NEVROZ SORUNLARI

TOPLUMSAL DUYGU YOKSUNLUĞU VE ERKEKSİ PROTESTO

Alfred Adler

Çev. : Ali Kılıçhoğlu



say

NEVROZ SORUNLARI

Alfred Adler
d. 7 Şubat 1870, Penzing-Avusturya – ö. 28 Mayıs 1937, Aberdeen-İskoçya

Avusturyalı psikiyatr, 'bireysel psikoloji' ekolünün kurucusu.

1895'te Viyana Tıp Fakültesi'ni bitirdi. Pratisyen hekim olarak çalıştığı ilk doktorluk yıllarından başlayarak hastayı çevresiyle ilişkileri içerisinde ele almak gerektiğini vurguladı ve bireyle ilgili sorunlara yönelik insancıl, bütünselci ve organik bir yaklaşım geliştirdi. 1902'de Sigmund Freud ile tanıştı ve öğrencisi oldu. Ancak bir süre sonra aralarındaki görüş ayrılıkları giderek keskinleşti ve Adler'in *Organların Yetersizliği Üzerine İnceleme* adlı kitabının yayımlanmasından sonra uzlaşılamaz duruma geldi. 1911'de izleyicileriyle birlikte, Freud'u açıkça eleştirerek bireysel psikoloji kuramını geliştirmeye koyuldu.

1921'de Viyana'da ilk çocuk rehberliği kliniğini kurdu. Kısa süre içerisinde onun yönetiminde 30 klinik daha açıldı. Toplumsal değerlerin sürdürülmesinde çocuk eğitimine çok önem veren Adler, çocuklara sağlıklı bir rehberlik hizmeti verilmesi gerektiğini ısrarla savundu. 1926'da ABD'ye gitti. 1927'de Columbia Üniversitesi'nde, 1932'de ise New York'taki Long Island Tıp Okulu'nda konuk profesör oldu. 1934'de Avusturya hükümetince, ülkedeki tüm klinikleri kapatıldı. Alfred Adler, 'eksiklik duygusu' terimini ilk kez ortaya atan psikiyatrdır. Eksiklik duygusu taşıyan, duygusal yönden sakatlanmış kişileri olgunluğa, sağduyuya ve toplumda yararlı olmaya yöneltecek, destekleyici ve esnek bir psikoterapi yöntemi geliştirmiştir.

Adler'in çalışmalarına yön veren asıl itici güç, yaşamı boyunca toplumsal sorunlar karşısında gösterdiği duyarlılıktır.

Yapıtları:

Studie über Minderwertigkeit von Organen (1907, Organların Yetersizliği Üzerine İnceleme); *Über den nervösen Charakter* (1912, Nevrotik Karakter Üzerine); *Heilen und Bilden* (1914, Tedavi ve Eğitim); *Praxis und Theorie der Individualpsychologie* (1918, Bireysel Psikoloji'nin Uygulaması ve Kuramı); *Menschenkenntnis* (1927, İnsanı Tanıma sanatı); *Die Technik der Individualpsychologie* (1. bölüm 1928, 2. bölüm 1930, Bireysel Psikoloji'nin Tekniği); *Individualpsychologie in der Schule* (1929, Okulda Bireysel Psikoloji); *Lebenskenntnis* (1929, Yaşama Sanatı); *Psychotherapie und Erziehung I* (1919-1929, Psikoterapi ve Eğitim-I); *Neurosen* (1929, Nevrozlar); *Das Problem der Homosexualitat* (1930, Eşcinsellik Sorunu); *Kindererziehung* (1930, Çocuk Eğitimi); *Das Leben gestalten* (1931, YaşamsalSorunlar); *Psychotherapie und Erziehung II* (1930-1932, Psikoterapi ve Eğitim-II); *Der Sinn der Lebens* (1933, Yaşamın Anlamı); *Psychotherapie und Erziehung III* (1933-1937, Psikoterapi ve Eğitim-III)

Alfred Adler'in
Say Yayınları'ndaki öteki yapıtları:

Yaşamın Anlam ve Amacı
İnsanı Tanıma Sanatı
Psikolojik Aktivite
Yaşama Sanatı
Yaşamsal Sorunlar

Nevroz Sorunları

Toplumsal Duygu Yoksunluğu ve Erkeksi Protesto

Alfred Adler

İngilizce'den çeviren: Ali Kılıçlıoğlu

say
İstanbul

Say Yayınları
Bilim Dizisi

Alfred Adler / Nevroz Sorunları

ISBN 975-468-456-1

Özgün Adı: *Problems of Neurosis, A Book of Case Histories*

© 1964 Heinz L. Ansbacher

Yayın yönetmeni: Murat Batmankaya
Editör: Özgü Çelik
İngilizce'den çeviren: Ali Kılıçlıoğlu
Genel tasarım: Tamer Kayaş
Sayfa tasarım ve uygulama: Ayşegül İnce
Baskı: Engin Ofset, İstanbul

Ön kapak resmi: Günter Brus, *Self-Portrait*, 1964
Arka kapak: Alfred Adler

1. baskı: Say Yayınları, İstanbul 2004

08 07 06 05 04 5 4 3 2 1

© Say Yayınları
Ankara Cad. 54/12 • TR-34410 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 512 21 58 • Faks: 0 212 - 512 50 80
http:\\www.sayyayinlari.com
e-posta: sayyayinlari@superonline.com

Genel Dağıtım: Say Dağıtım Ltd. Şti.
Ankara Cad. 54/4 • TR-34410 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 528 17 54 • Faks: 0 212 - 512 50 80
e-posta: saydagitim@ttnet.net.tr

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ 9

I. BÖLÜM •13
YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI 33
1. Karar Vermekten Korkan Erkek Çocuk 34
2. Kalp Semptomlarıyla Birlikte Agorafobi 37
3. Yükseklik Korkusu 39
4. Saplantılara (Obsesyonlara) Tutulmuş Bir Kız 39

II. BÖLÜM • 51
YAŞAMIN SORUNLARINI GÖĞÜSLEMEDEKİ YETERSİZLİK 51
1. Şizofrenik Erkek Çocuk 51
2. Yaşlıca Bir Kadının Aşırı Kasveti 54
3. Melankoliye Tutulmuş Hükmedici Bir Eş 55

III. BÖLÜM • 63
TOPLUMSAL DUYGU YOKSUNLUĞU
VE ERKEKSİ PROTESTO 63
1. Saplantılı Suçluluk Duyguları Olan Erkek Çocuk 71
2. Her Zaman Erkek Çocuk Olmayı İstemiş Genç Bir Kadın 75

IV. BÖLÜM • 81
AŞK VE EVLİLİK SORUNLARI 81
1. İçki İçme Yoluyla Baskı Kuran Bir Koca 85
2. Morfin Kullanan Evli Bir Kadın 87
3. Baş Ağrıları ve Çarpıntıları Olan Metres 91

V. BÖLÜM • 99
NEVROTİK YAŞAM TARZI VE PSİKOTERAPİ 99
1. Kendini Peygamber Sanan Erkek Çocuk 104
2. Gaipten Haber Veren ve Konuşamayan Tüccar 106
3. İçki İçme Yoluyla Kaçış 110
4. Bir Tıp Öğrencisinin İntihar Eğilimleri 115

VI. BÖLÜM • 119
DUYGULARIN NEVROTİK KULLANIMI 119
1. Her Şey Yolunda Olduğu Zaman Depresyona Uğrama 119
2. Çokeşlilik Arzularından Sonraki İktidarsızlık 121
3. Kral Olarak Dilenci 124
4. Agorafobi: İnsanlardan Kaçınma 127

VII. BÖLÜM • 133
AİLE SALKIMI 133
1. İkinci Doğandaki Acımasızlık 136
2. Herkesten Daha Temiz Olmak 139
3. Ablaları Tarafından Bakılan Hekim 144
4. Bir Terzinin Tek Çocuğu, Erkek Bir Evlat 144
5. Kızına Yanlışını İtiraf Eden Anne 154

VIII. BÖLÜM • 159
İLK ANIMSAMALAR 159

IX. BÖLÜM • 167
DİĞER YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI 167
1. Gerçeklikten Çifte Kaçış 171
2. Şişmiş Kırmızı Kurbağa 173
3. Kuzeniyle Evlenmek İsteyen Adam 174
4. Altmış Yaşında Kıskanç Olan Kadın 176
5. Nevrotik Kalp ve Kıskançlık 177
6. Frengi Korkusu 178

7. Erkeksi Rolden Kaçınma 179
8. Mazoşistik Fantezileri Olan Kız 180

X. BÖLÜM • 185
MESLEK SEÇİM VE UYKU DURUŞLARI 185

XI. BÖLÜM • 197
ORGAN DİYALEKTİ VE RÜYALAR 197
1. Aşırı Eleştirici Zorlanımlı Bir Ev Kadını 198
2. Bir Kızın Babasından Öç Alması 200
3. Evliliğe Karşı Önlem Olarak Depresyon 202
4. Uyanık Yaşamda ve Rüyada Karısına Karşı Antagonizma 207

KAYNAKÇA 211

ÖNSÖZ*

Nevroz Sorunları, esas itibariyle vakaların bir derlemesidir. Adler'in çalışmalarıyla ilk kez tanışanlar için uygun bir kitaptır. Bu kitabın daha iyi anlaşılması ve öneminin tam olarak değerlendirilmesi için, Adler'in *Bireysel Psikolojisi*'nin ana hattı aracılığıyla bu metne temel bir dayanak vermek gerek. Adler'in vaka raporlarının arasına, kuramının hemen hemen her yönüne ilişkin açıklamalar serpiştirme alışkanlığı olduğundan, ana hattımızı hemen hemen her noktadan eldeki metinden alıntılarla desteklemek mümkün olacaktır.

Bu önsözde (a) Adler'in çalışmasının önemi, (b) kişilik kuramı, (c) ruh sağlığı, nevroz ve psikoterapiyle ilgili görüşleri irdelenecek, (d) yaşamına dair kısa anlatımlar olacak ve (e) eldeki kitap tanıtılacaktır.

A. Adler'in Çalışmalarının Önemi

Adler'in günümüzdeki önemi, onun kapsamlı bir kişilik, psikolojik bozukluklar ve psikoterapi kuramı geliştirmedeki öncülüğünden kaynaklanmaktadır; Adler'in kuramı, **Freud**'a olan övgünün doruğa ulaşmasından çok ön-

* Bu önsöz eşim Rowena R. Ansbacher'le birlikte hazırlanmıştır. Onun, tüm çalışmamda olduğu gibi buradaki sonsuz ve olmazsa olmaz yardımı büyük sevinç ve şükranla anılmıştır.

ce ve Freud'un sonraki gelişimiyle aynı anda, Freud'un görüşlerine bir alternatif oluşturmuştur.

Freud'a alternatifler, son yıllarda onun sistemiyle ilişkili sorunlar için sistemini yetersiz bulan birçokları tarafından başka şekillerde açıklandı. Bu gelişmeler varoluşçu psikoloji ve psikiyatri, müşteri merkezli danışmanlık, hümanist psikoloji, psikolojide "üçüncü güç", fenomenolojik psikoloji, sosyal psikiyatri, ussal-duygusal psikoterapi, yeni Freudcu eğilimler, ego psikolojisi olarak ve daha başka adlarla bilinirler. Freud'dan ayrıldıkları yönler bakımından, hepsi Freud'un temel varsayımlarından çok Adler'inkilerle çok daha kolayca uzlaştırılabilirler. Adler'i bilmek tüm bu gelişmelere iyi hazırlanmak demektir.

Çağdaş psikolojik düşüncenin gelişmesinde Batı dünyasının önce Freud'cu evrenin içinden geçmesi gerekiyordu, tıpkı Adler'in de kısa bir süre için bunu yapmış olduğu gibi. Freud'dan on dört yaş genç olan Adler, 1902 ile 1911 yılları arasında Freud'un çevresinin önde gelen bir üyesiydi. Ama daha sonra birçoklarının da yaptığı gibi, Freud'dan kendisini koparan ilk o olmuştu, yalnız Freud'un etkisi canlandırıcı ve verim sağlayıcıydı. Artık Freud sonrası döneme girmiş olduğumuz gittikçe artan bir sıklıkta okunurken, Adler'e olan takdir ve ilgi aynı oranda artmaktadır.

Freud, sözün gelişi, yarı yol istasyonunu temsil etti. Başlangıçta devrimci ve güç görünen kuramları aslında bilimsel ve o sırada egemen olan bazı popüler düşünceyle de ilişkili olarak Adler'in düşüncesinden daha tutucuydular ve anlaşılmaları daha kolaydı. Freud, hastalarının her sözcüğünü dinlemesi yönünden dönemine göre devrimciydi; ruhsal rahatsızlık bulmacasını çözmek için bunun değerli bir bilgi olduğunu biliyordu. Ama hastanın içsel psikolojik dünyasının eninde sonunda onun geçmişinde yatan nesnel nedenlerce saptandığına kesinlikle inandığından, bilimsel yönden tutucuydu. Freud, "keşfettiğine" inandığı ve her türlü insdavranışı için ge-

çerli saydığı çok sayıdaki itki, evre, alan ve mekanizmayı belirten büyük ve yeni bir sözlükçe yaratmış olması bakımından güçtü. Oysa, tüm bunların ruh hastalıklarına, bedensel hastalıklar da olduğu gibi, bireyin denetimi ötesindeki güçlerin neden olduğunu öne süren eski düşünüş tarzlarına hâlâ benzemesi yönünden anlaşılması nispeten kolaydı.

Adler'in yaptığı gibi, bireyin bu denli geniş kapsamlı sonuçları olan içsel psikolojik dünyasının nesnel olarak etkilenmediğini, bunun eninde sonunda bireyin kendi yaratışı olduğunu ve bireyin yaşam tarzını göreceli olarak nesnel itkilerin değil de, bir hayli öznel olan amaç ve değerlerin belirlediğini ilan etmek bilimsellik yönünden daha devrimciydi. Ayrıca, bireyin kendisinin yarattığı ya da kabul ettiği amaçlardan ve değerlerden epey habersiz olabileceğini kabul etmek bireyin, onun bilinçli benliğini denetleyen bir "bilinçdışı"nın piyonu olduğunu kabul etmekten daha da zordu.

Freud'un ve Adler'in düşünce tarzlarındaki temel farklılık, ilkinin insanın psikolojik işleyiş biçimi kavramının eski fiziksel bilimlere göre şekillendirilmiş olması, ikincisinin ise biyolojik bilimlere göre, yaşam bilimlerine göre şekillendirilmiş olmasıdır. İlkinde mekanik, elementarist ve belirlenimci bir yönelim yeterliydi. Ama ikincisindeki yaşama özgü olan anlayış ile örgütsel ve birlikçi görüşün daha verimli olduğu bugün geniş çapta kabul edilmiştir. Bu gibi bir görüş yalnızca geçmişteki nesnel belirleyicileri göz önüne almakla kalmaz, yaşamın durmak bilmez ileriye doğru atılış gücünü de en önemli belirleyici etmen kılar. Bu gücün hâlâ açıklanmamış olmasına ve belki de sonsuza dek böylece kalacak olmasına karşın, yanlış bir bilimsel ideal uğruna onu göz ardı etmektense, önemseyerek dikkate almak daha bilimsel bir yaklaşımdır; ve Sinnott'un*

* Sinnott, E. W. *Cell and psyche: The biology of purpose* (Hücre ve ruh: Amacın biyolojisi) Chapel Hill, N. C.: University of North Carolina Press, 1950. New York: Harper Torchbooks, 1961.

defalarca açıkladığı gibi, biyoloji sorunlarına teleolojik bir görüş noktasından yaklaşmak bilimsel yönden verimlidir.

Eğer organizmik–holistik bakış açısı genel olarak biyoloji için daha yeterliyse, bu, yaşamın en yükşek tezahürüyle ilgili bilim için özellikle geçerli olmalıdır: İnsan psikolojisi. Adler, o zaman bugünkü kadar iyi tanımlanmamış bu görüş noktasını benimsedi. Bunun pratik önemi, bireyin tümüyle dış güçler tarafından değil de, büyük ölçüde öz-belirlenmiş olarak anlaşılmasıdır. Bu gibi bir kavram psikoterapide özellikle yararlıdır, çünkü hastaya değişmesine olanak sağlayan bir özgürlük ve iyimserlik duygusu verir.

B. Kişilik Kuramı

Adler'in *Bireysel Psikoloji* diye adlandırdığı, psikolojisinin temel ilkeleri aşağıdakiler olarak kabul edilebilir.

I. Bireyin Birliği

İncelenecek birim, bireysel kişi ve onun yaşama biçimidir. İtkiler, duygular, kültürel deneyimler gibi insanlar arasında gözlemlenebilen tüm genel benzerlikler bireyin organizasyonunun, *yaşam tarzının*, yaşam planının emri altına verilmiş olarak anlaşılmalıdır. Gestalt psikolojisinde tüm figürün organizasyonunun, parçaların algılanma biçimi belirlemesi gibi, Bireysel Psikoloji'de de tüm kişinin organizasyonu onun kısmi işlevlerini etkileyecektir. Ama, Gestalt psikolojisinin ötesinde, Adler bireyi amaç-yönelimli olarak ve nevrotik semptomlar dahil, tüm kısmi işlevlerin genel amaca hizmet ediyor olması şeklinde algılar.

Bu anlayışın önemli sonuçlarından biri, Freud'cu bilinç-bilinçdışı antitezinin ve içkişisel (intrapersonal) çatışmalar kavramının ortadan kalkmasıdır. Bilinçdışı bireyin amaçlarına en az bilinç kadar hizmet eder; bilinçdışı bireyi yönetme-

ye çalışan ve bu arada bireyin onu bastırmaya çalıştığı nispeten özerk bir fonksiyon değildir. "Bireysel Psikoloji bilinçte ve bilinçdışında ayrı ve çatışan varlıklara değil, tek ve aynı gerçeğin bütünleyici ve işbirliği içindeki parçalarını ayırt eder." "Bilinçliliği bir bireyin varlığının sanki iki rakip yarısıymış gibi 'bilinçdışının' karşısına çıkaramayız. Bilinçli yaşamı anlamakta başarısız olduğumuz anda bilinçli yaşam bilinçdışı durumuna gelir ve bilinçdışı bir eğilimi anlar anlamaz o zaten artık bilinçli olmuştur."

Yalnızca psikolojik değil, organik fonksiyonlar da yaşam tarzına tabi olmuşlardır, oysa her ikisi de başlangıçta onun oluşumunda etkin faktörlerdi. "Organik fonksiyonlar yaşam tarzı tarafından yönetilirler. Bu özellikle akciğerler, kalp, mide, salgı organları ve cinsel organlarda böyledir. Bu fonksiyonların bozukluğu, bir bireyin amacına ulaşmak için tuttuğu yolun yönünü ifade eder. Organlar, kendilerine özgü anlamlı bir dille bireysel bütünlüğün amacını dışa vurduklarından, bu bozuklukları organ diyalekti ya da organ dili olarak adlandırdım."

"Cinsel organların diyalekti özellikle anlamlıdır." "Bana soru soranlar çoğu zaman ... cinsel dürtünün merkez güdü olduğuna inandırılarak yanıltılmışlardır. ... Bizim deneyimimiz, cinsel öğelerin bireyin yaşam tarzıyla ilişkili olmadıkça, yanlışsız olarak tahmin bile edilemeyeceğidir."

"Her cinsel ve bedensel işlevin mutlaka kalıtımsal malzeme tarafından koşullandırılacağını tartışmıyoruz, ama tüm ruhsal aktivitede gördüğümüz, belirli bir amaca ulaşmak için bu malzemenin kullanılma şeklidir."

Birey kendisine karşı bölünmemiştir. O, çatışan güçlerin muharebe alanı değildir. İçsel çatışmalar gibi görünenler, durumun ortaya koyduğu seçenekler arasından seçme özgürlüğü ve zorunluluğu dahil, kişinin öz-belirlemesinden türer. Buna hatalar yapma özgürlüğü de dahildir. "Aşağıdan yukarıya doğru çalışan ve aşağılık ifade eden, ama bir üstünlükle dengelenen tüm bu zihinsel süreç ikircikliik değil,

dinamik bir birliktir. Yalnız, bu bir bütün olarak anlaşılmadığı takdirde, iki çelişen ve savaşan varlık olarak görülür."

2. *Birimsel Motivasyon*

Birleşmiş bir bütün, bir organizma olarak, birey çeşitli itkiler ya da güdüler tarafından belirlenmiştir, oysa tüm öteki güçlerin yalnızca kısmi ve ikincil yönler olduğu tek bir dinamik güç vardır. Bu, yaşamın gelişmesi ve ileri doğru hareketinden türer. Bu, ileri doğru genel bir çabalamadır. Adler'den bu yana, egemen bir güdünün tanınması tüm organizmik psikolojiler için geçerlidir. Son zamanlarda bu alanda çalışanlar tarafından seçilen adlar şunlardır: Öz-güncelleme, öz- yayılma, öz-tutarlılık, yeterlik.

Adler, sonunda, kusursuzluk için çabalama, tamamlanma, üstesinden gelme ya da başarı amacından söz etti. Adler bu kitapta yaşamın güçlüklerinin üstesinden gelmek için çabalamaktan, ruhun yukarı doğru çabalarından, üstünlük için çabalamadan ya da çoğunlukla bir üstünlük amacından söz eder. Üstünlük, başkalarına karşı kişisel bir üstünlük ya da genel güçlüklere karşı bir üstünlük olabilir; bu, kusursuzluk, tamamlanış ya da yeterli olma anlamındadır. Birincisi, ruh hastalıklarıyla, ikincisi ise ruh sağlığıyla ilişkilidir.

Burada ortaya bir sorun çıkar. Adler'in kuramsal yazıları organ eksikliği kavramıyla ve bunun dengelenmesi başladı ve bundan hemen sonra Adler dinamik güç olarak aşağılık duygularını vurguladı. Bu kitapta "dikleşme bozukluğu duyusunun ya da 'aşağılık duygusunun' Bireysel Psikoloji'nin kök-kavramı olduğunu" görürüz. "Kısa bir süre sonra herkeste az veya çok, üstünlük amacına yönelik dengeleyici bir çabayla birlikte aşağılık duygusu olduğunu anlarız."

Sorun şudur: Hangisi önce gelir, aşağılık duygusu mu, yoksa çabalama mı? Aşağılık duygularını öne koyan bir

motivasyon kuramı yalnızca Maslov'un* eksik motivasyon olarak adlandırdığını içerecektir. Bu yönden dengeleme aslında itki azalmasına koşut bir yapıdır: Bir aşağılık konumu olan eksiklik duygusu olmadan çabalama olmayacaktır.

Adler bu konuda hiçbir zaman açık olmamasına karşın, son yazılarında sıralamayı sessizce değiştirmiş, çabalamayı öne almıştır. "Ulaşılamaz ideal kusursuzlukla kıyaslandığında, birey sürekli olarak bir aşağılık duygusuyla dolar, bu aşağılık duygusu onu motive eder." "Kusursuzluk mücadelesi içinde kişi her zaman ruhsal bir heyecanla doludur ve kusursuzluk hedefi önünde kendisini huzursuz hisseder."** Bu, kuramın büyük bir gelişmesidir. Yalnızca büyüme motivasyonu (Maslov) kavramına yer açmakla kalmayan, çabalamanın önceliği bunun genel büyümenin ve yayılma hareketinin insancıl bir tezahürü olduğunun düşünülmesine olanak verir; bu da yaşamın tümüne ait bir özelliktir. Ayrıca, bebekte evrensel olarak birincil bir aşağılık duygusunu kanıtlamak olası değildir. Bu, doğrudan gözlemlenemez ya da iç gözlem yoluyla araştırılamaz; yalnızca bir varsayımdır, oysa bebekte başarı ya da yeterlik için çabalama kolaylıkla gözlemlenebilir ***

Adler'in, öldüğü yıl yayımlanmış Bireysel Psikoloji'nin temel varsayımlarını özetleyen bir yazısında**** aşağılık duygusundan söz bile edilmemiştir. Bu, düşük öz-saygıyla birlikte güçlü aşağılık duygularının da, temel faktör olarak, ruhsal rahatsızlıklar psikolojisindeki yerini korumadığı anlamına gelmez. Bu yalnızca, aşağılık duygularının ar-

* Maslov, A.H. "Eksiklik motivasyonu ve büyüme motivasyonu" (1955). In *Toward a psychology of being* (Benlik psikolojisine doğru'da.) Princton, N. J.: Van Nostrand, 1962. S. 19-41.

** Adler, A. *The Individual Psychology of Alfred Adler* (Alfred Adler'ın Bireysel Psikolojisi). New York: Basic Books, 1956. S. 23 ve 48

*** White, R. W. "Adler ve ego psikolojisinin geleceği" (1957). *In Essays in Individual Psychology*'de (Bireysel Psikoloji'de Denemeler). Editörler: K. A. Adler ve Danica Deutsch. New York: Grove Press, 1955. S. 437-454.

**** Adler, A. "İnsanlığın İlerlemesi" (1937). *Essays in Individual Psychology* (Bireysel ./..

tık birincil olarak dikkate alınmadığı, başarı için engellenmiş bir çabanın doğal sonucu olduğu anlamına gelir.

3. Öz-belirleme ve Eşsiz Olma

İnsan bireyi kendisini ve durumunu dikkate alabildiğinden ve kendisini geleceğe uzatabildiğinden, temel güdü yönünü, kendisi için hazırladığı genel amaçtan, onun kavramsallaştırdığı üstünlük ya da başarıdan alır. Amacın içeriğinin tümü kavramlaştırılmamıştır; daha çok ya da daha az bir ölçüde birey nereye yol aldığından ancak belli belirsiz haberdardır. Süjenin amacı, bir ölçüde psikoloğun anlam çıkarma işi ya da çalışma hipotezidir.

Amacın formüle edilmesinde nesnel gerçekler kullanılmış olmasına karşın, bu sonunda bireyin buluş yeteneği ya da yaratıcı gücü tarafından öznel olarak belirlenmiştir. Bireysel eşsizliğin çok belirgin bir duruma gelmesi bu şekilde olur. Her belirli vakadaki kalıtımsal ve çevreyle ilgili faktörler kümesinin eşsiz olmasının ötesinde, bunları kullanan üstünlük amacı sonsuz bireysel çeşitlemeler yapabilir.

"Hiçbir ruh özgürlük ortamında gelişmez. Herkes dünyada ve evrende en yakınındaki çevresine zihin, duygu ve beslenme açısından bağımdır; oysa o denli bağımsızdır ki, bu ilişkileri bilinçli olarak ele almalıdır: Bunları yaşam soruları olarak yanıtlamalıdır." "Organizması ve çevresi arasında bilinçli bir ilişki olarak, çocuğun ruhu belirsiz *nedensel* bir güce sahip gibidir: Sonuçta, normal ya da anormal, hiçbir zaman matematiksel kesinlikte bir tepki göstermez. Yaşam, cansız maddenin aksine, belli bir ölçüde muğlak ve spontane– bir biçimde her zaman böyle bir tepki gösterir." "Çocuğun gelecekle ilgili bireysel anlayışı egemen nedensel faktördür."

./.. Psikoloji'de Denemeler) Editörler: K. A. Adler ve Danica Deutsch. New York: Grove Press, 1959. S. 3-8

"Ruh dünyasında kendi inançlarımızın ötesinde bireysel bir yönelim ilkesi yoktur." Dünyaya tepkilerimiz onu ele alma biçimimize, inançlarımıza ve tutumlarımıza bağlı olacaktır. Böylelikle, Bireysel Psikoloji bilişsel ve fenomenolojik bir psikoloji durumuna gelir.

Daha önce sözü edildiği gibi, içsel çatışmalar olarak görünenler kişinin seçimler yapma özgürlüğünden kaynaklanır. Bu özgürlük nevrotik kişi için özel bir güçlük yaratır, çünkü bir seçim için ileri doğru bir adımı işaret eder, oysa nevrotik kişi ilerlemekten korkar. Böylelikle, ötekilerin içsel çatışmalardan söz ettikleri yerde Adler, zaman kazanmak amacıyla, "kararsızlık tutumu", zaman kaybından söz eder.

Yine daha önce sözü edildiği gibi, davranışa rehberlik etmede inanç ve tutumların önemi varsayımını ve bunların bireyin kendi yaratıcı gücü tarafından nihai olarak belirlenmesini, tedavi için çok önemli olan ve daha önce de değinilen iyimser bir bakış açısı izler.

4. Toplumsal Bağlam

Kısmi işlevler bireyin çevresi ve koşulları çerçevesinde meydana gelir, aynı şekilde birey de kendisini daha geniş bir bağlamda, insan toplumu içinde düşünmelidir. Bizi insan yapan önemli unsurlardan biri olan dil, toplumsal bir üründür; bu bize bireyin toplumsal bağlamını tam olarak hesaba katmadan onu incelemenin ne denli bilim dışı olduğunu gösterir. Böylelikle, Bireysel Psikoloji bireyler arası işlemlerin incelenmesi olur.

Bu, kendisini tahttan indirilmiş hisseden çocuğun konumundan gelişen aşağıdaki tanımlamada yansıtılmıştır. "İlk doğan çocuğun, tahttan indirilmesini, onunla imrenme ve kıskançlıkla haşince savaşarak hızlandırması olağan bir şeydir; bu da ilk çocuğu ebeveynlerinin gözünden düşürür."

Duyu organlarının çalışması bile Adler tarafından toplumsal bağlam içinde dikkate alınmıştır. "Duyu organlarındaki kusurlar çocuğun başkalarının yaşamlarını paylaşma olanağını kısıtlar."

Kişinin karşı karşıya kaldığı önemli sorunlara gelince, bunların hepsinin toplumsal doğası vardır. "Çocuk yuvasından iş yönetimine, okul arkadaşlığından evliliğe kadar uzanan, yaşamda sağlamamız gereken her uyumun, dolaylı ya da dolaysız, toplumsal bir eylem olduğunu anlamalıyız. En erken dönemlerden başlayarak baskın bir biçimde sosyal ya da antisosyal yeni düşünceler ve olaylarla karşılaşırız, bu nötr olamaz. Örneğin, çevresindeki hastalık ve ölümden dolayı korkuya kapılmış bir erkek çocuğunu düşünün. Çocuk, korkularını doktor olmak ve ölüme karşı mücadele etmek kararlılığıyla hafifletebilir. Bu kesinlikle, başkalarını gömen kişi, bir mezar kazıcısı olmak fikrinden daha toplumsal bir fikirdir bu tepkiyi bu konumdaki bir erkek çocukta görmüştüm."

5. Toplumsal İlgi

Organizmik-holistik görüşte, kişi toplum ve onun kurallarıyla kaçınılmaz bir çatışma içinde görünür. Bu görüş, buna benzer çatışmaların varlığını yadsımaz, ama onların kaçınılabilirliğini yadsır. Toplum kavramı yalnızca bir soyutlamadır. Somut gerçeklikte, yalnızca bireyler ve bir arada yaşama sürecini kolaylaştırmak için onların koydukları kurallar vardır. Herkesin bu "oyunun kurallarını" anlama, onları daha çok geliştirme ve "toplumun" bir parçası olarak başka bir bireyin karşılamak zorunda kalabileceği bir şey için katkıda bulunma yeteneği vardır. İnsan doğası "toplumsal yönden olumlu eylem olanağını içerir."

"İnsanın var olabilmesi için ona gereken yüksek düzeydeki işbirliği ve toplumsal kültür, zorlamalı olmayan toplumsal

çabayı gerektirir ve eğitimin en önemli amacı bunu canlandırmaktır. Toplumsal duygu doğuştan gelmez; bu, bilinçli olarak geliştirilmesi gereken doğal ve gizli bir olanaktır.." Almanca terim *Gemeinschaftsgefühl*'dür ki, bu *toplumsal ilgi* olarak çevrilmiştir. Bu, bencil bir güdünün karşıtı olan, doğal ve bencil olmayan bir güdü değildir. Bu, holistik kurama yabancı, motivasyonal bir düalizm olurdu. Toplumsal ilgi ise daha çok eğitim yoluyla bilinçli olarak geliştirilmesi gereken bilişsel bir fonksiyondur. Böyle olmakla birlikte, kişi daktilo yazmak ya da kayak yapmak gibi herhangi bir gelişmiş yeteneğe benzer ikincil motivasyonal nitelikler edinebilir. İnsan neyi iyi yapma yeteneği varsa onu yapar.

Toplumsal duygu ya da toplumsal ilgi kavramı günümüzde Adler'in en önemli katkılarından biri olarak kabul edilmiştir. Olumlu ruh sağlığının tanımlanması için bu özellikle önemlidir; bu kavramı içermeyen öteki kavramlar için bu tanımlama çok büyük güçlükler çıkarır.

C. Ruh Sağlığı Kuramı, Nevroz ve Psikoterapi

I. Ruh Sağlığı

Olumlu ruh sağlığı hâlâ enine boyuna tartışılan bir sorun olmasına karşın, Adler geniş çapta kullanılabilecek bir yanıt formüle etmenin zorunlu olduğunu açıkça gördü. Ruhsal rahatsızlıkları genellikle "hastalık" olarak tanımladı, ama onların yanlış yaşama biçimleri, yanlış yaşam tarzları olduklarını da gösterdi. Yaşam tarzı yanlış olanları "başarısız kişiler" olarak tanımladı. Böylelikle, ruh sağlığı, hiçbir zaman yalnızca bir hastalığın yokluğu değil, daha az yanlış olan bir yaşam biçimiydi. Terapötik çabaların amacı "büyük hataları küçükleriyle değiştirmektir... Büyük hatalar nevrozlar yaratabilir, ama küçük hatalar neredeyse normal olan bir insanı ortaya çıkarabilir."

Adler terapötik amacını bu alçakgönüllülükle ifade etti, çünkü doğru yaşama biçimi için kesin bir yanıtı yoktu. Hâlâ bir yanıtımız yok ve herhalde hiçbir zaman olmayacak, yaşamın anlamına kesin bir yanıtımızın olmadığı gibi.

Doğru yaşama biçimine bir tanım bulma zorunluluğu ve buna kesin bir yanıt verme olanaksızlığının ortaya koyduğu bu ikilem karşısında, Adler pragmatik bir yanıta başvurdu. Adler, ruhsal olarak sağlıklı denilebileceklerin, uzun vadede ruhsal "hasta" olarak adlandırılabileceklerden, geniş anlamda toplumsal açıdan daha yararlı olduklarını gözlemledi. Bunun sonucunda, toplumsal yararlılığı ruhsal sağlığın ölçütü yaptı.

"Yararlıyla genel olarak insanlığın çıkarları için olanlar demek istiyorum. Herhangi bir eylemin değerinin mantıklı değerlendirmesinde ölçüt, günümüzde ve gelecekte, onun tüm insanlığa ne kadar yararlı olduğudur; bu kıstas, yaşamın yalnızca o anda korunmasına hizmet eden eylem için değil, din, bilim ve sanat gibi daha yüce eylemler için de geçerlidir." Bu tür bir çabalamanın sağlıklı olup olmadığı dünyanın düzeni tarafından belirlenir; buna göre, ben-merkezli bir amaç sınırlı ve tartışmalı olmak zorundadır, oysa özü aşıcı nitelikte yararlı bir amacın, ulaşabileceği çok büyük bir geçerliliği vardır.

Bu gibi bir yararlılık iyi gelişmiş toplumsal bir duygunun ya da toplumsal ilginin sonucudur. "Toplumsal duyguda bir artışın değerini abartmak neredeyse olanaksızdır. Zihin gelişir, çünkü zekâ toplumsal bir fonksiyondur. Yarar ve değer duygusu artmıştır; bu, cesaret ve iyimser bir görüş verir ve hepimizin ortak çıkarlarında ve dezavantajlarında bir uysallık duyusu vardır. Birey yaşamda kendisini rahat hisseder ve varlığını başkalarına yardımcı olduğu ve kişisel aşağılık duygularını yerine ortak aşağılık duygularını yendiği ölçüde değerli bulur. Yalnızca ahlaki türdeki değil, güzeli ve çirkini en iyi anlama yolu olan estetikteki doğru tutum da her zaman gerçek toplumsal bir duygunun üstüne kurulacaktır."

Benzer bir parçada şu yorum yapılır: "Cesaret, iyimser bir tutum, sağduyu ve dünyanın kabuğu üstünde kendisini rahat hissetmek, avantajları ve dezavantajları aynı sağlamlıkla karşılamakta kişiye yardımcı olacaktır. Onun üstünlük amacı, insan ırkına hizmet etmek ve onun güçlüklerinin kendi yaratıcı gücüyle üstesinden gelmek fikriyle özdeşleşecektir." Adler burada, toplumsal ilgisini geliştirme yoluyla "sosyal yaşama iyi hazırlanmış" bir bireyin yaşam tarzını karakterize eder. Bu kişi aynı zamanda "Tüm aşk sorunlarını partnere sadakat ve topluma sorumluluk içinde çözecektir."

2. *Nevrotik Yaşam Tarzı*

Iam tersine, temelde nevrotik yaşam tarzı şımartılmış çocuğun yaşam tarzıdır. Böyle bir kişi katkıda bulunmaz, başkalarına yaslanır ve ondan eylemleri için sorumluluk üstlenmekten çok, sorumluluğun yönünü değiştirmesi, başka faktörleri ya da kişileri suçlaması beklenir.

"Nevrotik bir yaşam tarzının incelenmesinde her zaman bir rakipten kuşkulanmalıyız ve hastanın bu durumundan ötürü en çok kimin zarar gördüğünü dikkate almalıyız. Bu, genellikle ailenin bir üyesi, bazen de karşı cinsten bir kişi olabilir, ama hastalığın genel olarak topluma bir saldırı olduğu vakalar da vardır. Nevrozda her zaman gizli bir suçlama öğesi vardır; hasta kendisini ilgi odağı olma hakkından yoksun bırakılmış gibi hisseder ve sorumlulukla suçu başka birisine yüklemek ister. Sorunlu çocuk ve nevrotik, bu gibi bir gizli öç alma arzusu ve suçlamayla, insanlarla ve kurallarla mücadele ederken toplumsal aktiviteyi dışlayarak, doyumsuzluklarından biraz olsun kurtulur."

Doyumsuzluk, bu gibi bir kişinin genel yaşam sorunları, çalışma ve aşkla yüz yüze geldiği zaman hazırlıksız olması gerçeğinden kaynaklanır; tüm bunların hepsi doyum verici çözümleri için işbirliği ve toplumsal ilgi ister. "Şımartılmış

prototipten gelişmiş tüm nevrotik kişiler, toplumsal değeri olan herhangi bir şey yaptıktan sonra değil de yapmadan önce takdir edilmeyi beklerler, böylelikle olayların doğal akışının kendilerinden yana dönmesini umarlar." Bu gibi insanlar "vermeden almayı", "her şeyi karşılıksız almayı" ve "ya hep ya hiç" olsun isterler. Sonuç çoğu zaman hiçbir şeydir.

Bir açmaza ulaşıldığı zaman nevroz açığa çıkar. Hasta sakatlandırıcı semptomlar gösterir. Bunlar, öz-saygısını korumaya, kendisi ve başkaları önünde başarısızlığına mazeretler bulmaya yarar. Aynı zamanda bu semptomlar, kendisine yeterince yardımcı olmadığını düşündüğü başkalarına karşı suçlamalardır. "Nevroz süjeye her zaman rahatlama verir, ama bu doğal olarak, nesnelliğin ve sağduyunun ışığında değil, onun kişisel mantığına göredir: Nevroz bir miktar zaferi garanti altına alır ya da en azından yenilgi korkusunu hafifletir. Bu nedenle, nevroz korkağın silahıdır ve bu silah en çok zayıf olan tarafından kullanılır." "Hasta için her nevroz sorunu, gerçekliğin taleplerinin çarpıtıldığı ve yadsındığı davranma, düşünme ve algılama biçiminin güçlükle korunmasıdır."

Nevrotiğin tanımı haşin bir tanım olarak görülebilir. Ama Adler, kuşkuya yer vermeyen önemli bir açıklama da yapar: "Her nevrotik kısmen haklıdır." Bununla, nevrotiğin davranışı için "geçerli" nedenlere sahip olduğu kast edilir –ancak bunlar yeterli nedenler değildirler. Genellikle nevrotik organ eksikliklerinden acı çekmiş ya da çocukken şımartılmış ya da ihmal edilmiştir ve Adler'in sonraki bir yayımda formüle ettiği gibi, her üç durum da şımarık ve katkısız bir yaşam tarzına yol açıcı gelişmelerdir. "Bu üç tip çocukta aşağılık duygusunun üç tipik vurgulamasıyla karşılaşırız. Bunların hepsi toplumsal ilişkiyi zayıflatır ve bireyi giderek daralan bir ilgi alanı içinde tecrit etme eğilimi gösterir."

Esas konu, bireyin bu gibi durumlar tarafından yanlış bir yaşam tarzına doğru yönlendirilmiş olmasıdır. Bir vakayı an-

lamak demek, bir sonuca varmak demektir: Hastanın koşulları ve onun başlangıçtaki yanlış yorumlaması dikkate alındığında, o epey mantıklı davranmaktadır ve aynı varsayımlar göz önüne alınırsa, hasta aynı biçimde tepki gösterecektir. Bu nedenle nevrotiğe empati ve sevecenlik gösterebilir ve bu arada değişme olasılığıyla ilgili olarak umutlu olabiliriz.

