

**Zor Bee...
Özgürlüğe Mahkum
Olmak...**

Rölatif Bütüncül Psikoterapi
13. Dönem Serisi

Tahir ÖZAKKAŞ

MAYIS 2015

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 251

Zor Bee... Özgürlüğe Mahkum Olmak...

ISBN 978-605-9137-71-3
Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

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

Birinci Baskı: Ocak 2018

Editör: Tahir Özakkaş
Katkıda Bulunanlar: Gökhan Sönmez, Nazan Parlak

Baskı: Acar Matbaacılık Prom. ve Yayın. San. ve Tic. Ltd. Şti.
Osmangazi Mahallesi Mehmet Deniz Kopuz Caddesi No: 20/1
Esenyurt - İSTANBUL

**PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK
ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.**

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Caddesi No:285
Darıca / KOCAELİ Tel: 0262 653 6699

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ LTD. ŞTİ. BEYOĞLU ŞUBESİ
Asmalı Mescit Mah. İstiklal Cad. No:120 Galatasaray İşhanı Kat: 5
Beyoğlu / İSTANBUL Tel: 0212 243 2397

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 bütünlüşmeyi sağlayarak alandaki bölünmeleri büyük oranda azaltmıştır.

Bütüncül psikoterapi, hastanın bilişlerinin, davranışlarının, kişiliğinin ve duygusal süreçlerinin yeniden düzenlenmesine yardımcı olmak için pek çok farklı ekolden faydalanarak daha gerçekçi, uyumlu ve esnek bir çalışma alanı sunar. Eğitimi verdiğimiz bütüncül psikoterapi, 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 13. Grubunun Mayıs ayı deşifrelerini sunmaktadır. Bu ders notları, eğitim deşifresinin derlemesi olma özelliğiyle dünyada eşi benzeri görülmemiş bir yayın niteliği de taşımaktadır.

Bu ders notlarında varoluşçu felsefe, zihin felsefesi, öznelliğin nörobiyolojik zemini, beyindeki haritalama süreçleri, nörobiyoloji-psikoterapi ilişkisi konuları ele alınmakta ve örnek bir terapi seansının cümle bazında mikro analizi yapılmaktadır.

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

I. GÜN

I. DERS

Varoluşçu Felsefeye Giriş - Temel Kavramlar	3
Psikanalitik Vaka Çalışması	55

II. DERS

Beynimizin İşleyiş Özellikleri - Bilinç, Örüntü Sistemi - Temalar	67
Zihin Felsefesi, Beyindeki Yapılar ve Bağlatı Alanları	97

III. DERS

Öznelliğin Nörobiyolojik Olarak Tanımlanması	105
Beyin ve Haritalama	108
Beyindeki Bağlantı Alanları	108
Öznelliğin Kuramlara Göre Tanımlanması	110
Uyaranların Beyinde Anlamlandırılması-Çağrışimsal Zincir	115
Zihin ve Anılar - Hatırlama Nasıl Oluyor?	116
Nörobiyoloji ve Psikoterapi	121
İmgelerin Beyinde Haritalanması	124
Davranışlarımızdaki Tema Kavramının Nörobiyolojisi Örüntünün Oluşumu	132
Zihin Nasıl Bilinçli Hale Getirilir?	139

IV. DERS

Rol Oynama Üzerinden Varoluşçuluğun ve Öznelliğin İşlenmesi	139
---	-----

İÇİNDEKİLER

II. GÜN

I. DERS

Rol Oynama - Kendilik, Öznellik, Varoluşçuluk, Fenomenolo 191

II. DERS

Grup Psikoterapilerinde Varoluşçu Yaklaşım 245

Kursiyerin Yapmış Olduğu Terapi Seansına Ait Görüşme
Değerlendirmesi Yapılıyor 262

III. DERS

Kursiyere Ait Terapi Seans Deşifresi Üzerinden
Mikro Cümle Analizi Yapılarak Derse Devam Ediliyor 289

IV. DERS

Formülasyonda İşlenecek Vakaların Tanıtılması
Teori Eğitiminin Bitmesi, Sınav ve Formülasyon
Yılı Soru ve Cevapları 333

I. GÜN

I. DERS

– MAYIS 2015 –

Varoluşçu Felsefeye Giriş - Temel Kavramlar

Varoluşçu Felsefeye Giriş - Temel Kavramlar

Tahir ÖZAKKAŞ: Felsefeyi seven kaç kişi var aranızda? Evet.. konumuz felsefe. Felsefeyi seven, sevmeyen kaç kişi var? (Kursiyerler el kaldırıyor) Dört- beş kişi. Evet... bugün biraz felsefe yapmak istiyorum. Var mısınız?

