

# **Ruhsal ve Kurumsal Gelişim Hikayeleri**

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 333  
Seminer Serisi: 039

## **Ruhsal ve Kurumsal Gelişim Hikayeleri**

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Yayın hakları Psikoterapi Enstitüsü'ne aittir.

ISBN 978-605-7926-71-5

Birinci Baskı: Aralık 2020

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma Hazırlayan: Psikoterapi Enstitüsü Yayın Ekibi

Dizgi ve Kapak Tasarım: Yasemin Gümüş

Baskı: ENT Matbaa Yayın Reklam San. ve Tic. Anonim Şirketi  
Merkez Efendi Mh. Mevlana Cd. Tercüman Sit. A-8 Blok No:118 No:54 K:13  
Zeytinburnu – İSTANBUL

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

Asmalı Mescit Mah. İstiklal Cad. Galatasaray Han, “*Terapi İş Merkezi  
Beyoğlu*” Dış Kapı No: 120 D:42, Beyoğlu / İSTANBUL

Tel: 0212 243 2397

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

Bayramoğlu Mah. Fatih Sultan Mehmet Cad. “*Terapi İş Merkezi Bayramoğlu*”  
Dış Kapı No: 285 D:29, Darica / KOCAELİ

Tel: 0262 653 6699

### **PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ LTD. ŞTİ. ANKARA ŞUBESİ**

Aşağı Öveçler Mah. 1324 Cad. “*Terapi İş Merkezi Ankara*” No:57/1,  
Çankaya / ANKARA Tel: 0312 473 53 76

[www.psikoterapi.com](http://www.psikoterapi.com) - [www.psikoterapi.org](http://www.psikoterapi.org) - [www.hipnoz.com](http://www.hipnoz.com)

# SUNUŞ

Değerli Dostlar,

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, ulusal konferanslar, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Bu kitap, çeşitli kurum ve kuruluşlarda halka yönelik olarak gerçekleştirmiş olduğum konferansların deşifrelerinin derlemesi olma özelliğiyle özgün bir yayın niteliği taşımaktadır. Bu kitapta geleceğin doktorlarına tavsiyeler, güven duygusuna psikanalitik yaklaşım ve güven duygusunun cinsel yaşama olan etkileri, psikolog nasıl psikoterapist olur?, acil servislerde iletişim eğitici eğitimi, varoluşçu felsefe ve öznelarası psikoterapi, hipnoz ve grup hipnoz uygulaması, ruhsal rahim yolculuğumuz, motivasyonel destek, bütüncül psikoterapi bağlamında cinsel disfonksiyonların değerlendirilmesi, aktarım odaklı terapi, psikoterapide dünyaya açılmak, diyalogların yönetimi, şiddeti başlatan diyalogların önlenmesi, psikososyal müdahale hizmetlerinde intihar konuları ele alınmaktadır

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

**Uz. Dr. Tahir Özakkaş**

06.12.2020

Bayramoğlu /Darıca/Kocaeli

# İÇİNDEKİLER

## 1. BÖLÜM

Geleceğin Doktorlarına Tavsiyeler .....3

## 2. BÖLÜM

Güven Duygusuna Psikanalitik Yaklaşım ve Güven  
Duygusunun Cinsel Yaşama Olan Etkileri .....23

## 3. BÖLÜM

Acil Servislerde İletişim Eğitici Eğitimi .....55

## 4. BÖLÜM

Varoluşçu Felsefe ve Öznelerarası Psikoterapi .....117

## 5. BÖLÜM

Hipnoz ve Grup Hipnoz Uygulaması.....145

## 6. BÖLÜM

Ruhsal Rahim Yolculuğumuz .....159

## 7. BÖLÜM

Motivasyonel Destek.....173

## 8. BÖLÜM

Bütüncül Psikoterapi Bağlamında Cinsel  
Disfonksiyonların Değerlendirilmesi .....223