3. Psikoterapi

Eğer ruh sağlığı genel yarar için olan bir üstünlük amacı ya da başarı için çabalamaysa ve ruh hastalığı genel geçerliliği olmayan bir amaç, kişisel bir üstünlük için yanlış bir çabalamaysa, o zaman psikoterapinin görevi, hastayı çabalaması için daha yararlı bir hedefe doğru yeniden yönlendirmektir. Hasta terapiste, o sırada karşı karşıya kaldığı bir yaşam durumuyla ilgili olarak bir açmazda tıkanmış olması nedeniyle gelir. "Daha derindeki güdüde, altta yatan yaşam tarzında bir değişiklik yapmalıyız, o zaman hasta tüm yaşam görevlerini yeni bir perspektiften görecektir" (...). Sonuç, bilişsel bir reorganizasyondur.

Gördüğümüz gibi, yanlış amaç az gelişmiş toplumsal bir ilgi ve artmış aşağılık duygularından kaynaklanır. Bu nedenle, terapistin görevi hastayı yüreklendirmek ve onun toplumsal ilgisini güçlendirmektir. Bu, terapist tarafından, önce hastaya içten bir toplumsal ilgi gösterilmesiyle olur. Böylelikle, psikoterapi duygu yansıtmayan bir teknoloji olarak hemen reddedilir ve kişiler arası içten bir ilişki durumuna gelir.

"Hastanın ilgisi bir dost olarak çekilmeli ve ikna etme yoluyla onda kabul edici bir zihin yapısı oluşturulmalıdır. Gerçekten de, hekimin ya da psikoloğun görevi hastanın kendisi gibi bir insanla bir ilişki yaşamasını sağlamak, sonra da bu uyandırılmış toplumsal duyguyu başkalarına aktarmakta ona yardımcı olmaktır. Bu yöntem, hastanın iyi niyetinin kazanılması ve sonra bunun çevresine aktarılması yönünden kesinlik-

le annenin fonksiyonuna benzer. Anneliğin toplumsal görevi bireye toplumu yorumlamaktır ve anne bunu başaramazsa, görevin çok sonra bu iş için ağır bir biçimde engelli olan hekimin üstüne kalacağı olasıdır. Annenin bedensel ve ruhsal ilişkide çok büyük bir avantajı vardır; anne, bir çocuğun elde edebileceği en büyük sevgi ve dostluk deneyimidir... Bu, anneliğin çifte fonksiyonudur: Çocuğa insan arkadaşlığının mümkün olan en eksiksiz biçimini sunmak ve sonra bunu başkalarına karşı bir yaşam tutumu şeklinde yaymak."

"Freud'cuların aktarım olarak adlandırdıkları (şimdilik onu cinsel anıştırmadan ayrı olarak irdeleyebilmemiz bakımından) yalnızca toplumsal duygudur." "Öteki psikiyatri okullarının nevrozları ele alışlarındaki başarılarını yadsımak değil amacımız, ama deneyimlerimiz sayesinde öğrendiğimiz üzere, hastaya hekimle iyi bir insan ilişkisi ya da her şeyden önce ona cesaret verdikleri zaman, deneyimimize göre yöntemlerinin daha çoğunu gerçekleştirmiş olurlar."

Terapistin görevi hastaya "ne yaptığını anlamasında ve ben-merkezli ilgisini toplumsal yaşam ve yararlı etkinliğe aktarmakta" ona yardımcı olmaktır. Tedavi, hastanın "o zamana kadar kendi anlayışından çok iyi gizlenmiş bir sır" olan ben-merkezli amacını anlamasına bağlıdır.

Ama, Adler tedaviyi yalnızca bu gibi bir içgörüye bağımlı bırakmamıştır. Onun aynı zamanda, çevre terapisi ya da günümüzde çoğunlukla toplumsal terapi dediğimiz içgörüsüz terapi için de bir yeri vardı. "Bazı daha hafif vakalarda, çok çeşitli semptomları olan bir hastanın, doktor ya da kendisi bu semptomların tutarlığını kavramadan önce onlardan kurtulduğu doğrudur. Bunun nedeni ya hastanın durumunda olumlu bir değişiklik olmasından ya doktorun cesaret vermesinden ya da hastanın şans eseri başkalarına olan ilgisini yenilemesidir."

D. Adler Hakkında

Alfred Adler 7 Şubat 1870 tarihinde Viyana'da doğdu ve yaşamının büyük bir bölümünü orada geçirdi. Genç bir hekimken bile tıp bilgisini toplumsal ve eğitimsel sorunlara uyguladı. 1902 yılında, kendisinden başka üç kişiyle birlikte Freud tarafından onun evindeki toplantılara katılmaya davet edildi. Bu grup Viyana Psikanalitik Derneği'nin başlangıcıydı. 1910 yılında Adler, derneğin başkanı ve dergilerinden birinin ortak editörü oldu. 1911 yılından başlayarak Adler ve Freud görüşlerinin artık bağdaşamayacağını hissettiler ve Adler kendi okulunu ve *Bireysel Psikoloji* dergisini kurdu. Sonunda derneğin, çoğu Almanya'da, Avrupa'ya dağılmış 34 şubesi oldu.

Adler, psikolojik içgörülerin pratik olarak uygulaması zorunluğuna kesinlikle inandığından, geniş çapta konferanslar verdi ve Viyana'da ilk çocuk rehberliği kliniklerini kurdu. 1926 yılından başlayarak düzenli olarak Amerika Birleşik Devletleri'ni ziyaret etti ve 1935 yılında New York'a yerleşti. 28 Mayıs 1937 tarihinde, İskoçya'da bir konferans gezisi sırasında aniden öldü. Adler, öldüğü zaman şimdi New York Devlet Üniversitesi, Downstate Tıp Merkezi olan Long Island Tıp Koleji'nin psikoloji bölümü başkanıydı.

Resmi olmayan söyleşiler ve dersler Adler'in sevdiği bir iletişim biçimiydi. Bunlara yalnızca profesyonel izleyiciler ve meslek öğrencileri değil, meslek dışından olan kişiler de katılırdı. Yüzün üzerinde önemli makale yazdı; bunların çoğu, birçok kitabı gibi ders notlarına dayanıyordu.

Adler, son derece demokrat fikirli, dost canlısı ve konuksever bir kişiydi; samimi konuşmayı, müziği, tüm sanatları ve bahçe işleriyle uğraşmayı severdi. Evli ve dört çocuk babasıydı; bunlardan ikisi, Dr. Alexandra Adler ve Dr. Kurt A. Adler, onun çalışmalarını sürdürmekte ve New York'ta psikiyatri mesleğini uygulamaktadırlar.

Büyük bir enerjiye sahip olan Adler, yaşamdan aldığı zevki eşit derecedeki iş yapma kapasitesiyle birleştirdi. Adler'i iyi tanıyan *Nevroz Sorunları*'nın editörü Philip Mairet onu şöyle değerlendirir: "Ben ve onunla tanışan başkaları Adler'in büyük bir insan olduğu kanısındadır. Onun kültürü Freud'un ya da **Jung**'un kültürünün engin genişliğinde ya da derinliğinde değildi; ama amacı doğrultusunda yeterince biliyordu ve bildiğini iyi bilirdi. Her şeyden önce, insan doğasını çok iyi tanıyordu. Öteki büyük psikoterapistlerden daha açık sözlü olan Adler bir ahlakçıydı, ama onunki yıpratıcı ahlakçılık değildi. Psikolojiye insanların yetersizliklerini tedavi etmek ya da eğer kısmen onulmaz durumdaysalar, dengeyi sağlamalarında onlara yardımcı olmak için pratik bir hekim olarak geldi. Teşhis koyma yeteneğinin Freud'unkinden ya da Jung'unkinden gerçekten daha iyi olduğuna inanıyorum; onlar başka yönlerden daha büyük insanlar ve büyük yazarlardı, ama Adler değildi. Adler olağanüstü bir biçimde içtendi ve en iyi konuşmalarını hazırlıksız yapardı."*

E. Kitap Hakkında

I. Tarihçe

Bu kitap Adler'in İngilizce verdiği konferanslardan derlenmiştir. 1928 yılında bir kitap oluşturması düşüncesiyle bu konferansların notları ve raporları bir deste halinde Mairet'e verildi. Mairet bunu yapabilecek nitelikteydi. Felsefe ve psikolojiye ilgi duyan bir gazeteci olan Mairet, sonradan kamu olayları, edebiyat ve sanat dergisi *New English Weekly*'nin editörü olmuştu, çok sayıda kitap çevirmiş ve editörlüğünü yapmıştı. Mairet, Adler'in Londra'da verdiği

* Kendi mektubu, 13 Ocak 1963.

konferansların çoğuna katılmış ve daha o zaman Adler'in psikolojisi* hakkında yazdığı bir kitabını yayımlamıştı.

Mairet bu notlar ve raporlar hakkında şöyle yazar: "Bunlardan bazıları, Adler'in konuşurken kullandığı kendi notlarıydı, anımsadığım kadarıyla ötekiler, konferansları dinleyen heveslilerin tarafından stenoyla ya da el yazısıyla tutulmuş notlardı. Adler'in o sırada A.B.D.'de konferanslar verip vermediğini anımsamıyorum. Sanıyorum oraya bir kez** gitmişti. Konferansların hepsinin Londra'da tıp ve psikoloji derneklerine verilmiş olması olasıdır. Yalnız, konferansların hepsi Adler'in yeterince pürüzsüz konuştuğu İngilizce'ydi, ama yayımlanacak kadar iyi bir İngilizce değil. Bu konferansları *Problems of Neurosis* (Nevroz Sorunları) adı altında yayımlanan bir kitap haline getirme görevini üstlendim.

"Adler'in çok uygun bulduğu gibi, bana verilen malzemenin tümünü aslında yeniden kaleme almak olan editörlük görevimi yaptım. Çalışmanın yarısına doğru Adler o zamana kadar yaptıklarımı gördü ve bana yazarak şöyle dedi: 'Anlayışımızı açmaktan ya da genişletmekten çekinmeyin. 'Bundan gurur duydum, bazı cılız notları uzun uzun yorumlamak zorunda kalsam da, argümanını 'cilalamak' izninden büyük ölçüde yararlanmadım. Onun son metnimde herhangi bir düzeltme yaptığını anımsamıyorum."***

Mairet'in yola çıktığı notlardaki sistemleştirme yoksunluğu, ilk baskıda bölüm başlıklarının olmayışıyla hâlâ mevcuttu. Bunun yerine, bölümler neredeyse birbirine bağlı olmayan yaklaşık on iki alt başlıkla başlamaktaydı. Bu baskıda ise, her bölüm konusu yansıttığını düşündüğümüz ana başlıkla kullanılmıştır. Ama, yalnızca başlığının işaret ettiğini ele alması anlamında, bu bölümlerin hiçbirinin "katışıksız" ol-

* Mairet, P. *ABC of Adler's psychology* (Adler'in psikolojisinin ABC'si). Londra: Kegan Paul, 1928

** Adler, Birleşik Devletler'e ilk düzenli gezilerini 1926-1927 kışında yaptı

*** Kendi mektubu, 13 Ocak 1963

madığı bilinmelidir; bölümler arasında epeyce birbiri üzerine bindirmeler vardır.

Buna ek olarak, bu kitabın yararlılığını artırmak umuduyla, tümü otuz yedi, en az bir sayfa uzunluğundaki tüm vakalar, tanınmalarının kolaylaştırılması için işaretlenmiş ve onlara başlıklar verilmiştir.

Bu üç bölüm, çeşitli vesilelerle ve değişik başlıklar altında daha önce basılmıştır. Bunlar, VI. Bölüm, "Duyguların Nevrotik Kullanımı;"* VII. Bölüm, "Aile Salkımı;"** ve iki kez basılmış olan VIII. Bölüm "İlk Anımsamalar"dır.*** Bu son iki bölüm Adler'in kişilik değerlendirmesine yaptığı en önemli metodolojik katkıları ortaya koyar ve son yıllarda her ikisi de büyük önem kazanmıştır. Adler'in kişilik değerlendirmesine üçüncü özel katkısı olan rüya yorumlaması kuramı, bu kitapta X. Bölümde yalnızca kısaca belirtilmiştir.

2. Çağdaş Önemi

Burada sunulan bu vakaların en önemli özelliği, sade bir dille anlatılmış olmalarıdır. Onlar önemsiz de görünebilirler. Yazgılarının karmaşıklıklarıyla onun kurbanları durumuna gelmiş dramatik kahramanlar yoktur, ama Adler nevrotiğin kendisini acıklı bir kahraman gibi düşünmekten hoşlandığını gösterir. Öteki psikologların vakaları tümüyle daha çarpıcı bir okuma sağlayabilir, çünkü onlar meslek dışı kişi ve hasta gibi, hastanın talihsiz bir kurban durumuna geldiği bilinçdışı, esrarengiz ve anlaşılmaz içsel güçlerin bulunduğunu

* H Greenwald'ın (Editör) *Great cases in psychoanalysis*'inde (Psikanalizde büyük vakalar) "Üstünlük İçin Çaba" başlığı altında yeniden basıldı, New York: Ballantine Books, 1959, s. 175-186

** "Aile salkımındaki konumun yaşam tarzını etkilemesi," başlığı altında basıldı, *Int. J. Indiv. Psychol.*, 1937, 3, s. 211-227.

*** "İlk anımsamaların anlamı," başlığı altında yeniden basıldı, Int. J Indiv. Psychol., 1937, 3, S 283-287 ve (Editörler) E. L. Hartley, H G Birch ve Ruth E Hartley'in *Outside readings in psychology*'sinde (Psikoloji'de dışarıdan okumalar) New York: Cromwell, 1950, s. 361-365.

varsayarlar. Bir dram için ortam, baş rolü oynayanın ve ona karşı çıkanın varlığı, bir kişinin içinde çatışan güçlerin varsayılmasıyla yaratılır.

Bireyin birliğini ve onun kendi yaratmış olduğu amaca doğru yönelmesini varsaydığımız zaman bu çarpıcı nitelik kaybolur. Bundan sonra, yalnızca hastanın kendisinin yaptığı yaşam tarzındaki yanlışlığı göstererek bir vakayı geliştirebilirsiniz, oysa hasta yanlışından haberdar olmayabilir. Bu, duruma bir dram değil ama bir trajedi katabilir. Üstelik, önemsizliği ortaya çıkaran yanlışlığın kendi doğasıdır, çünkü bu, amacın ben-merkezli toplumsal yönden yararsız niteliğinde vardır.

Eğer bu tür bir yaklaşım, daha çarpıcı olan yaklaşım kadar başarılıysa ve bunun tersine bir kanıt yoksa, buna öncelik verilmelidir. Tutumluluk ilkesine göre, eğer iki kuram aynısını başarıyorsa, ikisinden daha basit olanı tercih edilir, çünkü onun doğrulamasını yapmak daha kolaydır.

Öğrencilerde karşılaşılan genel bir güçlük, günün mesleki diliyle konuşmaları ve kendilerine ait vakaları bu terimlerle ifade etmeleridir. Böylelikle, vakanın somut yaşam durumunda biricik oluşunu çapraşıklaştırırken, bireyi oluşturduğuna inandıkları itkileri, gereksinimleri, mekanizmaları, gelişimsel evreleri, vb. "doğrulamak"tan ve "meslek adamı" gibi görünmekten zevk alırlar. Bunların yaşam gerçekleri olmadıklarını, yalnızca yorumlamalar, soyutlamalar ve olsa olsa bireye sorunlarında ona yardım eden araçlar olduklarını ve en kötü durumda, gerçekler olarak kabul edildiklerinde, vakanın umutsuzluğunu açıklayabileceklerini takdir edemezler. Öğrenciler, en iyi vaka çalışmasının, kendi biricik koşullarını ve özellikle yoldan çıktığı biricikliğini anlayabilecek –böylelikle sorunlarının çözümleri için alternatif bir yaklaşım geliştiren– öz-tutarlı, eşsiz bir birey olduğunu yeterince idrak edemiyorlar.

Adler, bunun gibi doğrudan ilişkili basit bir vakayı kendisine ve hastaya yorumlamayı başarmakta ustaydı. Teknik olarak buna, Adler'in kuramının nispeten birkaç temel varsayımla zenginleştirilmiş idiyografik, fenomenolojik ve doğa bilgisi yaklaşımı denilirdi.

Bu düşünceleri göz önünde bulundurarak, buradaki vaka malzemesi ve ondan sonra ortaya çıkan kuram, klinik psikoloji, rehberlik, psikoterapi, sosyal çalışma, bireyleri anlamak ve onlara yardım etmekle ilgili tüm alanlardaki öğrencilerin genel eğitimine özellikle yardımcı olabileceğine inanıyoruz.

Heinz L. Ansbacher

Vermont Üniversitesi
Burlington, Vermont
1 Mayıs 1974

I. BÖLÜM

YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI

I. YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI

Hasta için her nevroz sorunu, gerçekliğin taleplerinin çarpıtıldığı ve yadsındığı davranma, düşünme ve algılama biçimlerinin güçlükle korunmasıdır. Genellikle, bu tür bir yaşam tarzı sinir krizinin sınırına gelecek derecede güçleşmeden vaka hekime götürülmez; hekimin görevi bunun düzeltilmesi için doğru olan yöntemi bulmaktır. Bu nedenle, hem hasta hem de hekim için ortak sorun ve onların işbirliğinin temeli hastanın yanlışlarının doğasını anlamaktır ve bu, hastanın köklü bir tarihçesinin yalnızca doğru bir ana hattını değil, üstü kapalı bir üstünlük kavramına doğru sürekli bir gerilim olarak, bu tarihçenin dinamik birliğinin algılanmasını gerektirir.

Bireysel Psikologların çalışmalarının da bol bol kanıtladığı gibi, bireysel üstünlük amacı her nevrozda belirleyici faktördür, ama amaç her zaman gerçek *aşağılık hissi* deneyimlerinde içinde oluşur –ve kesinlikle onlar tarafından koşullandırılır. Hekimin ilk yaklaşım biçimi, hastanın kendisinden çeşitli ölçülerde sakladığı aşağılık duygularının gerçek nedenlerini ve hastanın bireysel davranış biçimini tanımaktır. Genel olarak aşağılık duygusuna bir zayıflık işareti ve utanç verici bir şey gözüyle bakıldığından, doğal olarak onu gizlemek için güçlü bir eğilim vardır. Gerçekten de, gizleme çabası o denli büyük olabilir ki, kişi aşağılık konumunu artık ay-

rımsayamaz, kafası tümüyle o duygunun sonuçlarına ve onu gizlemesine yarayan tüm nesnel ayrıntılara takılı olur. Birey tüm zihinsel yapısını bu görev için öylesine eğitebilir ki, aşağıdan yukarıya –yani, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna– doğru sürekli akan ruhsal yaşamının tüm akımı kendiliğinden oluşur ve birey bunun farkına varmaz.

Bu nedenle, bir kişiye aşağılık duygusuna sahip olup olmadığını sorduğumuz zaman çoğunlukla olumsuz bir yanıt almamız şaşırtıcı değildir. Bu noktada ısrar edilmemeli, tutumun ve bireysel hedefin her zaman görülebileceği, hastanın zihinsel ve ruhsal hareketleri gözlemlenmelidir. Bu yolla, kısa bir süre sonra, üstünlük amacı doğrultusunda dengeleyici bir çabayla birlikte, herkeste az ya da çok aşağılık duygusu olduğunu algılarız. Böylesine evrensel bir duygunun kendisi suçlanamaz: Onun anlamı ve değeri tümüyle nasıl kullanıldığına bağlıdır. Bireysel psikolojinin en önemli buluşu, onun yaşamın yararlı yanında ilerlemek için bir uyarıcı olarak kullanılabilmesidir.

1. KARAR VERMEKTEN KORKAN ERKEK ÇOCUK

Bu genel gözlemler, kaygılı ve güçlüklerle karşı karşıya kaldığı zaman aşırı öfkelendiği için bana getirilmiş olan, ailesinin ikinci evladı, on yedi yaşındaki bir erkek çocuğunun vakasına yakından uyar. Çocukta aynı zamanda, ara sıra arkadaşlarıyla yaptığı dağcılık sporu sırasında baş gösteren mide bozukluğu ve diyaresi de vardı. Annesi zeki bir kadındı ve onu seviyordu, ama görünüşe göre ona daha az sorun çıkaran ağabeyini tercih ediyordu. Bu ağabey çok daha güçlü, daha uzun boylu ve iyi bir sporcuydu. Baba becerikli bir adamdı ve hasta ona büyük saygı duyuyordu.

Çocuk kararlar almaktan korkuyordu, çünkü onun aşağılık duygusu kendisine güven duymasına engel olacak kadar fazlaydı. Böyle olmakla birlikte, bu duygunun denetiminde-

ki bir nedenden ötürü kaynaklandığını kabul etmek istemiyordu. Bu şekilde doğduğunda ve doğasının onun sorumluluğu olmadığında ısrarlıydı.

Hastanın yaşama karşı tutumu bir kararsızlık tutumuydu. Sorunlarla karşılaştığında zaman güçlükler çıkarıyordu, ama bundan ötürü "yavaşlamasına" karşın, tümüyle durmuyordu. Okulda çok iyi bir öğrenciydi, ama bu avantajı da kaybetmekten sürekli olarak korktuğundan, liseyi bitirdikten sonra ne yapacağına bir türlü karar veremiyordu. Arkadaşları yoktu; kızlardan hoşlanmıyordu ve cinsel deneyimden korkuyordu. Güçlüklerinden bazılarının mastürbasyon ve cinsel ilişkinin dışındaki boşalmalardan kaynaklandığına inanıyordu. Tüm bunlar tipik kararsızlık ve yaşamın üç sorunu –toplum, meslek ve aşk– konusunda güven yokluğunu gösterir. Bu üç sorunun hepsine yanıt erteleniyor ya da ondan kaçınılıyordu. Genel yetersizlik duyusunu çeşitli nedenler öne sürerek gizliyordu ve böylelikle kendisine güven sağlıyor ve bir değeri olduğuna kendisini inandırıyordu. Böyle olmakla birlikte, önündeki güçlüklere karşın hastanın ilerlemesini sürdürmesi kayda değerdir. Derslerini iyi çalışıyor ve dağa tırmanıyordu – bu arada, bu son aktivite, kendilerini yaşamla aşırı yüklü hisseden kişilerce kendilerine üstünlük duyguları sağlamak için kullandıkları ortak bir araçtır. Yaşamın güçlüklerini üstün bir duygunun üstünlük sağlayan alanından bakarak gözden geçirmek ve vurgulamak, bu güçlüklerin üstesinden gelinmiş olunduğu konusunda böbürlenmekten daha iyidir. Bu hasta aşağılık duygusunun bilincinden kaçmak amacıyla zayıf olmasının suçunu doğal güçlüklere, mastürbasyona ve özellikle kalıtımsal bozukluklara yükledi.

Kalıtım kuramı eğitimde ya da Psikoloji'nin kuramında ve uygulamasında hiçbir zaman vurgulanmamalıdır. Normal altı çocuk ve doğuştan geri zekâlı vakaları dışında, herkesin gerekli olan her şeyi yapabileceğini varsaymak doğrudur. Doğal olarak, bu kalıtımsal malzemenin farklılıklarını

yadsımak demek değildir, ama her zaman önemli olan onunla ne yapıldığıdır. Ancak bu yolla eğitimin devasa önemini görebiliriz. Doğru eğitim, bireyin tüm kalıtımsal yetenekleri ve yetersizlikleriyle birlikte onu geliştirmenin yöntemidir. Cesaret ve eğitimle yetersizlikler neredeyse büyük yetenekler durumuna gelecek bir biçimde dengelenebilir. Doğru bir şekilde karşılandığında bir yetersizlik daha büyük bir başarıya doğru itici bir uyarı durumuna gelir. Yaşamda kayda değer başarılar elde etmiş kişilerin başlangıçta yetersizlikler ve büyük aşağılık duygularıyla engellenmiş olduklarını öğrendiğimizde artık şaşırmıyoruz. Öte yandan kalıtımsal bozuklukların ve yetersizliklerin kurbanı olduğuna inanan bir kişinin umutsuzluk duygularıyla çabalarını azalttığını ve böylelikle gelişmenin sürekli olarak geciktiğini görüyoruz.

Öğretmenler, kendi yöntemlerinin verimsizliğini bağışlatmak için kalıtımsal faktörlerin kötülüğünü abartırlar. **Einhardt**'ın Charlemagne biyografisinde, bu büyük imparatorun ne okuma ne de yazma öğrenmeme nedeninin, sırf böyle şeylere karşı yeteneksizliğinden kaynaklandığını okumak ilginçtir! Şimdi, eğitim yönteminin gelişmesiyle birlikte, normal çocuklar için bu görevler zor değildir. Bu ve birçok başka örnekte, yazarların, öğretmenlerin ya da ebeveynlerin hataların eğitimle düzeltilmesinde bir yöntemi başarısız buldukları zaman kalıtımsal bozuklukları suçladıkları görülmektedir. Bu alışkanlığın ortaya çıkardığı batıl inanç, suçluların, nevrotiklerin ve psikotiklerin tedavisi dahil, eğitimde ve "sorunlu çocukların" ele alınmasında en büyük ve en çok karşılaşılan güçlüklerden biridir. Oysa bu durumların tedavisi için tek mantıklı varsayım Bireysel Psikoloji tarafından yapılmış olandır: Herkes yaşam görevinde eşdeğerlidir. Bu, doğal olarak, sonuçların eşit olması ya da olabilmesi demek değildir, çünkü eğitimdeki eşitsizlikler, yöntem ve her şeyden önce gösterilmiş olan cesaret derecesi dikkate alınmalıdır.

Söz konusu vakaya dönecek olursak: Bu çocuğun babasının becerikliliği, onun yaşamda başarılı olamayacağı duygusunu destekleyen ek bir nedendi. Büyük adamların çocuklarının çoğunlukla başarısız oldukları iyi bilinir: Onlar, babalarınınki kadar yüksek mevkilere ulaşamayacaklarını hissederler ve bu nedenle hiçbir şeye ciddi olarak girişmezler. Bu vakada, ağabeyinin yüksek başarıları da onu aile çevresindeki üstünlük amacına erişmekten uzaklaştırdı. O, kendini umutsuzca geçilmiş hissetti. Geliştirmiş olduğu nevroz bu aşağılık konumun acı verici bilinçliliğine karşı bir savunmaydı. Bir tutumun benimsenmesi onun için şu anlamı taşıyordu: – "Eğer kaygılı olmasaydım, eğer hasta olmasaydım, ötekiler kadar başarılı olabilirdim. Eğer yaşamım korkunç güçlüklerle dolu olmasaydı, birinci olurdum." Bu tutumla bir kişi kendisini yine de üstün hissedebilir, çünkü değerinin takdiri kararı kanıtın ötesinde, olasılıklar âlemindedir. Yaşamdaki baş uğraşı güçlükler aramak, onları artıracak yollar bulmak ya da en azından onların ciddiyetiyle ilgili duyumunu artırmaktır. O, herkes için olağan olan yaşamın en sıradan güçlüklerini dikkatle toplar ve onları sergiler. Bunu başkalarından çok kendisini etkilemek için yapar, ama doğal olarak başkaları onun güçlüklerini dikkate alırlar ve ondan fazla bir şey beklemezler. Üstelik, elde ettiği herhangi bir başarı, reklamı çok yapılmış bu engel tarafından büyütülmüştür ve böylelikle bu, sahip olduğu en yararlı şey durumuna gelir. Hasta onunla ayrıcalıklı bir yaşama hak kazanır, başkalarına oranla katı olmayan bir standartla yargılanır. Ama bunun bedelini nevrozuyla öder.

2. KALP SEMPTOMLARIYLA BİRLİKTE AGORAFOBİ

Kalp semptomlarıyla birlikte agorafobi şeklini alan başka bir kaygı nevrozu vakası otuz yaşındaki bir adamda meydana çıktı. Kaygı nevrozu yaşamın üç sorununa karşı utangaç

bir tutumda her zaman semptomatiktir ve buna yakalananlar mutlaka "şımartılmış" çocuklardır.

Bu adam şöyle bir rüya görmüştü: "Avusturya ve Macaristan arasındaki sınırı geçtim ve beni hapsetmek istediler." (Bu arada, bunun gibi rüyalar analiz etmek için en iyi olanlardır.) Bu rüya, adam eğer devam edecek olursa yenilgiye uğrayacağı korkusundan, onun hareketsiz kalma arzusunu gösterir. Rüyanın yorumu kaygı nevrozları anlayışımıza gayet iyi uyuyordu. Adam, sanki zaman kazanmak istiyormuş gibi, "yerinde saymak" için yaşamdaki aktivitesinin kapsamını sınırlamak istemişti. Evlenmek istediğinde beni görmeye gelmişti ve bunu gerçekleştirme olasılığının çok yakında olması onu birdenbire durdurmuştu. Evliliğiyle ilgili olarak danışmak için bana gelmesi gerçeği, buna karşı olan tutumunu açıkça gösteriyordu. Benzer biçimde, evlilikteki tutumu da rüyasına yansımıştı; rüyasında kendisine şu komutu vermişti: "Sınırı aşma!" Rüyasındaki hapishane de onun evliliğe bakışını yansıtmıştı. Rüyalardaki bu gibi imgelerle çoğu zaman kendimizi aldatırız. Onları yaşam tarzımıza uygun bir biçimde, yakın gelecekteki sorunlarla uğraşmak için kendimizi eğitmek amacıyla kullanırız –ama durumun mantığına uygun bir biçimde değil.

Yaşam tarzının temeli çocukluk döneminin ilk dört ya da beş yılı içinde atılır. Bu dönem egonun tam olarak gelişmesi ve bunun sonucunda onun yaşama karşı tutumunun sabitleşmesiyle kapanır. Bu zamandan sonra yaşam tarafından sorulan sorulara yanıtlar, ilişkilerin kendi içlerindeki gerçek tarafından değil, bazı otomatikleşmiş tutumların zorlaması sonucu verilir; biz bu tutumlara bireyin stili diyoruz. Böylelikle –merkez olmak arzusu, aşırı yüklenmek, zora koşulmamak, kısıtlanmamak ve bunun gibi– belirli bir uyum hatasının bir ömür boyunca ısrarla sürebileceği gerçeğini açıklıyoruz.

3. YÜKSEKLİK KORKUSU

Kırk yaşında çok başarılı bir adam, pencereden dışarıya atlama dürtüsü olmadan yüksek bir binadan içeri giremediğinden yakındı. Her zaman her şeyden korktuğunu söyledi. Altı kardeşin en küçüğüydü ve annesi tarafından çok şımartılmıştı. Bu vaka, ilk bakışta, aşırı yüklenilmiş ve tehlikede olduğunun düşünülmesi isteğini ortaya koyar. Hasta binanın içinde yukarı çıkmaktan kendini alıkoyamaz, ama bu hareketi tehlikeli bir durumda olmayı istemesiyle renklendirir, dışarı atlama dürtüsü geliştirerek tehlikeye sarılır.

Bu ve bundan önce sözü edilen iki vakada, aşırı yüklenilmiş olma güdüsüyle ilişkili olarak üstünlük amacı aynıdır. Yalnız, bu adam daha da ileri gider. Onun pencereden dışarı atlama arzusu vardır, ama o bunun üstesinden gelir ve yaşamayı sürdürür. O, kendisinden bile güçlüdür.

Bu teşhişi desteklemesi yönünden, hastanın çocukluk döneminden bir anıyı buraya ekleyeceğim. "Okula altı yaşındayken gittim. Çok mutlu değildim. Daha ilk gün bir oğlan üstüme saldırdı. Son derece korkmuş ve titremiştim, ama onun üzerine atladım ve onu yere ittim." Bu küçük anı parçası adamın yaşam tarzının iki tipik güdüsünü gösterir. O önce titrer, ama bu yalnızca durumun üstesinden gelmek içindir ve o küçük "ama" sözcüğü aşağılık duygularını dengelemesinin zengin anlamını taşır.

4. SAPLANTILARA (OBSESYONLARA) TUTULMUŞ BİR KIZ

Yirmi yedi yaşındaki bir kız, beş yıldır süren bir rahatsızlıktan sonra beni görmeye geldi. Bana, "O kadar çok doktor gördüm ki, siz yaşamdaki son umudumsunuz." dedi. "Hayır..." dedim, "Son umut değilim. Benden sonra da size yardım edecekler var." Kızın sözcükleri bana bir meydan okumaydı; onu iyileştirmemeyi sanki görev edinmeliymişim gibi

bana meydan okuyordu. Bu, sorumluluğu başkalarına yüklemek isteyen hasta türüdür ve şımarık çocuklardaki olağan bir gelişmedir. Çocukluğunda başka bir kişinin sürekli olarak onunla ilgilenmesini sağladığını varsaymak yanlış olmaz; ve bu kişinin onun annesi olduğu anlamını çıkarabiliriz. Bu izlenimi doğrulamak için ek gerçekler gereklidir, ama ilk görüşmede bile bunların sağlanabileceği yöntemler vardır.

Bu arada, not etmiş olduğum gibi, böyle bir meydan okumadan kaçınmak önemlidir. Hasta, doktorun onun için "son umut" olduğu fikriyle ilgili duygusunu çok gerginleştirmiş olabilir, ama böyle bir ayrıcalığı kabul etmememiz gerekir. Bunu kabul etmek, intihar dahil, ciddi bir düş kırıklığına yol açmayı hazırlamak olur.

Bu kız ailenin ikinci çocuğuydu; ablası, ondan daha akıllı ve seviliyor olmanın yanı sıra, daha güzeldi; bu nedenle hastanın yaşamı, rakibini geçmek için bitmez tükenmez bir yarış durumuna gelmişti. Ablası mutlu bir evlilik yaptı. Hasta da özellikle entelektüel yönden iyi gelişti ve okul çalışmasında ablasını geçti. Böyle olmakla birlikte, ablası daha sevimli ve çekiciydi ve daha kolaylıkla dostluklar kurabiliyordu. Ablasının yaşamı daha pürüzsüz ve hoştu, bu da ona daha büyük bir özgüven hissi veriyordu. Kız kardeşi, güvensizlik duygusu yüzünden, başkalarına karşı kendisini gösterme gereksinimi duyuyor, bu da onların dostluğunu getirmiyordu. Kuşkusuz, bu iki kızın tanıdıklarından hiçbiri onların aralarındaki bu farkın gerçek doğasını anlamamıştı; ama, hepsi bilinçdışı olarak bunu hissettiler, onlardan birisi tarafından çekildiler ve ötekisi tarafından geri itildiler.

Hasta on dört yaşındayken âşık olmuştu, bundan ötürü kendisiyle alay edilince, o zamandan sonra seven kadın rolü oynamaktan vazgeçmişti. Ablası evlendiği zaman o da evli bir adama âşık oldu. Böyle bir bağlanmanın eleştirmeksizin nereye varacağı tahmin edilemez. Buna benzer bir aşkın iyi mi yoksa kötü bir sonuç mu vereceğinden kimse emin ola-

maz. Ancak böyle bir durumda bulunan her genç kızın, bunun içerdiği büyük güçlükleri en az ailesi veya başkaları kadar net görebileceği gerçeğini göz ardı edemeyiz. Böyle bir deneyim yaşayan genç bir kız kendisine şöyle der: "Demek aşk buymuş." Onun bunun gibi zahmetli bir aşkı seçmesi, aşk ve evliliği sürdürme konusunda duyduğu kararsızlığın ilk bakıştaki temel nedenidir. Bu vakada hastanın aşkın bu yeni yaşam sorununa karşı geçmişte sergilediği aynı kararsız ve kaçamaklı tutumu benimsediğini görürüz. Bunun nedenleri vardır. O, ablasından daha az çekiciydi ve ilk aşk serüveninde alaya alınmıştı. Bunun gibi üstünlük amacına eğilimli ve doğasında rekabet olan bir kız, evlilikte her zaman cesaretini ve özgüvenini yitirme tehlikesi içindedir. Genellikle evliliğin kendi üstünlük duygusuna sorun çıkartıcı bir neden olacağını hissedecektir. Bu kızın ablasının mutlu evliliği bu korkuları beslemiştir: Ebeveynlerinin mutsuz evliliği ve annesinin aşağı bir konumda olması da bu korkuları artırmıştır.

Kızın evliliğe ve aşka karşı olan kararsız tutumu onunla açık sözlü bir görüşme sırasında ortaya çıktı. O şöyle dedi: "Evlendikten iki hafta sonra kocamın beni terk edeceğine eminim." Evlilikten kaçmasının nedeninin derin bir aşağılık duygusu olduğunu üstü kapalı bir biçimde söylediğim zaman, bu ifadesini geri almaya çalıştı: Ama böyle bir fikir, bir şaka olarak söylense bile, onun zihninin bu özel soruna takılı olduğunu gösteriyordu.

Âşık olduğu adam onu öpmek istediği zaman bile adamın okşamalarından kaçıyordu. Bu davranışlarla aşk ve evliliğin taleplerinden kendisini uzak tutuyor ve her şeyi nevrotik üstünlük amacı için feda ediyordu. Onun, yaşamın bu sorusuna yanıtı, "eğer bu adam evli olmasaydı, onunla evlenirdim"di.

"Eğer", genellikle nevrotik dramın ana temasıdır. "Eğer" her nevrotik ikilemin son çaresidir ve kesin bir kaçış yoludur. Kaçma isteği için yalnızca bir neden vardır ve bu itiraf edilebilecek nedenlerin en zoru olan yenilgi korkusudur. Bu ne-

denle, bu noktada, çoğunlukla hastanın kendisine değişik biçimlerde, ama hiçbir zaman gerçek olarak yorumlamadığı bazı hayali kaygı türleri buluruz –hasta hiçbir zaman bunu basit bir yenilgiye uğrama korkusu şeklinde algılamaz. Agorafobi, kaygı nevrozu ve tüm fobi türleri bu noktada ortaya çıkabilir, ama hangisi olursa olsun, bu, bir sonraki eylemin yolunu tıkama amacını gerçekleştirir. Böylelikle, arzu edilene ulaşılmıştır – şöyle ki, büyük sıkıtı, nefret edilen aşağılık duygusu, sahibine bile açığa vurulmadan atlatılmıştır. Zorlanımlı fikirler, nöbetler, yorgunluk, uykusuzluk gibi tüm öteki nevrotik semptomlar ve nevrotik kalp, baş ağrıları, migren ve benzerleri gibi işlevsel rahatsızlıklar bu çok güç olan gizlemenin geriliminden ortaya çıkar.

Bu gerilimden en çok rahatsız olan organlar, bazı kalıtımsal zayıflıklar tarafından duyarlı duruma getirilmiş olanlardır. Bu nedenle, tüm ailenin belirli bir rahatsızlığa yatkın olduğu bir durumda, ailenin bazı üyelerinin organik bir rahatsızlık çektiğini ve ötekilerin de aynı organın nevrotik semptomlarına sahip olduklarını görürüz. Böyle vakalarda taklit etmenin katkıda bulunucu faktörünü gözden kaçırmamalıyız. Ama, öteki psikologlardan farklı olarak, taklit edilen semptomların yalnızca nevrotik üstünlük amacıyla aynı çizgiye gelenler olduklarını görürüz.

Hastanın burada bir görevi vardı, onda önde gelen bir rol oynuyor ve çok takdir ediliyordu, ama, tüm aşırı aşağılık duygusu olan kişiler gibi, takdire doymuyor ve he zaman daha çoğu için çabalıyordu. On dokuz yaşındayken başka bir göreve geçti ve daha önce tadını çıkardığı beğenilmeyi yitirdi. Hastanın vakasını gözden geçirdiğimizde şu notları alabiliriz:

1. İster dost edinmekte, ister başarılı bir evlilik yapmakta olsun, ablasıyla rekabet edemeyeceğini düşünüyordu.
2. Aşk ve evlilik sorunlarıyla yüz yüze gelmekten korkuyordu.
3. Çalıştığı yerde gözde bir görevi elinden kaçırmıştı.

Kısaca korktuğu tüm yenilgiler şimdi onu bulmuştu; yoğun aşağılık duygusu haklı çıkmıştı. Düşünme yoluyla böyle bir sonuca ulaşmamıştı, ama bu sonuca uygun bir ruh haliyle, şimdi yenik düşmüş olduğunu hissediyordu.

Konuşma arasında yaşam sorununda tipik bir şekilde tek bir noktaya yani yenilgi korkusuna yağunlaşmayı ve onun abartılmasını görebiliriz. Yaşamın yararlı yanıyla meşgulken kişi her zaman yenilgi olasılıklarını göz önüne almalıdır; arada bir meydana gelen başarısızlıklara, her insancıl girişimde bunların rastlantısal olduğu gözüyle bakarsak, bu olasılıkları normal olarak önemsemeyiz. Ama, şimdi gözden geçirdiğimiz gibi bir vakada, yenilgi olasılığı yaşamın odak noktası durumuna gelmiştir. Temizlik manisi olan bir kişinin yaşamını kir çevresinde döndürmesi ve ister kendi üstünde, mobilyada, zeminde ya da başka yerde olsun, artık yaşam için anlamı ya da değeri kalmayana dek normal ve yararlı yıkama eyleminin durmak bilmez bir kir arama durumuna gelmiş olması gibi, hasta tüm yaşamını onun emrine verir. Dikkatin bu tür yanlış odaklanması, genel olarak nevrozda tipiktir; bu kızın vakasında, onun başlangıçtaki yararsız yanda olan yaşam amacı –ablasını geçmek– herhangi bir yenilgiden kaçmanın daha dar ve olumsuz hedefine yöneliyordu.

