

# **Psikoterapiler ve Rölatif Bütüncül Yaklaşım**

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 331  
Seminer Serisi: 036

## **Psikoterapiler ve Rölatif Bütüncül Yaklaşım**

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Yayın hakları Psikoterapi Enstitüsü'ne aittir.

ISBN 978-605-7926-78-4

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 yayının niteliği taşımaktadır. Bu kitapta psikanalitik psikoterapiler, Masterson'ın kendilik bozuklukları psikanalitik psikoterapisi, duygu odaklı terapi, cinsel istismara bütüncül bakış, duygu odaklı çift terapisi, bütüncül bir model; rölatif psikoterapi bütüncül psikoterapinin oluşum süreci 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

Psikanalitik Psikoterapiler .....3

## 2. BÖLÜM

Masterson'ın Kendilik Bozuklukları Psikanalitik  
Psikoterapisi.....95

## 3. BÖLÜM

Duygu Odaklı Terapi..... 159

## 4. BÖLÜM

Cinsel İstismara Bütüncül Bakış .....217

## 5. BÖLÜM

Duygu Odaklı Çift Terapisi.....247

## 6. BÖLÜM

Bütüncül Bir Model; Rölatif Psikoteapi  
Bütüncül Psikoterapinin Oluşum Süreci.....301

Dizin .....346





14.02.2018



PED İstanbul Avrupa Şubesi / Beyoğlu / İSTANBUL



<https://www.youtube.com/watch?v=T-10Qi-Cbko>





## Psikanalitik Psikoterapiler

**Tahir Özakkaş:** 14 Şubat 2018 Sevgililer Günü'ne hoş geldiniz değerli dostlar... Bugün sizlerle bir sohbet daha yapacağız. Konumuz Psikanalitik Psikoterapiler. Yine her zaman olduğu gibi mümkün olduğu kadar interaktif yapmaya, sohbet tarzında yapmaya, karşılıklı etkileşim tarzında yapmaya gayret edeceğim. Sürecin 2. aşamasında aradan sonra belki karşılıklı roleplayinglerle Psikanalitik Psikoterapileri yaşayarak anlamaya çalışırız diye düşünüyorum. Psikanalitik Psikoterapi eğitimi alan var mı aranızda hiç? Evet 1 kişi var, başka?

**Katılımcı:** Vamık Hoca'dan aldım.

**Tahir Özakkaş:** Vamık Hoca'dan aldın, peki.

**Tahir Özakkaş:** Tabii bazen nereden başlayacağımı bilemiyorum böyle tıkanıyorum. Öğrenci kaç arkadaş var? Bir seviye tespiti yapayım. Psikolog kaç arkadaş var? PDR'ci kaç arkadaş var? Tıp Doktoru kaç arkadaş var? Sosyal hizmet uzmanı kaç arkadaş var? Ne kaldı? Psikiyatri hemşiresi? Onun dışında diğer mesleklerden kimler var? İki kişi var, evet peki. Şöyle