Kursiyer M.G: Varız.

Tahir ÖZAKKAŞ: Şimdi...

Kursiyer C.A: Hocam biz sınava çalışalım.

Tahir ÖZAKKAŞ: Öğleye kadar ben sizden bir şeyler öğrenmek isterim, oldu mu arkadaşlar?

Kursiyer M.G: Estağfurullah, bizden ne öğreneceksiniz? (Gülüşmeler)

Tahir ÖZAKKAŞ: M. hiç düşmüyor artık yani.

(Tahir ÖZAKKAŞ, slaytları dağıtması için kursiyere veriyor, slayt kursiyerlere dağıtılıyor.)

Tahir ÖZAKKAŞ: Felsefeyle aran nasıl?

Kursiyer H.Ç.M: Felsefeyi sevmiyorum hocam.

Tahir ÖZAKKAŞ: Bende sevmiyorum ama şimdi ilk defa farklı bir şey uygulayacağım. Gerçi, samimi olduğum bazı gruplarda uyguluyorum bunu da, bir şeyler öğrenmek istersem sizin önünüzde öğreniyorum. Olur mu? Herkes aldı mı şeyleri, tekstlerini? Almayan kaç kişi var?

Tahir ÖZAKKAŞ: Bir, iki, üç, dört, beş.

Kursiyer: Geliyor hocam, geliyor.

Tahir ÖZAKKAŞ: Bu ayki konumuz bildiğiniz gibi varoluşçuluk. Varoluşçuluğu on yıldır standart bir şekilde anlatmaya çalışıyo-

rum fakat ben varoluşçuluğu anlayamadım. Onun için on yıldır öğrenmeye çalışıyorum. Her yıl yeni bir perspektifini sizlerle paylaşıyoruz; bu vesileyle sizlerle beraber öğreniyorum. Eğitimleri canlı ve aktif sürdürmemin nedenlerinden bir tanesi de her kuramı tekrar tekrar öğreniyor olmam. Bu bana bir coşku veriyor. Tek bir kuram olunca bitiyor, bir süre sonra rutine dönüşüyor. Kohut, “Hırslarınız, arzularınız tarafından itilir de ideallerinize doğru kanatlanırsanız, her sabah yaşam yayı ile bu yolculuğa devam edersiniz.” diyor. Ben de, “Bunu nasıl yaparız? Dedim. Aslında M. ile beraber, idealleri, kuramları biraz daha detaylı öğrenmek, bunun keyfini yaşamak ve ideallerimizle kuramlarımız arasındaki, bu kültüre özgü entegrasyonu, bir habitatu, harmoniyi, yapıyı nasıl oluşturabiliriz diye uğraşyoruz. İşte böyle bir şey.

Varoluşçulukta yıllardır benim rehber edindiğim kişi, tabii Irvin Yalom'du aslında. Yirmi- yirmi beş yıl öncesinde ilk kitaplarıyla -“Grup Terapileri” – tanıştığım da, grup terapilerini yapmaya başlamıştım. Doksan dördtü, yirmi iki sene falan olmuş demek ki. Irvin Yalom'un “Grup Terapileri” kitabının özetini çıkarmıştım o zaman. Orada, grup terapisinde yaptığı bir takım bilimsel çalışmalardan, danışanlar nasıl yardım görüyor, bu çalışmaların nedensellikleri nelerdir diye, gruptaki vatandaşlarla konuştuk. O anlar, item'lar ve özellikler halinde listelenmişti.

En önemli özelliklerden bir tanesi, grubun kendisini bir aile, birey olarak görmesi, grubu da aile olarak görmesi. Diğer bir özellik, gruptaki arkadaşları ile aynı (benzer) sorunlar ile boğuştuğunu ve farklı olmadığını görmesi, üçüncü özellik, grup üyelerinin birbirlerine yardımcı olması perspektifinde birbirlerine yardım etmenin ve öbürünü anlamının keyfini yaşamış olmasıdır. Bunun gibi on beş- yirmi tane ayrı ayrı item'lar vardı ve bunlar üzerinden bağlamalar yapıyordu. Ben bunları bir liste halinde çıkarmıştım, daha sonra bunları fotokopi

halinde çoğaltmıştım. Bu grup terapilerinin her seansında danışanlarımdan, aşağıdaki yirmi item'i yüz üzerinden puanlatıyordum. Bu şekilde bizim toplumumuzda grup terapisinin nasıl ve neden işe yaradığı ile ilgili bilgi sahibi olmuşum.