Yaşam öyküsünde nevrotik semptomlar böyle kritik bir noktada gelişir. Her yenilgi olasılığında, onun kendisine özgü durmasıyla birlikte, yaşam tarzında bir değişiklik olmaz: Ama şimdi birey, bu tıkanma tutumunu kendisine verilemeyecek güvenceler isteyerek sabitleştirir. Eğer yararlı yanda üstünlüğü kanıtlayıcı bir yolu yoksa, sorunlu bir çocuk ya da bir suçlu olur ya da intihar eder. Eğer biraz aktivitesi varsa –ama bu yeterli değil– ve umudu çoksa, hastalık gibi ölümcül bir engel tarafından yolunun tıkalı olduğu konusunda kendisini aldatır. Bazı semptomları seçer ve bu semptomlar gerçekmiş gibi kendisini etkileyene dek onları geliştirir. İçinde bulunduğu gerilim durumu başlangıçtaki zihinsel ve bedensel rahatsızlıkları

kolaylıkla ortaya çıkarır; bunlar, yaşam tarzı ve doğuştan organik zayıflıklara göre çeşitli türde rahatsızlıklardır. Hasta, bu semptomlar barikatının arkasında kendisini gizlenmiş ve güvende hisseder. "Yeteneklerinizi ne için kullanıyorsunuz?" sorusuna, "Bu şey beni durduruyor; ilerleyemiyorum." yanıtını verir ve kendisinin kurmuş olduğu barikatı gösterir. Hastanın, semptomlarını kullanışını hiçbir zaman hafife almamamız gerekir. Bunları yalnızca bu şekilde kullanmakla kalmaz –psikozda daha da çok olduğu gibi– yaşamın bütün önemli sorunlarını algılama biçimini değiştirmelerine de izin verir.

Nevrotik güçlükleriyle boğuşmaktan aşırı yüklenmiş olmak yalnızca hafifletici bir neden değil, aynı zamanda hastanın üstünlük çabası için içsel bir rahatlamadır da – kendisinden fazla bir şey beklemez. Bunun gibi kendini korumaya alan bir yaşam tarzı toplumsal güçlüklerin altında ezilmiş olma şekline dönüşebilir.

Nevrotik bir hastayı anlamanın en iyi yolu, onun tüm nevrotik semptomlarını bir kenara koyup, yaşam tarzını ve bireysel üstünlük amacını incelemektir. Ancak bu iki nokta kesinlikle kavrandığı takdirde nevrozu tam olarak anlayabiliriz; nevrozun gelişmesi tümüyle bunların egemenliğindedir. Nevrotik semptomlar olarak adlandırılanların ortaya çıkmasına, gerçek ya da hayali, yenilgi korkusu neden olur. Yaşam ve alışkanlık kişiyi görünüşte bir uyum içinde beraberinde sürükler, ama aslında mutlak bir küçük düşme korkusu onu yaşamdan ayırmıştır ve o durmaya ya da kaçmaya çalışmaktadır. Benim deneyimim şizofreni, mani, melankoli ve paranoya gibi psikozların kişinin kendisini kesinlikle yenik düşmüş hissettiği ve devam etme umudu kalmadığı zaman belirdiğini kanıtlar – bu, kişinin yaşamın üç sorusuna yanıt verme girişimlerinin hepsinden vazgeçmesi demektir. Böyle olmakla birlikte, nevrotik bir kişi bu sorulardan birini ya da ikisini düşünüp taşınmaya isteklidir, ama o bir tür yeni ve ezici bir yenilginin karşısında çöküntüye uğramıştır.

Anlattığım vakalar bunun gibi tamamlanmamış tıkanmaları sergiler. İncelediğimiz vakadaki kız, iş yerindeki gerilemesine kadar epey sağlıklı görünüyordu. Sonra, yaşamın güçlüklerinden daha derinden korkunca, sorunları giderek daha da çok rafa kaldırmaya başladı ve zorlanımlı fikirler türünde yeni bir üstünlük arayışına girdi.

Bir gün, el çantasının açılmış olduğu ve bakır pası kaplı bazı madeni paraların başka bir kadın için taşıdığı sebze sepetinin içine düştüğü korkusuna kapıldı. Bu kadının tüm ailesini zehirlemiş olmasından korktu! Onun başka bir zorlanımlı fikri, sokağın tozunun ellerinde olması ve annesinin İncil'ine dokunursa onu kirleteceğiydi ve doğal olarak, arada bir bunu yapmaktan kendisini alamıyordu. Bu nedenle, İncil'in her hayali kirlenmesinden sonra bir başkasını satın alıyor ve ilkinin yerine koyuyordu ve bir düzine İncil satın alana dek bu böylece sürdü. Kitaplara saygısızlık edebilirim düşüncesiyle onlara bu kutsallığı yüklüyor ve sorumsuzlukla suçlanmamak için parasını İncillere savuruyordu. Böylelikle, bu arada, bir martyr,* yanlış anlaşılan bir kişi ve kutsal eşyaları kirletmekten ötürü aşağılanmış bir ruh da olmuştu.

Eğer bu kızın yaşamdaki tek hırsı ablasından daha göze çarpıcı olmak idiyse, bunu gerçekleştirmek için epeyce yol almıştı. Ama bu nevrotik hedef onu öylesine eylemsel yenilgilere uğratıyordu ki, onun bundan tümüyle vazgeçmesi çok yerinde olacaktı. Çabalamasının amacı korkulan şu karardan kaçmak içindi: "Ablam benden daha üstündür."

Yakından incelediğinde, karardan bu kaçış da bir üstünlük amacını ortaya koyar. Bu kız, insanların arasına karışmayacağından, toplumsal olarak bir yenilgiye uğrayamazdı. Aşk ve evlilikten kaçındığı sürece, ablasının mutlu evliliğiyle kıyaslanamazdı. Her ne olursa olsun, o şöyle diyebilirdi:

* *Martyr:* İnanç kurbanı (Ed. n.)

"Ama ben zaten tümüyle zorlanımlı fikirlerimle meşgulüm." O, bir şeyle meşgul olmalıydı. Zaman, koşullar ve mantığının, nevrozun tahrip etmediği kısmı, bir meşgale ister; böylelikle hasta, yararsız yanda kendisini bu zorlanımlı nevrozla meşgul eder. Onun aktivitesi aslında rekabetten arındırılmış ve hayali olarak üstündür. Bu üstünlük yanılsaması onun zorlanımlı fikirler içindeki çabalamasında, başkalarının yaşamlarından ya da onların temiz kalmalarından kendisini sorumlu tutmasında görülür. Üstün bir vicdana sahip olduğunu gösterme çabası onun meşgalesidir, çünkü o durmamıştır. Eğer durmuş olsaydı, katatonide olduğu gibi bir bilinç yitimi durumunda olurdu.

Bu hastanın rüyalarına değinmeden önce birkaç genel düşünce yerinde olur. Rüyaları anlamayan ve yorumlayamayan bir psikoloji, zihinsel yaşamın büyük bir bölümünü dışarıda bırakacak ve bu nedenle çok eksik bir psikoloji olacaktır. O halde, rüyaların Freud'cu tasavvuru önemli bir katkıdır. Ne yazık ki yazarı, hatalı bir baskın cinsel faktör varsayımından ötürü, rüya oluşumunun en hayati ilkelerini gözden kaçırmıştır. Bu, yaşamdaki cinsel tutumun tümlük ya da üstünlük amacı tarafından belirlendiğini görmesine engel olmuştur. Anormal cinsel eğilimleri, onların altında yatan daha derinlerdeki hareketlere bakarak, her zaman tüm yaşam tarzının ifadeleri olarak yorumlamalıyız.

Rüyaları anlamaktaki en son eylemsel ilerleme Bireysel Psikoloji'nin bir katkısıyla gerçekleşmiştir – yani, her rüyanın kendi *ruh halini* yarattığının anlaşılması. Üstünlük amacına uygun olarak, belirli bir durumla baş etmek için, rüya bir ruh halini dolaylı olarak anlatır. Yalnızca bu, insanların kendi rüyalarını anlamadıkları gizemli gerçeğini açıklar. Rüya, uykuda gerçeklik ve sağduyudan bireyin üstünlük amacına doğru sapma sürecidir. Mevcut sorunlarımızı mantıklı planlama ve düşünceyle bu amaca bağlamak çok güçtür; ama duygularla bunu yapmak kolaydır ve onların "kestirme yolu" rüyadır.

Başka yerde de işaret ettiğim gibi, rüya giysili bir son prova, hayali amaca doğru bir adımın deneme gösterisidir. Bu, otomatik bir biçimde, durumun mantığına bakmaksızın, nasıl başarılı olunacağının yanılsamalı bir resmini üretir.

Bu hasta rüyasında yere düştüğünü gördü. Hiç kimse böyle bir rüyanın yenilgi gibi hoş olmayan duyguları çağrıştırdığını yadsıyamaz ve hastanın ilerleme dürtüsünü azaltmakta olduğunu rahatlıkla varsayabiliriz. Cesareti kırılmış bir biçimde yanıt bulmak istediği güncel bir sorunu vardı muhtemelen. Güncel sorunun vakadaki evli adam tarafından bir buluşmaya davet edilme olduğu ortaya çıktı. Hasta, rüya yoluyla, kendisi için istemiş olduğu umutsuz ruh halini vererek tepki gösterdi – yadsıma dürtüsü ve kaçış.

Eğer eleştirici okuyucu ikna olmamışsa, hastanın aynı gece gördüğü başka bir rüyasını daha anlatayım. Hasta, derisi üzerindeki bazı mavi ve kırmızı lekelerin farkına varınca çok korkmuştu. Sevgilisiyle bir buluşma için bu iyi bir hazırlık mıydı? Lekelerin bir frengi iltihabı sonucu olduğu anlamını taşıdığı benim tarafımdan açıkça anlaşıldığı gibi, hasta tarafından da epey serbestçe ileri sürülmüştü. Hasta, bu konuyu tartışırken, tüm erkeklerin sadakatsiz ve çokeşli olduğu fikrini ifade etti. "Eminim..." dedi –daha önce alıntılamıştım– "Düğünden on beş gün sonra kocam beni terk edecektir. Eğer sürekli olarak kocam tarafından aldatılmayı ve onun bana hastalık bulaştırmasını bekleyeceksem, evliliğin ne yararı var?" Bu, onun kaçış güdüsü kanıtını perçinler. Sonra ekledi, "Kocası sadık olan ablam kadar olamam." Böylelikle amacı değişmişti. Artık o ablasını doğrudan geçmeyi istemiyor, yolu barikatlandırıyor ve başka bir üstünlük arıyordu – yararsız yanda. Tüm yenilgilerden kaçınacak ve herkesten daha asil olacaktı.

* * *

Herkesin amacı, bir üstünlük amacıdır, ama cesaretlerini ve özgüvenlerini yitirenlerin durumunda, bu amaç yaşamın yararlı yanından yararsız olan yana saptırılmıştır. Sanallıklar dünyasına bu kaçış otomatik bir biçimde olur: Yenilgi korkusunu durduran bir duruma ulaşana kadar, yenilgi korkusu duyguları ve onların yoluyla hareketleri düzenler. Bu kaçış her zaman bir rahatlama gibi hissedilir, ama onun gibi anlaşılamaz. Eğer öyle olsaydı hasta bundan hoşlanırdı; bu da, kararsızlık ve kaçışın geçerli nedenini ortadan kaldırarak tüm düzenlemeyi bozardı. Hasta bağışlanabilir olmak için bedelini acı çekmekle ödemelidir; bir hastalık şekli üzerine kurulu olan nevrotik semptomlar gerçekten bir hastalığa benzer ve hastanın şöyle düşünmesine yardımcı olarak onun üstünlük duygusunu etkin bir biçimde korur: "Eğer çektiğim acı ertelememiş olsaydı, birinci olabilirdim." Böyle bir yaşam tarzından mutluluk a priori* ve koşullara herhangi bir uyumdan epey bağımsız olarak dışlanmıştır.

* ***a priori*** : 1)Verilen tanımlardan, varsayılan ilkelerden sonuç çıkaran ya da daha önceden bilinen nedenlere dayanarak sonuç çıkaran bir akıl yürütme biçimi. Tümdengelimsel.
2) Deneyimi ussal veya olası kılmak için, deneyimden önce varsayılan veya öngörülen bilgi. (Kayn. Selçuk Budak, *Psikoloji sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yay., 2000, s. 82) (Ed. n.)

II. BÖLÜM

YAŞAMIN SORUNLARINI GÖĞÜSLEMEDEKİ YETERSİZLİK

II. YAŞAMIN SORUNLARINI GÖĞÜSLEMEDEKİ YETERSİZLİK

1. ŞİZOFRENİK ERKEK ÇOCUK

Bireyin yaşamındaki her gelişme onun yaşam hedefine göre şekillenir ve yaşamının birbirini izleyen aşamaları onun yaşam hedefi tarafından organik olarak birbirlerine bağlanmıştır. On sekiz yaşındaki oğlu birdenbire şizofren olan anne, onun o yaşa kadar normal olduğunu söylediğinde, biz ona katılamayız; çocuğun geçmiş yaşamını soruşturduğumuzda, baskın çıkmaya yatkın olduğunu ve okul arkadaşlarıyla oyun oynamadığını görürüz. Böyle bir çocukluk dönemi yaşamın gerçek sorunlarıyla yüz yüze gelmek için kötü bir hazırlıktır. Bu vakada bu şizofreniye bir hazırlıktı ve birden ortaya çıkan bir gelişme değil, bir yaşam tutumunun sonucuydu ve yalnızca hasta gerçekten güç bir durumla karşı karşıya kaldığı zaman kendisini gösteriyordu. Çocuk on sekiz yaşındayken üç soruyla, toplum, meslek ve aşk sorularıyla karşı karşıya kalmış ve onları yanıtlayamadığını hissetmişti. Bir hastanın yaşam için hazırlıksız olması, kendisini her zaman uygun koşullar içinde ya da yaşamın gerçek taleplerinden korunduğu sırada göstermez; bunlar her zaman toplumsal içeriklidir ve toplumsal duygu isterler. Normal olarak çocukluk dönemi yaşamın korunma altında olduğu zamanki bir dönemdir, ama bu, toplumsal duygunun gelişmediği bir biçimde geçebilir. Bu, incelenmekte olan bu vakada ve bir kı-

zın ablasıyla rekabet ettiği, prestijinin her zaman tehlikede olduğunu hissettiği, bu nedenle kafasının kendisine takılmış olduğu bir önceki vakada da böyleydi. Çocukluk döneminin böyle bir anlayışı çocuğun toplumsal duygusunun gelişmesini engeller. Çocuk yuvası, ana okulu, okul ve arkadaşlık koşulları gibi erken yaşamın koşulları toplumsal davranışta ilk eğitim ve denemedir. Bir nevroz geliştiği zaman, bu çocukluk dönemi ilişkilerinin, bireyin güçlüklerinin habercisi olduğunu her zaman görürüz. Oğlan, başkalarıyla birlikte bir şeyler yapmak istememiş ya da yaptıklarını başkalarından garip ve belirgin bir farklılıkta yapmıştır. Genellikle nevrotik garipliklerini ve erken yaşama uyumdaki güçlükleri, yaşadığı toplumsal çevreyle arasına koyduğu mesafe için geçerli bir neden olarak anımsar. Nevrotik, zorunluluktan ya da kendi isteklerinden ötürü kabul edilmiş bir davranış normuna daha çok yaklaşmaya kendini zorladığı zaman, görünüşte buna kendisini uydurmaya çalışır, ama aslında bunu yapamaz: Yeni talepleri otomatik tepkiler ve herhangi gerçek bir ilişkiden kaçtığı çok eskilerden gelen gizlenmiş ve eğitilmiş tutumlarla karşılar. Söyleşide ve alışılmış işbirliği türlerinde başkalarıyla kaynaşabilir, ama bunu kendi yerleşik mekanizmalarına göre yapar ve bu perdenin arkasında ruhu kendisine ait olan gizli kalesine geri çekilir. Nevrotiklerin, psikotiklerin ve sorunlu çocukların bu davranışında belirli bir kaçınılmazlığı, geçmişlerinin zorunlu bir sonucunu görmemiz gerekir. Onların geliştirmiş oldukları yapay tutumlar yanlış eğitimin mantıklı sonuçlarıdır ve bu sonuçları düzeltmeye çalışmakla fazla bir şey yapamayız. Daha derindeki güdüde, altta yatan yaşam tarzında bir değişiklik yapmamız gerekir; o zaman hasta tüm yaşam görevlerini yeni bir perspektiften görecektir.

Daha önce tanımladığım yaşamın üç sorunu her insan tarafından şu ya da bu şekilde çözülmelidir, çünkü bireyin dünyayla ilişkisi üçlü bir ilişkidir. Hiç kimse toplum, meslek

ya da seks sorusuna kesin bir yanıt vermekten kaçamaz. Her kim toplumla dostluk kurabilir, yararlı bir mesleğin arkasından inanç ve cesaretle gidebilir ve cinsel yaşamını iyi bir toplumsal duyguya uygun bir biçimde ayarlayabilirse, o kimse nevrotik enfeksiyona karşı korunmuş olur. Ama, birey kendisini yaşamın bu karşı konulamaz üç talebinden biri ya da daha çoğuyla bağdaştıramadığı zaman, küçük düşme duygularına ve onu izleyen nevroza karşı dikkatli olmalıdır. Şizofreni aynı anda her üç yönde başarısızlığın sonucudur.

Vakasını incelediğimiz çocuk bu kaçınılmaz sorunlarla mücadele etmek için hazırlıksızdı. Bizim görüş noktamızdan, onun bu son gelişme aşamasında, özel yöntem gerektiren bir süre içinde yeniden eğitilmeye gereksinimi olduğu açıktır. Uygulamacı için daha başlangıçta hiçbir şeyin zorla yaptırılamayacağını anlamak yerinde olur. Hastaya dostça yaklaşılmalı ve onun gönlünü alarak kabul edici bir kafa yapısı oluşturulmalıdır. Gerçekten de, hekimin ya da psikoloğun görevi hastaya hemcinsiyle ilişki kurma deneyimi vermek, sonra da bu uyandırılmış toplumsal duyguyu başkalarına aktarmakta ona yardımcı olmaktır.

* * *

Bu yöntem, hastanın iyi niyetini kazanma ve sonra bunun onun çevresine aktarılması, kesinlikle annenin işlevine benzer. Anneliğin toplumsal görevi toplumu bireye yorumlamaktır ve eğer anne bunda başarılı olmazsa, bu görevin çok daha sonra bunu yapması daha güç olan hekime düşmesi çok olasıdır. Annenin bedensel ve ruhsal ilişki olarak büyük bir avantajı vardır; o, bir çocuğun herhangi bir zamanda sahip olamayacağı kadar büyük bir sevgi ve arkadaşlık deneyimidir. Onun görevi, çocuğun daha önce fiziksel yönden kendisine bağlı olması gibi, büyümekte olan çocuğu zihinsel

yönden kendisine bağlamak, çocuğun gelişen bilinçliliğini toplumun, çalışmanın ve aşkın gerçek ve normal anlayışlarıyla beslemektir. Bu yolla anne, yavaş yavaş çocuğun ona olan sevgisini ve bağımlılığını topluma ve tüm çevreye karşı hayırsever, kendinden emin ve sorumlu bir tutuma dönüştürür. Bu, anneliğin ikili bir işlevidir: Çocuğa insan arkadaşlığı deneyiminin en tamamlanmış olanını vermek, sonra da bunu başkalarına karşı bir yaşam tutumu olarak yaygınlaştırmak.

2. YAŞLICA BİR KADININ AŞIRI KASVETİ

Psikoz olarak adlandırdığımızın birden ortaya çıkması olasılığı, mutlaka durumunu korumak için uzun süredir verilen bir mücadelenin ardından gelir. Bu durum sonucunda bireyin yaşamın üç sorusu karşısında direnci kırılır ve her adım mantığı hiçe sayarak atılır.

Bu bağlamda, mantıklıyla kastettiğimiz yaşamın gerçek bir sorununu çözmek için yapılan girişimin anlaşılabilir olmasıdır. Mesleğin ve sevginin dışında kalmış yaşlıca bir kadının yaşamı, psikotik gelişmeye bir örnek olarak gösterilebilir. O kızgındır, çünkü toplum, çocukları ve eşinin ailesi ona yeterince ilgi göstermemektedir. Eğer başkalarının yaşamlarına karşı güçlü bir ilgi duyacak kadar toplumsal bir ilgi geliştirmemişse, onun vakası gerçekten zor bir vakadır; çünkü, üstünlük amacı onu da herkes kadar kendisine çekmektedir ve çabası belirli bir hedefe yönelik değildir. Ama zayıflığını sömürerek başkalarını etkileyebilmektedir. Tümüyle umutsuz bir kişi rolünü oynayarak yeniden dikkat odağı durumuna gelebilir ve yaşam sahnesinde bir aktris olabilir. Kendisini kayıp bir kişiyle özdeşleştirerek kişiliğinin yıkılmasının önüne geçecek ve başkalarının onu ihmal etmek yoluyla mutsuzlaştırması yerine, o kendisini aşırı kasvetin içine daldıracaktır; bu davranış biçimi ona başkalarının duy-

gularını kasvetli olmak yoluyla etkileme gücü de sağlar. Nevrotik kişilerde, gurur ve hırsın, ihmal edildiklerini açığa vurmayı engellediğini görürüz, bu nedenle başkalarını doğrudan suçlamazlar. Yaşamın bu aşamasında görmeyi beklediğimiz öfke, bu nedenle genel olarak bastırılmış ve gizlenmiştir, ama ara sıra patlak verir ve onlar tüm suçlamaları kendilerine yönelterek umutsuz tutumlarına kılıf uydururlar. Melankoli vakalarında birçok kişi öz-kınama sonucu intihar eder; bunu yaparken bazen cafcaflı bir biçimde başkalarının suçsuzluğunu ilan ederler.

3. MELANKOLİYE TUTULMUŞ HÜKMEDİCİ BİR EŞ

Kırk altı yaşında, çok zeki bir kadın, bana gelmesinden sekiz yıl önce, üç yıl boyunca melankoli çekmişti. Hastam on altı yaşındayken evlenmişti, evlilik yaşamının ilk on yılında çocuğu olmadığından bir çocuğu evlat edinmiş, ama ona gerçek annesi olmadığını söylememişti. Bu durum, çocuğu ileride çoğu zaman mutsuzluğa götürecek bir durumdur. Bundan sonra kadının iki kızı oldu. Kadın evlilikten sonra kocasının bürosunda çalıştı, böylelikle onun işleriyle ilgili her şeyi öğrendi, ama birkaç yıl sonra kocası işine bir ortak aldığı zaman, azalan öneminden ötürü büroda çalışmak istemedi. Sürekli olarak ortakla münakaşa etti, babası hastalandığı zaman işten ayrıldı ve babası sağlığını yeniden kazanınca melankoli hastası oldu. Kocasının ticari işlerini ondan gizlediğinden kuşkulanıyor ve bilmek istediği her şeyi kocası ona hemen söylemezse ağlıyordu. Onun istediği kocasının üstünde egemenlik kurmaktı ve ağlama ona boyun eğdirmek için başvurduğu bir yoldu. Ağlama genellikle başka bir kişiye yöneltilmiş bir suçlamadır. Kocasının işi parasal yönden tatmin ediciydi ve onun işyelişinin tüm ayrıntılarını bilmek zorunda değildi, ama eğer her şeyi bilmezse kendisini dışlanmış ve aşağılanmış hissediyordu.

Bu kadın güçlü bir kadındı ve zayıf bir adam olan kocasını yönetmek için onunla evlenmişti; doğal olarak, eşit bir eş seçimi genellikle daha yüksek bir cesaret derecesini gösterir. Evlilik, birbirlerinin yaşamını rahatlatmak ve zenginleştirmek için iki kişinin bir arada yaşamaya kararlı olduğu yapıcı bir görevdir; bir kimse karşısındakini "kurtarmak" umuduyla –toplumsal merdivende daha düşük bir basamaktaki ya da alkolizm, morfinmanlık ya da tembellik gibi– kötü yaşam biçimi olan birisini seçerse, gizli üstünlük arzusunu açığa vurmuş olur.

Bu kadın gerçek bir melankolinin temel işaretlerini gösteriyordu. Sürekli kilo kaybediyor, uyku uyuyamıyor ve her zaman akşama göre sabah daha çökmüş oluyordu. Tüm ailesinin yoksulluğa ve açlığa mahkûm olacağından korkuyordu. Bu vakayı ele aldığım zaman ilk amacım onu kocasıyla uzlaştırmak olmuştu. Hastama kocasının yaşlanmakta olduğunu, ona kızmak yerine daha diplomatça davranması gerektiğini anlatmaya çalıştım. Ağlayarak onu boyun eğici bir duruma getirmek yerine daha iyi yöntemlerin olduğunu anlattım; hiç kimse sürekli baskıyı kaldıramayacağından, daha zayıf olan her zaman bir tür direnme gösterecekti ve eğer insanlar bir arada uyum içinde yaşayacaklarsa, birbirlerine eşit muamelesi yapmalılardı.

Nevrotiklerin tedavisinde her zaman uygulanabilecek en basit ve dolaysız yöntemi kullanırım, ama bu vakada hastaya, "Hükmedici bir kadınsınız ve şimdi hastalık yoluyla yönetmeye çalışıyorsunuz" demenin hiçbir yararı olmazdı, çünkü kırılacaktı. Önce onu kazanmalıydım ve mümkün olduğu kadar onun tarafını tutmalıydım. Her nevrotik kısmen haklıdır. Eğer bu kadın ilerleyen yaşından ötürü kendisini değer verilmekten yoksun bırakılmış hissetmeseydi – günümüzün kültüründe kadınlar için gerçek bir yoksun bırakılma- prestijine bu kadar uygun olmayan bir biçimde sarılmazdı. Ancak yavaş yavaş ne yapmakta olduğunu anlamasını sağladım.

Aynı zamanda bu hasta -çoğu zaman böyle bir durumda oluşan- bir suçluluk kompleksi geliştirdi. Yirmi beş yıl önce kocasını başka bir erkekle aldattığını anımsadı; bu süre içinde bu olay onun yaşamında ek bir rol oynamamıştı, ama o bunu birden kocasına söylemiş ve sonra kendisini suçlamıştı. Freud'cu yorumundan ötürü tümüyle yanlış anlaşılan şu suçluluk kompleksi, artık itaatkâr olmayan kocasına karşı onun epey açık bir saldırısıydı. İtirafta bulunarak ve kendisini suçlayarak kocasını yaralayabilirdi. Kim bunun, çeyrek yüzyıl sonra kendisini bağışlatmaya çalışan gerçeğin yüceliği vakası olduğunu düşünecek kadar saf olabilir ki? Çoğu zaman gerçek korkunç bir saldırı silahıdır. Gerçekle yalan söylemek, hatta cinayet işlemek bile mümkündür.

Son derece nüfuz edici ve bizim de Bireysel Psikoloji'de kullandığımız bakış açısıyla, **Nietzsche**, suçluluk duygusunu yalnızca kötülük olarak tanımlamıştır. Nevrotik vakaların çoğunluğunda gerçek, suçluluk kompleksinin onun oluşumuna meydan vereni yaşamın yararsız yanına yerleştirmek için bir yol olarak kullanıldığıdır. Bu, bir yalan söyledikten sonra komplekse kapılan bir çocuğun vakasında genellikle görülür; çocuk bu düzenlemeyle saygıdeğer bir yararsızlık rolü oynayabilir. Eğer çocuk zararsız bir yalan söylemiş olduğundan ötürü çok üzülürse, herkes onun dürüstlüğüne şaşıracaktır.

* * *

Tedavinin dolaylı yöntemine dönecek olursak: Dolaylı yöntemi özellikle melankolide tavsiye ederim. Anlayışa dayanan bir ilişki kurulduktan sonra, davranış değişikliği için iki aşamalı önerilerde bulunurum. İlk aşamada şunu öneririm: "Yalnızca size hoş geleni yapınız." Hasta genellikle şöyle yanıtlar: "Hoş olan hiçbir şey yok." Buna şu yanıtı veririm: "O za-

man hiç olmazsa hoş olmayanı yapmak için çaba harcamayın." Durumunu düzeltmek için genellikle hoş olmayan şeyleri yapmaya teşvik edilmiş olan hasta, bu önerimde ondan yana olan övücü bir yenilik bulur ve davranış biçimini düzeltebilir. Sonra, ikinci davranış kuralını ima ederek şöyle derim: "Bu daha zordur ve bunu yapıp yapamayacağınızı bilmiyorum." Bunu söyledikten sonra susarım ve kuşkuyla hastaya bakarım. Bu yolla onun merakını uyandırır, dikkatini çeker, sonra devam ederim: "Eğer bu ikinci kuralı uygulayabilseydiniz on dört günde tedavi olurdunuz. Bu, arada sırada başka bir kişiyi nasıl sevindirebileceğinizi düşünmektir. Bunu uygulamak kısa bir süre sonra uyumanıza yardımcı olurdu ve tüm sıkıntınızı dağıtırdı. Kendinizi yararlı ve değerli hissederdiniz."

Önerime çeşitli yanıtlar alırım, ama her hasta bunu uygulamanın çok güç olduğunu düşünür. Eğer yanıt, "Ben hiç sevinç duymuyorum, başkalarını nasıl sevindirebilirim?" ise, bu olasılığı şöyle söyleyerek ortadan kaldırırım: "O zaman dört haftaya ihtiyacınız olacaktır." Eğer yanıt daha saydamsa: "Beni kim sevindirir ki?" Bunu, belki de oyunun en güçlü hamlesiyle karşılarım: "Belki de kendinizi biraz şu şekilde eğitmeniz daha iyi olur: Aslında herhangi bir kimsenin hoşlanması için bir şey yapmayınız, ama yalnızca bunu nasıl yapabileceğinizi düşününüz."

"Evet, bu çok kolay; bu her zaman yaptığım bir şeydir." diye yanıtlayan melankoli hastalarından, başkalarına egemen olmak amacıyla lütuf dağıttıkları konusunda kuşkulanılmalıdır. Onlara şöyle derim: "İlgi gösterdiğiniz kişilerin bundan gerçekten hoşlandıklarını düşünür müsünüz?" Bazen, hasta için şimdilik bunun çok güç olduğunu kabul ederek bundan vazgeçerim, çünkü hastanın eğitime ve alışkanlık kazanmaya gereksinimi vardır; bu uzlaşma yoluyla daha yumuşak bir yöntem öneririm: "Gece aklınıza gelen tüm fikirleri belleğinizde tutunuz ve ertesi gün onları bana söyleyerek beni sevindiriniz."

Ertesi gün, daha önce kaç gündür uyumayan böyle bir hastaya, gece yarısı ne düşündüğü sorulduğunda, muhtemelen şöyle bir yanıt verir: "Bütün gece uyudum." Ama, hekim zaferin çok erken gelmesinden çekinmelidir. O, gayretle tüm yararlı gerçekleri toplamayı sürdürmeli ve hastanın yaşam tarzını zihninde yeniden oluşturmalıdır.

Bu vakaları ele aldığım sırada çok olağan olan intihar felaketiyle karşılaşmadım ve bunun nedeninin bu dolaylı tedavinin şiddetli gerilimi azaltması olduğuna inanıyorum. Hastanın çevresindeki herkese onu azarlamamaları, zorlamamaları ya da eleştirmemeleri ve ona daha elverişli bir konuma geçmesinde yardımcı olmaları anlatılmalıdır. Melankoli, çevrede bulunanların hastadan daha çok acı çektiği bir hastalıktır ve akrabalar bazen bu gerilime katlanamaz hale gelirler. Benim tavsiyem şudur: "Hastayı artık kontrol altında tutamayacağınızı hissetmenizden beş dakika önce onu bir ya da iki görevlinin sorumluluğuna veriniz." İntiharın tehdit edici olduğu aşama budur.

Melankoliyle birlikte mani ve daha ağır nevrozlar, hasta tarafından yaşamın gerçek işine kendi yaklaşımını engellemek için bir barikattır ve bu bazen psikozun manik depresif delilik türünde yerleşmesinden önce gelir. Daha önce gördüğümüz gibi, ruhsal rahatsızlığın ilk zorlu evresi, değişmez bir biçimde acil bir sorunun çözüm için baskı yaptığı ve hastanın cesaretini yitirdiği zamandır. Mani durumunda ruhun bu korkaklığının üstesinden gelme çabası vardır ve hasta kendisini ileriye doğru iter, hareketlerini abartır, gereksiz bir heyecanla konuşur ve güler. Hasta neşeli ve sinirlidir, büyük projeleri vardır, çok üstündür, gücünden ötürü şişinir ve güçlü cinsel eğilimler sergiler. Bu hastalar gözetlenmelidir, yoksa zarar verebilirler, ama hastalıklarının bu evresi kısa bir süre sonra yakıtını tüketen ani bir parlamadır. Doğal ve olağan sonuç bir melankoli evresidir; bu durumda hasta kendisini kesinlikle ifadeden alıkoyduğundan, hiçbir koşul

altında kısıtlanmamalıdır. Manik depresif delilikteki bu değişmeler, yaşamlarının çok başlarında aynı şekle benzer hafif davranış evreleri göstermiş bireylerce sergilenir. Bu evreler, hızla depresyona dönüşen bir heyecanla başlarlar. Bu eğilim hastaların el yazısında bile görülür; böyle bir durumda bir sözcüğün ilk harfi çok iri yazılmışken ötekiler giderek küçülürler ve satırın altına sarkarlar. Parlak başlangıçlar ve birden düşüşler bu hastaların yaşam öykülerinde aralıklarla tekrarlanır.

Yaşamın ilerlemiş bir döneminde başlayan siklotimi* gibi manik depresif delilik, genel felce benzeyen bir görüntü verebilir ve teşhiste karışıklığa neden olabilir. Böyle bir vakada klinik semptomlar belkemiği sıvısının incelenmesiyle desteklenmelidir. Yalnızca bir kez felç krizinin geldiği vaka sayısının çok olması nedeniyle, bu önemlidir; oysa, doğal olarak, siklotimi tekrarlayıcı niteliktedir. Bir keresinde, manisi çok hızlı duran bu türde bir hastam olmuştu. Onu akıl hastanesinde ziyaret ettiğim sırada, birkaç gün önce bakıcılar ona kötü davrandığından, kendisini evine götürmem için bana yalvarmıştı. Hasta iyileşmeye başlamıştı ve durumu her saat düzeliyordu, bu nedenle onu evine götürdüm. Masaya oturduğumuz zaman keyifle şöyle dedi: "Bakınız, yaşamımda bu benim için her zaman böyle olmuştur. Her istediğimi elde ettim." Ben onun yalnızca ağır bir biçimde hırpalandığını düşündüğüm sırada, o akıl hastanesinden çıkmış olmaktan başka bir şey düşünmüyordu. Sağduyunun nesnelliğiyle maninin temeli olan bir tür "kişisel zekâ" arasındaki fark işte budur.

* *siklotimi (cyclothymia)*: Neşe ve hüzün gibi iki aşırı duygu kutbu arasında gidip gelen ve değişen ruhsal durum. (Kayn. Meydan Larousse, Meydan Yayınevi, 1973, 11. cilt, s.323) (Ed. n.)

III. BÖLÜM

TOPLUMSAL DUYGU YOKSUNLUĞU VE ERKEKSİ PROTESTO

III. TOPLUMSAL DUYGU YOKSUNLUĞU VE ERKEKSİ PROTESTO

Bireysel Psikoloji bilinci ve bilinçdışını ayrı ve çatışan varlıklar olarak değil, tek ve aynı gerçeğin bütünleyici ve işbirliği yapan parçaları olarak ele alır. Gerçek, fizyolojik ya da biyolojik yapıda değildir ve herhangi kimyasal ya da teknik bir deneye gelmez. Örneğin, kaygının sempatetik ve parasempatetik sinirleri etkilemesi kaygının nedenini açıklamaz. Kaygının kökeni bedensel değil ruhsal âlemdedir: Onu ne cinselliğin baskılamasına ne de çocukluk döneminin koşullarına bağlarız, oysa bu faktörlere gereken önemi de vermişizdir. Böyle bir gerçekte bize en önemli görünen, örneğin, çocuğun kaygıyı üstünlük amacına ulaşmak için kullanmasıdır – anne üzerinde denetim sağlamak için. Kızgınlığın en doğru fizyolojik ve nörolojik tanımının, onun bir kişiyi ya da durumu baskı altına almak için nasıl kullanıldığıyla ilgili gerçek deneyimimizle kıyaslandığında, bize hemen hemen çok az pratik bir değeri varmış gibi görünür. Bu konuda, doğru ve yalnızca psikolojik olan tek görüş noktasını ele almış olduğumuza, duyguların, heyecanların ve düşüncelerin bedensel koşullara ve kalıtımsal içgüdülere yüklenmesinin –ki bu neredeyse tüm öteki psikolojilerin temelidir– her zaman abartmalara ve hatalara yol açacağına inanıyoruz. Her zihinsel ve bedensel işlevin mutlaka kalıtımsal malzeme tarafın-

dan koşullandırıldığını tartışmanın çok uzağındayız, ama tüm ruhsal aktivitede gördüğümüz, belirli bir amaca ulaşmak için bu malzemenin kullanılma şeklidir. Şimdiye kadar açıkladığım tüm vakalarda, duygular ve heyecanlar belirli bir amaca ulaşma yönünde ve bunun için gerekli olan ölçüde geliştirilmişti ve bu vakalarda bu amaç nevrotik bir nitelik taşımaktaydı. Kaygı, hüzün ve diğer tüm tezahürün yaşam tarzından kaynaklandığını tahmin edebilirdik; ve hareketleri, ruhun atölyesinin içine bize bir içgörü sağlayan rüyaların, duyguları genel çabalamaya uygun olarak düzenlemekte nasıl bir rol oynadıklarını da gördük.

Eğer hüzün kişinin amacına ulaşması için gerekliyse, doğal olarak birey mutluluğu elde edemez, çünkü o ancak kendisini kötü hissettiği zaman mutlu olabilir. Yalnız, duyguların nasıl isteniyorsa öyle ortaya çıktıklarını ve öyle kaybolduklarını görüyoruz. Agorafobisi olan bir kişi evdeyken ya da başka bir kişiyi başarıyla kendisine bağımlı hale getirdiğinde kaygı duygusundan kurtulur. Nevrotiğin eğilimi, yaşamda kendisini fatih gibi hissettiği bölümler dışındaki bütün yaşam alanını deneyiminden dışlamaktır. Nevrotik, kendi içinde bazı ruh halleri ya da heyecanlar yaratmak yoluyla dünyanın istenilmeyen, fethedilemeyen bölümünü geri itebilir ve onu yok sayabilir. Hatta başını bir devekuşu gibi, ruh hallerinin içinde boşu boşuna saklar.

Böyle olmakla birlikte, ruh hali dalgalanmalarının ve onları yönetmenin altında, nispeten değişken olmayan gerçek kişilik yatar. Örneğin, bir korkak, daha zayıf bir kişiye karşı kibir ya da korunmalı bir durumda cesaret gösterse bile, o hâlâ bir korkaktır; onun bekçi köpekleri, silahlar ve polislerle çevrili olduğu zaman kaygıdan kurtulmuş olmasına aldanmayız. Onun kişiliği aşırı korunma isteğiyle kendisini gösterir. Kibirli bir adam çok kibar ve yumuşak başlı bile olabilir, ama onun kendisini ast konumda olanlarla çevrelediği-

ni görürüz. Bireyin gerçek kişiliğini tahmin etmek için seçtiği ya da oluşmasına izin verdiği çevreye gereken önemi her zaman tam olarak vermeliyiz.

* * *

Bireysel Psikoloji'de toplumsal duygu dediğimiz, bireysel insanların tüm doğal zayıflıkları için gerçek ve kaçınılmaz olan bir dengelemedir. İnsan, biyolojik yönden bile düşünülse, olgunlaşmasından önce herhangi bir hayvandan çok daha uzun bir süre başkalarına bağımlı olma gereksinimi duyar, kesinlikle toplumsal bir varlıktır: İnsan annesi de doğum öncesinde, sırasında ve sonrasında daha bağımlı bir durumdadır. İnsanın var olabilmesi için ona gereken yüksek düzeydeki işbirliği ve toplumsal kültür, zorlamalı olmayan toplumsal çabayı gerektirir ve eğitimin en önemli amacı bunu harekete geçirmektir. Toplumsal duygu doğuştan gelme değildir; bu, bilinçli olarak geliştirilmesi gereken gizli bir doğal güçtür. Toplumsal "içgüdü" olarak adlandırılan herhangi bir içgüdüye güvenemeyiz, çünkü bunun ifadesi çocuğun çevreyi algılamasına ya da ona bakışına bağlıdır. Görmüş olduğumuz gibi, toplumun bu vizyonunun gelişmesinde en önemli faktör annedir, *çünkü her çocuk güvenilebilir hemcinsiyle ilk ilişkisini annesinin içinde kurar*. Yaşamın ilk dördüncü ya da beşinci yıllarında, kalıtımsal yeteneklerini ilk izlenimlerine uydurarak, çocuk kendi prototipini oluşturur ve yaşam tarzının değiştirilemez temelini atar. İleride daha iyi formüle edilmiş yaşam tarzına dönüşen ve yaşamın ilk üç sorusunu koşullandıran işte budur. Başlangıçta ya da erken dönemde önemli olan annenin sağlığıdır; ikinci dönemde, onun zihniyeti ve bakış açısının genişliği çok önemlidir.