# İÇİNDEKİLER

## 9. BÖLÜM

Aktarım Odaklı Terapi .....241

## 10. BÖLÜM

Psikoterapide Dünyaya Açılmak.....279

## 11. BÖLÜM

Diyalogların Yönetimi, Şiddeti Başlatan Diyalogların  
Önlenmesi .....365

## 12. BÖLÜM

Psikososyal Müdahale Hizmetlerinde İntihar .....387

Dizin .....411





07.05.2016



Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrenci Kongresi  
DÜZCE



<https://www.youtube.com/watch?v=m9wb6sZVuiM>  
<https://www.youtube.com/watch?v=7z6RYu3YDq4>  
<https://www.youtube.com/watch?v=AZDJp6wcBkM>



# 1

## Geleceğin Doktorlarına Tavsiyeler

**Tahir Özakkaş:** Öğrenci olmayan arkadaşlar var mı?

(Eller kalkıyor)

Fakülteyi bitirmiş olan bir kişi var.

(Eller kalkıyor)

- Evet, hayat fakültesi mi senin?

- Doktor musunuz?

- Branş nedir?

- Nükleer Tıp.

- Diğerlerinin hepsi öğrenci mi?

(Eller kalkıyor)

- Pdr peki.

- Tanışmıştık seninle.

- Görev almayan öğrenciler var mı?

(Eller kalkıyor)

- Altı kişi havalılar, pek havalılar.

(Eller kalkıyor)

- Dönem beş?

(Eller kalkıyor)

- Onlar dorukta, yüksekte bakıyor.

(Eller kalkıyor)

- Dört?

(Eller kalkıyor)

- Aslanlarım benim staja yeni geçtiler. Hepsi cümbür cemaat buradalar. Eksişimiz yok herhalde.

- Siz mi organize ediyorsunuz, dörtler mi organize ediyor? Anlaşıldı.

- Üçler?

(Eller kalkıyor)

- Onlar da dörde hazırlanıyorlar. Sizin katkınız var mı bu kongrede? Üçlerin yok. Var mı?

(Eller kalkıyor)

- Bir iki kişi varmış.

- İkiler?

(Eller kalkıyor)

- Bir kişi var.

Peki. ben psikiyatrim. Psikiyatrlar biliyorsunuz arkadaşlar çok güzel anlattılar. Bipolar bozukluk, majör bozukluk, paronoid, şizoid gibi hastalıkları daha çok ilaç tedavisiyle tedavi eden hekimlere verilen isimler. Beyin biyokimyasına bağlı sonradan aktive eden veya doğumla gelen genetik faktörlere bağlı biyolojik bozukluklar oluyor bunlar, yüzde yüz kesinleşmiş değil ama genel kanaatimiz öyle ve bazı ilaçların bu hastalıkların bir kısmını tedavi ettiği, bir kısmını durdurduğu, bir kıs-

mını da daha az tedavi ettiği sonucunu veren bir tablo. Ama ben bunların hiçbirini yapmıyorum. Psikiyatrim ama yıllardır kendime farklı bir alan seçtim. Psikoterapistlik yapıyorum. Elbette psikoterapist olarak hastaları görüyorum. İlaç tedavisi gereken hastalara ilaçlarını veriyorum. Daha çok konuya spesifik olmuş hekim arkadaşlara daha çok şizofrenle çalışmış hastaları onlara yönlendiriyorum. Bipolar olmuş hastaları arkadaşlarıma yönlendiriyorum. Ben psikiyatrinin veya genel psikolojinin bir alt dalı olan psikoloji ya da psikoterapi ile ilgileniyorum. Biraz önce değerli arkadaşımız Hüseyin Bey bahsetti. Psikoterapi farmokoterapi ile uygulanan, benim de uzmanlık alanım psikoterapi ve farmokoterapinin ayrı ayrı uygulandığı veya birlikte uygulandığı yüz seksen hasta üzerindeki anksiyete bozukluklarındaki çalışmamdır. Psikoterapi ve farmokoterapinin beraber uygulanmış olduğu tedavinin daha etkin başarılı ve kalıcı olduğuna dair sonuçlar elde etmiştim bundan yirmi, yirmi beş yıl kadar önce olan bir hadise. Peki, psikoloji ve psikoterapi derken neyi anlıyoruz? Size bir şey anlatmak istiyorum. Psikoloji organik yapıdan farklı mı? Benzer mi? Onu nasıl anlayabiliriz? Beynimiz nasıl çalışıyor? Bütün hadise beynimizin çalışmasıyla ilintili. Ben şu anda sizin beyninizi değiştiriyorum farkında mısınız? Sabahki oturumun bir tanesine girince cerrah arkadaşlarım, beyin cerrahları beyine girdiler. Kestiler, toteryen yaptılar hastanın kanser dokusunu çıkardılar. Ne yaptılar? İnvaziv dediğimiz bir yöntemle oradaki dokuyu aldılar. Doktorluk demek invaziv bir yöntemle çalışmak demektir. Dünyada sadece insan bedenine müdahale etme yetkisi yani invaziv çalışma yetkisi hekimlerde vardır. Onun dışında hiçbir meslek dalı insanların beden bütünlüğünü bozacak bir müdahaleyi yapmaya yetkili değildir. Dolayısıyla kutsal bir meslek bu açıdan baktığınızda. Fakat işi ben işi biraz