insanın genelinden başlayarak gidelim. İnsan biyolojik yapısı ile bir organizmadır. Evrende yaratılmış olan bütün kâinattaki çeşitliliğin içerisinde belirli tabiat kanunlarına ve belirli yasalara uygun olarak kimya, fizik gibi temel yasalara uygun olarak bir biyolojik altyapısı vardır. Biyolojik altyapısı dediğimiz zaman kimya kanunlarına uymak zorunda, fizik kanunlarına uymak zorunda, matematik kurallarına uymak zorunda, determinel kurallara uymak zorundadır. Bu diğer canlılarda olduğu gibi bitkilerde ve hayvanlarda da olduğu gibi insanda da bir bedensel varoluş yaratıyor. Bu manada baktığımız zaman beden her türlü hareketi ve eylemi, organizmada olan bitenler, biyolojik olarak izah edilmesi mümkün olan şeylerdir. Yani onları parça parça ayırdığımızda ve her bir fenomeni laboratuvara getirdiğimizde kimyasal bir reaksiyonla, elektriksel bir aktivasyonla ve manyetik bir etkiyle karşı karşıya kalırsınız. İnsanı parçaladığımızda matematik, fizik ve kimya ile karşı karşıya kalırsınız. Bunların daha entegre olmuş hali bu kural- ların temel bilimlerin uygulanmış olduğu yapılar biyoloji olarak karşımıza çıkıyor. Buna benzer bir yapı olarak da şu anda insanın benzerini inşa etme konusunda ciddi gayretler var. Yani insanın bir kopyası yapılıyor fakat bir noktaya geldikten sonra insanın bilinçli olma hali ve özneliği dediğimiz yapıyı oluşturmanın mümkün olmadığını, en azından bugün mümkün olmadığını biliyoruz. İnsanı yaratabilir misiniz? İnsan benzeri bir şey yaratabilirsiniz ama insan olabilmesi için insanın özgür iradesiyle karar verebilmesi, verdiği kararları öznel bir deneyim ve duyu ile hissetmesi gerekir. Yani her birimizin parmak izi gibi kendimize ait ruhsal bir girdiye bağlı öznel kimliklerimiz var. İşte bu öznel kimliklerin kopyasını yapmak, hatta kendi anınızı, an dediğimiz zaman birimini, kronolojik zamandaki

kraniusu, anı yaratmamız da mümkün değil. Bir önceki an ile bir sonraki anın eşit olması da mümkün değil. İnsanlar insan benzeri sanal ortamda zihinler oluşturuyorlar fakat bu zihinler bir noktada öznel deneyim dediğimiz, öznel bilinç dediğimiz sıçramayı yapamıyor zombi oluyorlar ancak, zombi zihin oluyor. Buna neden böyle başladım? Şunun için başladım; insanın zihni mevcut bilimsel paradigmlar ile izah edilebilir mi? Klasik analiz ve onun kurucusu olan Sigmund Freud bunun olabileceğine inanıyordu. Yani insan zihninin matematik, fizik, kimya gibi girdiler ile çıktılar arasındaki bir formül olduğuna inanıyordu. Hatta o kadar inanıyordu ki kendisi bir nöropatolog olarak eğitiminin ilk başlarında uzmanlık eğitiminde nöroanatomiye merak salmıştır. Zihin dediğimiz, bilinç dediğimiz, irade dediğimiz şeyin anatomide karşılığının olduğunu bunun da beyinde olduğunu ve beyindeki birtakım yapıların karşılıklı etki tepkiler ile zihni oluşturduğuna inanıyordu. Postmortem-ölüm sonrası insan beyinlerini keserek beyinleri anlamaya ve zihin dediğimiz veya ruhsal yapı olarak bizim daha çok tercüme ettiğimiz yapının kaynağını, bağlantılarını anlamaya çalıştı. Çeşitli hastalıklardan muzdarip olarak ölmüş olan çeşitli vatandaşların beyin incelemelerinden birtakım sonuçlar çıkararak zihin aygıtını ifade etmeye çalıştı ve bununla ilgili olarak bir makale yazdı. Bilimsel bir proje olarak psikoloji başlıklı bu makaleyi daha sonra kendisi yasakladı. Bu makalenin özü zihin aygıtının beyinde morfolojik olarak tespit edilebileceğine dair inancıydı. Daha sonra bunun mümkün olmadığını görünce sanal bir zihinsel aygıt, zihinde bir tasarım olarak insan zihni nasıl olabilir diye sanal bir zihinsel aygıt düşündü. Yani bizim ruh diye söylediğimiz, psişe diye söylediğimiz, zihin diye söylediğimiz, bilinç diye söylediğimiz şeyin tasarımını yap-