Benim grup terapilerimde, öyle standardize edilmiş, mekanize bir grup terapisi anlayışı yoktu. Yine eğitimlerimizde olduğu gibi serbestti. Halbuki daha sonraki yıllarda, bu işin içine girdikçe, sistemleri öğrendikçe ve yurtdışı ile bağlantıya geçip de oradaki grup terapilerine baktıkça, çok farklı grup terapi dinamikleri olduğunu gördüm. Grup terapilerini anlatacağım, ama daha çok Bion'un gruplar üzerine yapmış olduğu çalışmadan yola çıkarak anlatacağım. Dinamik psikoterapistler, kendi ekollerine uygun grup, aile ve çift terapileri geliştirmişlerdir. Bu manada mesela, işte bir Masterson yöntemi ile grup terapisi yapacak olursak:

Grup üyelerinin birbirlerine olan saldırganlıkları, savunmaları veya desteklemeleri ele alınıyor. Arkalarında şizoid, narsisist, border veya nevrotik ikilemleri veya dyadların aktifleşerek kendilerini belirli bir konuma koymaları... Grubun bölme mekanizmaları ve parçalanmaları... Bazen grup ikiye bölünüyor. Bir kısmı aşağılık ve değersiz, yani agresif birim üyeleri olarak tanımlanıyor, diğerleri de libidinal ünit olarak tanımlanıyor. İşte pisler bir arada, temizler bir arada gibi... Bir müddet sonra grup, kendi arasında bir lider çıkarıyor. Bu haftalar geçtikçe çok bariz olarak ortaya çıkıyor. Daha sonra birbirlerinin etrafında toparlanıyorlar, kavga gürültü çıkıyor.

Şimdi ve burada ilkesinden yola çıkarak, bunların hangi dinamiklerle olduğunu göstermek terapinin işi. "Acaba grup üyelerine şu anda yapmış olduğunuz bu tepkinin arkasında, sanki sizin içsel çatışmalarınızın burada tezahür ettiği gibi bir durum olduğunu düşünebilir miyiz?" diye bir yaklaşım ile dyadlarını fark etmelerini sağlarız. Bir müddet sonra, grup kendiliği dediğimiz grubun ortak kendiliği oluşur.

Ailelerde de aile kendiliği, çiftlerde çift kendiliği dediğimiz ayrı bir kendilik entegrasyonu var. Eğer evliyseniz, sevgiliniz veya yakın bir arkadaşınız varsa, onunla beraber ortak hayata baktığımız bir “çift kendiliğiniz” oluyor bir müddet sonra.

Çift kendiliğinizden, bunun üzerinde bir aile varsa, -bu geleneksel aile olduğunda babaanne, anneanne ve torunlardan oluşan bir aile olabildiği gibi çekirdek bir ailede olabilir- bundan bir çocuk meydana gelmişse, kendi aralarında aile kendiliği dediğimiz ortak bir konsensus oluşturdukları kendilikleri oluşur. Grup dinamiklerinde de grup kendilikleri var. Grup dinamiklerinde, dışarıya karşı savunmacı bir tavırla kendilerini korumak ve hayatiyetlerini devam ettirmek için çaba gösterirler. Bunların dinamiklerini anlamaya çalışmışım. Yıllar sonra -dediğim gibi- benim doğal olarak yapmış olduğum grup çalışmalarıydı. Daha sonra, şimdilerde farklı farklı yaklaşımlarla - aktarım odaklınıinki farklı, duygu odaklınıinki farklı, bilişsel şemalarla çalışan terapileriniki farklı, Masterson'unki farklı, herkes kendi içsel kabullerine göre gruptaki yanlış olanları bulup onu, *şimdi ve burada* ilkesi ile deneyimlemeye veya farkındalığı sağlamaya yönelik olarak -çalışmalar yapıyor. Nereye kadar? Bireysel patolojinin farkındalığının sınırına varıp “Evet bundan sonra sorunumun grupla, çiftle veya aileyle alakası yok, bu sorun benim bireysel sorunum.” diyerek, bireysel terapiye atlayana kadar.

