbürüyle karşılaştığınızda bir ön hipoteziniz olmadan, bir ön zorlamanız olmadan, kafanızdaki

“insan modeli”ni ona dayatmadan kurulan ilişkilerin kendisinin çok terapötik [sağaltıcı] olduğuna dair kanaate ulaştım.

Hatırlarsanız, bazı arkadaşlarımız Amerika’dan Norcross’un atölye çalışmasına katılmıştı. Norcross, Amerika’da çok değerli bir bilim insanı ve araştırmacı J. Norcross, burada bir grafik (çoklu merkezli çalışma grafiği) vermişti. “Terapide kullanılan teknik ve kurallar terapinin kendisine yüzde kaç etki ediyor?” şeklinde açıklama yapmıştı. Bu açıklamaya göre kuramların kendisi % 10-12 civarında terapinin kendisine etki etme gücüne sahipti. %35-40 civarında etki ise arada kurulan ilişkinin samimiliği, sahiçiliği, gerçekliği ve doğallığı üzerineydi. Eğer bir terapötik ilişki, terapi ittifakı (*therapeutic alliance*) olarak sahiç bir ilişki üzerine kurulmuşsa, bizim kuramımız ne olursa olsun hastada çok pozitif etkiler bırakıyor. Bu da daha sonra ilişkisel matriksin (*relational matrix*), ilişkisel alanın, iki tane öznel dünyanın karşılaştığı yerde, (bizim doğamızda bulunan iki insanı yapının karşılaşmasıyla, terapistin gözlemci katılımcı rolüyle) yeni bir ahengin, yeni bir buluşmanın, yeni bir harmanın otomatik olarak çıktığı bir sistem. İşte bu yapının ilk dersine bugün başlamış olacağız.

Önümüzdeki aylarda, 2015 ve 2016 yıllarında ilişkisel psikanalizin çok değerli hocaları belki de buraya gelecekler. Muhtemelen Stephen Mitchell’in ekibiyle ilişkisel psikanaliz eğitime başlayacağız. Bu bir yıllık, belki de dört yıllık bir eğitim şeklinde olacak. Bu, onun ilk çekirdeğidir. Daha sonra atölye çalışmaları ile ilişkisel psikanalizin gelişimi, hikâyesi, psikanalizden ayrılma süreçleri, Kohut’tan türeyen diğer psikanalitik süreçler, öznel-rarası alan, ilişkisel psikanaliz, bunlar arasındaki ilişkiler gibi konuları Lewis Aron bizimle paylaşacak. Kendisi çok değerli bir bilim insanıdır. Amerika’da New York’ta doktora sonrası çalış-

malar yapıyor. İlişkisel psikanalizin kurucu isimlerindedir. İlişkisel Psikanaliz Birliği'nin ilk kurucularındandır. Dolayısıyla burada öğreneceğimiz, benim de merak ettiğim çok şey var. Dün akşam kendisiyle de bu konuyu konuştuk. Benim ilişkisel tarzıma benzeyen bir tarzı var. Dolayısıyla bir Tahir Özakkaş gibi düşünebilirsiniz. Ben kendisinden o sıcaklığı aldım. Kendisine teşekkür ediyorum. Çok sıkışık bir zamanda, çok kısa bir süre içinde, buraya gelmeyi kabul edip bizlere vakit ayırdı. Bu nedenle de enstitümüz ve arkadaşlarımız adına kendisine müteşekkire olduğumuzu ifade etmek isterim. Teşekkür ederim. Buyurun.

Lewis Aron: Günaydın, ben Lewis Aron. Türkçe konuşmadığım için çok üzgünüm. Umarım iletişim kurmaya çalışacağız. Tahir'e beni davet ettiği için ve bu konferansı ayarlayabildiğimiz için teşekkür ediyorum. Tahir beyin kaldığı yerden devam edeyim.