daha değiştireceğim. Sabah oturumda beyin cerrahı arkadaşının yaptığını ben şu anda size yapıyorum. Farkında mısınız? Değilsiniz. Nedir benim yaptığım şey? Beyin biliyorsunuz biyokimyasal ve elektriksel aktiviteyle çalışır. Beyin biyokimyasında nöronlar arasında tranmitterler vardır. Bu transmittermaddeler .....bulmuş olduğu ..... (04:50 dakika) bir takım maddeler vardır. Bunlar kodlanmış bilgileri içerir. Nöronlar arasındaki transmitterleri aktive eden şeyse hücre içindeki .....(04:50 dakika) elektriksel potansiyelden farklıdır. Doğru mu arkadaşlar? Bunların hepsinin sonucunda siz hastalık tedavi edensiniz veya sağlık grevlisisiniz. Hastalık dediğimiz şey bu maddelerin akışında, denetiminde veya bütününde meydana gelecek olan bozukluklardır. Bazen aşırı byrlerse kanser deriz bymezlerse... deriz .....birçok hastalık ismi koyabiliriz (05:20 dakika) . Ben size burada bir şeyler sylyorum. Bu söylediğim şey şu görmüş olduğunuz yaka mikrofonundan ses kaydı olarak alıyor ve ben ses dalgaları yaratıyorum. Bu ses dalgaları havadaki küçük partikülleri mikrofona iletiyor mikrofon titreşiyor. Elektriksel potansiyel arkadaki değerli arkadaşımın kutusuna gidiyor. O kutudan transformasyona uğruyor antitk ile yükseltiyor ve buradaki hoparlörden benim size sesim geliyor. Aynı şey sizin için söz konusu. Ne oluyor? Söylediğim şey aradaki kulak zarımıza aradaki hava partikülleri vasıtasıyla sizin kulak zarınıza çarpıyor. Mekanik bir arpma. Mekanik bir çarpmadan sonra içerideki rs, zenge, eki dediğimiz kemik parçaları sallanmaya başlıyor. Yani mekanik bir değişim oluyor şu anda sizin kulağınızda her konuşmada, her kelimedede, her ses dalgasında. Bu mekanik çarpışma kulak i zarımızdaki tüylü alana dokunuyor. Orada bir tarladaki başakların sallandığı gibi sallanma meydana geliyor.