maya çalıştı. Nasıl ki matematiği biz elle tutamıyoruz gözle göremiyorsak, sadece rakamlarla ve soyut kavramlardan ibaret ise ve matematiğin kendi içerisinde de bir determinel bağı, bir illiyet bağı olduğunu görebiliyorsak aynı şekilde zihinsel aygıtın da matematik gibi zihinsel bir process olduğuna ve bunun formüle edilebileceğine inandı. Yani biyolojik parametrelerle, kimyasal ve elektriksel aktivasyonla ve zihnin beyindeki bölgesel yerleşimi yerine tasarımsal olarak bir zihin aygıtı tasarladı. İşte bu zihin aygıtının nasıl çalıştığını anlayabilmek için de bir ömür boyu bir deha niteliğinde insanları inceledi. Hem kendisini inceledi, hem ailesini inceledi hem de danışanlarını ve hastalarını inceledi. Ve bu zihin aygıtının çalışma prensiplerini ortaya koymaya çalıştı. İnsan çağındaki düşünce hangi paradigmaya aitse düşüncenin ufukları o paradigmanın vardığı noktada biter. Yani siz çağımızdaki bilimsel olarak, felsefi olarak nasıl bir paradigmanın kuşatması altındaysanız, zihninizde olaylar hakkında çıkaracağınız kanaatler ve bilimsel sonuçlar o paradigmanın sınırlarında biter. Bu ne demektir? Bu ‘Zamanın Ruhı’ diye ifade edilir. ‘Zeitgeist’ dediğimiz veya ‘Zamanın Ruhı’ dediğimiz bir bilim anlayışı vardır.

Bilim anlayışları da değişken ve dönüşen bir süreçtedir. Freud zamanında bilim anlayışı farklıydı. Akılcılığın başladığı, rönesans ile başlayan pozitivizmin egemen olduğu ve yoğun buluşların ortaya çıktığı bu dönemde temel paradigma Newton fiziği. Yani evrendeki tüm olayları açıklayan ve izah eden insanın yaratılışına açıklık getiren en temel paradigma Newton fiziği idi. Newton fiziğinin kuralları basit ve net idi. Keza aynı şekilde Darwin evrim kuramıyla ilgili açıklamalarını getirdi ve buna bağlı olarak geliştirilmiş tüm bilimler ve bilimlerle ilintili

deneyimler olanı biteni o dönemin zamanın ruhuna uygun olan paradigma ile izah etmek durumunda idi. Newton fiziği temel paradigma olduğuna göre eğer insanda bir zihin aygıtı, bir ruh-tan bahsediyorsanız bu ruhu izah edebilmek için elinizdeki tek argüman Newton fiziğinin size vermiş olduğu en son buluşlar ve bulguları referans noktası olarak zihni izah etmesidir. Newton fiziğinin en temel özelliği neydi? Enerjinin değişimi ile ilgili, enerjinin birbirine basınç ile ilgili değişimi ile ilgili ve bu buhar çağını başlatan temel yapılanma idi. Bir enerji vardı, bu kinetik enerji çeşitli enerji çeşitlerine transforme edilebiliyordu, değiştirilebiliyor dönüştürülebiliyordu ama enerji yok olmuyordu; Enerjinin sakınımı kanunu. Eğer dünyadaki bütün makineler, bütün doğal bitkiler ve coğrafi olaylar Newton fiziğine uygun olarak çalışıyorsa, insan organizması da keza aynı şekilde Newton fiziğine uygun olarak çalışıyorsa, zihinsel aygıt da demek ki buna uygun çalışacaktır. O zaman temel enerji olarak Newton fiziğinden elde etmiş olduğumuz bilgi ile insanoğlunda doğuştan gelen bir enerji var dedi. Bu enerji bir şekilde şekil değiştirerek zihin enerjisine dönüşüyor, zihin enerjisi basınç yapıyor, bu basınçla beraber zihnimizde duyu düşünce davranış dediğimiz birtakım eylemler ortaya çıkıyor demek ki. Nasıl ki bir buhar makinesi hatta bir lokomotif bir şimendiferi düşünün, bir buhar kazanını düşünün, düdüklü tencereyi düşünün, bir trenin bir şimendiferin, lokomotifin, buhar kazanının altına atacağımız odun ve kömürlerle suyu ısıttığımızda yani odun ve kömürde olan enerjiyi suya aktarıp suyu buhar haline ve basınçlı hale getirdiğimizde o basınç bir şekilde birtakım pistonları hareket ettirerek piston hareketine dönüşüyor, piston hareketiyle de belirli demir raylar üzerinde trenler yürüyor, uyarlayalım aynısını insana.