Demek ki; grup, çift ve ailelerle çalışırken, sorunlarda belirli bir noktaya kadar gidilir, farkındalık artırılır, şimdi ve burada ilkesi ile problem çözülmeye çalışılır. O noktadan sonra, hasta veya danışanlar bireysel terapi için kendiliğinden teklif getirirler ve siz de uygun görürseniz bireysel terapiye geçilir. Değil ise o kazanımlar yeterli olarak kabul edilir. *Enough Good Mother gibi, Enough Good Group* olur veya çift olur veya grup olarak devam edersiniz, diye düşünüyorum.

İşte bu çalışmaları yaparken, hastalarım - genellikle benim hastala-

rım gelinler oluyordu, başka hasta bulamıyordum. Yani gelin derken, Anadolu'da kaynanaları ile kavga eden hanım arkadaşlar benim danışanlarım oluyordu, erkekler pek gelmezdi. Hala da öyle. Anlatabildim mi? Bunları da değerlendirmek lazım - grup terapi ortamlarını ipe çekiyorlardı. Haftada bir akşam altı buçuk yedi gibi başladık, on buçuk on bire kadar devam ederdik. Bunlar kaynanalarını birbirlerine attıkça, bir rahatlıyorlardı... bir rahatlıyorlardı. Nasıl gidiyor grup terapisi derdim, "çok iyi geliyor" derlerdi. "Çok iyi, aman hocam bunu kapatma, biz grup terapisi için geliyoruz," diyorlardı. Grup terapisi ile daha sonra arkadaşlıklar ve dostluklar kuruldu. Üyeler dışarıda, dolma sarma partileri düzenlemeye başladılar. Yani ergenlik yıllarındaki kankalık ilişkileri gibi birtakım ilişkilerle, böyle bir yapı ortaya çıktı. Bugün geriye baktığımda, orada yaptığım etkinliklerin biraz daha varoluşsal olduğunu anlıyorum. O çalışmalar kişilere, hayatlarını anlamlandırma, bir öteki ile ilişki içerisine girme, varlığını ötekiyle test etme, empatik yaklaşımda olma, birbirine yardım etme, aynı acının, aynı geminin yolcuları olduğunun farkına varma gibi gerçekten çok farklı bir hayat perspektifi kazandırıyordu.

İşte grup terapileriyle, erkeklerle kadınları yavaş yavaş kombine etmeye başladığımızda, erkeklerin dünyasının kadınlardan farklı olmadığını, kadınların dünyasının erkeklerden farklı olmadığını, kadına veya erkeğe empati yapmanın nasıl bir şey olduğunu belki deneyimlemiştik. Tabii bu çalışmalar, doksanlı yılların başlarında Kayseri'de yapılmıştı. O yıllarda, bildiğim kadarıyla henüz daha Türkiye'de doğru dürüst grup terapileri yoktu. Konya'dan meslek sahibi bir hanım arkadaş, hatırladığım kadarıyla çift terapisi için gelmişti. "Ya inanamıyorum Kayseri'de grup terapisi, bir de ev hanımlarına yapılıyor." dedi, "Çağ atlamışız." falan gibi bir şey yapmıştı.

Yıllar sonra geldiğimiz yerde; insanlar yalnız başına birey mi, bireylerin oluşturmuş olduğu indirgemeci bir ruhsal yapıları mı var

yoksa bir öteki ile kurmuş olduğumuz ilişkilerde karşılıklı bir alan içerisinde mi var oluyoruz şeklinde bir sistemin tartışması var. Bunu anlamaya çalışıyorum. Belki sizler bana yardımcı olursanız, bunu sizler ile anlamaya çalışırız. Dediğim son cümle anlaşıldı mı?

Kursiyerler: Hayır.

Tahir ÖZAKKAŞ: Ben anlamadım ki, sizler nasıl anlayacaksınız? (Gülüşmeler) Hayırdır! Gerçekleri söylüyorsunuz artık. Eskiden söylemezsiniz, “anladık ayağı” na yatardınız. (Gülüşmeler...Tahir ÖZAKKAŞ tahtaya şekil çiziyor.) Simiti veya bisküvisi olan var mı?

Kursiyerler: Ne hocam?

Tahir ÖZAKKAŞ: Simit.

Kursiyer F.K: Mısır patlağı tarzında bir şey var hocam.

Kursiyer S.C: Çantamda var hocam.

Tahir ÖZAKKAŞ: Çantan nerede?

Kursiyer: Çantanın yerini gösteriyor.

Tahir ÖZAKKAŞ: Oradan alıp, biraz bana simit verebilir misin?