İlişkide en önemli şeyin 'terapi ittifakı' olduğuna dair araştırma bulguları var. Bu önemli bir bulgudur. Stephen Mitchell ilişkisel psikanalizi geliştirirken araştırmaların bu sonuçlarının, terapi ittifakının ilişkide anahtar faktör olduğunun zaten farkındaydı. Terapistlerin kuramsal olarak neye inandıkları ya da hangi kuramsal çerçeveyi kullandıklarından ziyade kim oldukları, nasıl bir ilişki kurdukları, ittifakta oluşturdukları güven önemliydi. Mitchell bunu biliyordu. Fakat bu yönde çok fazla ilerlerseniz ne öğreteceğiz o zaman, ne öğreneceğiz? Nasıl iyileşeceksiniz? Kendimizi nasıl geliştireceğiz? Bütün mesele kim olduğunuzsa başka söylenecek ne var ki?! Birinin kendisini terapist olarak geliştirmesine yardım etmek istiyorsanız burada şöyle bir soru aklımıza geliyor: 'Kişiliğim nasıl olursa olsun bir şeyleri nasıl terapötik olarak kullanırım? İnsanlara daha iyi nasıl

ulaşırım? İnsanların daha derinleşmesine nasıl yardımcı olurum? Bunun yanıtı terapötik ilişkidir, ilişkinin kendisidir deseniz bile bu ittifakı nasıl geliştireceksiniz? Nasıl derinleştireceksiniz? Odaklanacağımız nokta budur.

Bu durum Mitchell'i aslında çok ilginç bir paradoksa getirmiştir. Amerikan psikanalitik geleneğinde terapi ittifakı veya çalışma ittifakı terimleri, Elizabeth Zetzel¹ ve Ralph Greenson² tarafından geliştirilmişti. Bu terimlerle öncelikle ne yapmak istediklerini, bu terimlerin neye yaradıklarını anlatmaya çalışacağım. Buraya döneceğim ancak buraya geri dönmeden önce bahsetmek istediğim bir konu var: kuramsal olarak bir sorun vardı. Psikanalitik literatürde Ralph Greenson'un ifadelerine baktığınızda, [terapide] çalışma ittifakını nasıl geliştirirsiniz? Nasıl derinleştirirsiniz? Hasta güvensizdir, paranoiddir, şüphelidir. Bu ittifakı nasıl yaratırsınız? Bunun yanıtı neredeyse her zaman 'yorumlayarak'tır. Savunmaları yorumlarsınız, dirençleri yorumlarsınız. Hasta [ittifakın kurulmasının] önüne geçiyorsa bunu yorumlarsınız; yani yorumlayarak ittifak kurarsınız. Bunun şöyle bir istisnası var, daha doğrusu karşımıza şöyle bir soru çıkıyor: 'Bu insan yorumlamanızı neden dinlesin?', yani sizin yorumlarınıza neden kulak versin? Bunun yanında da terapi ittifakı var. Terapi ittifakı sayesinde zaten sizin yorumlarınızı dinleyecek. Yorumlama yapabilmeniz için terapi ittifakına ihtiyacınız var. Terapi ittifakının nasıl olduğuna baktığımızda 'yorumlama yoluyla oluşur' diyoruz. Buradaki kısır döngüyü görüyorsunuz, değil mi? Bunu açıklamanın başka bir yolu olmalı çünkü ikisi de birbirini bahane olarak kullanıyor. 'Yumurta,

¹ **Elizabeth Zetzel – Rosenberg**, 1907 – 1970 yılları arasında yaşamış psikanalist ve doktor.

² **Ralph R. Greenson**, 1911 – 1979 yılları arasında yaşamış, tanınmış Amerikalı psikiyatrist ve psikanalist.

tavuk' mevzusuna dönüyor. Bu, psikanalitik kuramlar değiştikçe değişmiş bir şey değildir. Yani biri ittifak yerine... Örneğin Winnicott'ı ele alırsanız 'kucaklayıcı çevre'den (*holding environment*) bahsetti. Bion'u ele alırsanız 'kapsama'dan (*containing*) bahsetti. Kendilik psikolojisinden bahsederseniz 'empatik uyumlanma' (*emphatic attunement*) [kavramını] görüyoruz. İşte, empati deyin, kucaklama deyin, kapsama deyin, çalışma ittifakı ve yorumlama ile ilgili sorun yine karşımıza çıkıyor. Diyelim ki empatik yaklaşıyorum; ama empatik yaklaşımım ya hastayı korkutuyorsa, ya benim empatim onu baştan çıkarma, yoldan çıkarma çabası olarak algılanıyorsa, yapmaması gereken bir şeyi yaptırmaya çalıştığımı hissediyorsa; bu, çalışma ittifakı ile aynı sorundur. 'Yorumlama empatiye dayanır ama empati ancak yorumlama sayesinde anlaşılır' diyorsanız, yine bir kısır döngünün içinde kısılıp kalmışsınız demektir. Kucaklama ve kapsama ile de aynı şey. Hastamı kapsamayı deniyorum ama hastam bunu böyle algılamıyor. Benim kapsama durumumu yorumlamam gerekiyor. Hastanın nasıl anladığını yorumlamam gerekiyor. Ama yine de aynı kısır döngüye giriyoruz.