Onların sallanmasıyla beraber kimyasal reaksiyon başlıyor. Kimyasal reaksiyon elektriksel potansiyele dönüşüyor. Elektriksel potansiyel beynin çeşitli yerlerine gidiyor. Sizin beyninize ben bistrü kullanmadan ulaştım ve beyninizde benim söylediğim kelimeler bağlamında kodlanmış bilgiler gittikçe beyninizin belirli yerlerinde aktivasyon yaptım. Yani benim sözüm maddedir. Madde olarak sizin içinize ilaç değil ama söz olarak girdim. O sözün kombinasyonunda beynin etkilenme imkânı var. Aynı şey gözünüze düşen ışık içinde de geçerli. Işık bir partiküldür, maddedir. Sizin gözünüze düşer, göz bebeğinizde optik kısmı aktive eder, elektriksel potansiyeli yaratır, retinadaki hücreler vasıtasıyla alınır ve elektriksel potansiyel, kimyasal transmitterlere dönüşür. Beyninize gider, siz gördük dersiniz. Bunların hepsi maddesel değişimlerdir. Psikoterapi ağızdan herhangi bir ilacın sokulması, deriden herhangi bir enjeksiyonun yapılması, cerrahi müdahale içeren bir şey yapılması ve sokulması değil ama sözlerle, bakışla, duruşla öbürünün beynini değiştirme operasyonudur. Her an birbirimizin beynini değiştiriyoruz. Her an bir birinizin beynine etki yaratıyoruz. Yapılan bebek gözlem çalışmalarında bunlar çok daha detaylı bir şekilde ortaya konulmuştur. Peki insanın doğuştan getirmiş olduğu organik bir yapısı var. Yani embriyolojik süreçten başlıyoruz ve büyüyoruz. Bu büyüme bizde çeşitli etapla bir gonca gülün açıldığı gibi parça parça açılarak bugünkü erişkin halimize geliyoruz. Eğer bu açılma sürecinde herhangi bir tıkanıklık olursa genetik tıkanıklık yani ..... (08:40 dakika) olabilir X ışınlarıyla radyasyon alarak bundan dolayı bir gelişim bozukluğu olabilir, kimyasal maddelerden olabilir, virüslerden olabilir, bakterilerden olabilir, kazadan olabilir. Doktorluk bunları ortadan kaldırmak için yapılan tedbirleri

içerir. Fakat insanın ikinci bir gelişim çizgisi vardı. Bu gelişim çizgisi mental yapının veya ruhsal yapının veya zihin aygıtının veya kişiliğimizin gelişimidir. Organik yapı olarak bir çocuğun suyunu, sütünü, ihtiyacını, her şeyini veriyorsunuz. 1960'lı yıllarda Speeds diye bir araştırmacı var. Savaş zamanında yurtlara verilmiş olan, savaş ortamındaki çocukları yurtların bünyesinde gözlem yapmış bu bebeklerin maddi ihtiyaçları karşılandığı halde bir öteki dediğimiz anne veya bakım veren kişilerin olmaması, anne babasının şefkatle onları kucaklamaması karşısında bu çocuklar önce biyolojik gelişim geriliği göstermiştir. Eğer birisi onunla ilgilenmezse, sadece maddesel olarak ilgilenirse bir müddet sonra bu çocuklar ölmüştür. İnsanlar ruhsal olarak iletişim içine girmediklerinde bebekler istediğiniz bir gıdaları, aminoasitleri, proteinleri verin; bu bebekler ölüyor. Peki öldürmeyen şey ne? Duygusal bir ihtiyaç. Dokunma, konuşma, karşılıklı olarak gülme. Beynimizin büyümesi için, insan olabilmemiz için sosyal bir ortamı yaşamamızın mecbur olduğu ortaya çıktı. Bir insan olabilmemiz için bir ailede bir sosyal yapı içerisinde yaşamamızın mecbur olduğu ortaya çıktı. Doğumdan sonra sağ beynimizin kortikal alanı doğumdan sonra iki yıl boyunca neredeyse iki katı üzerinde bir bölümde sağ beyin gelişmiştir. Sağ beyin duygusal beynimizdir. Sağ beyin biz insanoğlunun yaşadığı kültürel atmosfer içerisinde öbürünün hislerini ve duygularını anlama, kavrama, ayna nöronlar vasıtasıyla empati geliştirme, öbürünün içini hissetme o hisse cevap verme yeteneğinin olduğu dönemdir. İki yıl boyunca bu sağ beyinin portikal alanlarının büyümesi yani dentritlerin ve snapsların gerekli olanlarının aktif olarak dallanması, gereksiz olanlarının budanması, yüzde seksini budanır nöronlarımızın yani doğumdan sonra yüzde