Kursiyer F.K: Mısır da var hocam.

Tahir ÖZAKKAŞ: Simit varsa alayım.(Kursiyer S.C Tahir ÖZAKKAŞ’a simit veriyor. Tahir ÖZAKKAŞ simiti alıp yemeye başlıyor.)

Kursiyerler: Gülüyor.

Kursiyer B.Ç: Hocam, biz de alıp bir şey yapacaksınız zannettik.

Tahir ÖZAKKAŞ: Mors oldunuz yani. (Gülüşmeler...)

Kursiyer S.Ş: Deney yapacaksınız zannettim.

Tahir ÖZAKKAŞ: Şimdi, bayılıyorum mayılıyorum o yüzden istedim.

Kursiyer M.AG: Hocam performans kaygısı mı yaşadınız?

Tahir ÖZAKKAŞ: Ben mi? (Gülüşmeler...) Simiti acıkınca yerim ben, performans kaygısı olduğunda değil. Ama yine de düşünceğim. Aslında yukarıdan kahvaltı isteyecektim ama burada sizin önünüzde kahvaltı ayıp olur diye istemedim.

Kursiyer M.G: Yok estağfurullah, isteyin hocam bir şey olmaz.

Kursiyer: Anlaşılmıyor.

Tahir ÖZAKKAŞ: Üçüncü yılda yapıyorum.

Kursiyer C.A: Hocam artık.

Tahir ÖZAKKAŞ: Evet, yaklaştınız... Şimdi ben öyle yapınca... Cemaat de bildiğiniz gibi yaparsa... (Gülüşmeler...Tahtadaki şekli göstererek) Şu sizsiniz, “ben” diyeyim buna, buna “sen” diyeyim, buna da “dünya” diyeyim veya evren, bu bir kalem, bizim dışımızda bir nesne. Kalem kalem olarak etiketliyoruz, bir anlam veriyoruz, kaleme dokunuyoruz, rengini belirliyoruz, boyutlarını, sertliğini belirliyoruz. Kalem bıraktığımız zaman düşüyor, yerçekimi kanununu çıkarıyoruz. Dışarıdaki nesnelere incelediğimizde, doğa bilimleri dediğimiz, deneyime ve gözleme dayalı bir inceleme yapıyoruz. Matematik mühendislik hizmetleri... Ablacığım hoş geldin. Sen kimsin?

Misafir Kursiyer: Ben misafirim.

Tahir ÖZAKKAŞ: Misafirimiz, hoş geldiniz, orada bir misafir daha vardı, nerede? Evet orada. Sizde hoş geldiniz. Polis değilsiniz değil mi? (Gülüşmeler) Ne anlatıyordum ben?

Kursiyer H.AY: Hepimiz misafiriz hocam.

Tahir ÖZAKKAŞ: Tamam, peki ne anlatıyordum ben?

Kursiyer: Misafirlerimiz demiştiniz.

Kursiyer M.G: Doğa bilimleri dediniz hocam.

Tahir ÖZAKKAŞ: Ne kadar b*ktan iş varsa öğreniyor.(Gültüşmeler) Dersin özü ve konusu olan yapı ile ilgili olan yok. O kadar cürufklar. Hocaya burada gol atma var, geçirme var, hepsine tamam ama dersle ilgili öz yok.

Kursiyer B.T: (Anlaşılmıyor)

Tahir ÖZAKKAŞ: Sen avukatı mısın?

Kursiyer B.T: Evet. (Gültüşmeler)

Tahir ÖZAKKAŞ: Acaba Kursiyer C.A'ye yapmış olduğum saldırganlık perspektifinde, sizin içinizde bir yeriniz yanarak, kursiyer C.A'yi kurtarmak isterken, onunla hiç alakası olmayıp da, kendinizi kurtarıyor olabilir misiniz?

Kursiyer B.T: Olabilir. (Gültüşmeler)

Tahir ÖZAKKAŞ: Acaba bir b*kluk çıkacak korkusuyla, bir an önce savaşı bitirebilmek için uzlaşıcı tavırla...