Aynalama, kucaklama, empatik uyumlanma gibi kavramlar ve bu kavramlarla yorumlama arasındaki ilişkide oluşan kısır döngü ile mücadele Stephen Mitchell'in hayatındaki en önemli çabalarından biri oldu. Pek çok makalesinde bunu gündeme aldı. İlişkiselcilerin geldiği nokta buydu, bu konuyu nasıl incelelikli bir noktadan alabileceklerini tekrar tekrar düşünüyordular. Başlangıca geri dönersek, Tahir bey de 'İlişkisel psikanalizin arka planında neler var?' şeklinde bir giriş yapmıştı. Ben de oradan başlamak [kavramsal olarak bunlara değinmek] istedim. şimdi bir adım geriye atarak baştan alalım.

Şimdi zamanda ileri geri gideceğiz çünkü gelişimsel psikanalizin gelişimi psikanalitik tarihte, psikoterapi tarihinde pek çok başka şeyle de ilgilidir. Öncelikle, 1983'ten başlayan ve 1988'e kadar devam eden süreci anlatacağım. Ardından bunu Freud'a dönerek tarihsel bağlama yerleştireceğim. Sonra 1984'te Kohut'a, Stolorow'a, öznelarası psikolojiye, 1988'e gideceğim. Sonra da oradan alıp buraya getireceğim. Öncelikle süreci anlatacağım ama başlangıç yerimiz 1983-1988 arası olacak; çünkü ilişkielin başlangıcı ve önemli zamanları bu tarihler arasında oldu.

1983 de J. Greenberg ve S. Mitchell'in yazdığı 'Psikanalizde Nesne İlişkileri' kitabı ile başladı. Bu tarihi bu kitaptan başlatacağız. Pek çok insan [bu kitabın] son elli yılın klasiklerinden biri olduğunu düşünür. Bu kitapta ne yaptılar da ilişkielin gelişimine yol açtı, bu noktadan başlayacağım ama öncelikle, bununla ilgili var olan bir sürü öncülü açıklamak istiyorum. Bütün psikoterapiler gibi, benim psikanalizi, psikoterapiyi nasıl öğretiriz tarzındaki kişisel yaklaşımım da, içinde yetişilen kültürden, onlara sebep olan tarihten ve ayrıca onları yazan insanların kişisel öznelliklerinden fazlasıyla beslenir. Örneğin; George E. Atwood ve Robert D. Stolorow 'Buluttaki Yüzler' diye bir kitap yazdılar. Farklı psikanalitik kuramların yazarın özneliğinden nasıl şekillendiğini anlattılar. Bu fikir bence çok önemli bir şey(di). Sadece o kitaplarda değil, çeşitli felsefecilerin hayatlarını takip ederek izlerini geçmişe doğru sürdürdüler. Örneğin; Heidegger. Heidegger, nasıl bir insandı? Geliştirdiği felsefe ile kişiliğinin nasıl bir ilişki vardı? Bunu her felsefeci, filozof ve her psikolog için yapabilirsiniz. Bunu her hâlükârda (yapabilirsiniz),

¹ **Robert D. Stolorow** (d. 1942), psikanalist ve felsefeci; öznelarası kuram üzerine çalışmalarıyla tanınmaktadır.