Anne, çocuğun davranışındaki ilk önemli ve özellikle insancıl olan değişikliği ortaya çıkarır. Onun etkisi altında çocuk önce arzularını ve organik dürtülerini engeller ve istedi-

ği şey için gösterdiği çabalarına ertelemeler ve dolambaçlı yöntemler getirir. Yaşamın tüm güçlüklerinin üstesinden gelmek ve üstünlük kazanma çabalarının amacı, aynı zamanda çocukluk döneminin uyarıcısıdır ve bu neredeyse kesin bir güçsüzlük duygusuyla başlar. Çocuk için, dikkatli ve iyiliksever anne, onun amacının koruyucusudur – bu amaç büyük ölçüde somut türde olsa da. Ama böyle bir amaç sürekli var olamaz: Annelik sanatı çocuğun kendi yaşam tarzını oluşturması ve üstünlüğünü giderek artan yararlı yollarda araması amacıyla, çocuğa başarıya kendi çabalarıyla ulaşması için özgürlük ve fırsat vermektir. Sonra anne çocuğun yavaş yavaş başka insanlarla ve daha geniş bir çevreyle ilgilenmesini sağlamalıdır. Anne, şu iki fonksiyonu –özgürlük tanımak, evi ve dünyayı çevreleyen durumla ilgili gerçek bir başlangıç anlayışı kazandırmak– yerine getirmesi oranında çocuğun toplumsal bir duygu, bağımsızlık ve cesaret geliştirdiğini görecektir. Çocuk da bu oranda bir insan ve dost, iyi çalışan bir kişi ve aşkta gerçek bir partner olmakla kendi amacına ulaşacaktır. Sökülüp atılamaz üstünlük isteği, yaşama böyle bir başlangıçla toplumsal duyguyla birleşecek ve yaşamın yararlı yanında yürekli ve iyimserlik dolu bir etkinlikle kendini gösterecektir. Yaşam boyunca bir bireyin tüm duyguları, onun prestij için bireysel çabalamasını içeren toplumsal duygu miktarı tarafından değişikliğe uğrar.

Sorunlu çocukların, nevrotiklerin, suçluların, cinsel sapıkların, fahişelerin ve intihara kalkışanların davranışı gibi yaşamın yararsız yanındaki her çeşit eylemin kökeni, sonucu özgüven kaybı olan, az ya da çok bir doğrulukla *toplumsal duygu* yoksunluğundan ötürüdür. Çünkü, çocuk yuvasından iş yönetimine, okul arkadaşlığından evliliğe kadar uzanan, yaşamda gerçekleştirilmesi zorunlu olan her uyumun, dolaylı ya da dolaysız, toplumsal bir eylem olduğunu anlamamız gerekir. En erken zamanlardan başlayarak temelde sosyal ya da antisosyal türde yeni fikirler ve olaylarla karşılaşı-

rız; bu, nötr olamaz. Örneğin, çevresindeki hastalık ve ölümden dehşete düşmüş bir erkek çocuğunu düşünün. Doktor olmak ya da ölüme karşı savaşmak kararlılığıyla korkularını hafifletebilir. Bu, başkalarını gömen bir mezar kazıcısı olmaktan açıkça daha toplumsal olan bir fikirdir – bu tepkiyi o konumdaki bir erkek çocukta bulmuştum. Sosyal bir duygu ruhun yukarı doğru çabalamalarına ilk kez yavaş yavaş aşılandığı zaman, o otomatik bir kesinlikle hareket eder, her düşünceyi ve eylemi renklendirir ve bu otomatikleşmiş toplumsal duygunun eksik olduğu yerde bireyin ilgi alanı da benmerkezlidir ve kendini güçsüz ya da bir hiç gibi hisseder. Bu duyguyla az ya da çok onun öteki tüm duyguları birbirlerine bağlıdır: Onlar varlıklarını tek başlarına sürdürmezler ya da eylemi denetim altına almazlar, ama çoğunlukla bunu yapmak için kullanılırlar – ve doğal olarak, zaman zaman ikincil kararlarımızı etkilerler.

* * *

Güçsüzlük duygusu ya da "aşağılık duygusu" Bireysel Psikoloji'nin kök kavramıdır. Bu, hangi biçimi alırsa alsın, ancak bireyin *eylemlerinin* yeterli bir incelenmesi sonucu doğru olarak tahmin edilebilir. Bunun doğru olarak teşhisi yaşamın başlangıcında belki daha da zordur; yaşamın çok başlangıcında içgüdülerden kaçınmak ve duyguyu sahibinden saklamak için epey çaba harcandığını görürüz, ama başlangıçtaki bu erken anlatımların çoğu organların gücüne ya da zayıflığına ya da çevrenin dostluğuna ya da düşmanlığına bağlıdır. Oysa, güçsüzlük duygusundan ne kalıtımsal organizma ne de çevre tümüyle sorumludur ya da buna ikisi birden neden olmuştur. Bunun hissedilmesinin derecesi bu iki faktörden, *artı* çocuğun tepkisinden ötürüdür. Organizması ve çevre arasında bilinçli bir ilişki olarak, çocuğun ruhunun belirli olmayan nedensel bir gücü olduğu görünümü vardır: Sonuç-

ta, normal ya da anormal, hiçbir zaman matematiksel kesinlikte bir tepki göstermez. Yaşam, ölüm malzemesinin aksine, hemen hemen kesin olmayan –ve spontane– bir biçimde her zaman böyle tepki gösterir.

Yine de, kolaylık olsun diye, güçsüzlük duyusunun bazı çeşitlerini tipik nedenlere göre sınıflandırabiliriz. Buna göre, üç tip nevrotik çocuk vardır – bozuk organları olanlar, şımartılmış olanlar ve kendisinden nefret edilmiş olanlar. İster doğuştan ya da sonradan edinilmiş olsun, fiziksel bozukluklar her zaman aşağılık duygularına neden olurlar ve belirli bir bozukluğu dengelemek için burada özel bir çaba harcandığını görebiliriz. Örneğin, doğuştan solak olan ve yalnızca sağ elini kullanması için eğitilen birçok kişi, sanata yönelerek elle yapılan işe karşı yetersizlik duygularını gizler. Bir müzisyenin ya da ressamınki gibi çok büyük bir tutuş hüneri ve inceliği, onların yaşam amacının bütünleyici bir faktörü durumuna gelir. Ayrıca, iç seçimleri iyi görememe tarafından etkilenmiş olan birçok ressam ve şair de vardır. **Milton** ve **Homeros** bu son dengeleme olayının belirgin örnekleridir. **Beethoven**'in sağırlığında ve **Demosthenes**'in* kekelemesinde de üzerinde çabalamaların yoğunlaştığı noktaları görürüz.

Benim ve meslek arkadaşlarımın dâhi sanatçıların ya da yüksek yeteneklilerin çalışmalarında bu dengeleyici faktöre çektiğimiz dikkat birçok kişiyi öfkelendirmiştir ve onlar bulgumuzun sürekli olarak doğrulandığını yadsımaya çalışırlar. Ama onların karşı çıkması, Bireysel Psikoloji'nin bulgularının yanlış anlaşılmasından ötürüdür. Organik kusurluluğun dehanın etkili nedeni olduğunu varsayacak kadar budala değiliz. Freud'culardan birçoğu insan dehasının en yüce çalışmalarına doğrudan cinsel bastırmaların neden olduğunu varsaymışlardır, ama biz bunun gibi ayrıksı bir genelleme yapmıyoruz. Bize göre, dehası olan bir insan birincil olarak

* Bir söylentiye göre, kekeme olduğu için, ağzına çakıl taşları koyup konuşma denemeleri yaparak, bu kusurunu gidermeye çalıştı. (Ed. n.)

en yüksek derecede yararlı olan bir insandır. Eğer o bir sanatçıysa kültüre yararlıdır, çalışmalarıyla binlerce eğlence hayatına yaşamına değişiklik ve değer kazandırır; ve bu değer, yalnızca boş bir parıltı değil de gerçekse, yüksek düzeyde bir cesaret ve toplumsal sezgiye dayalı olur. Dehanın kökeni ne kalıtımsal organizmada ne de çevresel etkilerde yatar; toplumsal yönden kabul gören eylem olasılığı dahil, daha önce değinmiş olduğum bireysel tepkinin üçüncü alanı içindedir. Böyle olmakla birlikte, onun özelleşmiş *anlatımının* seçiminde, en yüksek yetenek ona doğuştan kazandırılmış organizma tarafından koşullandırılır ve organizmanın en büyük *bozukluğundan*, kendisine özgü olan yoğunlaşma üslubunu kazanır.

Ancak çok sayıda gözlem sonucu kazanılan bu ilkenin bilinmesi organik bozukluğu olan çocukların tedavisinde çok yararlıdır ve bizi aşırı dengelemenin birçok tehlikesinden korumakta yardımcı olur.

Daha çok alıcı bir konumda olan şımartılmış çocuk, kendi güçlerini kendisine hiçbir zaman kanıtlayamaz. Deneyimine göre şekillenmiş olan amacı, ailenin merkezi, dikkat ve ilginin odağı olmaktır. Her zamanki semptomlar şunlardır: Kızgınlık, hoşnutsuzluk, dağınıklık, kaygı, altını ıslatma, tecrit edilmekten kaçınmak için çaba harcama ve okula gitme isteksizliği. Tedavi kolaylıkla ne yapılacağını gösterir; ama, çoğu zaman, epey olağandışı bir aşağılık duygusunu dikkate almamamız gerekir.

Nefret edilen çocuk, hiç kimse tarafından şımartılmamış olmaktan daha kötü bir durumdadır. Onun amacı kaçmak ve başkalarından güvenli bir uzaklıkta durmaktır. Gaddarlık, kurnazlık ve korkaklık semptomlardan bazılarıdır. Böyle bir çocuk genellikle bir kişinin gözünün içine uzun süre bakamaz, konuşamaz ve küçük düşme korkusuyla duygularını gizler. Onun sürekli hata bulma eğilimi, bazı durumlarda yararlı eleştiri yönünde geliştirilebilir.

Hiçbir ruh özgürlük içinde gelişmez. Herkes dünya ve evrendeki en yakın çevresiyle zihin, duygu ve beslemeyle ilgili bir bağımlılık içindedir, ama öylesine bağımsızdır ki, bu ilişkileri bilinçli olarak ele almalıdır: Onları yaşamın soruları olarak yanıtlamalıdır. Yaptığı her şey bir yanıttır-kuşkusuzdur – bu yanıt, onun verebileceği en iyi yanıttır. Sonsuz bilgiyle kutsanmış değiliz ve en mantıklı umudumuz, büyük bir yanlışlıkla yanıtlamamaktır, bu nedenle Bireysel Psikoloji dahil, tüm görüşleri sınamalı ve onların doğruluklarını dikkatle saptamalıyız. En iyi hünerimiz sağduyuyla uygulanmalıdır.

Nefret edilen çocuklar da yaşamı buldukları gibi kabul ederler, tasarlayabildikleri en iyi tepkilerle ona yanıt verirler ve yavaş yavaş bu tepkileri yaşamın mekanik bir şekli halinde sabitleştirirler. Yaşamın üç sorunu, kendilerini birbirini izleyen hangi biçimde ortaya çıkarırsa çıkarsın, bundan sonra bu üç yaşam sorunuyla, bu sabit davranış biçimiyle yüz yüze gelinilecektir, bu davranış biçimine deneyim tarafından ne kadar çok ayrıntı katılmış olsa da. Yaşamlarındaki olağandışı gerilim, bu çocukların ortalama çocuğunkinden daha yüksek bir güvenlik ve üstünlük amacı edinmelerine neden olur. Tüm izlenimleri, algılamaları ve tutumları önyargılı durumlarının perspektifiyle koşullanmıştır: Bu nedenle onların yaşamdan öğrendikleri, eski görüşü daha çok ayrıntıyla doldurmalarının dışında, nadiren yeni bir görüştür.

Bu tip çocukta aşağılık duygusunun üç tipik vurgulamasıyla karşılaşırız. Bunların hepsi toplumsal ilişkiyi zayıflatır ve bireyi giderek daralan bir ilgi alanına tecrit etme eğilimi gösterir. Toplumsal olmayan tipler zaman zaman çok aldatıcı görünümlere bürünebilirler. Bir keresinde yardımsever davranışlarıyla çok tanınan yaşlı bir bayanı görmeye gitmiştim; onu ağlarken ve karşısında göz yaşları içinde duran yaşlı bir adamla birlikte buldum. "Sorun nedir?" diye sordum. Kadın, "Şu zavallı yaşlı adama bakınız." diye hıçkırdı. "Onun

karnı aç beş çocuğu var ve borcu olan on şilini ödemezse evinden sokağa atılacak – ve benim ona verecek yalnızca beş şilinim var!" "Ağlamayınız." diye yanıtladım. "Sizin cömert armağanınıza benim de beş şilinlik küçük bir armağan katmama izin veriniz." Yaşlı kadın bana aşırı duygusal bir şekilde teşekkür etti ve beni her zaman iyi bir adam olarak bildiğini söyledi. Artık bu yaşlı kadının çok zengin olduğunu ve onda gerçek toplumsal bir ilginin bulunmadığını anlamıştım; o ancak kendi akrabalarıyla görüşüyordu ve onlara baskı uyguluyordu. Onun hayırseverce davranışı kişiliğine hiç de zıt değildi: O zavallı adama karşı duyduğu acıma duygusu ve hüzün, istediği türdeki üstünlük duygusunu ona vermişti. Tüm yaşam tarzından ayrı olarak, tecrit edilmiş bir duygu sergilenmesini yargılamanın bir yararı yoktur. Psikolojik bir anlayış için, tüm duyguların yöneldiği amacı algılamalıyız.

1. SAPLANTILI SUÇLULUK DUYGULARI OLAN ERKEK ÇOCUK

Nevrotik ve hayali bir üstünlük oluşturulmasında suçluluk duygularının harekete geçirilmesine daha önce dikkati çekmiştim. Deneyimlerin arasında en açık örnek, babası ve ağabeyi dürüst olmakla bilinen bir ailenin ikinci erkek çocuğunun vakasıydı. İkinci çocukaların durumun da daima görüldüğü gibi, çocuğun çabalaması büyük ölçüde ağabeyini geçme çabası üstüne yoğunlaşmıştı. O, yedi yaşındayken öğretmenine yalan söyledi ve ağabeyinin ona yardım ettiği bir okul göreviyle ilgili olarak bunun tümüyle kendisine ait olduğu izlenimini yarattı. Bu ona üç yıl gizlediği bir suçluluk duygusu verdi ve bundan sonra öğretmenine giderek yalan söylemiş olduğunu itiraf etti. Öğretmen konuyu ciddiye almak istemedi, yalnızca güldü, bundan sonra çocuk babasına gitti ve ona içini büyük bir heyecan ve üzüntüyle açtı. Babası, de-

rin bir gerçeklik sevgisi olarak algıladığı bu durumdan memnun olmuştu, oğlunu teselli etti ve onu övdü. Ama, babasının bu bağışlamasıyla çocuğun depresyonu yok olmadı. O, nevrotik bir zorlanımla, bir yalancı olduğunu düşünmeyi sürdürdü. Evdeki ahlak anlayışının yüksekliğiyle ağabeyinden hem okuldaki çalışmasında daha kötü, hem de ondan daha az sevilir olma duygusunun bir araya gelmesi, onun üstün aile erdemi alanında kusursuzluk için çabalamasına yol açmıştı. O, en önemsiz bir sınır aşımında bile bunun cezasını bir ömür boyu çekmek yoluyla kanıtlayarak, kişiliğinin herkesinkinden daha sağlam olmasına kendisini gizlice adamıştı.

Çocuğun nevrozu gelişti. Çalışmalarında tam anlamıyla dürüst olmamaktan ve bu durumlarda her zaman olduğu gibi mastürbasyondan ötürü başka öz-suçlamalar da edindi. Bu öz-suçlamalar her zaman bir sınavdan hemen önce çok şiddetleniyordu. Bu yolla güçlükleri üst üste yığarak ağabeyini geçememekten ötürü kendisini bağışlanmış hissetti. Üniversiteden ayrıldıktan sonra kendisi için bir teknik eğitim kursu planladı, ama o sırada zorlanım nevrozu o denli artmıştı ki, zamanının çoğunu onu bağışlaması için Tanrı'ya dua etmekle geçiriyordu ve doğal olarak çalışmak söz konusu değildi. Bir akıl hastanesine alındı, oradakiler onun şifa bulamayacağı görüşündeydiler, ama durumu iyileşti ve oradan ayrıldı, yalnız, eğer durumu kötüye giderse yeniden oraya dönmeyi istedi. Bu noktada mesleğini değiştirdi ve sanat tarihi okumaya başladı. Ne var ki, bu konudaki bir sınava girmeden önce, olağandışı bir davranışla bunu olanak sınırlarının ötesinde bıraktı. Yortunun özel bir gününde içi kalabalık bir kiliseye gitti, herkesin içinde yüzükoyun yere kapandı ve günahkârların en büyüğü olduğunu haykırdı.

Büyük bir toplumsal toplantıda merkez konumu almaktaki bu ilginç başarıda, onun çocukluk döneminde meydana gelen aynı biçimdeki bir tutkuyu görebiliriz. Bir kilisede tüm ibadet edenler arasında en büyük tövbekâr olmak, en üst dü-

zeyde dürüst olan bir ailede yalana karşı en duyarlı olmakla aynı türde bir ayırımdır. Bu, en iyi olandan daha iyi olmaktır. Akıl hastanesine geri döndüğünde, bir gün öğle yemeğine çırılçıplak gelerek kendisini bir kez daha aynı şekilde sergiledi. O, iyi yapılı bir adamdı ve bedensel görünüşte ailesinin öteki üyelerinden hiç de farklı değildi.

Bu hastanın işten ve sınavdan kaçışı, bu normal durumlarda en önde gelemeyeceği korkusundan ötürüydü. Gerektiği zaman özellikle şiddetlenen suçluluk duygusu, onun başarılı olacağını özgüven duymadığı aktivitelerin isteyerek dışında kalması olarak görülmelidir. Ayrıca, onun kötü şöhretin ucuz başarısını kazanma eğilimi de vardı, bu onun genel amacının dışında değildi ve öğle yemeğine çıplak gelmesine ve öteki ayrıksı davranışlarına onu zorlayan buydu.

* * *

Hekimin görevi böyle bir hastanın ne yaptığını onun anlamasına yardımcı olmak ve onun toplumsal yaşama olan öz-benlikçi ilgisini yararlı etkinliğe aktarmaktır. Bu bir sanattır; Bireysel Psikolog bu konuda uygulama ve işbirliği yoluyla kendisini eğitmelidir, çünkü yalnızca bilimin ve ilkelerin bilinmesi, gerekli olan güveni kazanmasında ona hiçbir zaman yardımcı olamayacaktır. Örneğin, az önce anlattığım vakada, hastanın ziyaretinin ilk çeyrek saati içinde, bu yaşam tarzının planladığı üstünlük türünü doğru olarak tanımam gerekiyordu. Eğer bunda başarılı olamasaydım, kesinlikle ani bir direnmeye neden olurdum. Adım adım ilerleyerek onun çocukluk dönemindeki güçlükleriyle ilgili doğru anlatımını elde etmeliydim, isteksizliğini yavaş yavaş gidererek onun ağabeyine kıyasla derin değersizlik duygularını açığa vurmasını sağlamalıydım. Sonra, dürüstlüğüyle babasını nasıl etkilediğini ve kendisini ilgi odaklarına yerleştirmek için nasıl manevralar yaptığını ona itiraf ettirmek kolay olurdu.

Bireysel Psikoloji'nin yöntemi hasta için hâlâ önemli olan hataların kabulünü ve düzeltilmesini gerektirdiğinden, bu uygulamacının en üst düzeydeki sanatını ve becerisini içerir. Öteki psikiyatri okullarının nevrozları ele alışlarındaki başarılarını yadsımaktan çok uzağız, ama onlar hastaya hekimle iyi bir insan ilişkisi ya da her şeyden önce ona cesaret verdikleri zaman, deneyimimize göre, yöntemlerinden daha çoğunu başarmış olurlar. Bazen sahte bir hekimin ya da bir kırık çıkıkçının bir kişinin yaşama karşı tutumunu oldukça iyileştirdiği bir gerçektir; bir St. Anne de Beaupré, bir Hıristiyan Bilgini, bir Coué ya da Lourdes'a bir ziyaret aynı sonucu verebilir. Ama tüm ruhsal rahatsızlıkların tedavisinin hastanın kendi hatalarını anlamasının daha basit ama daha yorucu olan sürecinde yattığı inancını sürdürüyoruz.

Daha önce gördüğümüz gibi, hastalarımızın çoğunun yaşam tarzının çocukluktaki üç tipik aşağılık konuma dayandığı görülebilir. Normal bir yaşam tarzının kurulmasını engelleyen bazı uyum bozuklukları vardır ve bunlar, çocuk, evinin ötesinde daha ilk toplumsal sorunlarıyla karşı karşıya kalmadan bile önce açıkça ortadadır. Bu çocukluk dönemi hatalarından biri cinsel rolü kabul etmeyi istememektir; böyle bir durumda bir erkek çocuğu bir kız çocuğu gibi büyür – ya da bunun tam tersi olur.

Böyle hatalar çok yaygındır ve aslında herkesin bunlara karşı hafif bir eğilimi vardır. Belki de, beden ya da davranış olarak her erkeğin kadınsı olduğunu hissettiğimiz bir yanı vardır ve çoğunlukla kadınların, buna uygun olan zihinsel erkekliği her zaman göstermeden, fiziksel nitelikte erkeksi özellikleri bulunur. Böyle olmakla birlikte, çoğu zaman, yanlış cinsellik bedende değil zihindedir.

Seks bezlerinin bedene yaygın bir etkisi olduğu doğrudur. Ama, onların bireyin üstünlük anlayışını belirleme gücü çok sınırlıdır. Bir kişinin kendi gerçek cinsel işleviyle ilgili olarak kafasının karışıklığından başlıca sorumlu olan işte bu birey-

sel üstünlük amacıdır. Tersine çevrilmiş cinselliğin zihinsel semptomlarıyla uğraştığımız zaman bunu unutmamalıyız ve bezlere aşırı suç yüklememeliyiz. Zihinsel çabalamanın uzun vadede bezleri etkilediği de muhtemelen aynı eşitlikte doğrudur. Her şeyden önce hastanın cinsellik anlayışlarını, amacıyla nasıl bağdaştırdığını görmemiz gerekir.

2. HER ZAMAN ERKEK ÇOCUK OLMAYI İSTEMİŞ GENÇ BİR KADIN

Üstünlük amacı, hem gerçek hem de hayali ayrıcalıklardan ötürü, az ya da çok, günümüz uygarlığının erkeğe yüklediği erkeksi rolle her zaman özdeşleşmiştir. Bir kızın aşağılık duygusu, kendisinin bir dişi olduğunu anladığı zaman önemli ölçüde artmış olabilir ve erkekliğinden kuşku duyan bir erkek çocuk için de bu aynıdır. Her ikisi de kendilerine göre erkeksi davranış olduğunu sandıkları bir abartmayla bunu dengelerler. Koşullara göre çok değişik ve girift sonuçları olabilen bu tür bir dengeleme, benim erkeksi protesto olarak adlandırdığım dengelemedir. Bunun hem zihinde hem de dışa dönük davranışta önde gelen semptomu, karşı sekse yönelik gereksizce baskıcı bir tutumdur. Bu her zaman, dikkati çekecek ölçüde, hırslı bir yaşam tarzıyla, insan üstü bir adamın ya da çok şımartılmış bir kadının amacıyla ilişkilidir. Aşırı gergin bir davranış biçimi sergiler, bu, elverişli durumlarda maskelenebilir, ama yenilgi zamanlarında açıkça ortaya çıkar. Erkeksi protesto bir dereceye kadar anlattığım vakalarda belirtilmiştir, ama daha tipik olan bir örneği vereceğim.

Beni görmeye gelen yirmi altı yaşındaki nevrotik bir kadın altı yaşındayken annesini kaybetmiş ve bundan sonra on üç yaşına kadar hoşgörülü bir babayla yaşamıştı. Onun ilk anısı, "bebeklerle oynamaktan nefret ederdim"di. Bu, onun normal bir şekilde büyümek istemeyişinin bir işaretiydi:

Oyuncak trenlerle oynamayı yeğliyordu. Her zaman kısıtlanmamış olmayı istedi ve tipik erkeksi bir kız gibi yalnızca erkek çocuklarla oynadı. Kızlarla oynadığı zaman onların saçlarını çekti ve başka şekillerde onları rahatsız etti. "Kadınlar ve erkekler hakkında ne düşünüyorsunuz?" sorusuna, "Kadınlar her zaman düzenbazdır, erkekler kolaylıkla anlaşılır." yanıtını verdi. Bu, erkeksi gelişmeye doğru olan isteğin daha da kesin bir göstergesidir.

Parantez içinde, bir kızın trenle oynamasını, ağaçlara tırmanmasını ya da erkek çocukların oyunlarına katılmasını oynamasını hiçbir zaman yasaklamayacağımı söyleyebilirim, ama eğer çocuklar daha başlangıçta doğru cinsel rollerinin bilgisi ve hazırlığı içerisinde büyütülürlerse, ilerideki yaşamda birçok sorundan kaçınılacağına kesinlikle inanıyorum. Doğal olarak, çoğu zaman olduğu gibi, eğer çevredeki hava kadınsı yeteneksizlik ve erkeksi ayrıcalık önermeleriyle yüklüyse, yukarıda sözü edilen şey olanaksızdır.

Cinsiyet olarak kadınlara saygı duymayan herkes bir tür cezaya uğrar, çünkü onlar gerçeğe ters düşen bir tutum geliştirirler.

Hastama kadınlara ve erkeklere karşı olan duygularını anlatmasını söyledim. Bana, on üç yaşındayken insanların âşık olduklarını duyduğunda, buna gülüp geçtiğini söyledi. Yirmi yaşına gelene kadar aşk hakkında hiçbir şey bilmiyordu. Bu ve onun hevesli bir atlet olduğu gerçeği, cinsel rolünden devekuşuna benzer kaçışına neden oluyordu: Aşka gülüp geçerek onu konu dışı bırakmak ve atletizmde en iyisi olarak kadınlığını yadsımak istiyordu. Çoğunlukla kadınsı doğalarına karşı kin duyan kızların başına gelen ve onlara büyük acılar ve öfke eğilimleri veren âdet görme güçlüklerini onda bulacağımı sandım, ama onda durum böyle değildi. On üç yaşındayken, hoşgörülü babası yeniden evlendiği zaman ondan kızgınlık işaretleri göstermesi beklenirdi, ama bunları göstermemişti. Bu denli kadınca bir şey yapmayı

kendisine yakıştıramadı ve özgür olacağından babasının evlenmesine sevindi. Ama, o zamandan sonra babasıyla arası bozulmaya başladı, evde hır gür çıkardı ve evi terk ederek toplum hizmeti veren bir işte çalışmak istediğini söyledi. Parasal bağımsızlık yoluyla babasını yenilgiye uğratmak istiyordu. Toplum hizmeti veren bir işte çalışmak isteği çocukların üzerinde baskı kurmak düşüncesinden kaynaklanıyordu.

Doğal olarak, hastaların çoğu zaman ifade ettikleri, ailelerinden para almama isteğini biliyoruz. Bir hasta bana artık ailesinden para almayı istemediğini söylerse, çoğu zaman ona şöyle derim: "Alsanız iyi olur. Bu sonunda onlara daha ucuza gelir."

Bu hastanın pek çok erkek arkadaşı vardı, ama o hiç âşık olmamıştı. Erkeklerin ve kızların yaklaşık on iki, on üç yaşlarında âşık olmaları olağandır, ama onların beş ya da altı yaşındayken âşık olmaları da olağandışı değildir. Yirmi üç yaşına gelmiş ve böyle bir deneyimi olmamış bir birey buna hazır değildir. Aşk, onun için erken bir hazırlık dönemi gerektiren bir yaşam görevidir ve aşk için eğitilme kişinin yaşam eğitiminin bütünleyici bir parçasıdır. Normal aşk ve eşcinsellik gibi onun tüm sapkınlıkları bir eğitim ve öğrenim sorunudur.

Yirmi üç yaşındayken bu kızın aşk sandığı bir duygusu oldu; bundan önce hiç kimseyi beğenmediği kadar bir adamı beğendi ve bu gönül serüveni cinsel ilişkiye yol açtı. Bu özgür cinsel ilişki, bu kızın bağımsızlık çabasının, babasına karşı çıkmasının ve bir erkek gibi olmak kararlılığının bir parçasıydı. Adamın duyguları değişti ve bir süre için ortadan kayboldu. Bu yenilgiyi kaldıramayan kız onun peşinden gitmeye çalıştı, ama bunun sonucu, kızların kur yapmasının küçük düşürücü olduğunun öğretildiği ve erkeklerin kolaylıkla elde etmekten çekindikleri uygarlığımızda beklenilenin aynısı olmuştu. Adam gittikçe daha fazla soğudu ve hastam sonunda onu başka bir kızla gördü, bundan ötürü ona serzenişte bulundu ve bir tartışma sırasında adam ona bayağı bir kız ol-

duğunu söyledi. Bundan sonra adam tümüyle ortadan kayboldu ve öteki kızla evlendi.

Bu olaydan bir süre sonra hastam erkeklerle olan ilişkilerini yalnızca spor ve atletizm ilişkileriyle sınırladı ve onların başka yaklaşımlarından kaçındı: Bir erkek arkadaşı onu öpmek istediği zaman oradan uzaklaştı. Daha sonra başka bir adamın metresi oldu, ama mutlu değildi, onunla her zaman çekişti ve evlenmek istemedi. Adam, bir süre için yok olmasının daha iyi olacağı düşüncesiyle Afrika'ya gitti, ama hastamın mutsuzluğu sürdü. O şimdi, ilk âşığının anılarıyla doluydu. Onun hem sürekli tartışmalarında, hem de evli ve bu nedenden ötürü ulaşılması olanaksız âşık imajına geri dönüşünde, evlenmemesinin bahanesini görürüz. Tipik bir semptom, cinsel ilişkilerin ona doyum vermemesidir. Evliliğe hazırlanmamıştır.

Bu kız için kadın olma düşüncesi yenilgiyle özdeşleşmişti. Bu nedenle, eğer bir kız gibi davranıp evlilik olasılığını düşünseydi, buna katlanamayacaktı. Atletizm çalışmalarını sürdürerek erkek çocuğu rolü oynamak onun için daha kolaydı. O, bu çatışmalı durum içinde iki büyük yenilgi yoluyla hayal kırıklığına da uğradı: Önce, onu artık şımartamayan babasının yeniden evlenmesiyle, sonra da ilk âşığının onu terk etmesiyle. Başka bir yenilgiye karşı kendisini korumak için aşkı ve evliliği mümkün olduğunca uzağa itti ve bu sorun karşısındaki hareketsizliğini haklı göstermek ve bunu garanti altına almak amacıyla bir kızın bir erkeğin aşkını koruyamayacağına kendisini inandırdı. Birçok başka vakada da olduğu gibi, bu vakadaki temel güçlük, kadınsal işlevin kesinlikle ikinci derecede önemi olduğu ve bu nedenle aslında girişilen zahmete bunun değmeyeceğiydi. Bu, aşk ve evlilikteki mutsuzluğun baş nedenlerinden biridir ve erkeksi protestonun temeli olan yanılsamadır.

IV. BÖLÜM

AŞK VE EVLİLİK SORUNLARI

IV. AŞK VE EVLİLİK SORUNLARI

Tüm konferanslarımın sonunda aşk ve evlilikle ilgili soruları yanıtlamam gerekir ve bana soru yöneltenler, çoğunlukla bazı psikolojik yorumlamalardan ötürü, hatalı bir şekilde cinsel dürtünün öteki her türlü aktiviteyle ilişkisi bulunan merkezi bir güdü olduğu inancına yönlendirilmiş görünümündedirler. Bu doğal olmayan vurgunun yaşamın tekil bir işlevin üstüne kurulmasının nedenini hiçbir zaman anlamadım. Doğal olarak, bunun büyük ama çok değişken önemini kabul ediyorum. Ama eğer mümkün olsa bile, değişik tezahürlerde sırası değiştirilmiş cinsel öğelerin aranıp bulunması pratik olarak çok yararlı bir iş değildir: Edindiğimiz deneyim, bireysel yaşam tarzıyla ilişkili olması dışında, cinsel öğelerin doğru olarak tahmin edilemeyeceğidir.

Erotik evreler bu bireysel yaşam tarzının fonksiyonlarıdır ve ancak prototipteki bireyin tarzının kavrayabildiğimiz ölçüde tüm değişkenliği, kararsızlığı ve kolaylıkla gözden kaçıcı ince ayrıntılarıyla erotik yaşamla ilgili bir içgörü kazanabiliriz. Prototipten kastım, bunun, bir bireyin yaşama uyumunun başlangıçtaki şekli olmasıdır. Çocuk dört yaşına geldiğinde, ruhsal prototip artık tamamlanmış bir varlıktır. Bu, kadının ya da erkeğin içindeki bebektir, o hiçbir zaman daha fazla büyümez, ama tüm dünyayı kendi istediğine göre yöne-

tir. Bazı dinlerde bebeğe tapınılmasına şaşılmamalıdır, çünkü bu prototipik varlık insan yaşamının en büyük gücüdür. Prototip sabit bir faktördür, ama onu tanıyıp anladığımız zaman tezahürlerini kesin olmayan bir ölçüde düzeltebiliriz.

Herkesteki bu prototip, davranışı âşık davranışı olan bebek Aşk tanrısıdır. Eğer prototip toplumsalsa ve başkalarına ilgi duyuyorsa, onun geliştirdiği kişilik tüm aşk sorunlarını partnere bağlılık ve topluma karşı sorumluluk içinde çözecektir. Eğer prototip dikkati çekmeye ve başkalarını baskı altında tutmaya çalışıyorsa, onun daha sonraki tezahürleri cinselliği aynı amaçlar için kullanmayı içerecektir: Bu kişi egemen olmak amacıyla seks ilişkileri kuracaktır. Karşı cinsi dışlayan sınırlı bir faaliyet alanında üstünlük elde etmek için oluşmuş bir prototip daha sonra eşcinsellik ve başka sapkınlıklar üretmek eğiliminde olacaktır. Bu nedenden ötürü, erotik yaşamın ana hatları önceden kesinlikle koşullandırılmıştır.

Buna dayanarak, amaç yoluyla, özellikle onun en prototipik şekliyle çeşitli cinsel dürtüleri yorumlayabiliriz, oysa bunun tersi uygulanamaz. İçgüdülerin ya da dürtülerin incelenmesi bireysel bir yapıyı anlamamıza hiçbir zaman yardımcı olmayacaktır: Ve bunun gibi gözlemlerden yola çıkarak zihnin işleyişini açıklamaya çalışan psikologların, bunu yaptıklarını farkına varmadan bir yaşam tarzını içgüdüsel olarak önceden varsaydıklarını görmek ilginçtir.

Bireysel Psikoloji'nin bakış açısından aşk ve evlilik cinsel soruya –yaşamın üç hayati sorusundan birine– verilen normal yanıtlardır ve bizim görevimiz bunların bireye çıkardıkları özel güçlükleri anlamaktır. Çocukluk döneminde toplumsal yaşama iyi hazırlanmış bir bireyin cinsel yaşamında büyük güçlükleri olmayacaktır. Cesaret, iyimser bir tutum, sağduyu ve dünyanın kabuğu üzerinde kendini evinde hissetme, avantajlarla dezavantajları aynı kararlılıkla karşılamakta ona yardımcı olacaktır. Onun üstünlük amacı insan ırkına hizmet etme ve güçlüklerin üstesinden yaratıcı gücüyle gelme fikir-

leriyle özdeşleşecektir. Cinsel ifade normundan sapmalara bunların çirkin oldukları gözüyle bakılacak ve bunlar içgüdüsel olarak dışlanacaklardır. Onun yararlı amacı, tüm duygularını ve eylemlerini aşkı gerçekleştirilebilir bir biçimde düzenlemesine yardımcı olacaktır: Bu arada, ergenlik dönemindeki gönül serüvenleri ve arkadaşlarının deneyimleri onu aşk için eğitecek ve durumunu güçlendirecektir. Mutsuz aşk ve yıkıcı evlilik edebiyatı (bilinen bir kötülük kaynağı) onu yanlış bir yola sürüklemeyecektir; ve eğer uygunsuz bir evlilik partneriyle hoş olmayan deneyimleri bile olsa, bu onun yaşamının akışını yozlaştırmayacaktır. Onun toplumsal yaşam, çalışma ve güzellik idealleri yenilgileri atlatmasını sağlayacak ve güzellik anlayışı yaşama uyum güzelliğine aktarılacaktır.

Toplumsal ilişkisi zayıf ve başkalarının yaşamına olan ilgisini yitirmiş kişilerin yazgısı tümüyle farklıdır. Onlar aşka doğru bir hazırlık olmadan yaklaşırlar –çünkü her aşk sorunu, cinsel yönden çekici birine yönelik bir davranış sorunu olma anlamında, toplumsal bir sorundur– ve iş evliliğe geldiğinde, onların hazırlıksız ruhları bu güçlüğün sanki aşılamaz olduğunu hisseder ve evlilik tüm durumların en içli dışlı ve yoğun bir biçimde toplumsal olanıdır. Böyle bir kişi kendisini tecrit edilmiş bir yaşama göre eğitmiştir ve aslında başka birisiyle yaşamı paylaşmayı istemez: Bu nedenle o, partnerliğin gerekli ya da avantajlı olduğu birkaç aktivitenin dışında onun katılımını engellemek niyetindedir. Evliliği bütünleşmiş bir insan ilişkisi olarak algılamaz. Onun güçlükleri çoğu zaman mutlu bir beraberlikleri olmayan ebeveynlerinden evlilik hakkında öğrendikleriyle artar: Çevresinden ve edebiyattan evlilikle ilgili kötülemeleri toplar. Popüler romanlarda ve öykülerde evlilik durumları genellikle mutsuz evlilikler olarak gösterilmiştir; bunların bolluğunun nedeni okuyucuların mutsuz aşk öykülerinden yararlanma biçimi olmalı.

Evliliğin başlıca engellerinden biri, erkeğin işlevsel olarak üstün olduğu görüşüdür. Bu, erkeklerin yararsız egemen ol-

ma beklentilerine yol açar ve kızların kendi kadınsal işlevlerine karşı baş kaldırmalarına neden olur: Onlar doğal olarak "erkek yapımı bir dünyada" kölelik rolünü kabullenmezler. Kuşkunun, kıskançlığın ve tartışmanın çoğu doğrudan bu düşmanlıktan çıkar, çünkü bir birey kendisini aşk ve evlilik tarafından haksızlığa uğramış hissederse, bu, yaşamdaki her ilişkiyi zedeler. Örneğin, bir kız kadınsal konumun erkeğinkinden kötü ya da daha alt bir düzeyde olduğunu hissederse, üstünlüğünü gösterme gayreti içinde erkekle bir tür rekabete girişecektir. Eğer partnerlerden herhangi birisi egemen olmak amacıyla daha zayıf bir eş arıyorsa, düş kırıklığı kesindir, çünkü bu beklenti içinde olunan bir tutumdur: Aşkın ve evliliğin, ancak bir verme tutumunun olduğu yerde başarı kaydettiği değişmez bir yasadır. Bireyin aşka ve evliliğe karşı tutumu tedirgin, kararsız veya beklenti içinde olduğu zaman, bu, toplumsal yaşam karşısında genel bir hazırlıksız olma durumunu gösterir ve bundan yaşamın saklı olanaklarının büyük bir bölümünü dışlama eğilimi sonucunu çıkarabiliriz. Bu gibi vakalarda birey hareketlerini her zaman haklı bulacaktır, ama onun gerçek amacı sonuçta ortaya çıkar, bu da aşkın ve evliliğin sonsuza dek ertelenmiş olmasıdır. Bu kaçınma ya da dışlama amacında başvurulan yollar ilginçtir: Bunlar, az ya da çok, cinsel işlevlerle ilişkili olan tüm nevrotik semptomları içerir. Birey, cinsel alanda bir kekeme gibidir. *Erken boşalma*, seks ilgisi ve doyum yoksunluğu, vajinismus ve cinsel soğukluk bireyin görünüşte gerçekleştirmek istediği eylemleri dışlama kararlılığının işaretleridir.

Aslında normal olarak cinsel hedef yaşam amacıyla uyum içindedir, bu hedef onun gerçekten bir veçhesidir ve buna yaklaşım mümkün olur olmaz, tüm çelişkiler ve çatışan görevler dışlanır ve uygun olan düşünceler ve duygular doğar. Ama nevrotiğin durumunda, yaşamın başka görevlerine ve işlevlerine ait düşünceler ve duygular yaratılmıştır. Cinsel yaşamdaki normal davranışı engelleyen, çarpıtan ya da sap-

kınlaştıran ilgisiz görüşlere yer verilmiştir. Bu yolla ortaya çıkan iktidarsızlık ya da herhangi bir cinsel yetersizlik, nevrotik üstünlük amacı ya da yanlış benimsenmiş yaşam tarzı tarafından zorla kabul ettirilmiştir: Araştırma, her zaman vermeden alma sabit niyetiyle birlikte toplumsal duygu, cesaret ve iyimserlik dolu etkinliğin yoksunluğunu ortaya koyar.