Kursiyer B.T: Aynen. (Gültüşmeler)

Tahir ÖZAKKAŞ: Bunlar aşmışlar, ben gideyim. (Gültüşmeler) Peki. Kalem örneğinde olduğu gibi doğaya bakarken bir takım olayları gözlemliyoruz. Bu olaylar arasındaki illiyet bağı, nedensellik bağı veya determinel bağı dediğimiz, -Arapça, Türkçe İngilizce bu şekildeki-bağları bulabilmeye, doğa olayları üzerinde araştırma yapmak diyoruz. Aynı araştırma; acaba ruhsal dünya dediğimiz, psişik dünya üzerinde de yapılabilir mi, diye sormuş ve psikoloji, insanı, doğa olayları ile incelemeye başlamıştır. Buna "indirgemeci yaklaşım" denir. Onun için bin dokuz yüz otuzlu, altmışlı, yetmişli yıllara kadar "davranışçılık" (gözleme dayalı doğa olaylarında olduğu gibi) insanları gözlemleyerek, davranışları perspektifinde bir inceleme ortaya koymuştur.

İndirgemeci bir şekilde insanın, nasıl bir varlık olduğu, davranışları arasındaki nedensellik bağının ne olduğu anlaşılmaya çalışılmıştır. Bir elli yıl kadar bununla uğraşmıştır. Daha sonra demişler ki; insan doğa olaylarına getirmiş olduğu mekanistik yaklaşım tarzı ile anlaşılabilir. İnsan, ancak başka bir metodolojik yöntem ile anlaşılabilir bir varlık. Böylelikle yavaş yavaş bilim dünyası çatlamaya başlamış. Daha sonra insanın bilişsel dünyası yaratılmış. Bilişlerin de doğa olayları gibi incelenebileceği ve indirgemeci bir tavır ile bakılabileceğinin de formülleri geliştirilmeye başlamıştır. Algı değerlendirme, hafıza geri gönderme, a, b, c diye geçmiş dönemlerde anlatmış olduğumuz hikâyede, indirgemecilik tavrı nerede ortaya çıkmış?

Kursiyerler: Bilişsel.

Tahir ÖZAKKAŞ: Bilişselde çıkmış. On sekizinci yüzyılın sonlarında veyahut da on dokuzuncu yüzyılın başlarında, Freud indirgemeci bu insan anlayışını dinamik bir yapı üzerinden incelemeye başlamış. “Ben laboratuvarında insanın ruhsal yapısını, -ruhumuzun yapısını- nöroanatomik, nörofizyolojik çalışmalarla, onlara göstereceğim” demiş. Fakat bunu biyolojik olarak, mikroskop altında gösteremeyeceğini anlayınca, kendi kafasında soyut bir “zihinsel aygıt” uydurmuş.

Zihinsel aygıtı da, o dönemin modern Newton fiziğine uygun bir şekilde betimliyor. Mekanistik bir anlamda; altta bulunan bir buhar kazanı gibi libidinal bir enerjinin lokomotifleri ve fabrikalardaki buhar ile çalışan makinelerin oluşturduğu gibi bir libidinal ve agresif birim motordan basıyor, hava yukarıya doğru fışkırıyor, ego diyor ki; “aman dış gerçeklik var, ahlak var” falan diyor. Dur! diyor aralardan sıvışmalar oluyor, borulardan gidiyor. Birtakım savunma düzenekleri ve vanalar ile bu basınç ayarlanıyor şeklindeki bir yaklaşım tarzı... Burada benim içime bakıyorum ne buhar kazanı var, ne borular var, ne vanalar var, ne de onları tutan bir hikâyeler var. İnsanı ayrı bir varlık olarak alıp, doğa bilimlerinde olduğu gibi soyut ve indirgemeci bir

tavır ile insanı anlamaya çalışan bir karar ortaya koyuyor. İnsanı anlamaya çalışan bu hikayede diyor ki:

İnsan doğa olayları gibi anlaşılır, ruhsal yapı dediğimiz determinel bir yapıdır. Bu yapıya nasıl yaklaşılacağına dair metodolojiyi değiştirmemiz lazım. Nasıl ki kalemin düşmesinden, bir yer çekimi kanunu çıkarırsak, insanların iç dünyasında olan bitenlerin de benzer determinel kanunları vardır.

Önce hipnoz ile bilinçdışıdır. Ardından rüya ve ardından serbest çağrışım yöntemleri, dil sürçmeleri, lapsuslar, sakarlıklar gibi benzer olaylar ile bilinçdışının indirgemeci bir şekilde anlaşılabilceğini, değerlendirilebileceğini ifade etmiştir.