o felsefeyi çalışabilirsiniz, öğrenebilirsiniz, anlayabilirsiniz. Kuramı öğrenebilirsiniz. Bunu öğrenme yolu da vakalara, hastalara uygulamaktır. Ama genellikle kuramı yapan kişinin kişiliği ile bağlantılı olarak kurama baktığınızda, genellikle o, yazılan kuramın en iyi klinik örneğidir. O kuramı yaratan kişi için bir dışavurumdur. Neden? Çünkü kendi içinde mücadele ettiği şeyleri yazar. Kendi içinde mücadele etmezsen yıllarca bunu düşünüp, araştırıp, kuramlaştırıp uğraşmazsın. Yıllarca bir şeyleri yazmaya (bir şeyleri derinlemesine yazmaya) güdüleyen şey, genellikle insanların kişisel olarak içlerinde yaşadıkları mücadeleleridir. Burada şunu da netleştirmek istiyorum: Kuram sadece o kişinin özelliklerinin dışı vurumu değildir. Böyle söylersek basitleştirmiş oluruz. Şunu biraz daha fazla açıklamak istiyorum. Diyelim ki, ben çok cömert biriyim. Cömertliğe çok fazla vurgu yapan bir kuram yazıyorum. Olabilir, ama cömertlik benim için bu kadar kolay olsa, bunun için mücadele etmiyor olsam, neden cömertlikle ilgili bir kuram yazmaya uğraşayım? Belki kuramın beni (kim olduğumu) anlatan bir tarafı vardır, bir taraftan da telafi mekanizması olabilir. Benim için zor olan bir şeyi vurguluyor olabilir, belki de o kadar cömert olmayan bir tarafım ya da cömertlikle ilgili bir çatışmam var(dır). Kendimi daha cömert hale getirmek için böyle bir kuram yaratıyorum(dur). Yani kuramın benimle ilişkisi karmaşıktır, çok basit değildir; benimle ilgisi olabilir, kısmen savunmalarımı anlatabilir. O olmadan yapamayacağım şeyleri yapmamı sağlayabilir, beni ileriye götürebilir. Kuramla yazar arasındaki ilişki doğrusal (tek çizgi) değildir; bunu anlatmaya çalışıyorum.

Başlangıçta şöyle bir örnek vermek istiyorum. Neredeyse bütün kuramcılar için yapabiliriz. Winnicott çok ünlü bir örnek, hakiki kendilik (*true self*) en önemli kavramlarından birisidir.

Winnicott, insanın hakiki kendiliğe nasıl ulaştığını anlattı: Bir hakiki kendilikle doğuyoruz, doğduğunuzda bir hakiki potansiyeliniz var. Daha anne ve babanızla tanışmadan, dünyaya gelmeden sizin içinizde bir hakiki kendilik var. Bollas¹ burada daha sonra yazgı dürtüsünden (*destiny drive*) (yazgımızı gerçekleştiren dürtüsünden) bahsetmişti. Her neyse!

Winnicott için annenin bebeği görmesi, aynalaması, bebeğin o andaki spontane jestlerini görmesi ve ona göre aynalaması çok önemli(dır). Anne böylece çocuğun hakiki kendiliğinin ortaya çıkmasına yardım eder. Winnicott, sahicilik, kendiliğindenlik, yaratıcılık gibi kavramlara çok önem veren birisiydi, bu kavramlar hakiki kendilikten gelir. 1983 yılına, ilişkiel psikanalize gitmeden önce bu örneği kullanıyorum. Gerçi Winnicott bu dönemden çok öncedir.

Freud, yazı yazarken bazı soruları hiç sormazdı. Hiç sormayı düşünmedi. Onları öylece varsayım olarak aldı. Her kuramcı bazı şeyleri varsayım olarak kabul eder. Hani derya içindeki balık gibi, deryanın içinde olduğunu bilmez. Bazı şeylerin öyle olduğunu kabul ederiz. Sorgulamayız. Winnicott'ın sorguladığı fakat Freud'un hiç sorgulamadığı bazı şeyler, bazı çok temel şeyler var. Örneğin; ben kişi olarak, kişi olduğumu nasıl hissedirim? İnsan olduğumu nasıl hissetmeye başlarım? Hayvan değil, cansız değil, insan olduğumu, kendim olduğumu nasıl hissedirim? Kendimi kişi olarak ne zaman görmeye başlarım? Canlı olduğumu nasıl hissedirim? Bedenimde yaşadığımı nasıl hissetmeye başlarım? Bunların hepsi kendilikle çok ilişkilidir. Söylediği şeyler Kohut'la benzerdir, aynı şey değil fakat benzer şeyler çünkü farklı kültürler söz konusudur. Ama canlılıkla ilgili