sekseni bağlantıları kaybolur. Gerekli olanları aktive olur. Anne ve çocuk arasındaki bu ilişkide anne içinde bütün duygusal repertuarı o toplumsal yapı içerisindeki kültürel kodları mimikler vasıtasıyla, yüz ifadesiyle konuşarak çocuğuna aktarır. Burada konuşmanın mantıksal anlamı yoktur. Yüz ifadelerinin evrensel doğuştan getirdiği birtakım özellikleri vardır. Duygusal özellikleri vardır. Bu özellikleri anne çocuğa bu süreç içerisinde verir. Çocuk sağlıklı, duygularını regüle edebilen bir anne ile birlikte büyümüşse bu çocuk sağlıklı bir çocuk olur. Yok, bir kişilik bozukluğu veya kendilik bozukluğu içerisinde büyüyen bir anne var ise bu çocuk anne veya annenin yanında olan diğerleri vasıtasıyla nöronları organik olarak bozuluyor. Ve bir kendilik bozukluğu ortaya çıkarıyor. Daha sonra bu yapı erişkin hayatımızda çeşitli kişilik örüntüleri şeklinde karşımıza çıkıyor. Bunların bir kısmı kişinin hayatını ciddi manada engelleyen ve sıkıntıya sokan bir tablo ortaya çıkıyor. Allah'tan nöronalplastisize dediğimiz nöronların değişebilme özellikleri kişilerde meydana gelen korku, endişe, kaygı, stres, kişilik bozukluğu, kendilik bozukluğu gibi yapıları konuşarak yapılandırma ve tedavi edebilme şansı bize veriyor. Bu yapılar maalesef bugünkü mevcut ilaçlarla tedavi edilemiyor. Sadece bu tabloların ortaya çıkarmış olduğu zaman zaman dürtü kontrol bozukluğu, öfkeler, anksiyeteler, duygu durum bozukluğu gibi semptomu düzeltme bazında kalan bir yardım perspektifinde modern tıbbın geldiği nokta. Ama kişinin temel problemi daha temelden gelen, iki yaşından gelen kaynak problemler mevcut; bu da psikoterapide yapılan bugünkü çalışması sonucunda belli bir noktaya kadar değişim ve dönüşümü ortaya çıkarmaktadır. Tabi teknolojinin gelişmesiyle özellikle emisyon tomografinin fonksiyonel olarak insan beyninin nasıl çalıştığı-

nı göstermesi ve canlı beyninin göstermesi perspektifinde tedavilerin bu tip tedavilerin tedavi öncesi ve sonrasının beyin değişikliklerini inceleme yapmamızda mümkün olabilmektedir sistem itibariyle. Bu iki yaşından sonra çocuğun sol beyini geliştirir. Sol beyin mantık beynidir. İnsanlar bebekliklerinde önce bir yaşantı yaşantılar. Bu birbirinden kopuk anlık yaşantılardır. Yaşantılar daha sonra sağ beyin tarafından tertiplenir, imgelere ve tasarımlara dönüşür. Yaşantıların fotoğrafları çekilir, bunlar bir video klipler halinde zihnimizde her an kodlanır. Bu kodlar duygusal hassasiyetin yüksek olduğu dönemlerde daha temel kişilik örüntülerine neden olurken daha hafif yaşanmış olan yaşantılarda gelip geçen rüzgâr gibi etki bırakır beyinde. Bu yaşadığımız yaşantıların tasarıma dönüştürülmesi yani yaşantının tasarım ve imge halini alması için iki yıl anne bebek arasındaki bir ilişkinin devam etmesi zorunluluğu vardır. İki yaşından sonra yavaş yavaş sol beyin büyümeye başlar. Sol beyin sağda yaşanan şeyi simgeleştirme yani kelimeye döker. Şu anda ben simgeyle konuşuyorum. Yani her söylediğim kelime bir kodlanmış ses kalıbıdır. Sizin kulaklarınızı etkiliyor, sizin kulaklarınızda iç dünyanıza gidiyor. Sağ beyinle bağlantı kurarak benim söylediğim kelimenin hayali bir tasarımını kuruyorsunuz. Hani çocukluğunuzda böyle bir evin içinde yaşadığınız, sobanın ya da kaloriferin yanına oturduğunuz günler var ya veya biraz önce dışarıda çay, kahve içtiniz, kuyruğa girdiniz ya; bunlar her söylendiğinde tasarımlar otomatik olarak gelir. Belirli simgelerin arkasında mutlaka bir tasarımla ilişkilendirilmiştir. İnsanoğlunun en büyük devrimi de sağ beyinde yaşantı olarak kodlamış olduğu haritaları kelimelerle, simgelerle ifade edebilme becerisidir. Simge sadece konuşma becerileri değildir. Bir sanatsal yaratı ve içteki tasarımı ya da