Freud diyor ki; insanda libido dediğimiz bir enerji var. Bu enerji basınçla insan zihnine hücum eder. Bu zihne hücum ettiğinde biz nesnelere doğru hareket ederiz, nesnelere doğru itiliriz. Eğer nesnelere doğru itilirken, bu arzu kaynaklı bir libidodur, toplumsal gerçeklik, hayatın gerçekliği ve realite bu hareketi eyleme geçirmeyi yasaklarsa o engellenir. Bu, alttan gelen, aynı lokomotifin enerjisini harekete geçiren basınç gibi bizim içimizdeki basınç, amacı bir nesneye gitmek, o nesnede hareket yaratmak. Buna biz kişinin arzularının tatmin edilmesi diyoruz. Yemek arzun varsa içinde bir basınçla yemeğe doğru eğiliyor, seksüel arzularınız varsa seksüel arzu-yu, agresif arzularınız varsa agresyonu dile getirerek içerideki enerji değişiyor, aynı bir trenin odun ve kömür enerjisinin harekete dönüşmesi gibi. Bütün teorisini bunun üzerine oturtuyor. Fakat dedi bir trende, bir buharlı makinede enerjinin değişimi ve dönüşümü ile hareket elde ettiğinizde burada bir problem çıkmıyor ama insanlar cinsel arzularını olur olmaz yerlerde olur olmaz kişilerle tatmin etmeye kalkıştığında toplumsal realite ve gerçeklik onu engelliyor, cezalandırıyor. Agresyonunuzu ve öfkenizi, beğenmediğiniz ve istemediğiniz insanları ölümcül cezalarla cezalandırmak istediğinizde elin oğlunun eli armut toplamıyor, o da sizi cezalandırıyor. O zaman normal libidinal yolda gitmesi gereken, akması gereken o enerji akımı bir yerde bloke oluyor. İşte bu bloke olma halinde hayatın gerçekliği perspektifinde bizim o enerji yumaklarındaki enerji akışlarındaki blokaj, gerçeklik dediğimiz bir şeyi yaratıyor diyor. Bir dakika dur; buna 'ego' diyor. Olayı değerlendir enerjiyi biraz tut, biraz değiştir, biraz yamult, biraz kapat, biraz ört, biraz türevi ile idare et şeklindeki bir yapıyla izah etmeye başladığında zihinsel aygıt ortaya çıkıyor. İnsan New-