¹ **Christopher Bollas** (d. 1943) İngiliz psikanalist ve yazar. Çağdaş psikanalitik kuramın öncülerindedir.

benzer sorular soruyorlar. İnsan olarak ve hayatta canlı olarak nasıl hissederiz? Size bu soruları sorduğunda hakikaten kafa karıştırıcı olmaya başlıyor. Freud nasıl oldu da bütün bir psikoloji kuramı yarattı fakat bu soruları hiç sormadı? Bir kere sorunca temel sorular gibi geliyor, değil mi? Kişi olma nasıl olur? Nasıl canlı ve gerçek hissedersin? Dünya sana nasıl gerçek gelmeye başlar? Bu nasıl oluyor? Freud neden bu soruları sormadı? Bunu nasıl anlayacağız? Bunun pek çok yanıtı var. Bir kere tanısal olarak düşünebiliriz. Belki Freud'un birlikte çalıştığı hastalar bu sorularla uğraşmıyorlardı. Patolojilerinin gelişimi bakımından daha farklı bir gelişim düzeyinde olabilirler; yani bu soruların temel teşkil etmediği bir takım patolojilerle uğraşıyorlardı. Hastalarıyla ne alakalı ise belki Freud da onunla uğraşıyordu, diyebiliriz. Bence bu kısmen doğrudur ama kısmen değil çünkü Freud'un hastalarına ayrıntılı olarak baktığınızda elbette bu sorularla mücadele ediyorlardı; sadece Freud bu sorulara dikkat etmiyordu. Tarihsel olarak, kültürel olarak bunlar, onun döneminde, insanların sormaya hazır oldukları sorular değildi. Hastaların biyografilerini okuduğunuzda aslında bu sorular onlarla gayet ilgiliydi. Yani hastaların tanılarıyla ilgili olarak verdiğimiz yanıt, bence doğru yanıt değil. Daha doğru yanıt şu olabilir: Bence bunlar Freud'un uğraştığı sorular değildi. Bilinç dışında farkında olmadan muhtemelen uğraşıyordu ama bilinçli düzeyde, kendi başına, kendi hayatı üzerine düşünebildiği düzeyde bunlar kendine sorduğu sorular değildi. Normal insanlar hayatta olduklarını ve canlı olduklarını bilirler. Bunu baştan böyle kabul ediyordu. İnsan insan gibi hisseder zaten. İnsan canlı gibi hisseder zaten. İnsan insan olduğunu ve bedeninde olduğunu hisseder zaten. Kendi içinde sorgulamadan kabul ettiği şeyler olduğu için (kendi kültüründe normallik görüşüydü) zaten [bunlar] insanların sorduğu sorular değildi.

Winnicott, Freud'un kazı alanının biraz daha derinine inmiştir. Winnicott'ın ailesinde babası ticaretle uğraşmaktadır. Belediye(bir kere seçilmiş) başkanıdır. Çok fazla evde durmamaktadır. Winnicott ağırlıklı olarak annesi (kız kardeşlerinin de yardımıyla) tarafından büyütülmüştür. Dadıları, teyzeleri vardır yani etrafında ağırlıklı olarak kadınlar vardır. [Üzerinde] Çok az erkek etkisi vardır. Babası dışarda çalışmaktadır. Winnicott'ın annesi depresyondadır. Winnicott küçük bir çocukken annesiyle ilgilenmek ve ona bakmak zorunda olduğunu hissetmektedir çünkü babası uzaktadır. Kendini hayatının erken dönemlerinden itibaren iyi bir çocuk olma ve annesine bakan (onun yerini alan) bir pozisyonda hissetmektedir. Winnicott evlendiğinde hala kendisini 'iyi bir çocuk' olarak görmektedir. Bu sebeple ailesine karşı koymak çok zordur. Ergenlik isyanından, bireyselleşmeden, ailesinden ayrılma süreçlerinden geçmemiştir. Çoğunlukla ailesinin kendisinden beklediklerini yapmaktadır. Alice isimli bir kadınla evlenir. Evliliği de çok sorunludur. Eşi, psikiyatrik olarak çok ciddi sıkıntıları olan bir kadındır ve yıllarca birlikte kalırlar. Ne yapacağını tahmin ediyorsunuz. Bunalımlı annesi ile yıllarca ilgilenen adam elbette psikiyatrik sorunları olan karısıyla da yıllarca ilgileniyor. Bu kadının bakıcılığını yapıyor. Kapana kısılmış durumda. Evlendiği kadının bakıcılığını yapıyor. İlginç olan çocukları olmuyor yani hiç cinsel ilişkiye girmemişler(Bakir).