Doğal olarak, işlevsel yetersizliğin yanı sıra cinsel ortaklığı dışlamanın başka yolları da vardır. Çoğu zaman dışlama evliliğin abartılmış ve pratik olmayan idealiyle tasarlanmıştır: Bazen de bu, seçim için hiç de uygun olmayan –çok yaşlı, iyileşmesi olanaksız bir hastalığa yakalanmış ya da evlilik çağı öncesi– kişilerle eşleşmeyi istemek yoluyla planlanmıştır. Hasta, kararsızlığını belki de çok eşlilik eğilimlerine yorarak evliliği uzun bir süre ertelediği zaman, yapılan araştırma çoğunlukla bir sapıklığın alt yapısını ortaya çıkaracaktır; bu, bir içgüdü olarak değil, kararsız tutumun eşdeğeri olarak kabul edilmelidir.

1. İÇKİ İÇME YOLUYLA BASKI KURAN BİR KOCA

İster evlilik sözleşmesinden önce ister sonra, aşkı ve evliliği dışlama çabaları prototipin ya da çocuğun uyum şekli üzerine biçimlendirilmiştir; bu gerçek, beni ilk kez görmeye geldiğinde yirmi üç yaşında, mesleği ve arkadaşları olmayan bir genç adamın evlilik öyküsünde görülebilir. Genç adam, bundan bir yıl önce iki yıldır ilişkisi olan bir kızla evlenmişti. Eşine karşı tutumu sürekli bir kıskançlık, öğüt verme ve eleştirici olma tutumuydu. Kız, evlenmeyi umut ettiği sırada çok yumuşak başlı görünüyordu ve adam bundan ve evliliğin annesini huzursuz edeceğini bilmesinden gelen bir üstünlük duygusu yaşıyordu. Ama evlilikten sonra, karısı o kadar uysal olmadı ve adam arada bir öfkeleniyordu. Annesine ve ablasına, karşı onlar çocukluk döneminde isteklerini yerine getirmedikleri zamanki gibi dav-

randı. O dönemde bağırmış, derslerden kaçmış, oyuncakları kırmış, giysilerini parçalamış ve kendisini ya da uğraşlarını hırpalayarak mümkün olan her şekilde annesine dil uzatmıştı. Şimdi, karısıyla ağız dalaşlarından sonra, çok içiyor ve eve sarhoş geliyordu.

Babasını iki yaşındayken kaybetmiş ve annesi tarafından nazlı büyütülmüş bu adam şımarık bir çocuktu. Bu konumdaki çocuklar gibi, ailenin zorbası durumuna geldi: Sekiz yaşından on üç yaşına kadar bayılma krizleri geçirdi.

Bazı durumlarda bayılma ve öfke arasındaki ilişkinin organik bir temeli olabilir. Öfke krizi sırasında bilincini yitiren bir hastam olmuştu ve beyindeki kan dolaşımının bazı garipliklerinden kuşkulanmıştım. Bu durumlarda değişen derecelerde bir epileptoid* nöbetinin oluşması olasıdır – örneğin, pötimal.** Bu vakada olduğu gibi, bir çıkış noktası bulunursa nöbetlerin arkası kesilebilir ve bu hasta öfke nöbetlerini bastırmak zorunda kalmamıştır.

Bireysel Psikoloji'nin görüşüne uygun olarak, bu davranışın çocukluk döneminde tekrarlandığını tahmin edebilir ve hastanın başkalarıyla olan herhangi bir çatışmada aynı yöne gideceğini bekleyebiliriz – kendisine zarar vererek onları yaralamak. Bu gibi bir davranış çevrede aldırmazlık yaratacağından, yakınma ve yaralama aynı oranda artar. Bu vakada, sarhoşluk eşi yeterince cezalandırmayınca, adam onunla olan bir tartışmadan sonra intihar girişiminde bulundu. Kendini ağır bir biçimde yaraladı ve çok yavaş iyileşti. Babasından kalan büyük bir servet hastanın, duygularını denetleme zorunluluğunu azaltmıştı. Mesleğinde hiçbir zaman bir görevi koruyamadı ve başarısızlığını korkunç çalışma koşullarından yakınarak haklı göstermeye çalıştı.

* *epileptoid*: "Epilepsiye benzeyen" (Kay.: Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yay. 2000, sf. 268) (Ed. n.)

** *pötimal (petit mal)*: "Hastanın, ansızın elindeki işi bırakıp hareketsiz kalarak, anlamsız bir yüzle boş boş çevresine bakınması şeklinde tanımlanan hafif bir epilepsi durumu." (a.g.e. sf.613) (Ed. n.)

Bu vaka, başarılı olmak için en iyi araçları kullanamayan nazlı büyütülmüş bir çocuğun yeteneksizliğini çok iyi açıklar. Ayrıca bu vaka, alkoliklik gibi durumları ruhsal prototipi tanımadan tedavi etmenin yetersizliğini de doğrular, çünkü ruhsal prototip, koşullardaki herhangi bir değişikliği kendi bireysel çabalamasına uydurur. Böyle bir hastayı yaşamın yararsız yanına doğru götüren içkiye olan ilgi değil, kendisine ve üstünlüğüne karşı duyduğu ilgidir. Tedavinin hedefi mümkün olan her şekilde toplumsal ilgiyi hızlandırmak olmalıdır.

2. MORFİN KULLANAN EVLİ BİR KADIN

Aşk ve evliliğin egemenlik aracı olarak kullanılması, doğal olarak, evlilik ortağı için çekilmez bir şeydir; bu nedenle, bu adamın karısı ona karşı duyduğu ilginin tümünü giderek yitirdi. Adam karısından boşandı ve iki kez daha evlendi. Boşanmış bir kadın olan üçüncü karısı, ilk evliliği sırasında intihara teşebbüs etmişti. Kadının intihar girişiminin nedeni, onu umursamayan kocasına sadakatsizlik yaptığının anlaşılmasıydı. Kadının annesi, her iki annelik işlevinde de başarılı olmaması nedeniyle, ona karşı çok eleştirici ve soğuktu: O da, bu durumlarda her zaman olduğu gibi, cömert davranarak onu şımartan daha yumuşak huylu babasına yönelmişti. Bu kadının ılımlı olmaya çok yatkın bir görünümü vardı, ama o elverişsiz durumların sınavında başarılı olmamıştı. Okuldayken sınıfta sürekli olarak sorun çıkarmıştı. Yalnızca bir arkadaşı vardı ve sosyal değildi.

Kadının ikinci kocası ailenin en küçük çocuğuydu, solaktı ve sakarlığından ötürü sürekli olarak ağabeyleri tarafından alaya alınırdı. Ama yine de o bu yetersizliği nedeniyle çocukluğunda onu döven ağabeylerini geçmekte kararlı ve iddialıydı ve bu onu servet yapmaya itti: Zengin oldu ve çok saygı gören bir konuma geldi. Onun prototipini yenilgi korkusu

ve alaya alınmaktan kaçış oluşturdu, bu nedenle yalnızlığı yeğledi ve onu sevdi. İlk iki evliliğindeki kadınlar onu pohpohladılar. Onlardan ikincisi, o servetinin büyük bir bölümünü yitirdiği zaman ortaya çıktı – bu para onun için ağabeylerine karşı üstün olma anlamını taşıyordu. Bu kadın onu morfinle avutmaya çalıştı ve kadın öldükten sonra da morfin almayı sürdürdü.

Yukarıda tanımlanan üçüncü karısı onu uyuşturucu alışkanlığından kurtarma kararlılığıyla onunla evlendi ve karısının başlangıçtaki çabaları onun buna yetersizliğini ortaya koydu. Karısı, şımarık bir çocuk gibi, ki öyleydi, adamın üzerinde bir gücü olmamasına sinirlendi ve onu cezalandırmak amacıyla kendisi de morfin kullanmaya başladı. Kadın, kocası hareketinin korkunç sonuçlarını gördüğü takdirde kendisini düzelteceği kanısındaydı; ama böyle bir şey olmayınca, her ikisi de uyuşturucu kullanmayı sürdürdüler ve kısa bir süre sonra her ikisi de başka bir partner için bakınmaya başladıklarını fark ettiler.

Bu çift başarısızlıkla sonuçlanan birkaç morfin tedavisi uyguladı; yalnız, işin içindeki girift güdüleri gözden geçirdiğimiz zaman buna hayret edilmemelidir. Bunlardan biri, alay edilmekten ve saygı görmemekten kaçmak için adamın çocuksu üstünlük amacıdır. Bir başkası, onun işle ilgili kaygılarına karşı olan tutumunda yatar; o, morfinde yalnızca kısmi bir rahatlama değil, onda öznel olarak geçerli bir mazeret de bulmuştur. Onun azalan başarısının suçu morfine yüklenebilirdi; morfin olmadan her şeyin üstesinden gelebileceğine hâlâ inanabilirdi. Alışkanlıktan bazen bir rahatlama ve bazen de bir mazeret olarak iki yanlı söz ediyordu, ama bunlar arasındaki ilişkiyi ya da çelişkiyi anlamıyordu. Bunu yapabilmek, abartılmış saygı isteğini anlamak için bu tezahürlerin kendi yaşam tarzıyla ilişkisini kurmalıydı ve bu durumda buna ulaşmak için daha iyi bir yol seçebilirdi. Çokeşlilik eğilimleri ve arkadaşları dışlaması toplumsal uyum yoksunlu-

ğunu gösteriyordu: Morfin kullanarak iyileşmesi olası değildi. Prototipini tanıyarak değişmesi gereken onun tüm kişiliğiydi. Bazı daha hafif vakalarda, çok çeşitli semptomları olan bir hastanın, doktor ya da kendisi semptomların tutarlığını kavramadan önce onlardan kurtulduğu doğrudur. Bu olduğu zaman bunun nedeni ya hastanın durumunda olumlu bir değişiklik olmasından ya da doktorun cesaretlendirme yoluyla ya da hastanın şans eseri başkalarına karşı ilgisini yenilemesinden ötürüdür.

Karısının uyuşturucudan kurtulması daha zordu. İkinci kocasını da kaybetme tehlikesi içinde, onu iyileştirme girişimlerinden vazgeçti, başkalarının eleştirisine aldırmayarak ve annesinin hoşnut olmamasını istediğinden, kendi morfin dozlarını en tehlikeli aşırılıklara vardırdı. Bu, ihmal edildiği ilk evliliğindeki davranışının bir tekrarıydı. Uyuşturucu alışkanlığı bir tür intihardı. Ailenin son çocuğu ve babasının gözdesi olarak hem başarı arzusu hem de yetersizlik duygusu yoğundu: Nevrotik formüle göre yaşıyordu – "ya hep ya hiç." Bu vakalarda, *her şeyi* kazanma umudu sönmeye başladığı zaman geriye *hiçbir şey* kalır ve bu çok kötü alışkanlıklarla dışa vurulmalıdır: İntihar ya da delilik. İntiharın verdiği yaşama ve ölüme egemen olma duygusu, yaşamın yararsız yanındaki üstünlük amacının en üst düzeydeki ifadesidir. Ama, bu arada, hastanın babası ve kocası tarafından kaygıyla izlenmeye başlandığını da kaydetmeliyiz. Herkes ona karşı daha yumuşak davranmaya başlamıştı: Bu ona büyük bir güç ve önem duygusu veriyordu.

Bunlar, sarhoşluğun, uyuşturucu alışkanlıklarının ve intihar eğilimlerinin tedavi edilmesi girişimlerine set çeken, altta yatan güçlüklerdir. Yaşamda her şey için bir yöntem vardır ve herhangi bir sorunu çözmek için doğru yöntemi bulmamız gerekir. Örneğin, yalnızca bir buçuk metre yüksekliğindeki bir kapı girişinin içinden geçmenin iki yolu vardır. Bunlardan biri dik yürümek, ötekisi de sırtını eğmektir. Eğer

ilk yöntemi denersem başımı yalnızca üst eşiğe vurmakla kalmam, sonunda ikinci yönteme başvurmam gerekir. Ben buna alçak kapı girişi yasası diyorum. Hiç kimse beni eğilmeye zorlayamaz, ama boyumla kapı girişi arasındaki ilişkiyi anlamazsam onun içinden hiçbir zaman geçemem. Yaşamın kritik kişisel sorunlarına eşit ölçüde ortağız. Eğer durumu anlamaz ve yöntemimizi ona uydurmazsak, gerçekle kafa kafaya çarpışırız.

Her çocuk gerçekle karşılaşır ve az ya da çok başarıyla prototipinde kendi yöntemini bulur. Gerçeğe karşı olan bu bireysel tepkiler o denli harika bir biçimde farklıdır ki, eski ozanlar ve öykü yazarları onları tavşan, tilki, leylek ve yılan gibi hayvan türleriyle kıyaslamışlardır.

Gerçekten de bu prototipler hayvan ruhları gibidir; onların her biri kendi amacına doğru, kendi çıkarı doğrultusunda ve kendine özgü bir biçimde hareket eder.

Çocukla onun çevresi arasındaki gerilim –ki bu hiçbir zaman tümüyle yok değildir– hiçbir zaman kesinlikle hesaplanamaz, çünkü aile salkımındaki birçok çeşitleme olasılığının yanı sıra, her çocuğun kendi bireysel duyarlılığı ve özgün bir tepkiselliği vardır. Bu nedenle, nispeten tipik bir aşağılık konumda, değişik çocuklar en farklı üstünlük amaçları oluşturacaklardır. Örneğin, zayıf kaslar ve kötü görme yeteneği gibi benzer dezavantajlı durumda olan birçok çocuk vardır, ama onlar tepkilerinin özgünlüğüne, cesaretlerinin derecesine ve toplumsal duygularına göre onları akrobatlar, sanatçılar olmaya ya da yüzlerce başka gelişmelere doğru götürecek yönlerde dengeleme yapabilirler. Üstelik, onların dengelemeleri gereken bozukluklar kolaylıkla anlaşılamayan bireysel farklılıklarla yüklüdür.

Bu nedenden ötürü, normal bir yaşam çizgisinden sapmış bir çocuk normal yöntemlerle yeniden eğitilemez. Yöntem özel olarak uyarlanmalıdır: Çünkü, doğuştan anormal bir özelliği ya da gelişmesi olan çocuk tümüyle normal durum-

larda kendisini baskı altında hissedecektir. Örneğin, mide bozukluğu olan bir çocuk kilo almayabilir ve kötü gelişir: Eğer koşullar dikkatle uyarlanmazsa ortaya beklenen sonuçlar çıkar – belki de kavgacılık ve sinirlilikle birlikte kötümser ve saldırganca bir tutum. Böyle bir çocuk kendisini başkalarıyla kıyaslayarak imrenme huyuna tutulabilir: Yemek yemeye ve yiyeceklere anormal bir ilgi gösterebilir ve eşyaları toplama ve istifleme eğilimi ilerideki yaşamda para kazanmaya yoğunlaşma şeklinde gelişebilir. Ailelerde başlangıçtaki beslenme konusunda sorunlar olması olağandır; bu aileler iyi para kazanan kişiler üretirler. Kural olarak, bir çocuk midesiyle ilgili abartılı bir bilinçlilik ve kaygıya karşı bir eğilim gösteriyorsa, bu konuda bir şey yapmamız gerekir, çünkü bu nevrozun bilinen bir başlangıcıdır. Bir kısıtlanmış olma duygusu ve başkalarına karşı ilgi kaybı vardır ve bu, çocuğun gelecekteki hastalığının işaretidir.

Mide bozuklukları olan çocuklar ebeveynler ve hekimler için iyi bilinen bir sorun kaynağıdır, ama güçlükler yapısal bozukluktan çok kusurlu yöntemlerden doğar. Bu vaka, öteki fiziksel sakatlıkların olduğu vakadır: Onların genel yaşam çizgisiyle ilişkisini ne kadar iyi anlarsak, oluşturduğumuz yöntemler o kadar iyi olur. Bütünsel bir yöntem bulduğumuzu iddia edemeyiz, ama Bireysel Psikoloji'nin ilkelerine göre doğru olan yöntemlerin arayışını sürdürmek, birçok hatadan kaçınmakta bize kesinlikle yardımcı olacaktır.

3. BAŞ AĞRILARI VE ÇARPINTILARI OLAN METRES

Aşk ve evlilikte prototipik tutumun baskınlığı aşağıdaki vakada örnek olarak verilmiştir. Hasta, bir kız olarak ailenin ikinci çocuğuydu, çok zayıftı, çok güzeldi, annesi tarafından şımartılmış, içkici babası ona kötü davranmıştı. O üç yaşındayken bir kız kardeşi dünyaya geldiği zaman annesinin kayırıcılığını yitirdi, huysuzlaşarak ve haşinleşerek baş kaldır-

dı. Onun bu huysuzluğu babasından aldığı kabul edilebilirdi ve bazı psikologlar bu yanlış fikri desteklerdi, ama herhangi bir çocuk koşulların böylesine olumsuz bir duruma gelmesiyle bu tür bir gelişme gösterebilir. Gerçekten de, saldırgan, söz dinlemeyen ya da küstah çocukların tutumlarından, burada olduğu gibi kendisinden küçük bir çocuk tarafından yerinin alınmasından, ev ortamında çarpıcı bir özelliğin olduğunu çoğu zaman doğru olarak tahmin edebiliriz.

Bu kız aktris oldu, birçok gönül serüveni yaşadı ve bu onun yaşlıca bir adamın metresi olmasıyla sonuçlandı. Avantajın bu kadar açık bir biçimde sömürülmesi derin güvensizlik duyguları ve korkaklık gösterir. Ama bu ilişki kızın başına bela açtı: Annesi onu kınadı ve adam onu sevmesine karşın karısından boşanmadı. Bu sırada kız kardeşi nişanlandı.

Bu rekabetin karşısında hastam baş ağrıları ve çarpıntı çekmeye başladı ve adama karşı çok sinirli oldu. Bu nevrotik bir sabırsızlıktı ve benimle görüşmeye gelmesinin nedeni buydu. Belirli bir tipteki baş ağrılarının düzenli olarak ciddi öfke gerilimlerinden ortaya çıktığını görürüz. Deyim yerindeyse, heyecan, hastanın semptomlar göstermediği bir dönem sırasında birikir. Heyecan gerilimi sonunda üçlü nevralji,* migren ve epileptiform nöbetler meydana getiren dolaşım değişikliklerine neden olabilir. Bu gibi dolaşım rahatsızlıkları için bir örnek, iyi bilinen solunum spazmları ve şiddetli öfkenin yol açtığı boğulma hisleridir.

Nedeni organik olmayan üçlü nevralji vakalarında psikolojik faktörlerin önemini daha önce vurgulamıştım (1910). Doğal olarak, bunlar heyecanın neden olduğu damar bozuklukları yoluyla harekete geçerler ve kanın akışını bu tür engellemelerin sık sık tekrarlanması sonucunda sinir sisteminin dokularında hasara neden olabilirler.

* *üçlü nevralji* (trigeminal nevralgia): Dudaklarda, yanaklarda, dişetlerinde ve çenede ani, keskin ağrılarla ve bu ağrılardan kaynaklanan istemsiz yüz buruşturmalarla tanımlanan bir üçlü sinir rahatsızlığı (a.g.e., s.798) (Ed. n.)

Öfkeye eğilim aşırı hırsla ilişkilidir: Bunların her ikisi de eziklik hissetme duyusundan kaçmak için rekabet edilen bir çabalama sırasında meydana gelir. Bunlar, amaçlarına sabırlı bir çabalamayla ulaşacaklarından emin olmayan ve bir öfke patlamasından sonra çoğunlukla yararsız yana kaçmaya çalışan, toplumsal olmayan kişiliklerde ortaya çıkar. Çocuklar buna benzer patlamalara göz korkutarak istediğini elde etmek ya da en azından kendilerini üstün hissetmek için başvururlar: Ama, bunların sonuçlarına da katlanırlar – baş ağrıları. Baş ağrılarından ilk kez 1910 yılında söz ettiğim zaman, bunların nevrotik kökeni bilimsel camia tarafından bilinmiyordu, ama bu eski çağ uygarlıklarında iyi biliniyor olmalıydı. **Horatius**, Maecenas'a yazdığı uzunca bir şiirinde, kendilerini değiştirmeyi değil de yalnızca başkalarını değiştirmek isteyen hırslı kişileri dile getirmiştir ve onların baş ağrılarından ve uykusuzluklarından söz eder.

Vakaya dönelim: Kızın durumu evlenmeyi hızlandırmak için nevrotik bir çabalama yönteminin sonucuydu ve tümüyle etkisiz de kalmamıştı. Evli adam onun sürekli baş ağrılarından çok kaygılanıyor ve boşanmaya çalışıyordu, ama o yeterince yürekli bir kişi değildi ve buna olan direnme karşısında hızlı bir ilerleme kaydetmedi. Böyle olunca kız adamdan ayrıldı ve başka bir adamla evlenmek istedi; ama kısa bir süre sonra onun çok kültürsüz olduğunu anladı ve eski âşığına geri döndü. Evli adam bu sırada hastamla ilgili olarak beni görmeye geldi, boşanmayı hızlandıracağını ve onunla evleneceğini söyledi.

O andaki hastalığın o andaki tedavisi kolaydı – aslında, ben olmadan da bu halledilebilirdi, çünkü kız baş ağrılarının yardımıyla başarılı olacak kadar güçlüydü. Onun amacı, çabuk boşanması için adamı zorlamaktı; bu, onun çocukluk döneminin amacıydı: Kız kardeşi tarafından geçilmemek. Boşanma işlemleri başlar başlamaz baş ağrıları kayboldu.

Ona baş ağrılarıyla kız kardeşine olan rekabet edici tutumu arasındaki bağlantıyı açıkladım. Normal yollardan üstünlük amacına ulaşmakta kendisini yeteneksiz hissediyordu, çünkü ilgisi kendisine yönelmiş ve başarılı olamama korkusundan titreyen çocuklardan biriydi. Hastam, yalnızca kendisini düşündüğünü ve evlenmek üzere olduğu adamı beğenmediğini itiraf etti.

Çarpıntısı ise iki kez hamile kalması ve her ikisinde de çocuğu aldırmış olduğu gerçeğinden kaynaklanıyordu; kendini haklı çıkarmak amacıyla, doktora çocuk doğurmak için kalbinin çok zayıf olduğunu söylemişti. Kalbinin gergin durumlar ve bastırılmış öfkeden ötürü tahriş olduğu doğruydu, ama o bu semptomu sık sık kullanmaya başladı ve çocuk yapmayı hiçbir zaman istememesinin nedenini haklı çıkarmak için bu konuyu abarttı. Genellikle, kendi içlerine gömülmüş kadınlar insancıl ve toplumsal ilgiden yoksun olmalarını çocuk yapma isteksizliğiyle gösterirler: Ama doğal olarak bazen, çocukları hırs nedenlerinden ya da bayağı oldukları düşünüleceği korkusundan isterler.

Bu hastanın bir rüyası kayda değerdir. Rüyasında iyi giyimli olduğunu ve kolları arasında çıplak bir bebeği tuttuğunu gördü. Yüzü hoş ve esmer olan bu bebeğe, "Sana bakamam, seni terk etmeliyim." dedi. Bebek şöyle yanıtladı: "Evet, haklısın." Bunun üzerine hastam rüyasında ağlamaya başladı ve yanından bir adam geçti, ama o görülmemek için başını çevirdi. Oysa, adam onu görmek istedi ve ona baktı.

Bebeğin çıplaklığından, çocuğu olamayacak kadar yoksul olduğunu söylemek istemişti. Kız kardeşi zengin bir adamla evlenecekti, oysa onun yalnızca kendi giysilerine yetecek kadar parası vardı; bir çocuğun giysilerine ayıracak parası yoktu. Bebeğin esmer teni, onun sağlıklı bir çocuğu olabileceği anlamını taşıyordu, ama rüyadaki çocuk, herkesin onun çocuğunun olmasının olanaksızlığını görebileceği konusunda ona hak vererek onun içini rahatlattı. Bu hasta o sırada ken-

disini çok iyi hissettiğini söylemişti, ama gece ve gündüz kalp çarpıntısı çekiyordu; bu da, çocuk yapmamasından ötürü zayıf kalbinin onu bağışlatacağı fikrine sıkı sıkıya sarılmış olduğunu gösteriyordu. Çocuk yapma düşüncesini aklından bile geçirmeyecek kadar bencil ve yaşam sahnesinin orta yerinde kalmak için aşırı istekliydi; üstelik, çocuğu potansiyel bir rakip gibi görüyordu, çünkü onun bebeklik yaşamının trajedisi bebek yaşındaki kız kardeşiyle rekabet etmek olmuştu. Rüyasında onun yanından geçen adam ben olmalıydım ve onun başını çevirmesi benimle tümüyle açık yürekli olmayı istememesinin bir işaretiydi: Onu suçlayacağımdan korkuyordu ve toplumsal duygusunun gelişmesini isteyeceğimi bildiğinden, bir çocuk sahibi olmasını önereceğimi düşündü.

Bir kadının çocuk yapması ya da yapmaması gerektiği kararı tümüyle kendisine ait olmalıdır – en azından benim kişisel inancım budur. Toplumsal ilgisi ya da çocuk sevgisi olmayan bir kadına bir çocuğu zorlamakta bir yarar görmüyorum: Çünkü, kadının onu kötü yetiştireceği hemen hemen kesindir. Bu gibi vakalarda kadının toplumsal bir uyum edinmesini sağlamayı yeğlerim ve onun ancak bundan sonra başka birisinin telkini ya da baskısı olmadan çocuk sahibi olmayı isteyeceğine inanıyorum.

* * *

Aşkı dışlayan bir kişinin libidosunu bastırdığı Freud'cu psikologların neredeyse değişmez bir kararıdır ya da bu önceleri öyleydi, ama bu dışlamayı bireyin üstünlük amacına bağladığımız zaman, bu, hem teşhis hem de tedavide büyük bir ilerleme durumuna gelir. Eğer sevişmenin normal olasılıklarının dışlanması çok ısrarlı ve inatçı bir biçimdeyse, bu her zaman, kişinin başka ilişkilerinde de nevrotik olduğunun ve

toplumsal davranıştan daha geniş çaplı bir kaçınma nedeniyle evliliğe toplumsal bir zorunluluk gözüyle bakmasını istemediğinin bir işaretidir. O zaman, aşk sorunu karşısında kararsız ya da kaçamaklı bir tutum ya da aşk ilişkilerinde doğal olmayan bir eğilim görürüz; bunların her ikisi de bireyin prototipik gereksinimleriyle konumunun olanakları arasındaki ilişkiyi anlamaktaki bir yanlışlıktan meydana gelir. Daha iyi bir anlayış, daha iyi bir davranışı ortaya koyacaktır. Çünkü, kişisel amaçlar ulaşılamaz değildir ya da onlara ancak bir yolla ulaşılabilir denemez; oysa, her ulaşma yolunun kendine özgü olan zorunlu yükümlülükler sırası vardır. Nevrotik kişi, tutkularının zirvesine giden en zor, ıssız ve kullanışlı olmayan yolu seçmenin bedelini ödemektedir, oysa daha kolay ve daha iyi yollar vardır. Bir anlamda, prototipin bireyin yaşamı üzerindeki egemenliğini hiçbir zaman bırakmadığı söylenebilir, ama onun yasasına uymanın çok daha iyi yolları vardır.

Aşk sorununa, toplumsal davranış sorununun en kişisel ve organik olarak saptanmış türü gözüyle bakmalıyız, hataların sürekli olarak düzelticisi görevi yapan bir görüş. Bireysel Psikoloji'nin bu görüşü bize kesin olan bir gerçeği bağışlamayabilir; bu görüş bize, yuvarlanmakta olan bir taşın yolunu hesaplayabileceğimiz doğrulukta, bir evliliğin geleceğini şimdiden bu doğrulukta görmemize yardımcı olmayabilir. Ama taş gerçek dünyasındadır, oysa biz insan hataları âleminde yaşarız. Yöntemimiz büyük hataların küçükleriyle yer değiştirilmesinde bize yardımcı olur ve bizim geçerli nedenimiz, başkalarının amaçlarına, kusursuz olmasa da, toplumsal yönden onlarınkinden daha iyi olan bir yolla yaklaşarak, bu hataların giderilmesine genellikle yardımcı olacağımıza inanmamızdır. Ruh dünyasında inançlarımızın ötesinde bireysel bir yönelim ilkesi yoktur. Gerçek inançlarımızın sonuçları çok büyük olur. Büyük hatalar nevrozlar yaratabilir, ama küçük hatalar neredeyse normal olan bir kişiyi ortaya çıkarabilir.

V. BÖLÜM

NEVROTİK YAŞAM TARZI VE PSİKOTERAPİ

V. NEVROTİK YAŞAM TARZI VE PSİKOTERAPİ

Birey için kendisini tüm bedeniyle ifade etmesi doğaldır, bu nedenle bir kişinin hareketlerine –nasıl yürüdüğüne, oturduğuna, gülümsediğine ya da kıpırdadığına– bakmak, onun söyleyeceklerini dinlemekten çoğu zaman daha çok bilgi sağlayıcıdır. Daha ileri giderek, bunu semptomların değerlendirilmesinde kullanabiliriz. Örneğin, kusmak, kusan insanın razı olmak istemediğinin bilinen bir işaretidir. Bu, başka bir kişiye karşı saldırı ya da bir yaklaşımı geri çevirmedir. Bayılma da kişinin kendisini içinde tümüyle çaresiz gördüğü bir durumun etkili bir biçimde reddedilmesi olabilir.

Eğer kekemeliğe kolayca fark edilmeyen ve bazı bilinmez organik bozuklukların neden olduğuna inanıyorsam, bir kekemeyi nasıl tedavi edebilirim? Kekemenin başkalarının arasına katılmak istemediği ve yalnız olduğu zaman genellikle gayet düzgün konuştuğuyla ilgili elimde yeterince kanıt vardır: Hatta o kusursuz bir biçimde okuyabilir ya da şiir söyleyebilir: Bu nedenle, onun kekelemesini ancak başkalarına karşı tutumunun bir ifadesi olarak yorumlayabilirim.

Böyle olmakla birlikte, kekemeliğe solak çocukların sağ ellerini kullanmaya eğitilmelerinin neden olduğu Amerika'da yaygın olan inancında biraz haklılık payı vardır, ama bunun nedeni yanlış yöntemlerin kullanılmasıdır ve bunlar çocuğu, yıkıcı eleştiriye bir tepki olarak, antisosyal yönden ön yargılı yapar. Mekanik ve rekabetçi bir öğretim yöntemi solak çocu-

ğun kendisini alıştırmasını güçleştirir ve çocuk buna, öğretmenlerini kaygılandıran ya da sinirlendiren, peltek bir konuşma biçimiyle karşılık verir. Çocuklara sağ ellerini kullanmalarının öğretilmesi gerektiğiyle ilgili fiziksel bir neden yoktur. Sağ elli bir kültür içinde yaşadığımızdan ötürü, yaşamın ileriki dönemlerinde solaklık aşağılık bir konum olarak hissedilebilir. Birçok teknik ve ticari görevde, hatta toplumsal yaşamda, solaklık göze çarpan bir sakatlık ya da engel olabilir. Ama, sağ elli bir dünya için bu kişilerin eğitilmesi doğru olan yöntemle yapılmalıdır, çünkü onlar, hakları korunması gereken büyük bir azınlık grubudur. Yaşamın başlangıcında solak çocuğun güçlükleri mutlaka daha çoktur, çünkü çoğunlukla gariplik anlaşılmaz ve suç sakar olmaya yüklenir. Bu durumdaki bir çocuk, ellerini kullanmasındaki kusuru evdeki ve okuldaki tüm öteki güçlüklere bağlar ve ilginin kendisine aşırı merkezlenmiş olduğu bir depresyona girer. Bu nedenle solak çocuklar çoğunlukla dünyanın tehlikeli bir yer olduğu hissine kapılırlar ve ötekilerden daha çok nevroza yakalanmaya açık bir duruma gelirler.

Tüm insanların yüzde otuz beşinin solak olduğuna inanıyorum ve bunların çoğu bunun bilincinde değildir. Solak olan kişiyi saptamanın birkaç yolu vardır: Bunun en iyi bilineni ve en kolay olanı, söz konusu kişiden ellerini sıkıca birbirine kavuşturmasını istemektir; solak olan kişi içgüdüsel olarak bunu sol baş parmağı sağ baş parmağının üzerinde kalacak şekilde yapacaktır. Solak olan kişinin sol kaşı sağ kaşından daha yüksektir ve bedeninin tüm simetrisi sol yanda daha çok gelişmiştir. Bebeğin beşikte bile sol yanını sağ yanından daha çok kullanmaya eğilimli olduğunu görebiliriz. Bu çocuklar için sağ elli olmaya uyum oldukça güç bir sınavdır. Genel olarak, çok kötü bir el yazısı gördüğüm zaman, bunun cesareti normalin altında bir solağa ait olduğunu anlarım. Öteki yönden, eğer mükemmel bir el yazısı görürsem, bunun güçlüklerin üstesinden başarıyla gelmiş bir solağa ait

olduğunu bilirim. Sağ ellerini geliştiren solaklar sanat ya da zanaat yeteneklerine eğilimli olurlar. Ressamların arasında her iki eliyle eşit güzellikte resim yapabilen çok sayıda kişi olduğunu görürüz.

Solak çocukların çoğunlukla sağdan sola doğru tersine hecelediklerinden ötürü epey öğrenme güçlüğü çektikleri yaygın olarak bilinmez; bu hata onlara uygun bir biçimde anlatılırsa, bunu düzeltebilirler.*

Duyu organlarındaki kusurlar bir çocuğun başkalarının yaşamını paylaşma olanağını kısıtlar. Eğer vakayı akıllıca cesaret verme önlemleriyle karşılamazsak, bunlar bir yük gibi hissedilebilen birçok zorunlu davranış biçimlerini ortaya çıkartırlar. Yetersiz görme yeteneği olan çocuklar dikkatle yürürler, çünkü onlar hareket etmekteki tehlikenin bilincindedirler. Onlar için güç olduğundan, görmekle daha ilgilidirler ve eğer iyi bir dengeleme yaparlarsa, görsel tipler olurlar. Kötü işitme ve kötü hareket etme handikapları için de uygun dengelemeler vardır.

Örneğin, **Gustav Greytag** çok miyoptu ve gözlük kullanmıyordu. Yeterince iyi göremediğinden, onun dikkati çevresinin neye benzediğini hayal etmeye odaklanmıştı ve bir yazar olarak özgür hayal gücü onun büyük niteliğiydi. **Goethe, Schiller, Milton** ve başka birçok büyük şair ve ressamdan çoğunun gözleri iyi görmezdi. Tümüyle normal görme yeteneği olan bir çocuk dikkatini muhtemelen görme olgusuna yoğunlaştırmaz ve bu durumu olduğu gibi kabul eder. Ama, görme bozukluklarının mutlaka yetenek, beceri ya da gerçekten toplumsal olarak yararlı bir yolla dengeleneceği hiçbir zaman varsayılmamalıdır. İyi bir dengeleme ancak cesaret ve uygun bir durumun olduğu yerde gerçekleşecektir: İster aynı duyu fonksiyonuna ya da işitme gibi başka bir duyu-

* Bu ve öteki gerçekler Dr. Alice Friedmmann tarafından derlenmiş ve "Questionnaire for the investigation of left-handedness" ("Solaklığın incelenmesi için soru kâğıdı") adlı bir makalede irdelenmiştir. (Int. Z. Indiv. Psychol., 1927, 5, 193-196)

ya ilişkin olsun, o zaman özel bir gelişmenin gerçekleşeceğine güvenebiliriz. Eğer durum elverişli değil ve cesaret eksikse, olumsuz bir dengeleme olacaktır – örneğin, çocuk hiçbir şeyi görmek istemeyecektir.

Gözleri normal olanlardan bazıları, bazen görsel güçlere bağlı olan ilgi alanları geliştirirler, ama bir zamanlar görme zorunluluğuyla karşı karşıya kalmış oldukları takdirde değil. Bir engelin bilinçliliği olmadan hiçbir zaman bir ilerleme yapılamaz. Başarı için cesaretli bir çabalamanın olduğu yerde caydırıcı gibi görünen şey bir yüreklendirici görevi yapar. **Beethoven, Smetana, Dvorak** ve öteki müzisyenlerin işitme güçlüklerine daha önce değinmiştim.

* * *

Toplumumuz yalnızca sağ elli değil, aynı zamanda erkeksi bir toplumdur: Bu nedenle, üstünlük için çabalama aşırı erkeksi bir tutum ortaya koyma eğilimindedir. **Kant**'ın söylemiş olduğu gibi, bazı büyük filozoflar bunu dile getirmişlerdir: "Hiçbir erkek hiçbir zaman kadın olmayı istemez." Buna tümüyle katılmıyorum, çünkü erkeklerin kadın olmayı istedikleri vakalara rastladım. Örneğin, çarpık bacaklı bir adam, bana çirkin bacaklarını örtmek için etek giyen bir kadın olmayı istediğini söylemişti ve okşanmak için kadın olmayı isteyen şımartılmış erkek çocuklar da vardır.

Kadınların dünyadaki yerlerini erkeklerle eşit nitelikli olarak almalarına hiçbir zaman karşı çıkmam, ama kızlarla erkek çocukların en erken yaşlardan kendileriyle ilgili toplumsal rollerine bağdaştırılmış olarak büyütülmelerinin daha iyi olduğunu gördüm. Bir kız, bir erkek çocuğuna dönüşebileceğine inanıyorsa, bunun nedeni kadının rolünün ona bir eşitlik görünüşü içinde sunulmamış olmasından ötürüdür. Kız, sürekli bir aşağılık hissi olduğunu düşündüğü ola-

sılığa karşı isyan eder. Freud'cular bu gerçeği "iğdiş kompleksi" olarak yorumlamışlardır, çünkü kızların çoğunlukla erkeklik organlarının onlardan ameliyatla alındığı fantezisi vardır: Ama bu, etki ve nedeni birbirine karıştırmaktır. Hemen hemen her kız, kadın olmayı yeğlediğini söylediği zaman bile, bazen bir erkek çocuğu olmayı ister, çünkü erkeksi konum daha güvenli görünür. Kız, her ikisinin avantajlarını ve dezavantajlarını tartmıştır, görünüşe göre. **Herder**'in gelinler için şarkılar derlemesinde, bunların hepsinin hüzünlü şarkılar olduğu gerçeğine şaşırmadan edemeyiz; bunlar, kızın evlilikte takdir edilmeyeceği ya da saygı görmeyeceğinden duyduğu kaygıyı anlatır. Kız, genç kızlıkla kadınlık arasındaki bunalımda bekaretini yitirmekten sanki o gizli kişilik gücünü ya da saygınlığını yitiriyormuş gibi korkar. Kadınlarda kuşkucu tutum, aşk ve evlilikten kaçma arzusunu, vajinismus, hamilelikten önceki utangaçlık ve ayrıca sapkınlıklar gibi tezahürlere neden olan işte bu duygudur.

Kızlar çoğu zaman erkek çocuklar gibi giyinmek, onlar gibi oyun oynamak ve hatta erkek çocuk adlarıyla çağrılmak isterler. Bir keresinde beş yaşındaki bir kızla birlikte yürüyordum, kız beni vitrininde erkek çocuklar için giysilerin sergilendiği bir mağazaya götürdü. Benden ona bir erkek çocuğu giysisi satın almamı istedi. Kurnazlığa başvurdum ve, eğer istiyorsa ona bunu satın alacağımı, ama hiçbir erkek çocuğunun bir kız giysisini giymek istemeyeceğini söyledim. Kız bir süre sessiz kaldı, sonra bir erkek çocuğu paltosunu göstererek, "Lütfen, hiç olmazsa bana şu paltoyu satın alın." dedi.

Böyle bir çocukta, o iki ya da üç yaşındayken cinsel rolün değişmezliği konusunda kararsızlık olduğu sonucunu çıkarabiliriz ve bu kararsızlık ruhsal prototipin oluşumunu etkilemiştir. Eğer bir kız, erkek çocuklarını taklit etmek için çevresi ya da eğitimi tarafından teşvik ediliyorsa, bu onun ileride bir kişi olarak sorunuyla karşı karşıya kaldığı zaman güç-

lüklerini çoğaltacaktır. Kızlar, sanki onlar daha ast bir fonksiyon içinmişler değil de, onların özel toplumsal sorumlulukları ve yetenekleri olduğu görüşü ve anlayışıyla eğitilmelidirler. Bu hazırlık olmadan, kızlar özellikle ergenlik döneminde, ilk kez biraz özgürlüğe ve bağımsızlığa adım attıklarında, bu hazırlığa olan gereksinimlerini daha sonra gösterebilirler; aksi takdirde, ileride onlar çoğunlukla abartılmış erkeksi tavırlardan ve davranışlardan hoşlanırlar ve özellikle içki içmek ve cinsel küstahlıklar yapmak gibi kötü davranışları taklit ederler. Günümüzde sigara içen, kısa etek giyen, saçlarını kısa kestiren ve erkeksi tavırları tutturabilmek için mümkün olan her şeyi yapan her yaştaki kadın tarafından yaygın bir biçimde sergilenen erkeksi protesto tırmanışa geçmiştir.