Freud, Kursiyer C.A' e bakıyor “bir konuş” diyor. Duruşuna bakıyor... “Hakikatler, parmaklarından fışkırıyor. Sen istediğin kadar sus, böyle dur, ben anlarım” diyor. İndirgemeci bir şekilde onun iç dünyasında ne varsa onu anlıyor. Geçmişte çocukluk döneminden kalan acıların, bugünkü semptomların nedenleri olduğunu söylüyor. Bunların bilince çıkarıldığında, bilinçdışı alandaki malzemelerin bilince geleceğini, bunları ifade ettiğinde de işlerin düzeleceğini söylüyor. Fakat günün birinde, bu yapılan işlemin ne olduğu sorgulandığında - aynı dışarıdaki doğa bilimleri gibi inceleyen, gözleme dayalı raporunda bir yorumlama olduğu görüldü. Halbuki, matematiği yorumlayarak izah edemezsiniz. Coğrafyayı, fiziği, kimyayı yorumlayarak izah edemezsiniz. “Hasan iki, salak osman dört” nereye giderseniz gidin sülfürik asidin formülü budur. Sülfürik asit her yerde, her şekilde, her ortamda sülfürik asitliğini yapar. Anlatabildim mi? Ama Hasan ve Osman farklı farklı davranabilirler. Hasan bazen salak olabilir, bazen salaklık Osman'a bulaşabilir. Yani bu durumda, insanların iç dünyalarını fizik, kimya gibi incelemenin pek de mümkün olmadığını görüyoruz.

Freud ve ondan sonra gelen takipçileri; “bir insanın iç dünyası-

nı vermiş olduğu materyaller üzerinden yorumlayarak anlarız” diyor. Yorum, bizim elimizdeki tek anlama silahıdır. Dinamik psikoterapi de, klasik analitik psikoterapi de, “Doğa bilimlerinde olduğu gibi, doğa anlamının bir perspektifi de insanın bilinçdışını anlamaktır. Bilinçdışı, doğa olaylarında olduğu gibi, indirgemeci bir şekilde anlaşılabilir. Bunu anlayabilmek için de yorumlamak gerekir” diyor. Yorumlama dediğimizde, o zaman siz diğerinin davranışlarının ne anlama geldiğini izah etmek durumundasınız. Anlam kelimesini koyduğunuzda işler karışıyor.

(Tahir ÖZAKKAŞ tahtaya büyük harflerle ANLAM yazıyor.)

“Anlam” kelimesi bir şey hakkında fikir beyan etmektir. Bir şey hakkında bir fikir beyan etmek o fikrin içeriğini dolduran, anlamın atomlarına inmektir. Bu anlamın atomlarına indiğinizde, bu atomun varlığının başkalarının etkisi perspektifinde kurulmuş bir anlamı olduğunu fark edeceksiniz. Başkalarının etkisinde kurulmuş bir anlamın da doğa olaylarında olduğu gibi, gerçeği temsil etmediğini ve öznel olduğunu anlayacağız. Bunu yine anlamadık, anlamaya çalışacağız hep birlikte. Bu kalem kalemden başka bir şey, diyen var mı?

Kursiyerler: Yok.

Tahir ÖZAKKAŞ: Neden kalem diyorsunuz?

Kursiyer S.Ş: Birileri demiş.

Tahir ÖZAKKAŞ: Birileri demiş. Birilerinin dediği şeyi, doğru mu yanlış mı dedi diye bilmediğiniz halde, bunu bilimsel bir metodolojiyle nasıl incelerseniz? Kalemin *kalem* olduğunu nasıl tanımlayabilirsiniz? Buna bir şekil ve cisim verilmiş. Uzaysal alanda bir hacim işgal ediyor. Bu hacmi işgal edebilmesi için, hacim ile ilgili birimlerinin karar vermesi gerekiyordu. Zamanda bir boyut işgal etmiş. Önce birisinin zaman denen kavramı anlamlandırması gerekiyor-

du. Birisinin uzay denen alanı anlamlandırması gerekiyordu, birisinin uzay ve zamanda yere ve duruma göre bunun ne işe yaradığı ile ilgili fonksiyonlarını anlamlandırması gerekiyordu, tüm bunların sonucunda da buna “kalem” denen bir isim veriliyordu. Dikkat ederseniz bir kalemin kalem olabilmesi için, belki binlerce, belki yüz binlerce yıllık bir süreçte insanlık tarihinin zihinsel süzgecinden geçmiş olması gerekiyor. Öbürleri ile etkileşime dayalı bir anlam ürettiğiniz yapıdan bahsediyorsunuz.