II. Dünya Savaşı'nda İngiltere bombalandı. Bu bombalamanın İngiltere'de psikiyatri alanında çok güçlü etkileri oldu. İngiltere'de ruh sağlığı hizmetleri insanların ailelerinden ayrılmaları sebebiyle yaşanan sorunlarla boğuşuyordu çünkü İngiltere bombalandığında aileler çocuklarını dışarı göndermeye çalıştılar. Çok ciddi boşaltmalar vardı. Pek çok çocuk ölmüştü. Anne,

babalar ölüyordu. Ciddi travmalar vardı. Travmaların bir kısmı da çocukların anne ve babalarından ayrılmasıydı. Çocukları yetimhanelere gönderiyorlardı. İngiltere'deki tüm ruh sağlığı sistemi ayrılmaya ilgi göstermeye başlamıştı. Örneğin; Anna Freud'un anaokulu kurmasını düşünebilirsiniz. İngiltere'de Anna Freud'un 'Benlik Psikolojisi'nin temelleri böyle atıldı. Melanie Klein da aynı şekilde ayrılmış çocuklarla çalıştı. Bu hikâyeye daha sonra gelebilirim çünkü Avusturya'dan, Almanya'dan, Macaristan'dan İngiltere'ye, Londra'ya kaçan göçmenler normal İngiliz vatandaşı değildiler, onlar düşman ulusların vatandaşlarıydı, o yüzden Londra'dan ayrılmalarına izin verilmiyordu. İngiliz vatandaşları Londra'dan ayrılabilirdi. Klein, 1926'dan beri orada yaşıyordu. Anna Freud, 1939'da oraya gitti. Klein, orada yaşıyordu ve Londra'da Londra dışından olan başka çocuklarla da çalışabiliyordu. Bir başka örnek olarak John Bowlby'yi de düşünelim. Bowlby anne ve çocuk arasındaki bağlanma teorisi üzerinde çalışıyordu. Anna Freud'un böyle bir durumu yoktu. O, sadece göçmen çocuklarla çalışıyordu.

Winnicott'ın hikâyesine döneceğim. Bu arada kendisi çocuk doktoru, psikiyatrist değil. Pek çok yetimhaneyi ziyaret ediyor. Oradaki çocuklarla görüşmeler yapıyor. Sosyal hizmet uzmanlarına yardım ediyor. Sosyal hizmet uzmanlarının o zamanlar çok sofistike uzmanlıkları yok. Temel eğitimleri var. Orada çocuklara bakan insanlar. Winnicott, çocuklarla görüşüyor fakat onun ne yaptığını da bilmiyorlar. Çocuklarla görüştükten sonra sosyal hizmet uzmanlarına talimatlar veriyor. Talimat verdiği genç bir sosyal hizmet uzmanı da 'ondan nasıl faydalanabiliriz' diye Winnicott'ı izlemesi için görevlendirilmiş. Ona saygı duyuyorlar ama ondan nasıl faydalanacaklarını bilmiyorlar ve bu sosyal hizmet uzmanını görevlendiriyorlar. Oradaki başkanlar ögle

yemeği veriyor. Yemeği Winnicot da yiyor. Winnicott'ı izlemek üzere görevlendirilmiş sosyal hizmet uzmanı Winnicot'a "Yemeği sen yiyorsun. Çocuklara bir şey kalmıyor." diyor. Bu genç kadının yaptığı ilk şey ona karşı durmak yani ilişkilerinin başlangıcı Winnicott'a karşı koymak oluyor. Böylelikle Winnicott bu kadına âşık oluyor ama başka biriyle evliyken âşık olmaktan çok rahatsız oluyor. Neden ayrılamiyor? Çünkü çok iyi bir çocuktu. Hiç cinsellik yaşamamış, ailesine hiç karşı gelmemiş iyi bir çocuk. Yavaş yavaş Clair'e[sosyal hizmet uzmanı] âşık oluyor. Ama hala Alice'den ayrılmış değil. Sadece haftada bir kez Clair'le birlikte olmak için ayrılıyor. Ancak babası öldükten sonra Alice'den ayrılıp Clair'le evleniyor.