yaşantıyı farklı şekilde simgeleştirme durumudur. Yani resim, heykel, her türlü sanatsal faaliyet içindeki yaşantı ve duygularımızın dışarıya aktarılmasına aracılık eden konudur. Bu mümkün olduğu kadar dilde gelişir. Şairler, edebiyatçılar, romancılar özellikle kendi öznellikleri içerisinde yaşadıkları fakat bunu bir türlü dışarıya aktaramayıp bir bakış açısıyla içe geçme duygusunu yaşayamadıkları zaman çok üretken sanat eserleri verme, sanat eserleri verme bir mecburiyetten kaynaklanır. İç dünyasındaki yalnızlığı ve özneliği yaşayan kişiler kendilerini dışarıya yeteri kadar kelimelerle ifade edemediklerinde, ifade edebilmek ve paylaşabilmek için ne yaparlar, sanat üretirler. Onun ifade edebileceği şiire, edebiyata, romana, hikâyeye, sinema televizyona dönüştürebildiğinde varlıklarını deneyimlerler. Onun için bir insanın on yıl, yirmi yıl bir resmin üzerine oturması, düşünmesi, çizmesi bir heykeltıraşın ömür boyu heykel yapmasının arkasında sadece para kazanma motivasyonu veya meşhur olma motivasyonu yoktur. Kimseye anlatamadığı birtakım derin duygularını, yalnız başına yaşadığı o özneli bir başkasıyla paylaşma meselesini oraya aksettirme ihtiyacından kaynaklanmaktadır, sistem itibariyle baktığımızda. İşte bunun sol beyin tarafından yapılması, simgeye dönüştürme, her türlü sanatsal faaliyeti simgeye dönüştürüyor. Diğer bir simgeye dönüştürme hali ise somatizasyonlardır. Somatizasyon tıp fakültesinde öğrenmiş olduğunuz hemen hemen tüm hastalıkları taklit ederek kendini ifade etme yoludur ki Anadolu'da çok yaygındır. Konversiyon reaksiyonu ile başlar somutlaştırma reaksiyonuna kadar giderler. Onun için ben YÖK başkanı olsaydım, bana full yetkiyi verselerdi tıp fakültelerinde özellikle eğitimin iki yılını aralıksız zihinsel aygıtın işlevi ve bu fonksiyonları ile ilgili bu psikoloji ve psikoterapi

çalışmalarına harcardım. Sağlık ocağında ve serbest hekimlik hayatımda yedi yıl çalıştım ben. Bugün geriye dönüp baktığımda otuz yıl öncesine hastalarımın %90'ı psikosomatikti. Biz onlara hep organik ilaçlar verirdik. Hala öyle hiçbir şey değişmedi bu ülkede anlatabildim mi? Bu durumu eleştiriyorum, kritik ediyorum. Tüm doktor arkadaşlarıma soruyorum. Gerçekten sen bu hastaların bu ilaca ihtiyaç duyduğunu veya bu ilaçla iyileşeceğini düşünüyor musun? Hayır ama ben reçete yazmak zorundayım. Biz de öyle yapıyoruz. Enfeksiyon diye karşımıza gelen hastaların birçoğu arkasında hastalığında kendini ifade etmek için çaba gösteren insanlar. Türkiye'de sadece hastalandığınız zaman siz fark edilirsiniz ve mağduriyetiniz bir şekilde taklit edilir, takip edilir. Onun için hastalık bizim çıkış yolumuzdur. Birçok hasta taklit eder. Astım krizi geçirirler, ülser olurlar, ishal olurlar, kabız olurlar. Ateş çıkarırlar, baş ağrısı yaparlar, anlatabildim mi? Şekerlerini yükseltirler, hipertansiyonu yükseltirler. Organik tıbbın kesin bir sınırları içinde kalmış olan hekimlik bizi öldürüyor. Bundan çıkmanız lazım arkadaşlar. Organiği çok iyi öğrenin, en dibine kadar öğrenin fakat bu hastalıkların hepsi psişik olarak taklit ediliyor. Psişik olarak nasıl taklit ediliyor? Bunun mekanizmalarını detaylı araştırmalarla incelememişseniz bunlara sadece organik bir makine gibi bakarsanız hep laboratuvarlarda ve tetkiklerde boğulursunuz. Ama hastaya gerçekten bir yardımınız olmaz. Yirmi yıldır aynı şikâyetten ha bire doktor doktor dolağan insanları görürsünüz. Eğer doktor tedavi edici ve şifa verici bir meslekse aynı hastalıktan bu ülkede insanlar otuz yıldır, yirmi yıldır hastane hastane, üniversite üniversite neden dolaıyorlar? Ya doktorlarımız tedavi yapmayı bilmiyorlar hiçbir şey ya hastalıkların tedavisi yok. Halbuki olay çok basit; şiddetli psişik komperenti var. Bu hastalar bu hastalığa ihtiyaç