ton fiziğinin getirmiş olduğu enerjinin sakınımı, değişimi, ekonomiklik ilkesi perspektifinde bir makineden ibarettir. Bu makine emme basma tulumba gibi alttan gelen enerjiyi bir şekilde durduran, öteleyen, erteleyen değiştiren, türevlerine razı olan bir yapıyla dış gerçeklikte kendi içindeki enerjinin karşılıklı değiş tokuşundan meydana gelen bir zihinsel aygıtı sahiptir. Peki ne güzel, peki derdin ne? Freud diyor ki insanlar şikayetçi diyor, insanlar acılar çekiyor, insanların sıkıntıları var diyor, takıntıları var diyor, korkuları var, fobileri var, obsesyonları var, cinsel işlev bozuklukları var, yeme bozuklukları var, duygudurum bozuklukları var, paranoid bozuklukları var, bunlar nedir diyor. Bunlar içerdeki tutulmuş olan enerjinin gitmesi gereken yere gitmeyip de engellendiğinde dış gerçeklik tarafından kişinin kendi kendine pazarlıkla bulmuş olduğu uygun çözüm yollarıdır. Fakat bu uygun çözüm yolları kişiye aynı zamanda rahatsızlık verdiği için bu pazarlıktan daha karlı çıkma yolları olabilir mi diyor. İşte daha karlı çıkma yolları bulmaya da terapi ve tedavi diyor. Diyor ki şu anda bir maliyet ve bedelle içindeki dürtüleri, arzuları ve enerjileri engelliyorsun, bunları daha makul bir şekilde daha az bedelle engelleyip daha çok tatmin edecek alanlar yaratılabilir, buna da terapi diyor. Yani şimendiferin çalışması, buharlı makinenin çalışması, insanın zihinsel aygıtının sağlıklı bir şekilde işlemesine yönelik olarak yapılan eylemdir diyor. O zaman iki şey tanımlıyor Freud, diyor ki; “İnsan zihni dediğimiz aygıt evrendeki herhangi bir canlı organizmanın yasalarına uygun olarak işler. Her ne kadar bunun biyolojik kaynağını beyinde çeşitli loblarda göstermek isteyip buna muvaffak olamadıysa da sanal olarak matematik gibi, o zihinsel aygıtın hangi determinel sebep sonuç ilişkisi içerisinde, illiyet prensibi içerisinde çalıştığını

anladım, kavradım. İnsanın ruhsal yapısını, insanın zihin aygıtını en ince detaylarına kadar önümüze seriyorum.” diyor. Bakışınızda muhteşem bir makine olarak önümüze seriyor, aynı Newton fiziğini önümüze serdiği gibi. Newton fiziği nasıl ki evrende hemen hemen her şeyi izah ediyor, hatta galaksilerin birbirine yaklaşma ve uzaklaşma teorilerini bile izah ediyor, her türlü fizik kimyayı bizim önümüze seriyor ve buradan da biz medeniyet üretiyorsak, Newton fiziği sayesinde ruhsal aygıtın bu şekilde detaylı bir şekilde sanal programının ortaya konulmuş olması, içimizde ki arzuların ve isteklerin veyahut da öfkenin nasıl şekil değiştirip hangi kılıkla karşımıza çıktığını ve bize ne bedeller ödettiğinin farkına varmak da keza aynı şekilde Freud tarafından ortaya konulmuş mükemmel bir tablo oluyor. 1. Kısım bizi anlatıyor, 2. Kısım diyor ki; evrendeki insan ile ilgili kısmını anlattım. Bir de bu insanın diyor düzeltilmesi var. Nasıl ki emme basma tulumumuz arıza yaptığında veyahut da bir tren, buharlı bir tren yolda giderken arıza yaptığında hareket sisteminde, buhar kazanında, basınç kazanında veyahut da en basitinden evinizdeki düdüklü tencerelerde düdüklü tencerelerin kapağı hava kaçırıyorsa, düdüklü tencerenin üzerinde yeteri kadar bir tahliye sibop borusu yoksa, civarındaki ateş çok fazlaysa bunlarla ilgili tedbirler alıyoruz, insan da aynı bir düdüklü tencere gibi diyor. Eğer diyor düdüklü tencerenin altına gereğinden fazla ateş yakarsanız düdüklü tencere patlayabilir, o zaman ateşi kıs diyor. Keza aynı şekilde düdüklü tencerenin diyor kapağı diyor hava kaçırıyor etrafa yemek artıkları fıskırıyor diyor o kapağının contasını değiştir diyor. Veya düdüklü tencerenin üzerinde diyor tahliye sibobu yeteri ağırlıkta değil de her gelen basıncı dışarı atıyor içerde yemeğin pişmesini engelliyorsa üzerine bir ağırlık koy diyor.