1. KENDİNİ PEYGAMBER SANAN ERKEK ÇOCUK

On beş yaşındaki bir erkek çocuğu, elleriyle anlaşılmaz hareketler, yüz ifadesinde çarpıklıklar yapması ve konuşma anormallikleri göstermesi nedeniyle birçok hekim tarafından tedavi gördükten sonra bir sanatoryumdan bana getirilmişti. Belirli bir nedeni olmadan sık sık çığlıklar atıyordu. Semptomları şizofreniye benziyordu, ama sonunda gizlemekte olduğu şeyi bana söyledi. "Saçma olduğunu biliyorum..." dedi, "Ama peygamber olduğuma inanıyorum. Bunu kimse bilmemeli." Başkalarıyla kaynaşmak istemiyor ve olağandışı davranışı nedeniyle kendisini tecrit ediyordu. Bir kız kardeşi vardı; bu bir ağabey için her zaman güç bir durumdur. Okuldaki durumu iyi olmasına karşın –gerçekten de okulun en iyi öğrencisiydi – yaşamda emsalsiz bir rol oynama kararlılığı onun hiç kimse tarafından sevilmemesine neden olmuştu. Yeterli derecede üstünlük duygusu duyduğu gerçek dışı dünyaya kaçışına yalnızca korkaklık neden olmuyordu. Sonunda, başkalarından farklı bir dil konuşması, onunla alay edilmesi ve dövülmesi nedeniyle, okul arkadaşlarının tümü-

ne birden, onların muzaffer yabancı bir millet olduğu gözüyle bakması zorunlu olmuştu! Bu arada, evde kız kardeşinin her geçen gün iyiye doğru yol aldığını ve üstünlüğünü ikinci kez yitireceğini hissetti, bu da onu tümüyle yıktı. Ebeveynlerine kendisini baskı altında hissettiğini ve okuldayken hayal âlemine kaçtığını söylemeye cesareti yoktu. Böyle olunca, hayal âleminde kendisini peygamber yaptı. Yapmaya başladığı acayip eğilip bükülmeler ve yüz buruşturmaları, ilk başlarda ebeveynlerinin dikkatini üstüne çekmek için icat edilmiş davranışlara göre oluşturulmuştu.

Benimle iyimser bir çizgiye gelebilmişti, çünkü büyüklüğünün sırrını yalnızca bana açabildiğini hissetti. Bu karşılıklı güvene dayalı olarak, benimle tartışabiliyor ve başkalarıyla olan ilişkilerini yeniden gözden geçiriyordu; böylece, açıklamamın ve aşıladığım cesaretin yardımıyla yaşama kendisini uyarlamanın doğal arzusunu yeniden kazandı. Şımartılmış çocukların arkadaşlarının acımasızlığından çok acı çektikleri buna benzer vakalara tanık olmuştum.

Nevrozun kehanetle ilgili bir rol içerdiği başka bir vaka, bir tüccarın vakasıydı; kırk yaşındaydı ve insanlarla konuşamadığını gördüğü için bana gelmişti. Toplum içindeyken sahne korkusuna benzer bir gerilime kapılıyordu; titriyordu, utanıyordu ve boğulma hissi duyuyordu. Daha önce annesinin yaptığı gibi, onu çok şımartan kendisinden on iki yaş büyük bir dulla evlenmişti. Onunla, birkaç yakın arkadaşıyla ve müşterileriyle hiçbir zorluk çekmeden konuşabiliyordu, ama davranışı toplumun daha geniş bir kesiminin sınavından geçemezdi.

Adam, kehanetle ilgili rüyalar gördüğünü söyleyene dek bu garip duruma bir ipucu bulamadım. O zaman hemen, onun üstünlük amacının, Tanrı'yla ayrıcalıklı ve emsalsiz bir ilişki içinde, peygamberlik olduğundan kuşkulandım. "Belki de..." diye söze başlayarak öngörülü bir biçimde bu fikri ona ima ettim ve o hemen, "Bütün arkadaşlarım ve karım benim

kâhin olduğumu bilirler, bu birçok kez kanıtlanmıştır." dedi. Çektiği güçlüğün nedeni belli ki buydu. Eğer o toplum içinde özgürce konuşsaydı, doğru olmayan bir şeyi söyleme tehlikesi içinde olabilecek ve bu da bir kâhin olarak ününü yok edebilecekti. Bu yenilgiye uğrama olasılığının içinde boğuldu ve gaipten haber verme yeteneği anlaşılamaz bir konuşamama tarafından bu şekilde savunulmuş oldu.

2. GAİPTEN HABER VEREN VE KONUŞAMAYAN TÜCCAR

Bir hastayla ilk görüşmemizde vakanın gerçekten bir nevroz vakası olup olmadığını saptamalıyız. Benim uygulamam, hastanın şikâyetlerini dinledikten sonra iki yoldan birine doğru ilerlemektir. Eğer gerçekten organik bir bozukluk olmadığını görürsem, geçici olarak vakanın bu yanını dikkate almayabilir ve koşullarla yaşam tarzını araştırmaya başlarım. Öte yandan, belli bir organik rahatsızlık varsa, şikayet ve çekilen acının hastalığın doğruladığından daha büyük olup olmadığına, yani organik ve ruhsal hastalığın bir kombinasyonu olup olmadığına bakarım. Örneğin, çoğu zaman, hastalıktan ötürü gerektiğinden daha fazla acı çekildiğini ve yıkıcı bir hastalıkla birlikte ateşin seyrini artırabilecek anlaşılmaz bir heyecanın varlığını görmüşümdür. Organik bir hastalıkta da iştah genel görünüşe göre değişir ve eğer hasta karamsar bir ruh haline ya da ruhsal bir uyuşukluk içine girerse, ciddi olan bir hastalık uzayabilir hatta ölüme götüren bir hastalık durumuna gelebilir.

Bu vakalarda en ivedi gereksinim, hastanın çözemediğini hissettiği bir sorunla karşı karşıya olup olmadığını anlamaktır. Doğal olarak, hemen hemen hiçbir zaman buna doğrudan ulaşamayız. Eğer mümkünse, en erken çocukluk döneminden başlayarak hastanın yaşamının akışını onunla konuşurum, özellikle en acı verici zayıflık ve güçsüzlük duygularını açığa vuran ya da gizleyen olayları ya da evreleri dikkate alı-

rım: Aynı zamanda organik eksiklik işaretlerini gözden kaçırmamaya çalışırım. Ne zaman kararsızlığa, durmaya ya da kaçmaya karşı bir yatkınlığı kesinlikle algılarsak, elimizde şimdiki durumla ilgili bir ipucumuz da olur. Hastalığın hem organik hem de ruhsal olduğu anlaşıldığı zaman, tedavi aynı anda her iki çizgi üzerinde sürdürülmelidir. Eğer rahatsızlık büyük çapta ya da tümüyle ruhsal nitelikteyse, ilk görüşmede neyi bulduğumu hastaya anlatırım, ama bunu cesaret kırıcı olmayan bir biçimde yaparım ve hastanın henüz anlayamayacağı herhangi bir şeyi söylememeye çok büyük bir özen gösteririm.

Bulgularımın doğruluğunu saptamak için bir belirtiyi bir diğeriyle karşılaştırır, her türdeki bilgiyi toplamaya çalışırım. Örneğin, "Sizi hemen iyileştirseydim ne yapardınız?" diye sorarım: Bu sorunun, bundan önce hiç konuşulmamış güncel bir sorunu akla getirebileceğini bekleyebilirim. Hastanın yaşamındaki egemen ilgi alanına bir ipucu olması yönünden onun en eski anısını bilmek isterim. Normal olarak beklenilen türdeki aktivitelerden hangilerinin hasta tarafından dışlandığını dikkate alarak, neyin olup bittiğini anlamaya çalışırım. Bu arada kendime, eğer aynı koşullar altında ve aynı yaşam tarzını izliyor olsaydım, ben de karşımdaki olduğunu sandığım tipten birisi mi olurdum, sorusunu sormayı ihmal etmem. Hastanın koşullarını kavradığımı hisseder hissetmez, onun düşüncelerinin, duygularının, hareketlerinin ve özelliklerinin aynı yönde çalışıp çalışmadıklarını araştırırım: Tüm bunlar şimdiki sorunun dışlanması ya da en azından ertelenmesi yönünde midirler? Bireysel Psikologların deneyim birikimi yaşam planındaki bu birliğin araştırılması konusunda bizi haklı çıkarır ve Bireysel Psikoloji'nin geniş literatür bilgisinin ve çalışma geleneğinin teşhisteki değeri çok büyüktür, çünkü bu bize, toplumsal ilgi yokluğu, cesaret ve özgüvende eksiklik ve sağduyunun reddedilmesi gibi tipik nevrotik faktörleri tanımamızda yardımcı olur. Böylelikle ya-

şam tarzını daha kolaylıkla anlarız: Eğer her izlenimi her zaman başka izlenimlerle karşılaştırıp onun gerçekliğini saptarsak, genelleştirmelerden başka bir şey olmayan yanlış bir yola sürüklenmeyiz.

Görüşme, üstünde her zaman durulan bir "eğer"i ortaya çıkarır. "Evlenirdim, eğer" "yeniden işime koyulurdum, eğer" ya da "sınavıma girerdim, eğer" vesaire. Nevrotik, yaşamın meydan okumasından kaçışını haklı çıkarmak için her zaman akla az ya da çok yakın görünen bazı nedenleri toplamıştır, ama o ne yaptığının bilincinde değildir. Hastaya çok dikkatle yol gösterilmelidir ve psikoloğun görevi hastayı basit ve dolaylı olmayan açıklamalarla eğitmektir.

Psikoterapist kendisiyle ilgili tüm düşünceleri ve üstünlüğü hakkındaki duyarlılığı bir yana bırakmalı ve hastadan hiçbir zaman hiçbir şey istememelidir. O, annelik fonksiyonunun gecikmiş üstlenicisidir ve hastanın gereksinimlerine uygun bir kendini adayışla çalışmalıdır. Freud'cuların aktarım olarak adlandırdıkları (bunu cinsel sezinlendirmeler bir yana bırakılarak tartışabileceğimiz kadarıyla) yalnızca toplumsal bir duygudur. Bir dereceye kadar her zaman var olan hastanın toplumsal duygusu, en iyi ifadesini psikologla olan ilişkisinde bulur. "Direnme" diye adlandırılan, yalnızca yaşamın yararlı yanına dönme konusundaki cesaretsizliktir: Hastanın, psikologla olan ilişkisinin, onu, yenilgiye uğrayacağı yararlı bir faaliyete zorlayacağından duyduğu korku tedaviye karşı bir savunmaya geçmesine neden olur. Bu nedenle, bir hastayı hiçbir zaman zorlamamalıyız, tam tersine, yararlılığa kolaylıkla yaklaşmasında ona çok dikkatle rehberlik etmeliyiz. Eğer güç kullanırsak hastanın uzaklaşması kaçınılmazdır. Benim yöntemim, evlilik ya da özgür ilişkiler öğütlemek de değildir. Bunun her zaman kötü sonuçlara yol açtığı kanısındayım. Kendisine evlenmesi ya da cinsel deneyim araması söylenen bir kişinin iktidarsızlığa uğraması bir hayli olasıdır. Tedavide ilk kural hastayı kazanmaktır; ikincisi,

psikoloğun kendi başarısı hakkında hiçbir zaman kaygılanmamasıdır: Eğer o bunu yaparsa başarıya ulaşamaz.

Hiçbir zaman zorlamaya başvurulmaması ve olası en özgür ilişki – bunlar hasta ve hekim arasında vazgeçilemez koşullardır. Çünkü bir tedavi, hastayla hekim arasında, hastanın bundan önce çok iyi gizlenmiş bir sırrı olan amacını anlamakta sağladıkları birliğe bağlıdır. Alkoliklik, morfin kullanılması ve benzer alışkanlıklarla ilgili olarak bireyin yaşam tarzının altında yatan gerçeğin bilinmesi zorunluluğuna daha önce değinmiştim. Yalnızca zehri alıp götürmek ve birkaç cesaretlendirici söz söylemek yeterli değildir. Hasta içkiye neden başvurduğunu anlamalıdır. Hastanın, Bireysel Psikoloji'nin, ayyaş olanların toplumsal cesaret ve ilgiyi yitirdikleri ya da beklenilen bir yenilginin korkusuna kapıldıklarıyla ilgili genel ilkelerini anlamış olması da yeterli değildir. Hekim için hastanın çocukluk döneminden kaynaklanan bir aşağılık duygusundan ötürü kendisini içkiye vermiş olduğunu söylemesi ve hatta hastanın buna inanması kolaydır, ama bu anlatım biçiminden hiçbir sonuç çıkmayacaktır. Hekim o bireysel yaşamın özel yapısını ve gelişmesini öylesine doğrulukla kavramalı ve açık bir biçimde ifade etmelidir ki, hasta o zaman tam olarak anlaşıldığını ve hatasını görür. Hastalar ya da hekimler bana gelerek: "Her şeyi açıkladık..." ya da "İyice anlıyoruz, ama başarılı olamıyoruz" dedikleri zaman, bunu gülünç bulurum. Ne zaman buna benzer bir başarısızlık vakasının içine girsem, ne hekimin ne de hastanın konuyu anladığını veya herhangi bir şeyi açıkladığını görürüm. Bazen hasta kendisini aşağı bir konumda ve hekim tarafından bastırılmış hissetmiş ve tüm gerçek açıklamalara direnmiştir. Arada bir roller değişmiş ve doktoru tedavi eden hasta olmuştur! Bazen, deneyimsiz bir uygulamacı Bireysel Psikoloji'nin kuramlarını hastaya şuna benzer cümlelerle anlatır: "Toplumsal cesaretten yoksunsunuz, başkalarına karşı ilgi duymuyorsunuz, kendinizi aşağılık hissediyorsunuz." ve-

saire, bu yarar sağlamaktan ziyade zarar getirebilir. Gerçek bir açıklama öylesine açık olmalıdır ki, hasta o zaman onun içindeki kendi deneyimini anında hisseder ve anlar.

3. İÇKİ İÇME YOLUYLA KAÇIŞ

Otuz iki yaşındaki bir adamın alkolikliğiyle ilgili bir vakayı tedavi ettim. Bu, çok zeki, iyi eğitim görmüş, hiçbir sağlık sorunu olmayan ve dört haftada bir içki içme krizine tutulan bir adamdı. Çeşitli beze özlerinin enjeksiyonları dahil, birçok ilaç kullanmış ve tedavi görmüştü. Aylarca gözetim altında kalmış, ama hiçbir şey onun alışkanlıklarını değiştirmemişti.

Adam çok sıkılgandı, titriyordu ve durmadan sigara içiyordu. Bu davranış ilk bakışta edindiğim izlenimi doğrulamıştı; beni üstünmüşüm ve bir düşmanmışım gibi görüyordu: Nispi değersizlik duygusunun altında kalmamak için de sigarasına asılıyordu. Sorularıma yanıt olarak, arkadaşı olmadığını, toplumla kaynaşmadığını, mesleği olmadığını ve âşık olmadığını söyledi. Yalnız kalmayı yeğliyordu ve bir toplantıya çağrıldığı zaman aşırı heyecanlanıyordu. Ebeveynlerinin parasını harcayarak savurganca yaşıyor, ne zaman aklına gelse neredeyse hiçbir işe yaramayan şeylere çok yüksek fiyatlar ödüyordu. Onun cinsel soruna yanıtını tahmin edebiliriz: Mastürbasyon; tecrit olmayı pekiştirmek, aşk ve evlilikten kaçmak için benimsenmiş olan cinsel yaşam tarzı.

Genellikle bu tür bir yaşam biçimi, yaşamın ateş hattına hazır olmadığından oradan uzaklaşmak zorunda kalmış ve şımartılmış bir çocuğun prototipik tutumunda görülür. Bu adam bir ayyaşa dönüşerek kaçışını gerçekleştirdi. Başkalarının desteğini almadan toplum, çalışma ve sevgi sorunlarıyla karşı karşıya geldiği zaman, zorluk çekilen durumlar ve gerilimli tutumlar onun aralıklı ve dönemsel deneyimleriydi; böylelikle, önü alınamayan sarhoşluk krizleri, yaşamın yararsız yanında sorununun uygun bir çözümü oluyordu.

Her günkü olağan gerilimler onu içki içmeye itecek kadar ağır değildi ve ayık olduğu dönemlerini alışkanlığı tümüyle terk etme iyi niyetini göstermek için kullanabiliyordu. Dövüşken bir çocuğun çoğu zaman yaptığı gibi, çevresini umutsuzluğa düşürmek gayretinde değildi, ama o, bu vicdan azabı ve pişmanlık dönemleri yoluyla yanlış olan çizgisini sürdürdü; bu dönemler başkalarının ona bir şans daha vermelerine neden oldu ve "bu kez gerçekten son kez" olması konusunda onları umutlandırdı. Sarhoşluk, bazen onun toplum içine girmesi beklendiğinde, bazen de başkalarıyla birlikte olduğunda ya da bir toplantıdayken başlıyordu. Ne zaman bir görevi yerine getirmek zorunda olsa ya da ona olası bir koca gözüyle bakan bir kızla tanışsa, sarhoşluk ortaya çıkıyordu; parası azaldığında ve ebeveynleri ona yeterince hızla bir havale göndermedikleri zaman, hemen içkiye başvuruyordu. İçkiye düşkünlüğünü kullandığının kısmen bilincindeydi, ama bir kaçış olarak bunun genel eğilimini ya da her zaman kendisini bırakmaya hazır olduğunu ve kendisiyle baş edilemez bir duruma geldiğini hiçbir zaman anlamadı.

Onun açık amacı, tüm görevlerden bağışlanmak ve sırf hatırı için desteklenmekti. Ben-merkezliydi ve toplumsal uyumdan tümüyle yoksundu, ama yenilgiyi ortadan kaldırarak yine de bir üstünlük amacına ulaşmıştı. Toplum içinde bir yenilgisi yoktu, çünkü oraya girmemişti; çalışma alanında yenilgisi yoktu, çünkü meslek sahibi değildi; aşkta yenilgisi yoktu – ondan kaçınmıştı. Öznel olarak yaşamı yenilgiye uğrattı ve onu tümüyle kendi kurallarına göre yaşadı: Ama nesnel olarak, elde ettiği koşullar neredeyse olabileceklerin en kötüleriydi.

Karşı karşıya kaldığı her durumda, aile desteği isteyen şımartılmış bir çocuk olduğunu kanıtladı. Üç kız kardeş arasında tek oğlan çocuktu. Özenle eğitilmişti, öğretmenler ebeveynler tarafından ona aşırı ilgi göstermeye ikna edildiklerinden okulda başarılı oldu. Koruma altında geçen yıllardan

sonra yaşam ona olanaksız göründü ve kaçışını gerçekleştirdi. Bu hastanın babası içki içerdi ve o erken yaştan bu alışkanlığın annesini üzdüğünü ve onun zihninin babasıyla meşgul olduğunu biliyordu. Bir gün, bir okul sınavından önce ilk kez sarhoş oldu. Annesi, bunun onun doğasındaki kalıtımsal bir kusur olduğuna inanarak çok üzüldü ve onu tedavi etmek umuduyla ona daha çok ihtimam gösterdi. Bu başarıyı elden bırakmamak için, hasta içki içmeyi sürdürdü.

Bu adamın ilk anısı ebeveynlerinin evden uzakta olduğu ve onun anneannesinin bakımına bırakıldığı bir zamanla ilgiliydi. Bu süre içinde kendisini iyi hissetmedi. Bir keresinde anneannesi onu eleştirdiğinde eşyalarının bir bölümünü topladı ve evden kaçtı; anneannesi arkasından gitmek zorunda kalmıştı. O sırada dört yaşındaydı; bu anı onun yaşama karşı olan prototipik tutumunu ortaya koyar. Ne zaman kendisini şımartılmamış hissetse sarhoşluğa sığınmıştır. Şımartılmış bir prototipten gelişmiş tüm nevrotik kişiler, toplumsal değeri olan bir şeyi yaptıktan sonra değil, yapmadan önce takdir edilmeyi beklerler, böylelikle işlerin doğal akışının kendi lehlerine döneceğini umarlar.

Bu hastanın, dünyanın daha geniş olan bir çevresinde kendisini rahat hissedecek şekilde eğitilmesi ve onun gerçek ve zorunlu taleplerini tanıyabilene dek desteklenmiş olması gerekliydi. Daha önce sözünü ettiğim gibi, bu, psikolog tarafından anneliğin iki fonksiyonunun üstlenilmesini içerir: İlki, bir hemcins olarak hastanın güveninin kazanılması, sonra da bu yeni güvenin başkalarına ve gerçek yaşamın avantajları ve dezavantajlarına doğru yönlendirilmesidir. Hastamın annesi ikinci fonksiyonu yerine getirmekte başarılı olamamıştı ve bu işi bana kalmıştı.

Tedavinin başlangıcında, onun eskisinden daha umarsız bir kaçışla sarhoşluğa sığınarak kendisine ya da başkalarına zarar vermesi olasılığı vardı ve onu kollamak amacıyla önlemler alınmalıydı. Bunu en iyi şekilde yapmak için bir ku-

ral konulamaz, ama her ne yapılacaksa, bu, hastanın onayıyla yapılmalıdır. Aksi takdirde, hasta ebeveynlerine karşı çıktığı gibi hekime de direnir: Kendi zayıflığını sömürerek –sarhoşluk. Eğer isteği dışında gözetim altında tutulması gerekiyorsa –örneğin, bir akıl hastanesinde– onu oraya başka birisinin yerleştirmesini sağlayınız. Hekim hiçbir şekilde ona müdahale etmemelidir, böylelikle onun direnmesini engellemiş olur.

* * *

İnsanoğlu, bir bütün olarak doğaya göre daha aşağı bir konumdadır, bu nedenle strateji ve hilekârlık yanını geliştirmek zorunda kalmıştır. Özellikle aşırı entelektüel bir düzeye gelmiş uygarlığımızda hemen hemen herkes bireysel hünerlerini göstermekte son derece ustadır: Gerçekten önemli olan davranış farklılıkları, bireysel davranış kurnazlıkları değil, yararlılık ya da yararsızlık davranışlarıdır. Yararlıdan, genel olarak insanlığın çıkarları için olanlar demek istiyorum. Herhangi bir eylemin değerinin değerlendirmesi, günümüzde ve gelecekte, onun tüm insanlığa olan yararıdır; bu kıstas yaşamın yalnızca o anda korunması için değil, din, bilim ve sanat gibi yüce eylemler için de geçerlidir. Bu bakış açısıyla, neyin kesinlikle yararlı olduğuna her zaman karar veremeyeceğimiz doğrudur. Ama yararlı bir davranış içinde olma dürtüsüyle yönlendirildiğimiz zamanı biliriz; kişinin toplumsal uyumu ne kadar iyiyse, o gerçek bir algılamaya daha çok yaklaşır. Kendini tecrit etme ve çekilme yolunda olan bir kişi belki de değerli zihinsel güçler öğrenebilir ya da bunları elde edebilir, ama o zaman bile toplum, bu yeni olanaklar kendisinin ya da başkalarının topluma doğru yönlendirilmiş eylemi yoluyla gerçekleşmedikleri sürece bunlardan yararlanamaz.

Belirli bir yaşam çizgisinin aslında toplumsal mı yoksa toplum dışı bir dürtüden mi kaynaklandığını gerçekle olan ilişkide görür. Belki de daha ileri bir aşamada bir yaşam dikkati çekecek ölçüde iyi ya da kötü olarak gelişebilir ve insanlar buna şaşırırlar ve bunu şansa, kalıtımsal eğilimlere ya da kadere yorarlar, ama aslında bu bireyin amacının yapısında var olan sosyal ya da antisosyal duygudan ötürüdür. Bir çocuğun yaşamının ilk başlangıcındaki toplumsal olmayan eğilimler ve hatalar bir ailenin davranış biçiminde ya da bir ulusun düşüncesinde de görülebilir. Bu hatalardan kaçınmayı umut edebilmemizin tek yolu toplumsal duygumuzu yükseltmeyi öğrenmektir, yalnızca bu bizi değersiz ve zararlı eylemlerden kurtarabilir.

Toplumsal duyguda bir artışın değerini abartmak neredeyse olanaksızdır. Zihin gelişir, çünkü zekâ toplumsal bir fonksiyondur. Yarar ve değer duygusu artmıştır; bu, cesaret ve iyimser bir görüş verir ve hepimizin ortak avantajlarında ve dezavantajlarında bir uzlaşma duygusu oluşur. Birey yaşamında kendisini rahat hisseder ve varlığını başkalarına yardımcı olmak ve kişisel aşağılık duyguları yerine ortak aşağılık duygularını yenmek ölçüsünde değerli bulur. Yalnızca ahlaki türde değil, güzeli ve çirkini en iyi anlama yolu olan doğru estetik tutumu da her zaman gerçek toplumsal duygunun üstüne kuracaktır.

Çocuğun aile grubunun içinde tümüyle yerleşik olmasına karşın, onun toplumsal bir duygu ve yararlı bir ilgi alanı geliştirdiğinden emin olmak kolay değildir: Bu ancak kesin bir biçimde yeni durumlarla ilk karşı karşıya kaldığında ortaya çıkar. Bu, genellikle bir kız ya da erkek kardeşin dünyaya gelmesi, çocuk yuvasına ya da okula giriştir. Bu durumların herhangi birinde, çocuk yaşama karşı ilk sağlamlık sınavını geçer ya da bunda başarılı olamaz. Okula gitmek istemeyen, orada olduğu zaman dikkatini toplayamayan, iyi çalışmayan ya da okul arkadaşlarıyla kaynaşamayan bir çocuk hazırlığı-

nın yetersiz olduğunu gösterir. Eğer ona böyle bir yaşam planı geliştirmesine izin verilirse, toplumda yerini alamaması çok olasıdır.

Nevroz kişiye her zaman bir rahatlama duygusu verir, ama doğal olarak nesnellik ve sağduyunun ışığı altında değil; bu, onun kişisel mantığına göredir: Nevroz bir miktar zaferi garanti altına alır ya da en azından yenilgi korkusunu hafifletir. Bu nedenle, nevroz korkağın silahıdır ve bu silah çoğunlukla zayıf olan tarafından kullanılır. Çoğu nevrozda üstü iyice kapalı saldırgan ya da kinci öğeyi görmezlikten gelemeyiz.

4. BİR TIP ÖĞRENCİSİNİN İNTİHAR EĞİLİMLERİ

İntihar etmek isteyen bir tıp öğrencisiyle ilgili bir vakam olmuştu. Kısa boylu bir adamdı ve bundan ötürü uzun boylu olmak istiyordu. Bir hekimin karısı olan annesi tarafından çok şımartılmıştı ve kadın despot kocasından memnun değildi. Bir gün kadın aşçı çığlık çığlığa odaya girdi ve babanın ona cinsel tecavüzde bulunduğunu söyledi. Bundan sonra anne depresyona girdi ve sürekli ağlamaya başladı. Çocuk bunu anlamamıştı ve benden bunu ona açıklamamı istedi. Annesine, ne bir sevgi duyduğu ne de böyle bir şey söylemediği bir kocanın sadakatsizliğinden nasıl oluyor da bu kadar üzüntüye kapıldığını zaten sormuştu: Ama annesi onun sorusunu bağırarak kesti: "Bunu mümkün değil anlayamazsın!" Benim, babasının davranışının eskisi gibi kaba ve acımasız mı olduğu sorusuna, öğrenci, tam tersine onun çok sessiz, sakin ve anlayışlı bir insan olduğu yanıtını verdi.

O zaman sordum: "Annenizin bu despotu evcilleştirmek için tek çaresinden vazgeçer mi sanıyorsunuz? Bedeli depresyonuyla ödüyor, ama kendisini bir fatih gibi hissediyor. Siz de buna çok benzer bir şey yapıyorsunuz. Siz annenizin gözdesiydiniz, ama şimdi yabancı bir kentte tek başınasınız

ve babanızı evcilleştirmekle meşgul annenizin dikkatinden yoksunsunuz. Üniversitedeki çalışmanızda başarılı olmuyorsunuz ve bağımsız olmaya hazırlıklı değilsiniz, anneniz nasıl depresyonuyla babanızı etkiliyorsa, siz de intihar dürtülerinizle annenizi etkilemek istiyorsunuz. Genellikle şımartılmış çocukların eğitilmiş oldukları gibi, zayıflık sergileme yoluyla başarı elde etmek için eğitilmişsiniz."

* * *

Nevrotik yaşam tarzını incelerken her zaman bir rakipten kuşkulanmalı ve hastanın durumundan ötürü en çok kimin zarar gördüğünü dikkate almalıyız. Bu genellikle ailenin bir üyesi, bazen de karşı cinsten bir kişi olabilir, ama hastalığın genel olarak toplumun tümüne bir saldırma şekli olduğu vakalar da vardır. Nevrozda her zaman gizli bir suçlama öğesi bulunur; hasta kendisini hakkından, yani dikkat merkezi olmasından yoksun bırakılmış gibi hisseder ve sorumlulukla suçu birisine yüklemek ister. Sorunlu çocuk ve nevrotik, bunun gibi gizli bir öç alma arzusu ve suçlamayla, insanlara ve kurallara karşı dövüşürken toplumsal aktiviteyi dışlama yoluyla doyumsuzluklarından biraz kurtulur. Tedavi ettiğim, evliliği tümüyle mutsuz, ama böyle olmasına karşın kocasını asla boşamayan ve ona karşı suçlamayı sürdürmeyi yeğleyen nevrotik kadın gibi, öç alma güdüsünün oldukça belli olduğu vakalar vardır. Ama sapıklar, ayyaşlar ve morfinmanlar gibi, nevrotiklerin genel olarak toplumsal duygularını tümüyle yadsımadıkları unutulmamalıdır ve onları suç işlemekten ve intihardan alıkoyan budur.

VI. BÖLÜM

DUYGULARIN NEVROTİK KULLANIMI

VI. DUYGULARIN NEVROTİK KULLANIMI

1. HER ŞEY YOLUNDA OLDUĞU ZAMAN DEPRESYONA UĞRAMA

Bir keresinde tedavi ettiğim ilginç bir depresyon vakası üzüntünün üstünlük duygusunu arttırmada nasıl kullanıldığını çok açık bir biçimde gösterir. Bu vaka, özellikle rahat bir ortamın dışında olduğu zaman kendisini tümüyle sağlıklı hissettiğini söyleyen elli yaşındaki bir adamın vakasıydı. Örneğin, ailesiyle birlikte bir konserde ya da tiyatroda olduğu zaman üstüne bir melankoli krizi çökerdi: Bu tür bir depresyon sırasında her zaman yirmi beş yaşındayken ölen yakın bir dostunu anımsardı. Bu dost onun yalnızca iş yaşamındaki değil, evlenmek için karısına da talip olmuş bir rakibiydi – ama o başarısız bir rakipti, çünkü dostu öldürücü bir hastalığa yakalandığı zaman hastam hem aşkta hem de iş yaşamında zaten rakibini geçmişti.

Dostunun ölümünden önce ve sonrasında başarı hastamın yazgısı olmuştu; ebeveynlerinin gözdesiydi, erkek ve kız kardeşleri tarafından geçilmemişti ve bu dünyada varlıklıydı. Ama karısı hırslı bir kadındı, ahlak ya da başka bir alanda olsun, aile içi her sorunu kişisel bir zaferle ya da başarıyla çözmeye çalışıyordu: İki kişi arasındaki bunun gibi bir mücadele doğal olarak sürekliydi ve şiddetliydi. Karısı bazen çok açık bir biçimde üstünlüğü ele geçiriyordu, ama

bu, baskın çıkarak ya da tartışarak değil de, dezavantajlı durumlarda çok sinirlenerek ve acı verici durumuyla ona üstün gelmesiyle gerçekleşiyordu. Karısı hiçbir zaman aşırı kıskançlıklarını dile getirmedi, ama gerektiği zaman kaygı nöbetleriyle onun elini kolunu bağlamaya çalıştı. Böylelikle, yaşamın bir ilişkisi dışında tüm ilişkilerinde başarılı olan adam, üstünlük amacına ulaşmış olma konusunda kendisini emin hissetmedi; onun aşırı hırsı rekabet etmek istiyordu.

Birçok psikoloğun bu depresyonu açıklamak için bir "suçluluk kompleksi"ni araştıracağını biliyorum. Onlar, çok erken bir dönemde birisini –muhtemelen babayı– öldürme arzusunu bulmak için hastanın çocukluk dönemini araştıracaklardır. Oysa, bu hasta babasının gözdesi olmuştu ve onun ölümünü isteyecek hiçbir nedeni yoktu, çünkü o her zaman babasını kendi çıkarları doğrultusunda yönetebilmişti. "Suçluluk kompleksi" için böyle bir yanlış arayış, bir psikoloğun hastanın dostu ve rakibi olan kişiyi gizliden gizliye öldürmek istediğini düşünmesine de yol açabilir: Rakibini yenilgiye uğrattıktan ve ölüm isteğinin kader tarafından yerine getirilmesinden sonra bile hâlâ doyumsuzdur. Eğer bu böyle olsaydı, suçluluk kompleksi hastanın kendisini daha yoğun bir ışık altında görme çabasıyla gelişebilirdi. Eski rakibine en yüce içtenlik ve dürüstlükle iyi dileklerini ve beğenisini ifade etmek isteyecekti; aynı zamanda, rakibinin ölümünün anısı ve onun ölümünden önce zihninden tümüyle çıkaramadığı düşüncelerden ötürü üzülecekti. Bu, birlikte ortaya çıkan kendini suçlama ve pişmanlık duyma karmaşık durumuyla sonuçlanacaktı; biz buna suçluluk kompleksi diyoruz ve bu her zaman yaşamın yararsız yanında verilen bir üstünlük çabalamasıdır. Daha önce değindiğim gibi, bu, "hatanın doruğuna eriştim" ya da "benim erdemim o denli yücedir ki, onun üzerindeki bu küçük leke beni öldürüyor" demektir.

Oysa, bu vakada ben bu tür bir belirti bulmadım; adamın bir erdem olarak dürüstlüğü değerlendirmesi anormal bir bi-

çimde gelişmemişti. Onun depresyonları kendisini karısından üstün gösterme girişimiydi. Çok olumlu durumlarda kederli olmak, iyi olan talihinin üstüne dikkati daha çok çekiyordu; oysa, kendine bunların keyfini çıkartma olanağı verseydi, aynı ölçüde dikkat çekmeyecekti. Herkes onun depresyonuna hayret etmişti ve o sürekli olarak kendisine şunu soruyordu: "Sen, mutlu varlık, istediğin her şeyin olduğu halde neden kederlisin?" Onun rahat yaşamında tek sıkıntı yönetilemez karısıydı ve o bunu geçmişinin en güç dönemindeki –dostunu yarışta geçerek kadını onun elinden aldığı zamanki– zaferini anımsayarak dengeliyordu. Sadakat, dostunun ölümüne sevinmesini engelliyordu: Ama yine de, bir tiyatro locasında hüzünlenerek, bu eski zaferle beslenebilirdi. Ne kadar çok canı sıkılmışsa ve neşeli bir ortam içindeyse, eski zaferini o kadar çok düşünebiliyor ve statüsünün bilinçliliğini artırıyordu. Daha derin soruşturmalar çıkardığım sonucu doğruladı. Dostu frengiden sonra gelen felçten ölmüştü; bu hastalığa her ikisi birden aynı zamanda yakalanmışlardı. Ama benim hastam iyileşmişti; ve şimdi, çevresindeki sağlıklı karısı ve altı çocuğuyla, dostuna karşı kazandığı zaferle birlikte hastalığı yenişini anımsamadan yapamıyordu.

Demek ki, onun avunması bunlardı. Bu adam evliliğinde kendisini üstün hissetmiyordu; ama en azından karısı dostunun arzulamış olduğu kadındı ve dostunun yerine onu seçmişti. Hastam, dostunun felaketini sessiz bir hüzün içinde düşünerek zafer duyusunu yükseltti. Ama, bu türdeki bir avunma yararsız yandadır ve gördüğümüz gibi hastalığa eğilimlidir.

2. ÇOKEŞLİLİK ARZULARINDAN SONRAKİ İKTİDARSIZLIK

Çeşitli tedavi şekillerini denedikten sonra, otuz altı yaşındaki bir adam cinsel iktidarsızlık konusunu danışmak için

bana geldi. Kendi çabasıyla başarıya ulaşmış, iyi bir konumda, bedensel olarak sağlıklı, ama çok iyi eğitilmemiş bir adamdı; ve iyi eğitim görmüş bir kızla bir aşk ilişkisi olmuştu. Adam, iki kız kardeşin ortanca kardeşiydi ve beş yaşındayken hem annesini hem de babasını kaybetmişti. Ailesinin çok yoksul olduğunu, şımartıldığını, komşuların ona armağanlar vermekten hoşlandıklarını, sessiz ve sevimli bir çocuk olduğunu ve komşuların eli açıklığını bir dilenci gibi davranarak sömürdüğünü anımsıyordu. Çok başlangıçtaki anılarından biri, Noel gecesi sokaklarda yürümek ve mağazaların vitrinlerindeki başkaları için düzenlenmiş Noel ağaçlarına bakmaktı. Beş yaşındayken gönderildiği yetimhanede ona sert davranmışlardı, ama her zamanki uysallığı ve ikinci çocuk olarak sahip olduğu mücadeleci doğası, başkalarını geçmekte ona olanak sağlamıştı. Yaltakçılığı işine yaramış ve kurumun baş hizmetkârı görevine terfi ettirilmişti. Onun bu işinde, bazen uzun bir süre, sayfiyedeki eski ve terk edilmiş bir tren istasyonunda beklemesi gerekmişti; yalnızca telgraf tellerinin vınlamasının gecenin sessizliğini bozduğu bu zamanlarda, dostu bulunmayan bir dünyada kendisini tümüyle tecrit edilmiş ve yalnız hissetti ve bu deneyimin güçlü anıları onda yer etti.

Hastam, bundan sonraki yaşamında, hiçbir kulak uzmanının nedenini bulamadığı kulaklarındaki bir çınlamadan çoğu kez yakındı. Oysa, bunun onun yaşam tarzıyla oldukça tutarlı olduğu anlaşıldı. Kendisini tecrit edilmiş hissettiği zaman, ki bu çok sık oluyordu, tellerin vınlamasının anısı bir halüsinasyon canlılığıyla geri geliyordu. Bu durum kendisine açıklandıktan, toplumsal uzlaşması biraz daha iyiye gitmesinden ve sevgilisiyle evlenmesi destek görmesinden sonra çınlama sesi durdu.

Bir yetimhanede yetişmiş çocukların, sanki bu bir onursuzlukmuş gibi, bu gerçeği gizlemek için büyük çaba harcamaları oldukça olağandır. Bu adam bu konuyu gizlemesini

çoğu yetimin yaşamda daha sonra başarılı olmadığını ileri sürerek haklı çıkardı. Yaşamda başarısızlığın yetimlerin önüne geçilmez bir yazgısı olduğuna inanıyordu, bu da ona iş yaşamındaki gerilimli ve mücadeleci tutumu benimsetti. Aynı nedenden ötürü aşk ve evlilik sorunu önünde durakladı; nevrotik iktidarsızlığı bu derin kararsızlığın bir sonucuydu.

Görmüş olduğumuz gibi, bu adamın yaşam tarzı bir dilencinin yaşam tarzı olacaktı. Ama, iş yaşamında (daha önce yetimhanede olduğu gibi), yalvarma ona egemenliğin yolunu açmıştı. İş yaşamında, astlarının dilenme tutumlarından hoşlandığı kadar başka hiçbir şeyden hoşlanmıyordu. Bir fatih olana dek, yalnızca bir dilenciydi ve ikinci rolü de birincisi kadar istekle oynadı. Bazı psikologların hemen yaptığı gibi, "ikircikli" özellikler fikrini ileri sürmenin gereği yoktur. Doğru anlaşıldığında, bu zihinsel sürecin tümü –aşağıdan yukarı doğru işleyen ve aşağılık bir konum ifade eden, ama üstünlükle dengelenen– ikircikli değil, dinamik bir birliktir. Eğer o bir bütün olarak anlaşılmazsa, onu iki çelişen ve savaşan varlık olarak görürüz. Bu adamın iş yaşamında bir "üstünlük kompleksi" olduğunu görüyoruz: Ama, eğer o konumunu kaybedecek olur da yeniden başlamak zorunda kalırsa, hemen aşağılık anlatım tarzına geri dönecek ve onu sermaye yapacaktır. Şimdilik aşk sorununda, aşk dilenerek boyun eğici bir tutum içindeydi, ama egemen olmaya erişmeye çalışıyordu. Sevgilisi onu beğeniyor ve onunla evlenmek istiyordu, bu nedenle sevgilisi onun kararsızlığına karşı giderek artan yalvarıcı bir tutum benimseyerek tepki gösterdi! Aslında adam sevgilisine karşı üstünlüğü ele geçirmekte epeyce yol almıştı ve önemsiz konularda bunu sık sık ortaya koyuyordu.

O hâlâ kararsız tutumunun üstesinden gelememişti, ama yaşam tarzının ona açıklanmasından ve cesaretlendirilmesinden sonra durumu düzeldi ve iktidarsızlığı geçti. O zaman adam ikinci bir direnişe geçti: Her kadın onu çekiyordu ve bu çokeşlilik arzuları evlilikten bir kaçıştı. Bu sırada rüya-

sında kendisini odamdaki divanın üstünde yatarken gördü, cinsel heyecan duydu ve boşaldı.