duyarlar. Ellerinden bu hastalığı alamazsınız. O psöşik ihtiyaç nedeniyle kendilerini migrende bulurlar, kendilerini gereksiz baş ağrılarında bulurlar. Kendilerini hipertansiyonda, tipik diyabette bulurlar. Bunu genelde stres faktörüne bağılı olarak aktive olma derler, hikâye çok farklı arkadaşlar. Hastayı bir gün sıkıştırdım. Bir semptomu ihtiyacı vardı. Seansın içinde terapi yapıyorum. Üzerime gelme dedi. Ne demek istiyorsun dedim. Tansiyonum iyice çıkarırım dedi. Patlatırım beynimi dedi. Gerçek olan bir şey kayıt ve altında çalışıyorum ben. Ve ben direndim hastanın bir şeyi fark etmesi için, iç görü kazanması için onları düşünmeye davet ediyorum. Hasta itiraz etti. Hasta yavaş yavaş tansiyonu yükseltti. Ben korktum tansiyon aletini aldım kolunu açtım. Tansiyonu yirmi iki, daha da çıkarırım mı dedi. Ben teslim oldum ama rahatladı, gevşedi, ölç dedi. 12/8 tansiyonu yani bir insanın kontrolünüz dışında tansiyonunu çıkarabilir misiniz arkadaşlar? Mümkün değil ama sohbetinize başlarken ben sizin beyninize cerrahi olarak girmedim. Kelimelere gidiyorum ve sizin beyninizi değiştiriyorum. Aşk dediğiniz şey böyle bir şey. Depresyon dediğiniz şey böyle bir şey. Sevinç ve coşku dediğiniz şey böyle bir şey. Kelimelerle görüntüleyebilmişiz ve depresif olmuşsunuzdur, duygu dünyanız değişir. Söz en güçlü silahtır. Söz en güçlü bistürüdür. Söz en güçlü şeydir. Ben sağlık ocağında insanlara ve hastalarımaya çok iyi davranıyorum kendimce. Onlarda beni seviyorlardı. Halkın dilini konuşuyordum. Bu arkadaşların çocukları vardı. Zengin çocukları vardı, kırsal kesimin. Bunlar götürüyorlardı Ankara'nın, İstanbul'un en gözde hocalarına muayene ettiriyorlardı. Benim kapısının önünden geçemeyeceğim hocalar. Reçeteyi alıp kime geliyorlardı? Bana geliyorlardı. Tahir Hocam bunu kullanalım mı? Falan profesör hocamız vermiş. Ben kullan dersem kullanıyor. Kullanma dersem kullanmıyor.