Yok bu ağırlık gereğinden fazla ise diyor basınç yapar, bu sefer düdüklü tencerenin etrafını patlatabilir diyor. İnsana getiriyor hemen bunu, insanın içerisinde birtakım dürtüler o kadar yoğun olur ki, bu dürtülere izin verirseniz sizi patlatır diyor, gerçekliğinizi patlatır, realitenizi patlatır, egoyu patlatır. O zaman bunun ateşinin düşürülmesi ile ilgili tedbirler alınması lazım. Bu tedbirlerin neler olduğunu size anlatacağım diyor. 2; içerde dürtüler var fakat diyor bu dürtüler bir müddet sonra ateş yandığında düdüklü tencerenin içerisinde basıncı artırıyor. Düdüklü tencerenin belirli bir basınca mukavemet etme derecesi düşüktür, mukavemet etmesi zayıftır, mukavemetini arttırmanız lazım ki içerideki basınca dayansın. İnsanoğlunun içten gelen arzuları libidinal, cinsel, seksüel arzularla agresif düşünceler ve duyguları kontrol edebilmesi için aynı düdüklü tencerenin dış kabuğundaki kalınlık gibi egosunun güçlü olması lazım diyor. Eğer bir düdüklü tencereyi daha büyük bir basınca dayandırmak istiyorsanız daha güçlü bir çelikten veya alüminyumdan yapmanız lazım. İnsanın da içten gelen arzu ve isteklerini kontrollü bir şekilde yaşamasını istiyorsanız EGO dediğimiz kapasitelerinin artırılması lazım diyor. Bakıyorsunuz aslında anlattığı şey tamamen Newton fiziğine uygun olarak bir ruhsal aygıtın tanımlanması. Detaylarına girdiğinizde savunma düzenekleri, gelişimsel evre vesaire vesaire hepsi aslında Newton fiziğine uygun açılımlar getiriyor. Böyle bir giriş yaptıktan sonra ilk slaytına geçeyim. Konu anlaşıldı mı arkadaşlar? Şimdi Newton fiziğinden alacağız klasik Freudyen teoriden, klasik paradigmadan alacağız ama insanoğlunun bir şimendifer olmadığını, bir lokomotif olmadığını, bir emme basma tulumba olmadığını kuantum fiziğine geldiğimizde anlayacağız. Kuantum fiziği ise Newton fiziğine hemen hemen

çok uç noktada farklı şeyler söylüyor. Zamanın ruhu bugün Kuantum fiziğine geldiği için modern psikanalitik psikoterapiler Freud'dan bir gömlek üste geçmişler. İnsan zihnini Freud'un anlatmaya çalıştığı emme basma bir tulumba yerine daha karşılıklı öznelerarası ve öznellikler arası alana doğru kayan yeni bir paradigmaya yani kuantum paradigmasına dönüş-türmüşler. Biz bugünkü hikayemizde Newton fiziğinden Newton paradigmasından Kuantum paradigmasına doğru nasıl psikanalitik psikoterapiler etkileniyor, bir değişim spektrumu oluşturuyor ve insanı anlarken ve insanları düzenlerken nasıl yardımcı olacağız bunun tedavideki yeri ve yordamı nedir bunu değerlendireceğiz. Kuantum fiziği çıktı diye Newton fiziği yok mu oldu asla. Newton fiziğinin geçerli olduğu yasaların bulunduğu yerler var fakat bir noktadan sonra Newton fiziğinin izah edemediği bir fiziksel realitede kuantum fiziğinin olayı izah ettiği bir başka boyutu var. Keza aynı şekilde insan ruhsallığının Newton fiziğine benzer taraflarında, emme basma tulumba gibi çalışan bir zihinsel mekanizmalara sahipken aynı zihinsel aygıtın içerisinde inanılmaz bir şekilde değişen dönüşen bir dakikası bir dakikasına eşit olmayan bir insan zihinsel yapısından bahsetmemiz mümkün olacaktır. İşte bu hikayeyi buradan başlatalım.