Muayene odamda divan yoktur. Hastalarım istedikleri gibi otururlar, ayakta dururlar ya da ortalıkta dolaşırlar; ama onun rüyasındaki bu divan, onu daha önce bir süre için tedavi etmiş bir doktorun odasındaydı. Bu rüyayla ilk kez bir şeyi itiraf etmiş oluyordu. Hem öteki doktorun hem de benim, amacı onun gibi hastaları tedavi etmek için onlara cinsel ilişki olanağı sağlamak olan gizli bir derneğin üyeleri olduğumuza inanıyor ve bu nedenle hangi kadın hastamın onun için seçilmiş olduğunu öğrenmeye çalışıyordu. Odamda divan olmaması gerçeği, sanki bana karşı yapılan bir suçlama gibiydi. Ben doğru doktor değildim. Bana yalvararak, benden güçlüklerini halletmemi, sorumluluklarını üstlenmemi bekleyerek, evlilikten kaçmak için ona yardımcı olmam için gelmişti. Benim evlilik konusunda danışıklı dövüş halindeki işbirliğim, onun tedarikçisi olmam derecesine varacaktı; bu, onun korkusunun, iktidarsızlığının ve çokeşlilik eğilimlerinin katkıda bulunduğu bir fanteziydi. Bunu başaramayınca, başkalarının mastürbasyona ya da sapıklığa başvurabilecekleri gibi, cinsel sorununu normal cinsel ilişki dışında kalan boşalmalarla çözecekti.

Evlendi, ama yatıştırıcı karısına karşı onun despotça bir tutum geliştirmesini engellemek güçtü.

3. KRAL OLARAK DİLENCİ

Başka bir yalvarma tutumu vakası, çok yoksul bir ailenin en küçük çocuğu olan elli yaşındaki bir adamın durumuydu. Görünüşteki zayıflığından ötürü annesi ve komşuları tarafından şımartılmış ve başlangıçta çok utangaç bir davranış geliştirmişti. O her zaman, özellikle büyük bir depresyon sergilediği güç zamanlarda, annesine yaslanmaya ve zayıf kişilerin desteğine başvurmaya çalıştı ve yardım gelene dek ağ-

ladı. Hem çocuklar hem de yetişkinler tarafından ağlamanın kullanılış şeklini daha önce görmüştük. Bu adamın ilk anısı, yere yuvarlanması ve canının yanmasıydı. Tüm anılar arasında bu olayın bellekte korunmasının seçilmesi, ancak onu yaşamın tehlikesiyle kendini etkileme isteğiyle açıklanır. Onun yaşam tekniği bir dilenci rolünde kendisini kusursuzlaştırmak ve sakatlıklarına dikkati çekerek destek, teselli ve yardım bulmaktı. Her olay göz yaşları için bir konu durumuna geliyordu.

Çocukluğunda bu adam konuşmayı öğrenmekte çok geri kalmıştı ve bu gibi vakalarda her zaman olduğu gibi, annesi onun ne istediğini anlamak için kendisini onunla daha yakından ilgilenmek zorunda hissetmişti. Bu yolla kendisini küçük bir kral gibi görebiliyordu. **Lessing**'in dediği gibi: "Gerçek dilenci tek gerçek kraldır." Aşağılık konumunu başkalarına göre kötü olan durumunun gücüyle ifade ederek yalvarma sanatının ustası oldu. Gördüğü kadarıyla, "zavallı zayıf çocuğu nasıl bir kral yaparım?" yaşantısı onun yaşam sorunuydu ve bunun onun bireysel ve aslında dinlenme olan tarzını üreterek çözdü. Bu bir yaşam tarzıdır ve bu şekilde işe başlayan bir çırak, tekniğinin eski bir ustası durumuna gelir. Bedelin açıkça çok ağır olmaya başlaması durumunda ve onun çocuksu yönteminin güncel sorunlarını çözmek için yeterli olmadığını anlaması sağlanmadığı sürece, bu yaşam şeklini değiştirmeyecektir. Aksi takdirde değişim onun için olanaksızdır, çünkü o tüm yaşamında her başarıyı yalvarma sanatına ve her başarısızlığı bu konudaki ustalıktan yoksunluğa bağlamıştır. Çocuğun gelecekle ilgili bireysel anlayışı egemen nedensel faktör olmasından ötürü, bunun gibi bir amaç kalıtımsal ya da çevresel uyarımlardan hesaplanamaz. Bu hastanın anlayış şekli şöyleydi: Ne zaman üstünlüğe erişmek isterse mutlaka bir hata yapmalı ya da başını bir tür belaya sokmalıydı. Tüm duyguları bir şey vermeden bir şey almak amacına uygun olacak bir biçimde düzenlenmişti.

Birkaç günlük bir tedaviden sonra bu adam ona söylediklerimden çok etkilendi ve bana birkaç yıl önce yazdığı bir kitapçığı gönderdi. Başlığı, "Dilenciler Birliği"ydi.

Alışkanlık halini almış eleştiri, öfke ve imrenme üstünlük için yararsız çabaların belirtileridir: Bunlar, sözde üstün olmak için, gerçekte ya da hayalde olsun, başkalarını baskı altında tutmaya yönelik hareketlerdir. Yapıcı eğilimde olan bir eleştiri her zaman toplumsal duyguyla anlaşılır bir ilişki içindedir, ama güdü başkalarını aşağılayarak ya da kötüleyerek yalnızca kendini yüceltmekle ilişkiliyse, eğilim nevrotiktir. Nevrotik kişiler başkalarını aşağılamak amacıyla çoğu zaman gerçeği kullanırlar; nevrotik bir eleştiri dikkate alındığı zaman, gözlemdeki gerçeklik öğesini gözden kaçırmamak gerekir.

Genellikle öfke, öfkelenen kişinin kendisini dezavantajlı bir durumunda hissetmesinin işaretidir – en azından geçici bir süre için. Bazı kritik ilişkilerde ara sıra patlak veren öfkenin anlaşılabilir bir tutum olmasına karşın, eğer alışkanlık haline gelmişse, bu durum kaygının, sabırsızlığın, çaresizliğin ya da baskılama duygularının bir işaretidir. Bu alışkanlığı olan hastalar başkalarında saldıracak savunmasız noktaların seçiminde çoğunlukla kurnazdırlar ve bu gibi durumların hazırlanmasında da büyük strateji ustalarıdır, çünkü dövüşmeye başlamadan önce başkalarını olduklarından daha haksız bir duruma düşürürler.

İmrenme genel olarak aşağılık bir konumun ifadesidir, ama bazen yararlı eylem için bir uyarıcı olabilir. Ama, nevrozda, başka birinin iyiliğine imrenme, eylemsel öykünme boyutuna varmaz. Yolculuğun sonuna varmamış bir tramvay gibi durur, hastayı sinirli ve depresif bir durumda bırakır.

Popüler vodvil tiyatroların birinde, sahneye çıkma sırası gelen "güçlü adam" gelir ve devasa bir ağırlığı dikkat ve büyük bir güçlükle yerden kaldırır, sonra, izleyicilerin alkışladıkları sırada, sahneye bir çocuk girer ve sahte ağırlığı tek el-

le taşıyarak düzenbazlığı açığa vurur. Bizi bu gibi ağırlıklarla aldatan pek çok nevrotik vardır ve aşırı yüklenmiş görünmekte ustadırlar. Omuzları üzerinde dünyayı taşıyan atlas gibi, altında sendeledikleri yükle aslında dans edebilirler. Ama, nevrotiklerin yüklerini çok ağır hissettikleri yadsınamaz. Onlar sürekli yorgun olabilirler. Bazen aşırı terleyebilirler ve semptomları verem olasılığını gösterebilir. Her hareket çok yorucudur ve çoğu zaman kalp çarpıntısı çekerler. Genellikle kederli olurlar, sürekli olarak başkalarının gayretli bakımını isterler, ama bunu her zaman yetersiz bulurlar.

4. AGORAFOBİ: İNSANLARDAN KAÇMA

Elli üç yaşındaki bir adamla ilgili bir agorafobi vakam olmuştu; adam, başkalarıyla birlikte olduğu zaman düzgün soluyamadığını anlamıştı. Kız kardeşiyle birlikte yaşıyordu ve özellikleri onunkilere çok benzeyen bir oğlu vardı. Bu adamın kendi üzerindeki aşırı ilgi yoğunlaşmasını araştırdığım zaman, on yaşındayken yetimhaneye gönderildiğini öğrendim ve evde iki ağabey vardı. İlk kriz ona iki ağabey aralarında tartıştıkları zaman gelmişti. Bu, güç bir duruma krizle karşı konulması eğilimini gösterir. Adam sekiz kişilik bir ailenin en küçüğüydü ve büyükbabası tarafından eğitilmişti. Bir aile büyüğü neredeyse değişmez bir biçimde şımartan bir ebeveyndir. Hastanın annesi ve babası evlendiklerinde mutluydular; baba üstün bir konumdaydı, anne oldukça soğuktu, bu nedenle oğlan babasına yönelmişti.

Bir çocuğun yaşamdaki ilk iyi arkadaşlığı, eğer anne oradaysa onunladır, bu nedenle eğer çocuk babaya daha düşkünse annenin ona yeterli dikkati göstermediğini varsayabiliriz: Anne muhtemelen kırıcıdır, aksi takdirde ya işi vardır ya da daha küçük yaştaki bir çocuğa daha çok dikkat göstermektedir. Buna benzer koşullarda, eğer olasıysa çocuk babaya yönelir; bu vakada anneye direnme çok açıktı.

İnsanlar çoğunlukla ilk başlangıçtaki durumlarını doğru anımsayamazlar, ama deneyim, nispeten hafif belirtilerden onların koşullarını yeniden oluşturmamıza yardım eder. Bir adam, erken çocukluk döneminde belleğinde derin bir iz bırakmış yalnızca üç olayı anımsayabildiğini söyledi. Bunlardan ilki, o üç yaşındayken ağabeyi öldüğü zaman meydana geldi. Cenaze günü büyükbabasıyla beraberdi, annesi mezarlıktan üzüntü içinde hıçkırarak döndüğünde ve büyükbaba teselli edici sözler mırıldanarak onu öptüğü zaman, çocuk annesinin biraz gülümsediğini gördü. Buna çok üzülmüştü ve uzun bir süre annesinin çocuğu gömüldüğü gün gülümsemesine içerledi. Adamın belleğindeki ikinci anı, amcasının onu dostça paylamasıydı: "Neden annene karşı her zaman böyle kabasın?" Adamın yaşamının aynı döneminden üçüncü anısı, annesiyle babasının arasındaki bir tartışmayla ilgiliydi; bu tartışmanın sonunda babasına dönmüş ve şöyle demişti: "Çok cesursun babacığım, aynen bir asker gibi!" Babasına çok güveniyordu ve onun tarafından şımartılıyordu: Her zaman annesinden çok babasına hayranlık duydu, oysa annesinin karakterinin daha iyi olduğunu biliyordu.

Onun üç ya da dört yaşından başlayarak bugüne kadar gelen tüm anıları, annesine karşı dövüşken tutumunu gösteriyordu. Birinci ve üçüncü anılar annesini eleştirmeyi ve babasına doğru yönelmesini haklı çıkaran amacı tarafından yönetilmekteydi. Annesine sırtını dönmesinin nedenini tahmin etmek kolaydır: Erkek kardeşinin –ilk anıda görünüşte masum bir biçimde beliren aynı erkek kardeş– sahneye çıkmasını kaldıramayacak kadar annesi tarafından şımartılmıştı.

Bu hasta yirmi dört yaşındayken evlenmişti ve evlilik onu düş kırıklığına uğratmıştı; bunun nedeni karısının ondan istedikleriydi. İki şımartılmış çocuk arasındaki evlilik her zaman mutsuzdur, çünkü her ikisi de beklentili bir tutum sergiler ve hiçbirisi vermeye başlamaz. Bu adamın çeşitli deneyimleri oldu ve başarısızlıkla sonuçlanan değişik işler dene-

di. Karısı anlayışlı değildi; kadın, yoksul bir adamın karısı olmaktansa zengin bir adamın metresi olmak istediğini söyledi ve birlik boşanmayla sonuçlandı. Adam aslında çok yoksul olmamasına karşın, karısına karşı çok eli sıkıydı ve karısı öç almak için ondan boşandı.

Boşanmadan sonra adam kadınlardan nefret eder oldu ve eşcinsel eğilimler göstermeye başladı; erkeklerle ilişkileri yoktu, ama onlara sarılma arzusu duyuyordu. Bu eşcinsel eğilim, her zaman olduğu gibi, bir tür korkaklıktır. İki kez kadınlar tarafından yenilgiye uğratılmış ve kösteklenmişti –ilki annesi, sonra da karısı tarafından– ve şimdi kadınlardan ve küçük düşürücü olaylardan kaçınmak için cinselliğini erkeklere doğru yönlendirmeye çalışıyordu. Kendisini böyle bir eğilime uydurmak amacıyla, bir erkek bazı olağan deneyimlerin önemini anımsayarak ve büyüterek geçmişini kolaylıkla değiştirebilir ve bunlar sonradan onun tarafından doğuştan eşcinsel eğilimlerin kanıtları olarak kabul edilir. Bu nedenle, bu hasta bir okul müdürüne âşık olduğunu ve gençliğinde bir erkek arkadaşı tarafından birlikte mastürbasyon yapmaya kandırıldığını anımsadı.

Bu adamın davranışındaki belirleyici faktör, onun hiçbir şey vermeden her şeyi isteyen şımartılmış bir çocuk olmasıydı. Agorafobisi, bir yandan kadınlarla tanışmak korkusundan, öbür yandan erkeklerle tanışmanın da tehlikeli olmasından kaynaklanıyordu; bunun nedeni, onun erkeklere karşı olası erotik eğiliminden ötürüydü. Kapalı yerlerden dışarı çıkmasıyla ilgili duygularındaki bu gerilim, mide ve solunum sorunlarının belirmesine neden oldu. Çoğu sinirli kişi bir gerilim durumu içine girdiğinde hava yutmaya başlar, bu da, soluk alıp vermeyi etkilemenin yanı sıra mide gazına, mide bozukluğuna, kaygıya ve çarpıntıya neden olur. Durumunun bu olduğunu anlamasını sağladığım zaman bana şu olağan soruyu sordu: "Hava yutmamak için ne yapmalıyım?" Bazen şöyle yanıtlarım: "Ben size nasıl at binildiğini söyleye-

bilirim, ama nasıl at binilmediğini söyleyemem." Ya da bazen şöyle bir tavsiyem olur: "Eğer dışarı çıkmamak ve bununla ilgili olarak bir çelişki içinde olmak istiyorsanız, hemen biraz hava yutunuz." Bu adam, öteki başka hastalar gibi, uykudayken bile hava yutuyordu, ama tavsiyemden sonra kendisini denetlemeye başladı ve bu alışkanlıktan vazgeçti. Gece hava yutma ve uyanınca kusma, ertesi gün karşı karşıya gelmeleri gereken bir güçlükten ötürü tedirginlik duyan, midesi bozuk ve kaygı içindeki hastalarda görülür. Söz konusu hasta, şımartılmış bir çocuk olarak her zaman vermeden almayı beklediğini anlayınca iyileşmeye başladı. Şimdi o, daha kolay bir yol arayarak, önce normal cinsel yaşamını engellediğini sonra, tehlikeli olmasından ötürü onu da durdurduğu hayali bir eşcinsellik benimsediğini anlamıştı; tüm bu süreç, hareketsiz kalmanın dikkatle hazırlanmış bir şekliydi. Kaldırılması gereken son engel, sokaktaki insanlar gibi, ona aldırış etmeyen tanımadıklarının arasına katılması korkusuydu. Bu korku agorafobinin daha derindeki güdüsü tarafından üretilmiştir; bu, kişinin dikkatin merkezinde olmadığı tüm durumların dışlanmasını gerektirir.

VII. BÖLÜm

AİLE SALKIMI

VII. AİLE SALKIMI

Aynı ailenin çocuklarının aynı ortamda şekillendiğini düşünmek genel bir yanlış kanıdır. Doğal olarak, aynı evdeki herkes için ortak olan birçok şey vardır, ama her çocuğun ruhsal durumu bireyseldir ve bunun nedeni onların birbirlerini izlemelerinden ötürüdür.

Benim, ailenin içindeki konuma göre sınıflandırma yapma yöntemim biraz yanlış anlaşılmıştır. Doğal olarak, çocuğun karakterini etkileyen, birbirini izleyen doğumlardaki sıra numarası değil, içine doğduğu ortamdır. Bu nedenle, eğer en büyük çocuk kıt akıllı ya da ezikse, ikinci çocuk büyük çocuğunkine benzer bir yaşam tarzı edinebilir; eğer bu iki çocuk ötekilerden çok daha sonra doğmuşlarsa, bunların en büyüğü olan ilk çocukmuş gibi gelişebilir. Bu bazen ikizlerin durumunda da meydana gelebilir.

İlk çocuğun başlangıçta yalnız olmasının eşsiz bir durumu vardır. İlgi merkezi olması nedeniyle, genellikle şımartılmıştır. Bu konumda o tek çocuğa benzer ve her iki durumda şımarma hemen hemen kaçınılmazdır. Ama, ikinci bebek doğduğu zaman tahttan indirilmesinden ötürü, ilk çocuk genellikle önemli bir durum değişikliği yaşar. Çoğu zaman çocuk bu değişiklik için oldukça hazırlıksızdır, sevgi ve dikkat merkezi olarak durumunu kaybetmiş olduğunu hisseder. O sırada zihninde büyük bir gerilim ve gözde olmayı yeniden kazanmak için bir çabalama başlar. Bundan önce dikkat çekmek

için en iyi şekilde davranmaya çalışacaktır: Ama, herkes yeni gelenle ilgilendiğinden, bunun dikkatten kaçması olasıdır bunun üzerine o da taktiklerini değiştirebilir, dikkat çeken eski olumsuz davranışlarına başvurabilir ve bunları gittikçe artırabilir. Eğer zekiyse, zekice hareket eder, ama bu davranış biçimi ailenin istekleriyle uyum içinde değildir. Antagonizma, itaatsizlik, bebeğe saldırılar, hatta bebeğin rolünü oynama girişimleri ebeveynlerini onun varlığını yeniden düşünmeleri zorunda bırakır. Zayıflık gösterme ya da bebekliğe geri dönüşü taklit etme pahasına, spotlar onun üstünde olmalıdır. Böylelikle, geçmişten dolayı hipnotize olmuş bir durumda, şimdiki zamandaki amacına uygun olmayan yollarla ulaşır: Birden iş göremez duruma gelir, yemek yerken ve aptesini yaparken yardım alması ve sürekli olarak gözetilmesi gerekir ya da kendisini tehlikeye sokarak ve ebeveynlerini korkutarak kaygı uyandırır. Kıskançlık, imrenme ya da bencillik gibi niteliklerin ortaya çıkmasının koşullarla açık bir ilişkisi vardır, ama astım ve okkalı öksürük gibi hastalıklara da kendini kaptırabilir – ya da bunları uzatabilir. Bazı tiplerdeki gerilim baş ağrısına, migrene, mide bozukluğuna, pötimale ve histerik oynaklık sayrılığına neden olabilir. Daha hafif semptomlar yorgun bir görünüşten ve kötüleşen genel davranış şeklinden açıkça anlaşılır ve çocuk bunlarla ebeveynlerini etkiler. Doğal olarak, rakip bebek ne kadar geç doğarsa, ilk çocuğun davranış değişikliği o kadar zekice ve anlaşılabilir olacaktır. Eğer ilk çocuk çok erken tahttan indirilirse, çabaları daha içgüdüsel olur. Her ne olursa olsun, çabalama tarzı çevresindekilerin tepkisiyle ve onun bunu tahmin etme şekliyle koşullanacaktır. Örneğin, tahttan indirilmiş çocuk bir kavgada kazandığını anlarsa, dövüşken bir çocuk olacaktır: Eğer kavga etmek olumlu bir sonuç vermezse, umudunu yitirebilir, depresyona girer, ebeveynlerini üzerek ve korkutarak bir başarı kazanabilir; bundan sonra amacına ulaşmak için talihsizliğini daha ustaca kullanarak her yolu deneyecektir.

Böyle bir prototipin ilerideki yaşamda davranış biçimi, boğulma korkusundan ötürü yutkunmaktan çekinen adamın vakasında görülmüştür. Başka bir semptom yerine, neden bu semptomu seçmiştir? Hastanın, ona şiddetle saldıran yakın bir arkadaşının davranışı nedeniyle doğrudan toplumsal bir sıkıntısı vardı. Hem hasta hem de karısı, onun buna artık katlanmak zorunda olmadığına karar vermişti, ama hasta kendisini mücadele edecek kadar güçlü hissetmiyordu. Çocukluk dönemiyle ilgili soruşturma daha önce yutkunmakla ilgili bu tür bir güçlüğünün olduğunu ortaya çıkardı. En büyük çocuktu, erkek kardeşi tarafından geçilmişti ve sonra, yemek yemekteki bu güçlüğünden ötürü annesinin ve babasının ona göz kulak olmasını sağlamıştı. Şimdi, yaşamının sonraki döneminde kişisel bir yenilgi karşısında ve bu konuda ne yapacağını bilmez bir durumda, sanki birisi onu gözetecek ve yardım edecekmiş gibi, bu eski savunma hattına geri çekilmişti.

İlk çocuğun başka birisi tarafından tahttan indirilmesi onu anneden babaya doğru döndürebilir; bundan sonra anneye karşı çok eleştirici bir tutum hiçbir zaman değişmeyecektir. Bu tip bir insan yaşamında geri itilmekten her zaman korkar; onun tüm işlerinde ileri doğru bir adım attıktan sonra bir adım gerilediğini görüyoruz, bu nedenle ortaya kesin bir şey çıkmaz. O her zaman olumlu bir durumun değişeceği korkusunda haklı olduğunu hisseder. Yaşamın her üç sorusuna karşı, bazı sorunlu ve nevrotik eğilimlerle birlikte, kararsız bir tutum takınacaktır. Bu durum onun tarafından bir yardım ve güvenlik olarak algılanacaktır. Örneğin, topluma saldırganca bir tutumla yaklaşır; işiyle ilgili olarak tutumu her zaman değişecektir; erotik yaşamında fonksiyon yoksunluğu ve çokeşlilik eğilimleri bulacaktır – eğer bir kişiye âşık olursa, hemen bir başkasına daha âşık olacaktır. Kuşkucu ve herhangi bir şeye karar veremez durumda, büyük bir ertelemeci olacaktır. Bir keresinde bu tipin çok kusursuz bir örne-

ğiyle karşılaşmıştım; çok eskiye ait anısı şöyleydi: "Üç yaşındayken kızıl hastalığına yakalandım. Annem yanlışlıkla gargara yerine bana fenol verdi ve az kalsın ölüyordum." Annesinin gözdesi olan bir kız kardeşi vardı. Bu hasta, ilerideki yaşamında, genç bir kızın kendisinden yaşlı bir kadına zorbalık ettiği garip bir fantezi geliştirmişti. O bazen, genç kızın yaşlı kadına ata biner gibi bindiğini hayal ederdi.

1. İKİNCİ DOĞANDAKİ ACIMASIZLIK

Yine de, büyük çocuk ebeveynlerinin öylesine gözdesi olabilir ki, onun yeri alınamaz. Bu, ya onun iyi niteliklerinden ve gelişmesinden ya da eğer son çocuk çirkinse, organik olarak özürlüyse ya da kötü yetiştirilmişse onun bu aşağılık konumundan ötürü olabilir, Böyle bir vakada sorun durumuna gelen ikinci çocuktur ve aşağıdaki vakada olduğu gibi, büyük çocuk çok başarılı bir gelişme gösterebilir:

Aralarında dört yaş fark bulunan iki erkek kardeşten büyük olanı anneye çok bağlıydı ve küçük kardeş doğduğunda baba uzun zamandır hastaydı; bu da annenin tüm zamanını ve dikkatinin çoğunu alıyordu. Annesine arkadaşlık yapmak ve itaat etmek için eğitilmiş olan büyük oğlan, ona yardım etmeye ve rahatlatmaya çalıştı ve küçük oğlan onu şımartan bir hastabakıcının bakımına verildi. Bu durum böylece birkaç yıl sürdü ve bu nedenle küçük oğlanın annesinin sevgisi için ağabeyiyle rekabet etme şansı olmadı; kısa bir süre sonra yaşamın yararlı yanını terk etti, hırçın ve söz dinlemez oldu. Dört yıl sonra, babasının ölümü nedeniyle annesinin kendisini ona adadığı bir kız kardeş doğduğu zaman, davranış biçimi daha da kötüleşti. Annesinin dikkatinden bu şekilde iki kez dışlanmış ve hastabakıcı tarafından şımartılmış olan ikinci çocuğun, sınıfının en kötü öğrencisi olduğuna şaşmamamız gerekir, oysa büyük oğlan her zaman en iyi olandı. Ağabeyi ile rekabet etmekte kendisini umutsuzca en-

gellenmiş, evde sevilmeyen ve okulda paylanan (sonunda oradan atıldı) ikinci çocuk, annesini üzmekten başka yaşamında bir amaç bulamadı. Ağabeyinden ve kız kardeşinden fizik olarak daha güçlü olduğundan onlara zorbalık etmeye alıştı. Zamanını boşa harcadı ve ergenlik çağında parayı çarçur etmeye ve borçlara girmeye başladı. Dürüst ve iyi niyetli olan ebeveynleri, doğal olarak durumu kavramayan ve onunla yüzeysel cezalarla başa çıkmaya çalışan çok sert bir öğretmen tuttular. Böylelikle çocuk, hızlı ve kolay yoldan zengin olmaya çalışan bir adama dönüştü; vicdansız danışmanlarını kolay bir avı durumuna geldi, parasını kaybetmekle kalmayıp ebeveynlerini utanç verici borçlara da soktu.

Bu vakanın gerçekleri, bu adamın var olan tüm cesaretinin onun doyuma ulaşmamış kendisini kabul ettirme arzusundan geldiğini açıkça ortaya koymuştur. Bu en açık bir biçimde, onun ara sıra, özellikle her şeyin onun için ters gittiği zaman oynadığı garip oyunda görülmüştür. Dadısı artık yaşlanmıştı, aile içindeki yaşamını baş hizmetçi olarak kazanıyordu; kadın hâlâ ikinci çocuğa tapıyor ve çıkardığı çok sayıda hırgürde her zaman arabuluculuk görevi yapıyordu. Çocuğun kendisini kaptırmış olduğu garip oyun, eski dadısını kendisiyle birlikte bir odaya kilitlemek ve ona yürüme, yere yatma, ayağa kalkma komutları vererek askercilik oyunu oynamaktı; bazen de onu sopayla döverek itaat etmesini çabuklaştırıyordu. Dadı, bağırmasına ve direnmesine karşın buna her zaman boyun eğdi.

Bu biricik oyun onun aslında neyi istediğini ortaya koydu: En kolay yoldan tam anlamıyla egemen olma. Bazı yazarlar bunu sadistçe bir davranış olarak tanımlardı, ama ben cinsel bir ilgiyi çağrıştıran bir sözcüğün kullanılmasını onaylamam, çünkü onun içinde bu türden bir şey bulamıyorum. Cinsel konularda, hedefini çok sık değiştirmesi ve her zaman aşağılık konumlarda olanları seçmesi dışında, bu adam neredeyse normaldi. Gerçek sadizm, kendisini ifade

etmek için cinsel dürtüden yararlanan baskılayıcı bir eğilimdir ve bireyin başka alanlardaki cesaret kırgınlıklarından kaynaklanır.

Sonunda, büyük kardeş çok başarılı ve saygıdeğer bir insan olduğu zaman, bu adam kendisini çok kötü koşullar içine soktu.

Büyük çocuk, kendisini bir dereceye kadar çoğunlukla ana-baba otoritesinin bir temsilcisi olarak hareket ediyor görmesi nedeniyle, normalde kudrete ve yasalara büyük inanç duyan bir kişidir. Bu gerçeğin sezgisel algısı eski ve kalıcı olan ilk doğal çocuk kuralı geleneğinde görülür. Bu, çoğu zaman edebiyatta fark edilebilir. **Theodore Fontane***, bu nedenden ötürü, babasının on bin Polonyalı'nın yirmi bin Rus'u yenilgiye uğrattığını duyduğunda, onun bundan aldığı zevke karşı olan şaşkınlığını yazmıştır. Babası Polonyalılar'ın tarafını tutan Fransız bir göçmendi; ama, yazar için daha güçlü olanın yenilgiye uğratılması akıl almaz bir anlayıştı. Ona göre, kudret başarılı olmalıydı, bunun böyle olması gerekirdi. Bu, Theodore Fontane'nın ilk çocuk olmasından ötürüydü. Her ne olursa olsun, en büyük çocuk kudreti tanımaya ötekilerinden daha hazırdır ve onu desteklemekten hoşlanır. Bu, sıradan olan insanların yaşamında görüldüğü gibi, bilim adamlarının, politikacıların ve sanatçıların yaşamlarında da görülür. **Robespierre**'in durumunda olduğu gibi, kişi bir devrimci bile olsa, tutucu bir eğilim buluruz.

Hiçbir zaman tek olma deneyimini tatmamış ikinci çocuk, çok değişik bir konumdadır. Başlangıçta onun da okşanmasına karşın, o hiçbir zaman dikkatin tek merkezi değildir. Birinci çocuğun yaşamı neredeyse bir yarış yaşamıdır; ilk çocuk hızı belirler ve ikinci çocuk onu geçmeye çalışır. Bu durumdaki iki çocuk arasındaki rekabetten ortaya çıkacak olan, onların cesaretine ve özgüvenine bağlıdır. Eğer büyük çocuk

* **Theodore Fontane** Protestan bir Fransız aileden gelen Alman yazarı. (1819-1898) Effi Briest adlı anlatısı dilimize 1949'da çevrilmiştir. (Ed. n.)

cesaretini yitirirse ve özellikle ikinci çocuk gerçekten güçlüyse ve onu geçerse, ciddi bir durumun içinde olacaktır.

Eğer ikinci çocuk eşitlik umudunu yitirirse, o daha iyi olmaktan ziyade daha çok parlamaya çalışacaktır; ve bizim sorunlu vakalarımızda tembellik, yalan söyleme ya da hırsızlık yapma, nevroza, suç işlemeye ve öz-yıkıma doğru giden yolu döşemeye başlayacaktır.

Böyle olmakla birlikte, kural olarak ikinci çocuk ilk çocuktan daha iyi bir durumdadır. Onun hız saptayıcısı olması ikinci çocuğun çaba göstermesini harekete geçirir. Ayrıca, birinci çocuğun tahttan indirilmesini ona karşı imrenme, kıskançlık ve haşinlikle dövüşerek hızlandırması olağan bir şeydir; bu da onu ebeveynlerinin gözünden düşürür. Birinci çocuk parlak olduğu zaman, ikinci çocuk en kötü durumdadır.

2. HERKESTEN DAHA TEMİZ OLMAK

Ama tahttan indirilse bile, en çok acı çeken her zaman birinci çocuk değildir. Ben bunu, o üç yaşındayken bir kız kardeş doğana dek dikkat merkezi olmuş ve aşırı şımartılmış bir kızın vakasında gördüm. Kız kardeşinin doğumundan sonra çok kıskançlaştı ve sorunlu bir çocuk durumuna geldi. Kız kardeş tatlı ve sevimli davranışlar sergileyerek büyüdü ve en çok o sevildi. Ama küçük kız kardeş okula geldiğinde, durum onun zevkine göre değildi: Artık şımartılmıyordu, güçlükleri karşılamaya hazır olmadığından korkuyordu ve geri çekilmeye çalıştı. Hem görünürde hem de gerçekte yenilgiden kaçmak için cesareti kırılmış olanların arasında çok yaygın olan bir oyunu benimsedi – son yargıdan sürekli olarak kurtulmak için yaptığı herhangi bir şeyi hiçbir zaman bitirmedi ve elinden geldiği kadar zamanını boşa harcadı. Zamanın bu gibi insanların büyük düşmanı olduğunu görürüz, çünkü sosyal koşullar altında, zamanın kendilerine şu soruyu sorarak onlara sürekli olarak acı çektirdiği hissine kapı-

lırlar: "Beni nasıl kullanacaksınız?" Onların saçma aktivitelerle "zaman öldürme" çabaları bu nedendendir. Bu kız her zaman geç kaldı ve her eylemi erteledi. Azar işitse bile kimseyi kendisine düşman etmedi, ama eskisi gibi koruduğu sevimliliği ve tatlılığı, dövüşken kız kardeşinden daha büyük bir yük ve üzüntü olmasını engellemedi.

Büyük kız kardeş evlenmek üzereyken, küçük olan umutsuzca mutsuzdu. Küçük kız kardeş rakibiyle olan yarışın ilk etabını sevimliliği ve yumuşak başlılığıyla kazanmıştı, ama daha sonraki okul ve toplum yaşamı aşamalarında yarışı bırakmıştı. O, ablasının evliliğini bir yenilgi olarak kabul etti; durumunu güçlendirmekteki tek umudu onun da evlenmesiydi. Ama, uygun bir partner bulmak için yeterince cesareti yoktu ve içgüdüsel olarak ikinci en iyi yolu aradı. Önce, ağır verem hastası olan bir adama âşık oldu. Bunun ileriye doğru atılmış bir adım olduğunu kabul edebilir miyiz? Bu, önceden yerleşik olan her işi tamamlamadan bırakma alışkanlığıyla çelişmiyor mu? Hiç de değil: Sevgilisinin kötü sağlığı ve ebeveynlerinin birleşmeye karşı olan doğal direnişi, erteleme ve engellemenin kesin nedenleriydi. O, seçiminde bir olanaksızlık öğesini yeğlemişti. Daha sonraki yaşamında neredeyse hiç uygun olmayan başka bir partner belirdi; bu, ondan otuz yaş büyük ve görünüşe göre bunak bir adamdı. Ama bu partner ölmedi ve evlilik gerçekleşti: Ne var ki, bu onun için büyük bir başarı değildi, çünkü kendisini içinde eğitmiş olduğu umutsuz tutumu onun herhangi yararlı bir eylem yapmasına olanak vermiyordu. Bu ayrıca onun iğrenç bulduğu cinsel yaşamını da engelliyordu; bundan ötürü o kendisini utançlı ve kirlenmiş hissetti. Aşktan kaçmak ve uygun zamanlardaki ilişkileri ertelemek amacıyla her zamanki yöntemlerini kullandı. Ama, bunda tam olarak başarılı olmadı ve hamile kaldı; buna başka bir umutsuz olay gözüyle baktı ve o tarihten sonra yalnızca okşamaları reddetmekle kalmadı, kendisini kirlenmiş hissettiğinden yakındı ve gün boyun-

ca yıkanmaya ve temizlenmeye başladı. Yalnızca kendisini yıkamakla kalmıyor, mobilyalar, örtüler, ayakkabılar dahil, kocasının, hizmetçisinin ve konukların dokunduğu her şeyi temizliyordu. Kısa bir süre sonra hiç kimsenin odasındaki herhangi bir şeye dokunmasına izin vermedi ve yıkama zorlanımlı bir nevroz içinde yaşadı. Böylelikle, sorunların çözümünden bağışlanmış ve yüce bir üstünlük amacına ulaşmıştı – kendisini herkesten daha titiz ve temiz hissetti. Büyük farklılık yüce amacı için abartılmış çabalama, "yıkama zorlanımı" iyi ifade bulmuştur. Bildiğim kadarıyla, bu hastalık her zaman cinsel ilişkilerden bir kaçınma yolu olarak kullanılmıştır ve değişmez bir biçimde herkesten daha temiz olma hissini verir; bu mantıksız bir dengelemedir.

* * *

Böyle olmakla birlikte, yaşamın bir yarış olduğu duygusuyla, genellikle ikinci çocuk kendisini daha yoğun bir biçimde eğitir; eğer cesaretini yitirmezse, büyük çocuğu onun alanında yenilgiye uğratmak yolunda epeyce ilerlemiştir. Eğer cesareti daha azsa, büyük çocuğu başka bir alanda geçmeyi seçecektir; cesareti daha da azsa, nesnel olmayan kişisel bir biçimde, normalden daha eleştirici ve düşmanca bir tutum takınacaktır. Çocukluk döneminde bu tutum önemsiz konulara yöneliktir: Büyük çocuk pencereyi açtığında, o kapatılmasını isteyecektir, ötekisi ışığın söndürülmesini istediğinde, o ışığı açacaktır ve sürekli olarak ötekinin tersi ve karşıtı olacaktır.

Bu durum, İncil'deki Yakup'un büyük çocuğun haklarını zorla elinden almayı başardığı Esav ve Yakup öyküsünde iyi anlatılmıştır. İkinci çocuğun durumu, içinde buhar fazlası olan bir makineninki gibidir. Bu, dört yaşındaki bir erkek çocuğun bağırarak ağlamasında iyi ifade edilmiştir: "Hiçbir za-

man ağabeyim kadar yaşlı olamayacağım için çok mutsuzum."

Çocukların ağabeylerinin, ablalarının ve ebeveynlerinin ruhsal davranışlarını tekrarlamaları gerçeğine, bazı yazarlar tarafından bir taklit içgüdüsü ya da benliğin bir başkasıyla "özdeşimi" olarak değinilmiştir: Ama bu, başka alanlarda izin verilmeyen bir eşitliğe hak iddia etme biçimi olarak daha iyi açıklanır. Ataların, hatta ilkel insanların davranışına olan ruhsal benzerlikler, ruhsal tepki biçiminin kalıtımsal olduğu anlamına gelmez, ama bireylerin çoğu benzer durumlarda aynı saldırı ve savunma yöntemlerini kullanırlar. Bütün birinci çocuklar, bütün ikinci çocuklar ve bütün son çocuklar arasında bu kadar çok benzerlik bulduğumuz zaman, kalıtımın rolünün ne olduğunu pekâlâ sorabiliriz. Bu nedenle, psikologlar olarak, bireyin zihinsel gelişmesinin, insanlığın birbirini izleyen aşamalardaki gelişmesini tekrarlaması gerektiği kuramına gereksinmemiz de yoktur.

Sonraki gelişmelerde, ikinci çocuk başkalarının sert önderliğine ya da "ölümsüz yasalar" anlayışını kabul etmeye nadiren katlanabilir. O, haklı ya da haksız olarak, dünyada devrilemeyecek hiçbir kudretin olmadığına inanmaya daha çok yatkın olacaktır. Onun devrimci kurnazlıklarından sakınınız! İkinci çocuğun egemen kişilerin ya da geleneklerin kudretini yıpratmak için en garip yollara başvurduğu pek çok vakaya tanık oldum. Hiç kimse, kesinlikle bu asiler ve onların davranışıyla ilgili görüşüme kolaylıkla katılmazdı. Çünkü, egemen bir gücü iftira yoluyla tehlikeye sokmak muhtemelse de bunun için daha sinsice yollar da vardır –örneğin, aşırı övgü yolu– gerçeğe uymayıncaya dek, bir adamı ya da yöntemi idealize edebilir ya da göklere çıkarabilirsiniz. Her iki yöntem **Marcus Antonius**'un "Julius Caesar" söylevinde kullanılmıştır ve başka bir yerde **Fiyedor Dostoyevski**'nin, belki de farkında olmadan, Eski Rusya'nın temel direklerini yıpratmak için yukarıda anlattığım yöntemleri nasıl

ustaca kullandığını göstermiştim.* *Karamazov Kardeşler*'de Dostoyevski'nin Zosima Baba tasvirini anımsayanlar, onun ikinci çocuk olduğu gerçeğini de anımsayacaklar ve önerimin gücünü kabul edeceklerdir.

İkinci çocuğun yaşam tarzının, birinci çocuğun yaşam tarzında olduğu gibi, eğer durum benzer bir şekil gösteriyorsa, başka bir çocukta da ortaya çıkabileceğini söylememe hiç gerek yoktur.

En küçük çocuk, hiçbir zaman gözden kaçırmadığımız bazı tarz özelliklerini sergileyen farklı bir tiptir de. O her zaman ailenin bebeği olmuştur ve hiçbir zaman kendisinden küçüğü tarafından elinden malının mülkünün alınması trajedisini bilmemiştir; bu aşağı yukarı tüm öteki çocukların kaderidir. Bu bakımdan onun durumu elverişlidir ve ilerideki yıllarda ailenin ekonomik durumunun daha sağlamlaşması olası olduğundan, onun eğitimi nispeten iyidir. Büyümüş çocuklar en küçük çocuğu şımartmakta çoğu zaman ebeveynlerine katılırlar; o da bu yüzden aşırı düşkünlüğe yatkın olur. Öteki yönden, küçük çocuk büyükler tarafından aşırı gayrete getirilebilir – her iki hatayı eğitimcilerimiz çok iyi bilirler. Bir önceki vakada (aşırı düşkünlükte) çocuk başkaları tarafından yaşam boyunca desteklenmek için çabalayacaktır. Bir sonraki vakada çocuk, rekabet ederek ilerleyecek, onun için hız saptamış olan herkesi geçmek amacıyla çabalayacaktır; çoğu zaman bunda başarılı olamayacak ve daha çok ikinci çocuğa benzeyecektir. Bu nedenle, küçük çocuk genellikle aile üyelerinin çalışmalarının uzağında olan bir alanı arar – sanıyorum, o bunda gizli bir korkaklığın işaretini verir. Örneğin, eğer aile ticaretle geçinen bir aileyse, en küçük çocuk sanata ya da şiir yazmaya yönelir; aile bilimle uğraşıyorsa, o satış temsilcisi olmak ister. Başka bir yerde, çağımızın en ba-

* "Dostoyevski." Alfred Adler'in *The Practice and Theory of Individual Psychology*'sinde (Bireysel Psikoloji'nin Uygulaması ve Kuramı, 1925). Paterson, N.J.: Littlefield, Adams, 1959 s 280-290

şarılı adamlarının çoğunun en küçük çocuklar olduğunu belirtmiştim; bu durumun başka herhangi bir dönemde de aynı olduğuna inanıyorum. İncil'deki tarihte Davud, Saul ve Yakup gibi önde gelen karakterlerin arasında çok sayıda en küçük çocuklar olduğunu görürüz. Yakup'un öyküsü özellikle iyi bir örnektir ve ileri sürmüş olduğumuz görüşlerin çoğunu açıklar. Yakup'un kardeşi Banyamin onun on yedi yaş küçüğüydü ve o güçlerinin doruğuna eriştiği zaman Yakup küçük kardeşinin varlığından habersizdi. Bu nedenle, onun psikolojik durumunu en küçük çocuğun psikolojik durumuydu.