Arkadaşlar ilaç yazıyor, sağlık ocağında mekanik bakıyorlar, tıbbın mekanikliği içerisinde. O ilaçları alıyorlar hasta iyileşiyor. Bir ay sonra tekrar geliyorlar. Benim kuyruğuma giriyorlar. Ben hastanın derdini soruyorum. Evindeki durumunu soruyorum. Kaynanasıyla olan ilişkisinin soruyorum, kocasıyla olan ilişkisini soruyorum. Bildiğim kadarıyla bir iki tavsiye ve telkin yapıyorum. Ben sadece vitamin yazıyorum ama placebo etkisiyle iyileşiyor hasta. Yüzlerce kez denedim bunu. Yüzlerce kez denedim. O halde bu ilaç sarfiyatının sonsuz, ne diyeyim ben buna harcanması, hep boşa gitmesi tıp fakültelerinde psişik komperentin eksik olmasından kaynaklı. Psikoloji fakülteleri de aynı arkadaşlar, psikolojik danışmanlık fakülteleri de aynı; teknik birtakım bilgiler aktarılmış ama son otuz yıl, kırk yıldaki gelişmeler maalesef ülkemize gitmemiş. Ben enstitü kurdum arkadaşlar, özel bir enstitü Türkiye’de enstitü kurmak yasak. Yani Amerika’da bağımsız enstitüler var. Belirli kriterler getirirsiniz. Türkiye’de her şey YÖK’ün denetimi altındadır. Ben bir şirket bünyesinde Psikoterapi Enstitüsü diye bir şirket kurdum. Burada eğitim veriyorum. Doktor olan arkadaşlarımda hepsi de kadın doğum, beyin cerrahi, farklı branştan akademisyen arkadaşlar, psikiyatrist arkadaşlar, psikolojik danışman, psikolog, sosyal hizmet uzmanı, psikiyatri hemşireleri, ruh sağlığı sınıfı olarak kabul edilen evrensel olarak kabul edilen grupların hepsine bu psikoloji eğitimi veriliyor. Şu anda dört yıl. Daha önce üç yıldır, dört yıla çıkardık. Yurt dışında birçok kuruluşla ikili anlaşma yaptım ben. Şu anda psikoloji ve psikiyatrinin uç noktaya geldiği, özellikle psikoterapi kişilik bozukluğu ve kendilik bozukluğunda eğitim veren kurumlarla doğrudan bağlantılıyız. Onların Türkiye’de temsilciliğini yapıyorum. Onlar kitap çıkarttıklarında, bir ya-

yın yaptıklarında, kongrede bir sunum olduğunda biz bunları aktarıyoruz. Doktor arkadaşlarım yirmi yıldır, otuz yıldır hekimlik yapan, akademisyenlik yapan arkadaşlarım şunu söylüyor samimiyetle ‘Bunlara neden fakültede tıp öğretilmiyor?’ Ruhsal yapının gelişimi kimliği nasıl ediniyoruz? Kişiliğiniz nasıl geliyor? Nasıl düşünüyorsunuz? Doğruyu nasıl buluyorsunuz? Nasıl duygulanıyorsunuz? Bunlar inanılmaz şekilde çalışmalar yapılmış olan, müthiş araştırmalar yapılmış çok güzel alanlar. Kimliğinizi ve kişiliğinizi nasıl kazandığınızı bilmiyorsunuz. Siz değerli kardeşlerime tavsiyem biraz psikolojiyle ilgilenin. Şunu unutmayın belli bir süre sağlık ocaklarında çalışmak mecburiyet oldu bildiğim kadarıyla. Çünkü benim kızım da son sınıfta, TUS’u kazansa da göndermeyecekler herhalde. İki yıl sahada çalışmak gerekiyor, bana da doğru geliyor bu sahada çalışması lazım, kırsalda çalışması lazım. Orada hastalarınızın büyük bir kısmının psikik olduğun göreceksiniz. On beş dakika hastanızı dinleyin, derdini dinleyin. Ne oldu deyin. Evde ne oldu deyin. Başka bir şey sormayın. Ona okunmuş su verseniz ona iyi gelir. Ama sadece yüzüne bakıp semptomlarda bu hasta baş ağrısı var, romatizma var, üst solunum yolları enfeksiyonu. Zaten bir haftada geçecek, on günde geçecek. O ilaç onu bayrak olarak sallar onu. Ben hastayım. Beni sevin, beni koruyun. Bak doktor bana sekiz tane iğne yazmış. Senin kaç iğnen var? Bunun yarısını yaparlar. Bunu göreceksiniz yarın gittiğinizde veya bugün stajdan çalıştığınızda bunları görmüşsünüzdür, deneyimlemiştinizdir. Psikik yapınızı önce kendiniz için öğrenin. Sağ beyninizde bebeliğinizde beyninize ne yerleştirildiyse her an yeni bir nöronalplastisize ile yeni bir perspektif kazandırmamış ise aynısını çocuğunuza, eşinize ve çevrenize yaparsınız. Eğer sağlıklı bir zihinsel yapınız varsa