## **Klasik Psikanalizin Temel Özellikleri ve Ruhsal Aygıt Tanımı**

Klasik psikanalizden başlayalım Newton fiziğinden başlayalım;

1. Topografik Özelliği: Topoğrafya ne biliyor musunuz arka-daşlar? Topoğrafya yer şekilleri yani yer şekillerindeki girintiler çıkıntılar, dağlar, denizler, ovaların incelenmesi, suların

derinliklerinin seviyelerinin ortaya konulması vs. Yani evrende topografik olarak yerleşimde ne kadar yükseklikte, ne kadar alçaklıkta, ne kadar uzaklıkta, ne kadar yakınlıkta dediğimizdeki bir yapı. Yani ne yaptık aslında, yine zamanın ruhuna uygun bir şekilde insan ruhsal yapısına topografik bir benzetme yaptık. Nedir topografik benzetme? Freud dedi ki insanın bilinçli alanı var insanın bilinç öncesi alanı var insanın bilinç dışı alanı var. Hiç böyle sahilde gemileri oturup seyrettiniz mi böyle yolcu gemilerini veyahut da bizim buradaki gemileri, böyle boğazdan geçen gemileri? Bakan kaç kişi var bu Eminönü'ndeki gemilere? Diğerleri İstanbul'da yaşamıyor mu hiç? Gemi gören var mı aranızda? Gemi görmeyen var mı aranızda? Sandal görmeyen var mı? Herkes görüyor. Şimdi bir gemiye baktığınızda geminin yüzeyde gördüğünüz kısmı var, bir o kadar da suyun altında olan kısmı var.

**Katılımcı:** Karinası var.

**Tahir Özakkaş:** Nasıl? Karina mı deniyor? Latince gövde mi demekti karina? Doktor arkadaşlar karina neydi? Neyse dur karıştırmayalım. Evet, üstteki kısma görünen alanlar, bilinçli alanlar, topografik olarak üstte görüyoruz. Seni görüyorum, sen beni görüyorsun. Düşüncemi söylüyorum, abi ben bugün buradayım, saat on sekizde psikanalitik psikoterapi anlatacağım. Necdet gelmiş bu tarafı arka tarafı tutmuş, Mustafa gelmiş bu tarafı tutmuş, böyle çete gibi oturmuşlar iki taraflı. Kontrol altında her şey değil mi? Evet bu bildiğimiz alan, bilinç öncesinde hemen su bazen dalgalanır, gemilerde, orada dereceleri vardır, önüne doğru bakarsanız işte böyle 2 metre 3 metre diye yazar dalga ile beraber. O derece değişir biraz batar biraz çıkar yani zaman zaman zihnimize gelen bazı düşünceler var. Ya böyle aklımda ya gelecek ya burada burada dersiniz