Dolayısıyla, anlam bilimi açısından batığımızda, anlam ürettiğiniz bir yapıyı, aynı doğa olaylarında olduğu gibi matematik, fizik, kimya gibi incelemeniz baştan sakatlanıyor. Anlamda, kalem ile ilgili hangi “kalem” kavramıyla ortaya çıkacaksınız? Ben on bir yaşındayken tahaya çıktığımda, öğretmenimin elinde kalemi salladığı, dünyanın en rezil gününde, en rezil pozisyonuna düştüğümdeki kalem hatıramı mı kastediyorsunuz? Yoksa liselerarası yarışmada Türkiye birincisi olduğunda armağan edilen Sheaffer marka dolma kalemini mi kastediyorsun? Yoksa bir bilim insanının, -Nobel almış bir bilim insanı- sende parlaklık ve ışık görüyorum diyerek kendisinin kalemini hediye ettiği kalemi mi anlıyorsunuz? Veyahut da bir tecavüze uğradığınızda makatınıza zorla sokulan kalemi mi anlıyorsunuz? Hangi kalem?

O zaman kalem, indirgemeci bir şekilde birisi tarafından tanımlandığında o kalem, onun kalemidir. Ama herkesin anladığı kalem, kendi öznel dünyasının kalemidir. O zaman indirgemeci bir şekilde “ben”in tanımlamasının, doğa olayları gibi mümkün olmadığını anlıyoruz. Eğer kalem, herkesin iç dünyasında farklı özellikler ile özel bir anlama bürünüyorsa, doğa bilimleri ile yapılmış olan yaklaşım tarzları, insanın psikolojik dünyasındaki nesnelere her birinin (basit bir kalem olsa bile) evrensel bir kalem olarak –yordanmasının- anlamlandırılmasının mümkün olamayacağı gibi bir sonuca götürüyor.

Peki, insan yalnız başına evreni tanımlayabilir mi? Eko almadan

tanımlayabilir mi? İlk insana gidip, insan yalnız başına bir anlam üretemez. İnsanın anlam üretebilmesi için, öteki ile etkileşim içerisinde olması, o etkileşimin sonucunda kendi öznel dünyasındaki yaşadıklarını ve hissettiklerini karşıdaki ile etkileşim içerisinde yeni bir anlama büründürmesi lazım. O halde karşımıza yalnız başına var olamayan bir varlığın ancak “bir bağlam içerisinde”, bir öteki ile ilişkisinde, bir anlam ortaya çıkıyor. Ama Freud diyordu ki; biz yorumlarımız gördüğümüzü, yorumladığımız şey bir anlam üretmektir.

Anlam üretme dediğimiz şeyde, herkesin kendi anlamı farklı olduğu bir kökenden gelir. Herkesin kalemi farklıdır. Eğer Freud olarak sen, benim yaşadıklarımı “bir kalem” diye yorumlama yapıyorsan, bu kalem kimin kalemi, senin kalemin mi benim içimde yaşadığım kalem mi?

Derler ki; “Freud, senin kendi öznel dünyanda yaşattığın kalem, kahramanlık kalemi olabilir, işkence kalemi olabilir, sıradan normal bakkal kalemi olabilir. Sen hangi kalemi görüyorsun? Benim dünyamda, ben *kalem* derken, içimden öznel olarak anlattığım o kalem ile bağlantılı, bağımlı konteks içerisindeki kalem, hangi kalem? Senin bana yorumlayarak, kalem böyle böyle kötü bir kalem dediğin kalem, acaba senin kalemin mi?” dediğinizde iki tane dünyanın karşılıklı buluşması meydana geliyor.

İşte burada, Kohut ile başlayan başkaldırı diyor ki; “Bir insanın iç dünyasını doğa olayları gibi gözleme dayalı bir şekilde anlamamız mümkün değildir.” *Gıyabında içebakış* dediğimiz, *empati yöntemi* dediğimiz, belki de son yıllarda çıkan ayna nöronlarla beraber öbürünün içerisinde, öznel alanlarını aktive edecek yaklaşımlarla ötekinin iç dünyasındaki etkileşimi anlamaya yönelik öznel bir bakış tarzı gerekir. Kohut’un *kendilik nesnesi işlevi* dediği, *gıyabında içe bakış* dediği kavramdır.

Newton fiziğinden kuantum fiziğine geçtiğinizde durum farklılaşır. Newton fiziğinde dışarıdaki nesnelere, buhar makineleri, kaldırma