Şimdi, baştan beri size anlattığım konuyla bu hikâyenin ne ilgisi var? Winnicott, insanların gerçek kendiliği bulmakla ilgili karşılaştığı sorunlardan birisinin insanların sahte hayatlar yaşamaması olduğunu söylüyor. Diyor ki; 'Gerçek kendiliğinizi bulmak ve ortaya çıkarmak için saldırgan olmak gerekir.' Bu saldırganlıkla ilgili kavram nedir? Winnicott, sık sık 'yeniden doğuş'tan bahsediyor, yeniden doğuşu da şu şekilde hayal ediyor: bebeğin saldırgan olması gerekir, fetüsün yani anne karnındaki bebeğin kafasını anne karnından çıkarmak için annenin itmesi gerekir; ama şunu unutuyor ki anne bebeği dışarı itmek için belirli bir güç sarf etmelidir. Winnicott ise bunun tam tersini düşünüyor; bebek dışarı çıkmak için saldırgan olmalı, diyor. Bu arada şunu da düşünün; bunları yazarken hayatında ilk defa seks yapıyor. Kötü çocuk oluyor. Saldırganlığını harekete geçiriyor. Yeniden doğmaya çalışıyor. O sırada kendini canlı ve hayatta hissedebilmeye çalışıyor. Her zaman saldırgan olmayan, iyi çocuk olmak yerine kötü çocuk oluyor. Winnicott hiçbir zaman bedeninde kendini canlı hissetmemişti. Clair ile karşılaştığında

kendini canlı hissetmeye başladı. Kendisinin saldırgan olabileceğini, hayatta olduğunu hissetmeye başlayacağını düşündü. Burada onun için problematik bir durum da var. Kendi istediklerini yapmak ve kendini canlı hissetmek onun için kurallara karşı çıkmak anlamına geliyor. Sonrasında kurallara karşı çıkmaya ve onları ihlal etmeye başlıyor.

Kurallara karşı çıkmamanın ve onları ihlal etmenin ne kadar önemli olduğunu görüyor. Böylece hem evliliğinde hem de psikanalizde kuralları yıkmaya başlıyor. Başka analistlerin yapmadığı şeyleri yapmaya başlıyor. Örneğin; hastalarına sarılıyor, onlara yemek veriyor. Başka kuralları da yıkıyor. Bunlarla ilgili çok hikâye var. Birkaç örnek vereceğim. Bu örnekler bugün ve yarın vereceğim konularla bağlantılanacak. Bu anlattıklarımı psikanalizin tarihiyle bağlantılandıracağız. Unutmayın ki yapıp yapamayacağı ve kuramın ortaya çıkması pek belli değildi. Bir kural ve çerçeve kavramı geliştirmemiz on yıllar sürdü. Kuralların yıkılması ya da yıkılmaması ile ilgili kavramların ortaya çıkması çok uzun yıllar sürdü. Winnicott'ın hastası, öğrencisi ve aynı zamanda analisti olan birisi çerçeve kavramını getirdi. Sadık kalmamız gereken çerçeve kavramı, bu sırada ortaya çıktı. Örnek olarak; Winnicott daha yeni başlarken Melanie Klein'in kendisini analiz etmesini istiyordu. James Strachey¹ ile on yıl boyunca analiz yapmıştı. Ernest Jones'un en iyi arkadaşı, Strachey'di. İngiltere'nin en iyi analistlerinden biriydi. Winnicott on yıl boyunca geleneksel psikanalize bağlı olarak analizden geçti. Melanie Klein Londra'ya geldiği zaman Strachey, Winnicott'a 'Senin asıl ilgi alanın çocuklar. Çünkü çocuk doktorusun. Eğer gerçekten çocuklarla ilgili bilgi edinmek ve çalışmak istiyorsan

¹ **James Beaumont Strachey**, (1887 – 1967) İngiliz psikanalist. Eşi Alix, S. Freud'un metinlerini İngilizceye çevirmiştir.