bir türlü gelmez, fakat bıraktığınızda peşinden hemen gelir ya, bilincin hemen önünde duruyor. Aynı bizim Eminönü'ndeki balık ekmek yediğimiz sandalların böyle dalgalanıp bazen batması bazen çıkması gibi bilinç öncemizdeki şeylerdir. Rakamlara ben böyle bakardım çocukluğumda, orada ben dolanırdım niye dolanırsam, böyle şeyleri okurdum işte. Bazıları yüksek olurdu bazıları alçak demek ki içi boş olurdu gemilerin. Battıkça batardı ne kadar yük olduğunu oradan anlarsınız içinde. Ben de o rakamlara bakardım niye yüksek niye alçak anlamaya çalışırdım. Yıllar sonra demek ki bunu burada anlatacakmışım. Bu dersi anlatmak için bakmışım. Yani tabii kötü anılarım geldi benim, enstitüden olan arkadaşlar bilirler pat diye böyle anılarım gelir anlatmadan geçemem. Yani çocuğuz, on üç-on dört yaşındayız. Galata Köprüsü'nde yukarıdan şey attık ne diyoruz ona? Olta attık. Orada böyle kaliteli oltalar ne gezer, normal adi bir misina ama ne kadar kıymetli. İçinden bir tane böyle kurşun takıyorsunuz, önüne bir şeyler takıyorsunuz, oltayı atıyorsunuz yani, çocukluğun verdiği böyle bir sevinçle. İstavrit falan gelirdi toplardık götürürdük yengemize pişirtirirdik. Fakat aşağıdan belediye görevlisi elinde bir makasla, şimdi üstten atıyorsunuz o altta kalıyor ya, gelir makasla tak tak keser, bir anda boşa çıkar misinanız. Ağlaya ağlaya eve gelirsiniz, yani bütün zaten harçlığınızı biriktirmişsiniz bir olta almışsınız. Şimdi bakıyorum da böyle artistlik oltalar, böyle metrelerce şeyler, ne kadar zenginleşmişiz diyorum ya. Bir misinayı alamazdık yani evet bu geldi aklıma niye geldi, ben ne anlatıyordum ? (Gülüşmeler)

**Katılımcılar:** Bilinç öncesi.

**Tahir Özakkaş:** Bilinç öncesi evet bu bilinç öncesinde duruyormuş demek bir de bilinç dışı var onu ben bilmiyorum. Yani

siz bendeki bilinçdışını görebilirsiniz beden dilimde (nonverbal) ama ben kendimi göremem. Ama sizdeki bilinç dışlarını da ben görürüm müsaade edin yani. Duruşunuzdan, oturuşunuzdan, bakışınızdan. Öyle garip, bazen içerden böyle bilgi verir. Buna ne diyor Breuer, Freud ile konuşmalarında? “Bak Freud diyor insanoğlundaki öyle bir duygu var ki içerden bastır-dığımız duygular varsa bilinçdışında diyor, düşün ki diyor bu evde diyor bizim şömine var şömineyi yaktık tamam ne güzel ısınıyoruz diyor. Bacayı kapatsak diyor ne olur diyor? Dumanı içeri verir diyor. Ben bunu biraz abartıyorum dramatize ediyorum kafanızda kalsın diye. Freud’un abisi olur hocası olur Breuer. Peki duman nereye gider diyor? Kapıdan çıkar diyor. Kapıyı da kapattık diyor. Pencereden çıkar diyor. Pencereyi de kapattık nereden çıkacak diyor? Freud düşünüyor düşünüyor vallahi diyor taa bodruma girer. Bodrumda kilerdeki oradaki küçük açık olan yarım pencere var diyor oradan sızar diyor. Bravo diyor yani orada evde bir duman varsa kendisine sızacak bir çatlak bulur diyor bir yerden sızar diyor. Ya kapı altından çıkar ya açık pencereden çıkar ya da bir delikten çıkar diyor. İşte insanoğlunun bilinç dışındaki malzeme de ne kadar saklasa saklasın kendi beden dilinden ve anlattığı hikayelerden, kullandığı kelimelerden ve cümlelerden, okuduğu kitaplardan ve seyrettiği filmlerden, facebookundan şuradan buradan fışkırır diyor. Siz ne kadar hakikati saklamaya çalışırsanız çalışın parmaklarınızdan hakikati fışkırır tarzda bulursunuz diyor. Yeter ki o bilgiye sahip olun, o bilgi ile öbürüne baktığınızda bilinç-dışı malzemeyi görebilirsiniz ama insanoğlu kendine kördür, kendisini bu manada göremez” diyor. Demek ki topografik özellik açısından baktığımızda çağın ruhuna uygun olarak, işte bir üstünde var, onun altında var, derinde var... Demek