Yakup'un kardeşlerinin onun rüyalarını ne kadar iyi anladıkları dikkat çekicidir. Daha doğrusu, onlar rüya gören kişinin duygusunu ve heyecanını anlamışlardı demeliyim; bu noktaya daha sonra geri döneceğim. Rüyanın amacı anlaşılmak değil, bir ruh hali ve duygu gerilimi yaratmaktır.

Bütün dönemlerin ve insanların peri masallarında en küçük çocuk fatih rolünü oynar. İlk dönemlerde, hem koşulların hem de insanların onları algılamasının basit olduğu bir zamanda, deneyimleri toplamanın ve son doğan çocuğun bağdaşık yaşam akımını anlamasının daha kolay olduğu anlamını çıkarıyorum. Folklorda, bu geleneksel kişilik anlayışı, asıl deneyimler unutulduğu zaman yaşamayı sürdürür.

3. ABLALARI TARAFINDAN BAKILAN HEKİM

Daha önce verdiğim şımartılmış en küçük çocuk tipiyle ilgili başka garip bir vaka, yaşam tarzı "yalvarma" olan bir adamın vakasıdır. Bir başkası da, yirmi yıldır normal olarak yutkunamayan ve yalnızca sıvı gıda alan bir hekimin güçlükleridir. O, kısa bir süre önce kendisine takma bir damak yaptırtmıştı ve sürekli olarak diliyle onu bir aşağı bir yukarı itiyordu; bu alışkanlık onun dilinin acımasına ve yara olmasına yol açtığından, kansere yakalanacağından korkuyordu.

İki yaşlı ablasıyla birlikte üç kişilik bir aile biriminin en küçüğüydü, sağlığı kötüydü ve çok şımartılmıştı. Kırk yaşında, ancak tek başına ya da ablalarıyla birlikte yemek yiyebiliyordu. Bu, onun yalnızca en çok sevdiği bir durumda rahat olduğunun açık göstergesidir –ablaları tarafından şımartılmak. Onun topluma her yaklaşımı güç olmuştu ve her hafta bir lokantada buluştuğu birkaç iş arkadaşının dışında hiç dostu yoktu. Yaşamın üç sorusuna karşı tutumu korku ve titreme olduğundan, başka kişilerle birlikteyken gerilimin onun yediğini yutmasına engel olduğunu anlayabiliriz. O, yeterince iyi bir izlenim bırakamama korkusuyla, bir tür sahne ürküntüsü içinde yaşadı.

Bu adam yaşamın ikinci sorusunu (meslek sorusunu) oldukça iyi yanıtladı, çünkü yoksul kökenliydi ve para kazanmadan yaşayamazdı, ama mesleğinde çok acı çekti ve sınavlarına gireceği zaman neredeyse bayılacaktı. Pratisyen hekim olarak emeli sabit maaşlı bir iş, sonra da emeklilik geliri elde etmekti. Resmi bir göreve olan bu çekim, güvensizliğin işaretidir ve derin bir yetersizlik duygusu olan kişiler çoğunlukla "güvenli bir iş" isterler. Yıllar boyu semptomlarına aldırış etmedi. Yaşlandığında dişlerinden bazılarını kaybetti ve takma bir damak yaptırmaya karar verdi; bu, onun sonuncu semptomunun nedeni oldu.

Bana geldiği zaman altmış yaşındaydı ve hâlâ iki ablasının bakımı altında yaşıyordu. Her ikisi de yaşlılıktan mustaripti ve bana göre, yaşlanmakta olan ve kendisinden daha yaşlı iki kadın tarafından şımartılmış bu adamın yeni bir durumla karşı karşıya kalmış olduğu açıktı. O, ablalarının ölmesinden çok korkuyordu. Böyle bir durumda ne yapacaktı – sürekli olarak ona dikkat edilmesi ve korunması gerekliydi. Hiç âşık olmamıştı, çünkü pamuk ipliğine bağlı mutluluğu nedeniyle güvenebileceği bir kadını hiçbir zaman bulamazdı! Annesi ve ablaları gibi onu kim şımartabilirdi ki? Cinselliğinin türünü tahmin etmek kolaydı – mastürbasyon

ve kızları biraz okşama; ama, son zamanlarda ondan yaşlı bir kadın onunla evlenmek istemişti; ve o, daha hoş görünmek ve davranışlarının çekici olmasını istedi. Çok yakında bir çatışma başlayacak gibiydi, ama yeni takma damağı onun imdadına yetişti. Tam zamanında, dil kanseri olmaktan kaygılandı.

Bir doktor olarak kendisi de bu kanserin gerçekliğinden epey kuşkuluydu. Muayene olduğu birçok operatör ve hekim onu bu inançtan caydırmaya çalıştı, ama o kararsızlığını sürdürdü, dili acıyana kadar onu takma damağına bastırdı ve sonra başka bir doktora muayene olmaya gitti.

Wernicke'nin onları adlandırdığı gibi, böyle tasalar "aşırı değerlendirilmiş fikirler" bir nevrozun düzenlenmesinde özenle tutulurlar. Hasta, bakışlarını giderek artan bir keskinlikle yolu üstünde olmayan bir noktaya sabitleştirerek hedef gözden kaçırır. Bunu, mantıksal bir zorunluluğun göstermeye başladığı bir yönden caymak için yapar. Sorununa mantıksal bir çözüm, onun yaşam tarzına ters düşecektir ve kendi yaşam tarzının egemen olması gerektiğinden, onun kaçışını garanti altına alacak heyecanlar ve duygular oluşturulmalıdır.

Bu adamın altmış yaşında olması gerçeğine karşın, onun sorununa tek mantıklı çözüm, şımartıcı ablalarının bu dünyadan ayrılmalarından önce onun güvenilebilir bir ikame bulmasıydı. Kuşkucu zihni bunun olabilirliği umudunu kaldıramıyordu ve tüm yaşamını evliliğe karşı kesin bir direnme üzerine kurduğundan, kuşkuları mantık yoluyla giderilemiyordu. Evliliğe bir destek olması gereken takma damak onun için anlaşılmaz bir engel durumuna geldi.

Bu vakanın ele alınışında kansere duyulan inanca yönelmek boşuna olacaktı. Hasta, davranışındaki mantıklı tutarlılığı anladığı zaman, semptomları çok hafifledi. Ertesi gün bana bir rüyasını anlattı: "Üçüncü bir kız kardeşin evinde, onun on üç yaşındaki oğlunun doğum günü kutlaması için oturu-

yordum. Tümüyle sağlıklıydım, hiçbir yerim ağrımıyordu ve her şeyi yutabiliyordum." Ama bu rüya, onun yaşamında bundan on beş yıl önce geçmiş önemli bir olayla ilişkiliydi. Bunun anlamı çok açıktı: "Keşke on beş yıl daha genç olsaydım." Yaşam tarzı işte böyle korunur.

* * *

Tek çocuğun da tipik güçlükleri vardır. Sahnenin ortasını çabasız koruyarak ve genellikle şımartılmış olarak, öyle bir yaşam tarzı oluşturur ki, başkaları tarafından desteklenecek ve aynı zamanda onlara egemen de olacaktır. Genellikle sevecen bir ortamda büyür. Ebeveynler başka çocuk yapmaktan korkabilirler ve bazen onun dünyaya gelmesinden önce nevrotik olan anne başka çocuk yapmaya cesaret edemez ve herkesin "bu kadının başka çocuğu olmaması bir lütuf" demek zorunda kaldığı bir davranış türü geliştirir. Doğum kontrolü ailenin dikkatinin çoğunu alabilir; bu durumda, gerilim olacağı ve ana babanın yaşamlarını kaygı içinde sürdürecekleri anlamını çıkarabiliriz. Bu nedenle, tek çocuğun bakımına kendini adama gece–gündüz devam eder ve bakılmamasının ya da korunmamasının neredeyse ölümcül bir tehlike olduğu inancıyla çocuğu çoğunlukla etkiler. Böyle çocuklar sakıngan bir biçimde büyürler ve er ya da geç başarılı olurlar, arzuladıkları saygı ve dikkati kazanırlar. Ama, eğer yaşamın tümüyle değişik koşullarıyla karşılaşırlarsa, göze çarpan bir yetersizlik gösterebilirler.

Tek çocuklar çoğunlukla çok hoş ve cana yakın olurlar ve daha sonra yaşamda başkalarına çekici gelmek için alımlı davranış biçimleri geliştirebilirler; yaşamın başında ve sonrasında kendilerinin eğitim tarzları böyledir. Onlar genellikle daha hoşgörülü olan ebeveyne yakındır ve çoğunlukla bu annedir; bazı durumlarda öteki ebeveyne karşı düşmanca bir tutum geliştirirler.

Tek çocuğun eğitimi kolay değildir, ama bireysel sorunu anlamak ve onu doğru bir biçimde çözmek olasıdır. Tek çocuğun durumuna, bunun tehlikeli olduğu gözüyle bakmıyoruz, ama iyi eğitim yöntemlerinin yokluğunda ortaya kötü sonuçlar çıkar; yalnız, kardeşler olması durumunda bu sonuçlardan kaçınılabilir.

4. BİR TERZİNİN TEK ÇOCUĞU, BİR ERKEK EVLAT

Annesine tümüyle bağlı, tek çocuğun gelişmesiyle ilgili bir vakayı sunacağım. Ailenin içinde babanın bir önemi yoktu; baba aileyi geçindiriyordu, ama çocukla ilgilenmediği belliydi. Anne evde çalışan bir terziydi ve küçük erkek çocuk bütün zamanını onun yanında oturarak ve oynayarak geçiriyordu. Annesinin çalışmasını taklit ederek dikiş dikme oyunu oynadı ve sonunda bunda çok ustalaştı, yalnız hiçbir zaman erkek çocukların oyunlarına katılmadı. Anne yaptıklarını teslim etmek için her gün öğleden sonra saat beşte evden çıktı ve saat tam altıda geri döndü; bu sırada çocuk ya ondan büyük bir yeğenle kaldı ya da yalnız başına bırakıldı ve dikiş malzemeleriyle oynadı. O, her zaman annesinin geri dönmesini beklediğinden saatlere karşı ilgi duymaya başladı. Üç yaşındayken saatin kaç olduğunu biliyordu.

Yeğen onunla oyunlar oynadı; bu oyunlarda yeğen damat, çocuk da gelin olurdu; onun yeğenden daha çok bir kıza benzediği dikkate değerdir. Okula geldiği zaman erkek çocuklarla kaynaşmaya oldukça hazırlıksızdı, ama ötekiler onun yumuşak başlı ve saygılı tutumundan hoşlandıklarından, kendisini gözde bir istisna olarak kabul ettirebildi. Üstünlük amacına özellikle erkek çocuklara ve erkeklere karşı çekici gelecek bir tutum izleyerek yaklaşmaya başladı. On dört yaşındayken bir okul müsameresinde bir kızın rolünü oynadı. İzleyicilerin onun bir kız olduğundan zerrece kuşku-

su yoktu; bir delikanlı onunla flört etmeye başladı ve o kadar beğeni yaratmaktan çok mutluydu.

Cinsiyet farklılığını ancak kısa bir süre için anlamış olduğunu söyledi. Dört yıl boyunca kızlarınkine benzer giysiler giymişti ve on yaşına kadar kız mı yoksa oğlan mı olduğunu bilmemişti. Cinsiyeti ona açıklandığında mastürbasyon yapmaya başladı ve kısa bir süre sonra cinsel arzuyu hayalinde erkek çocukların ona dokunduğu ya da öptüğü zaman hissettiğine bağladı. Ondan yaşça büyük olan yeğeni tanıdığı tek kızdı ve o yumuşak başlı ve tatlı bir çocuktu, ama aralarındaki oyunlarda erkek rolünü yeğen oynuyordu ve bunun dışında yeğenini annesini yönettiği gibi yönetiyordu. Annesinin aşırı hoşgörüsü ve bakımında gelen büyük bir aşağılık duygusu onun kalıtıydı. Annesi, otuz sekiz yaşında, geç evlenmişti ve beğenmediği kocasından bir çocuk daha yapmak istememişti. Bu böyle olunca, onun kaygısı kuşkusuz daha eski kökenliydi ve geç evlenmesi yaşama karşı kararsız bir tutumun işaretiydi. Annesi cinsel konularda çok katı görüşlü olduğundan, çocuğunun seks konusunda bilgi edinmeden eğitilmesini istemişti.

Bu hasta on altı yaşına geldiğinde flörtçü bir kıza benzedi ve onun gibi yürüdü ve kısa bir süre sonra da eşcinselliğin ağına düştü. Bu gelişmeyi anlamak için, psikolojik anlamda onun kız eğitimi almış olduğunu ve cinsiyetler arası farkın onun gelişmesi sırasında çok sonra anlaşıldığını unutmamalıyız. Üstelik, o kadınsı rollerde başarıları olmuştu ve bir erkeğin rolünü oynamakta bu derece başarılı olacağı kesin değildi. Bir kızınkine benzer davranış taklidinin üstünlük amacına giden bir yol olduğundan başka bir şey göremiyordu.

Benim deneyimime göre, bu tür eğitim alan erkek çocukları her zaman kızlara benzerler. Organların, belki de bezelerin büyümesi kısmen çevre tarafından yönlendirilir ve çevreye uyum sağlarlar; bu nedenle, eğer kadınlığa doğru erken bir eğilimi aynı eğilimdeki kişisel bir amaç izlerse, beğenilen

bir kız olma isteği yalnızca zihni değil, yürüyüşü hatta bedeni bile etkileyecektir.

Bu vaka, bir sapığın zihinsel olarak kendisini sekse karşı olan anormal tutumuna nasıl alıştırdığını çok açık bir biçimde ortaya koyar. Doğuştan var olan ya da kalıtımsal bir yapıyı varsaymaya gerek yoktur. Bu hastanın hem zihinsel hem de fiziksel tüm normal cinsel faaliyeti mastürbasyon ve eşcinsellik lehine dışlaması, onu kendisine karşı sapkınlık yaparken suçüstü yakalamamız dışında, kalıtımsal bir öğenin varlığından kuşkulandırabilir. Değişik yerlerin eşcinsel çevrelerinde değişik gelenekler vardır; bu çocuk zevkini eşcinsel arkadaşlarının alışılmış uygulamasına uydurmak zorunda kalmıştı. Onun kentindekilerin hemen hemen hepsi felasyo* yapıyordu. O, önce buna direndi, ama bir gece ağzında garip bir tatla uyandı. Yatağının yanındaki masanın üstünde içi kısmen sidikle dolu bir bardak buldu, onun oraya nasıl geldiğinden emin değildi. Herhalde bu olay o uykudayken olmuştu, ama ne olduğu hakkında hiçbir kuşku yoktu. O zamandan sonra o da arkadaşlarına katıldı: Direnmesinin üstesinden gelmişti.

Bana geldiği zaman başka bir erkek çocukla birlikteydi; bu çocuk ailenin ikinci çocuğuydu, önemsenmemişti ve annesi çok baskındı. Bu çocuğun çabalaması kişisel çekiciliğiyle erkekleri alt etmekti ve zayıf babasıyla olan ilişkisinde sonunda bunda başarılı olmuştu. Cinsel ifade yaşına ulaştığı zaman şoka uğramıştı. Onun kadın kavramı onu önemsemeyen baskın anne deneyimi üzerine kurulmuştu; bu nedenle eşcinselliğe saptı. O zaman, hastamın umutsuz durumunu bir düşünün! Kadınsı yollarla –bir kızın alımlılığıyla– fethetmek istedi, ama arkadaşı erkeklerin fatihi olmak istiyordu.

Hastamın bu *ilişkide* kendisi her ne düşünüyor ya da hissediyorsa, arkadaşının kendisini bir erkek büyüleyicisini

* *Felasyo*: Erkeğin cinsel organını ağza alma, emme, yalama (Ed. n.)

fetheden kişi olarak gördüğünü anlamasına yardımcı olmuştum. Hastam bundan ötürü kendisininkinin gerçek bir fetih olmadığından kuşkulandı ve buna göre eşcinselliği kontrol altına alındı. Bu yolla ilişkiyi sona erdirebilmiştim, çünkü böylesine boşuna bir rekabete girmenin aptallık olduğunu görmüştü. Bu onun anormalliğinin başkalarına karşı ilgi yokluğundan geldiğini ve şımartılmış bir çocuk olarak onun yetersizlik duygusunun her şeyi kişisel bir zafer yönünden ölçmeye yol açtığını anlamasını da kolaylaştırmıştı. Sonra beni birkaç ay için bıraktı ve yeniden beni görmeye geldiği zaman bir kızla cinsel ilişkisi olmuştu, ama kıza karşı mazoşist bir rol oynamaya çalışmıştı. Onunla annesi ve yeğeniyle hissettiği aynı aşağılık konumu yaşamak istediği belliydi. Bu mozoşist tutum, onun üstünlük amacı, kızdan kendisine yapmasını istediği şeyi yapma zorunluluğunda görebiliyordu. Cinsel ilişkiyi tamamlamadın, eylemi bir noktada bitirmek istemişti, böylelikle normal olan yine de dışta bırakılmıştı.

Bir eşcinseli değiştirmenin en büyük güçlüğü, yalnızca onun toplumsal uyum yokluğunda değil, değişmez bir biçimde ilk çocukluk döneminde başlaması gereken doğru olmayan eğitimde yatar. Öteki cinse karşı tutum, neredeyse başlangıçtan itibaren yanlış bir yöne saptırılmıştır. Kişi, bu gerçeği anlamak amacıyla, bir vakanın sergilediği zekâ türüne, davranış biçimine ve beklentilere dikkat etmelidir. Sokakta yürüyen ya da toplumun arasına karışan normal insanlarla aynı durumlar içindeki bir eşcinseli kıyaslayınız! Normal olanlar esas olarak karşı cinsle ilgilidirler, eşcinsellerse yalnızca kendi cinsiyetinden olanlarla. Bu sonuncular normal cinsellikten yalnızca davranışta değil, rüyalarında bile kaçınırlar. Az önce anlattığım hasta rüyasında sık sık bir dağa tırmandığını ve oradan yılankavi bir yoldan indiğini görüyordu. Rüya, onun yaşama karşı cesareti kırılmış ve dolambaçlı

yaklaşımını ifade eder. Her adımda başını ve omuzlarını bükerek sanki bir yılanmış gibi yol almıştır.

* * *

Son olarak, tek çocuğun gelişmesinde bildiğim en yıkıcı vakaları anlatacağım. Bir kadın benden, ona ve kocasına son derece despotça davranan tek oğulları konusunda yardım etmemi istedi. Çocuk o sırada on altı yaşındaydı, okulda çok iyi bir öğrenciydi, ama kavgacıydı ve davranışları aşağılayıcıydı. Annesinden daha sert olan babasına karşı özellikle kaba davranıyordu. Her iki ebeveyne de sürekli olarak ters davrandı; eğer istediğini elde etmezse açıkça zarar verici oluyordu; bazen babasıyla itişip kakışıyor, ona tükürüyor ve kötü bir dil kullanıyordu. Böyle bir gelişme şımartılmış ve her şeyi beklemeye alıştırılmış tek çocuk için olasıdır. Hoşgörülü olmayı artık sürdüremeyecek bir zaman gelene dek, istediğini elde eder. Bu gibi vakalarda hastayı eski ortamı içinde tedavi etmek güçtür, çünkü ailenin uyumunu bozan pek çok anı yeniden yaşanır.

Babasını öldürmekle suçlanan on sekiz yaşındaki bir erkek çocukla ilgili bana başka bir vaka getirilmişti. Ailenin tek çocuğuydu ve şımartılmıştı; eğitimini bırakmıştı ve ebeveynlerinden zorla alabildiği tüm parayı kötü arkadaşlarla savuruyordu. Bir gün, babası ona para vermeyi reddedince, çocuk babasının başına çekiçle vurarak onu öldürdü. Onu savunan avukattan başka hiç kimse onun birkaç ay önce başka bir kişiyi de öldürdüğünü bilmiyordu. İkinci kez de yakalanmaktan kurtulacağından kesinlikle emin olduğu belliydi.

Suç işlemekle ilgili bir gelişme gösteren başka bir vakada, tek çocuk çok iyi eğitim görmüş bir kadın tarafından büyütülmüştü ve kadın onun bir dâhi olmasını istiyordu. Kadının ölümünden sonra deneyimli başka bir kadın, onun despotluk eğilimlerini fark edene dek bakımını aynı şekilde sürdür-

dü. Kadın, bunun cinsel bastırmadan ötürü olduğuna inanıyordu ve ona analiz uyguladı. Ama, çocuğun despotçu tutumu değişmedi ve o zaman kadın ondan kurtulmak istedi. Ne var ki, çocuk bir gece kadını soymak niyetiyle onun evine girdi ve kadını boğazladı.

Aile içindeki bazı durumlar için tipik olarak tanımladığım tüm özellikler başka koşullar tarafından değişikliğe uğrayabilir. Ama, bu davranış biçimlerinin değişiklik gösterme olasılıklarıyla birlikte, bu biçimlerin ana hatlarının oldukça doğru oldukları görülecektir. Başka olasılıklar arasında, kızların bulunduğu bir ortamda büyüyen bir erkek çocuğunun durumundan söz edilebilir. Eğer erkek çocuk onlardan yaşça daha büyükse, bir ağabeyin bir kız kardeşe yakın olmasına çok benzer bir şekilde gelişir. Yaş farkları, ebeveynlerin sevgisi ve yaşama hazırlanış: Bunların hepsi bireysel davranış biçimine yansımıştır.

Bir kadın çoğunluğunun çevreye egemen olduğu yerde, tekil bir erkek çocuğun kadınlara karşı yöneltilmiş bir üstünlük amacının ve yaşam tarzının olması olasıdır. Bu, çeşitli derecelerde meydana gelir: Kadınlara alçakgönüllülükle kendini adama ve onlara tapınma, eşcinselliğe eğilimli taklit edici bir tutum ya da kadınlara karşı despotça bir tutum. İnsanlar erkek çocukların aşırı kadınsı bir ortamda eğitilmesinden genellikle kaçınırlar; bu çocukların iki aşırı uca doğru geliştikleri genel bir deneyim konusudur – ya abartılmış bir kendini beğenmişlik ya da küstahlık. Aşil'in* öyküsündeki pek çok noktadan eski çağlarda sözü edilen son durumun iyi anlaşıldığını varsayabiliriz.

Aynı çelişkili olanakları erkek çocuklar arasında ya da tümüyle erkeksi bir ortamda büyüyen kızların vakalarında gö-

* *Aşil (Akhilleus)*: Teselya'lı kahraman. Homeros'un *İlyada*'sı baştan sona kadar Akhilleus'un (Fr. Achille) kahramanlıklarını, anlatır. Vücuduna hiçbir silah işlemesin diye annesi onu topuğundan tutup Styx nehrine daldırmış, bu yüzden de vücudun da silah işleyebilecek tek yer olarak topuğu kalmış. (Ed. n.)

rürüz. Bu gibi koşullarda bir kız doğal olarak aşırı sevgiyle şımartılmış olabilir, ama erkek çocukların tutumlarını da benimseyebilir ve bir kız gibi görünmekten kaçınmak ister. Her ne olursa olsun, olup biten, kadınların ve erkeklerin çevrede nasıl değerlendirildiğine bağlıdır. Bu kanıyla ilgili olarak her zaman yaygın olan zihinsel bir tutum vardır ve bu büyük ölçüde erkek ya da kadın rolü üstlenmeyi isteyecek olan çocuğun zihinsel tutumuna bağlıdır.

Örneğin, kalıtımsal özelliklerle ilgili boş inanç ve cafcaflı eğitim yöntemlerine inanma gibi, aile içinde yaygın olan başka yaşam görüşleri de çocuğun davranış şeklini etkileyebilir ya da onu güçlükler içine sokabilir. Herhangi abartılmış bir eğitim yönteminin çocuğa zararı dokunabilir; çoğu zaman bu gerçeği öğretmenlerin, psikologların, doktorların ve yasaları uygulamakla görevli kişilerin –polislerin, hukukçuların, subayların ve din adamlarının– çocuklarında bulabiliriz. Bu gibi eğitim abartmaları çoğunlukla sorunlu çocukların, genç suçluların ve nevrotiklerin özgeçmişinde ortaya çıkar. Her iki faktörün etkisi –kalıtımsal boş inanç ve tutucu bir eğitim şekli- aşağıdaki vakada görülür.

5. KIZINA YANLIŞINI İTİRAF EDEN ANNE

Her ikisi de göz yaşları ve umutsuzluk içinde, bir kadın dokuz yaşındaki kızıyla birlikte beni görmeye geldi. Anne bana, kızın taşrada oturan manevi ebeveynlerinin bakımı altında yıllarca yaşadıktan sonra, kısa bir zaman önce onunla kalmaya geldiğini söyledi. Kızı ilkokulun üçüncü sınıfını orada tamamlamış ve kent okulunda dördüncü sınıfa başlamıştı, ama dersleri o kadar kötüleşmişti ki, öğretmen onu yeniden üçüncü sınıfa geri göndermişti. Bundan kısa bir süre sonra kızın çalışması daha da kötü bir duruma gelmiş ve ikinci sınıfa konulmuştu. Anne bu duruma çok üzülmüş ve kafasını kızının eksikliğinin babadan kalıtım yoluyla geçtiği fikrine takmıştı.

İlk bakışta, annenin çocuğu abartılı bir şekilde eğitmeye ısrarcı davrandığı benim için belliydi; bu durum bu vakada özellikle üzücüydü, çünkü kız sevecen bir ortamda yetiştirilmişti ve annesinden daha çok yakınlık bekliyordu. Ama o, çocuğunun başarısız olması kaygısı içinde aşırı sertti ve bu, çocuğa en kötü düş kırıklığını yaşattı. Kız, evde ve okulda ilerlemesini etkin bir biçimde engelleyen büyük bir duygusal gerilime girdi. Özendirme, azarlamalar, eleştiri ve poposunu tokatlama kızın yalnızca duygusunu şiddetlendirdi ve bunun sonucu her iki taraf için umutsuzluk oldu. İzlenimimi pekiştirmek için, manevi ebeveynlerle ilgili olarak kızla yalnız konuştum. Bana, onlarla yaşamının ne kadar mutluluk verici olduğunu söyledi: Sonra, göz yaşları içinde, başlangıçta annesiyle olmaktan duyduğu sevinci anlattı.

Annenin yaptığı yanlışları onun anlamasını sağlamam gerekiyordu. Kızın bu kadar zor bir eğitime katlanması beklenemezdi; kendimi onun yerine koyunca, zekice bir tepki olarak onun davranışını tam olarak anlayabiliyordum – yani, bir tür suçlama ve öç alma. Toplumsal duygunun daha az olduğu bu gibi bir durumda, bir çocuğun suça yönelmesi, nevrotik olması, hatta intihar girişiminde bulunması tümüyle olasıdır. Ama bu vakada, eğer anne gerçeğe ikna edilir ve yeterince kesin bir tutum değişikliğiyle çocuğu etkilerse, kızın iyileşmesinin güç olmayacağından emindim. Bu nedenle anneyi ele aldım ve ona kalıtım inancının baş belasından başka bir şey olmadığını, sonra da, kızının onunla yaşamak için geldiği zaman mantıksızca olmadan neyi beklediğini, böylesine disiplinli tutumdan ve ondan beklenileni hiçbir şekilde gerçekleştiremeyecek bir noktaya gelecek derecede nasıl bir düş kırıklığına uğramış ve sarsılmış olması gerektiğini onun anlamasını sağladım. Anneden, çocuğa yanıldığını ve yöntemini değiştirmek istediğini itiraf etmesini istedim; ona, bunu yapabileceğine aslında inanmadığımı, ama bu koşullarda benim yapacağımın bu olduğunu söyledim.

Anne kararlı bir biçimde yanıtladı: "Yapacağım." Benim önümde ve yardımımla, anne yanlışını çocuğa anlattı, öpüştüler, birbirlerine sarıldılar ve birlikte ağladılar. İki hafta sonra her ikisi de neşe içinde, gülerek ve çok tatmin olmuş bir durumda bana geldiler. Anne bana üçüncü sınıf öğretmeninden bir mesaj getirdi: "Bir mucize olmuş olmalı. Kız sınıfın en iyi öğrencisi."

VIII. BÖLÜM

İLK ANIMSAMALAR

VIII. İLK ANIMSAMALAR

İlk anımsamaların değeri, onların Bireysel Psikoloji'nin en önemli buluşlarından birisi olmasıdır, çünkü onlar, neyin en eski zamandan bu yana anımsandığının seçimindeki bilinçdışı amacı göstermiştir; oysa anı oldukça bilinçlidir ya da soru sorulduğunda kolayca akla gelir. Doğru anlaşıldığı takdirde, bu bilinçli anılar, tedavi sırasında bilinçdışından neredeyse birdenbire salıverilen anıların derin olması kadar, bize derinliklerin anlık görüntülerini verir.

Doğal olarak, tüm ilk anımsamaların gerçeklerin doğru kayıtları olduğuna inanmıyoruz. Bunların birçoğu hayal edilmiştir ve pek çoğu belki de daha sonraki bir zamanda değiştirilmiş ya da çarpıtılmıştır; ama bu onların önemini yine de azaltmaz. Neyin değiştirilmiş ya da hayal edilmiş olduğu da hastanın amacında ortaya çıkar; fantezinin yaptığıyla belleğin yaptığı arasında bir fark olmasına karşın, başka faktörlerle ilgili bilgimizle onlar arasında ilişki kurarak, her ikisinden de güvenle yararlanabiliriz. Böyle olmakla birlikte, onların değeri ve anlamı, onları yaşam tarzının bütünüyle bağdaştırmadıkça ve bireyin bir üstünlük amacına doğru çabalamasındaki birleşmeleri anlaşılmadıkça, doğru olarak tahmin edilemez. Dört ya da beş yaşına ilişkin anımsamalarda, esas olarak bireyin prototipinin parçalarıyla ya da yaşam planının kendi özel biçiminin oluşturulmuş olmasıyla ilgili yararlı ipuçları buluruz. Burada, erken ortamdaki eksikliklerin ya

da organik güçlüklerin üstesinden gelinmesi için en kesin özeğitim göstergelerini de bir araya getirebiliriz. Birçok vakada cesaret derecesi ve toplumsal duygu işaretleri de bellidir. Tedaviye gelen şımartılmış çocuk sayısının fazlalığı, ilk anımsamalarda anne imajının nadiren bulunmadığını gösterir; gerçekten de, eğer şımartılmış bir çocuğun yaşam tarzını sezinlersem, değişmez bir biçimde hastanın annesiyle ilgili bir şeyi anımsayacağını tahmin edebilirim. O, bu anımsamanın anlamını hiçbir zaman anlamayacaktır. Örneğin, o benim sorumu şöyle yanıtlayabilir: "Bir odada oturmuş bir oyuncakla oynuyordum ve annem bana yakın oturuyordu." Bu anımsamaya sanki o kendi başına bir şeymiş gözüyle bakar ve bunun ruhsal yaşamının tüm yapısındaki bağdaşımını hiçbir zaman düşünmez; ve ne yazıktır ki, birçok psikolog da aynı şeyi yapar. Bunun anlamını tahmin etmek için, bu ilk algılama şeklini onun şimdiki tutumunda bulabileceğimiz, birinin ötekisini açıkça nasıl yansıttığını anlamamıza dek, her şeyle bağdaştırmamız gerekir. Bu örnekte, işe hastanın tek başınayken kaygı duyup duymadığını anlamakla başlamalıyız. Bana şöyle söyleyen hastanın durumunda olduğu gibi, anneyle bağlı olma ilgisi hayali olan anımsamalar türünde bile belirebilir: "Bana inanmayacaksınız ama, annem beni kollarına aldığında dünyaya gelişmi anımsayabiliyorum."

Çoğu zaman şımartılmış bir çocuğun ilk anısı bir erkek ya da kız kardeşinin dünyaya gelmesiyle onun ihmal edilmesine ilişkindir ve bunlar, "kız kardeşimin doğduğu zamanı anımsadım," gibi önemsiz ve masum ifadelerden, hastanın tutumuyla ilgili çok anlamlı kısa öykülere kadar değişir. Bir kadın bana şöyle demişti: "Bir masanın üstünde yatan kız kardeşime göz kulak olmam gerektiğini anımsıyorum. Huzursuzdu ve örtüleri üzerinden itti. Onları düzeltmek istedim ve örtüleri üstünden çektim, bunu yapınca kız kardeşim yere düştü ve canı yandı." Bu kadın bana geldiği zaman kırk beş yaşındaydı; ilk çocukluk döneminde tahttan indirilmiş

olduğu zaman gibi okulda, evlilikte ve tüm yaşamı boyunca kendisini dikkate alınmamış hissetti. Daha kuşku dolu ve güvensizlik belirtici benzer bir vaka, bana şöyle söyleyen bir adam tarafından anlatılmıştı: "Annem ve erkek kardeşimle birlikte çarşıya gidiyordum. Birden yağmur yağmaya başladı ve annem beni kollarının arasına aldı; sonra, benim büyük çocuk olduğum aklına gelince, beni yere bıraktı ve kardeşimi kucağına aldı." Bu adam yaşamında başarılı oldu, ama hiç kimseye, özellikle kadınlara güvenmedi.

Sınavlarıyla yüz yüze gelemediğinden başı belada olan otuz yaşındaki bir öğrenci beni görmeye geldi: Öyle bir gerilim içindeydi ki, ne uyuyabiliyor ne de kafasını toparlayabiliyordu. Semptomlar onun hazırlıksız ve cesaretsiz olduğunu belirtir ve yaşı meslek sorununun çözümüne olan uzaklığı gösterir. Toplumsal uyumsuzluktan ötürü hiç arkadaşı yoktu, hiç âşık olmamıştı ve cinselliği mastürbasyonda ve sürtmelerde ifade buluyordu. İlk anısı, bir bebek karyolasında yatarken çevredeki duvar kâğıdına ve perdelere bakmasıydı. Bu anı, ilerideki yaşamında tecrit oluşunu ve görsel aktiviteye karşı olan ilgisini yansıtır. Astigmatlıydı ve bu organik kusurunu dengelemeye çalışıyordu. Yalnız, herhangi bir toplumsal ilgi dışında güçlü bir biçimde gelişmiş her işlevin yaşamın uyumunu bozabileceğini unutmamalıyız. Bakmak gerçekten yapmaya değer bir aktive, ama hasta öteki her aktiviteye karşı bir set çekip bütün gün gözlerini tatmin etmek isterse, bakmanın bir zorlanım nevrozu durumuna gelmesi olasıdır. Yalnızca bakmakla ilgilenen bir tip vardır, ama bu ilgi alanının yararlı bir biçimde kullanılabileceği ancak birkaç aktivite vardır ve bunlar toplumsal yönden uyumsuz bir kişi tarafından bilinemez. Görmüş olduğumuz gibi, bu hasta hiç kimseye yakın değildi ve bundan ötürü bu garip ilgisi için bir kullanım alanı bulamadı.

İlk anımsamalar çoğunlukla hareketlere ilgiyi açığa vurur: Yolculuk yapmakta, koşmakta, otomobil kullanmakta ya

da atlamakta olduğu gibi. Görebildiğimiz kadarıyla bu, çalışmaya başladıkları zaman güçlüklerle karşılaşan bireylere özgüdür. Bunu, bana kötü ve uygunsuz davranış nedeniyle getirilen, dinine çok bağlı bir ailenin yirmi beş yaşındaki en büyük oğlunun vakasında gördüm. O itaatsizdi, aylaktı, yalancıydı, borçlara girmişti ve hırsızlık yapmıştı. Ondan üç yaş küçük olan kız kardeşi alışagelmiş bir tipti; gayret gösteriyordu, elinden iş geliyordu, iyi eğitilmişti ve ağabeyiyle yarışta kolaylıkla kazanırdı. Hastanın kötü ve uyumsuz davranışı ergenlik dönemiyle birlikte başladı; birçok psikoloğun bunu seks bezelerinin büyümesinin neden olduğu bir tür duygusal "alevlenme" olarak nitelendirdiklerinin bilincindeyim. Öteki vakalarda olduğu gibi, bunda da zamanından önce ve uygunsuz cinsel ilişkiler bulunduğundan, bu akla yakın görünen bir kuramdır. Ama sorarız, ergenliğin son derece doğal olan bunalımı bu vakada ahlaki bir felaketin nedeni oluyor da, neden bir başkasında, örneğin, kız kardeşinin durumunda olmuyor? Çünkü kız kardeş daha elverişli bir durumdaydı ve ağabeyin durumu, pek çok vakadaki deneyimimizden de bildiğimiz gibi, özellikle tehlikeli olan bir durumdu. Ayrıca, bu vakanın geçmişine daha derinlemesine gittiğimiz zaman, ergenliğin yaşam tarzında herhangi bir değişiklik yaratmadığını görürüz. Çocuk bu dönemden önce toplumsal yararlılık yaşamında birinci olmak umudunu giderek yitirmekteydi ve umutsuzluğu arttıkça yararsız dengelemenin kolay yollarında başı boş dolaşmıştı.

Bu genç adamın ilk anımsaması şuydu: "Bütün gün bir çocuk arabasının içinde çevrede dönüp dolaşıyordum." Tedavi olduktan sonra babasının yazıhanesine geri götürüldü ve sonunda gezici bir satış memuru olarak kendisini yaşama uydurdu.

İlk anımsamaların çoğu tehlike durumlarıyla ilgilidir ve bunlar genellikle yaşam tarzında korkuların kullanımının önemli bir faktör olduğu kişiler tarafından anlatılır. Bir kere-

sinde evli bir kadın, bir eczanenin önünden geçtiği zaman neden korkuya kapıldığını sormak için bana geldi. Bundan birkaç yıl önce bir sanatoryumda uzun süren verem tedavisi görmüştü ve onu görmemden birkaç ay önce bir uzman onun iyileşmiş, tümüyle sağlıklı olduğunu ve çocuk yapabileceğini bildirmişti. Doktorun kesinlikle iyileşmiş olduğunu söylemesinden kısa bir süre sonra saplantısı onu rahatsız etmeye başladı. Bağlantı açıkça bellidir. Eczane onun hastalığının uyarıcı bir habercisiydi: Geleceği netameli kılmak için geçmişin kullanılması. Bir çocuk olasılığını bir tehlikeye bağlıyordu. Çocuk konusunda kocasıyla aralarında anlaşmış olmalarına karşın, onun davranışı gizli bir karşı koyuşu açıkça gösteriyordu. Kadının itirazı herhangi mantıklı bir nedenden daha güçlüydü; doktor, bir uzman olarak bu itirazı en alt düzeye indirebilirdi, ama doktor korku semptomunu yok edemezdi. Başka benzer vakalarda olduğu gibi, bunda da gerçek nedenlerin daha derinde yattığını ve onları ancak yaşam tarzındaki en önemli çabalamaları keşfettiğimiz zaman bulabileceğimizi biliyoruz. Çocuk yapmaya direnmenin nesnel doğum korkusuna ya da hastalığa dayalı olması, böyle bir durum olsa bile, çok enderdir. Bu vakada bu kadının sahnenin merkezinde olmak isteyen şımartılmış bir çocuk olduğunu anlamak kolaydı. Bu gibi kadınlar sahneye bir rakip getirmek istemezler ve bunun aleyhinde mantıklı ve mantıksız nedenler ileri sürerler. Bu kadın, zayıflık ifadesinde ve dikkat merkezi olma fırsatlarını algılamakta kendisini kusursuz bir biçimde eğitmişti. Ona ilk anısı sorulduğunda, bana şunu anlattı: "Kentin dış mahallelerindeki küçük evimizin önünde oynuyordum; annem kuyuyu örten tahtaların üstünde zıpladığımı gördüğü zaman çok korkmuştu."

Bir felsefe öğrencisi kızarma fobisiyle ilgili olarak beni görmeye geldi. İlk çocukluğundan başlayarak bu kadar kolayca yüzünün kızarması nedeniyle onunla alay edilmişti ve son iki aydır bu o denli artmıştı ki, lokantaya gitmekten,

derslerine girmekten, hatta odasından dışarı çıkmaktan korkuyordu. Onun bir sınava girmeye hazırlandığını öğrendim. Utangaç, ürkek ve yüreksiz bir adamdı; ister toplumun içinde, ister çalışıyor ya da bir kızla birlikte olsun, hep aynı şiddetli duygu gerilimini yaşıyordu. Sempatetikotonik* bir tip olduğundan, bu gerilim vejetatif sinir sistemini harekete geçiriyordu: Yüzünün kızarması son zamanlarda onu daha çok kaygılandırmıştı ve bunun geri çekilmek için bir mazeret olarak kullanmaya başladı. Bu adam erkek kardeşini kayıran annesine karşı çocukluğundan beri içinde güçlü bir hınç besledi; ve şimdi, devam ettiği takdirde artık hiçbir başarı kazanamayacağına inanıyordu. Onun ilk anısı şöyledir: "Ben beş yaşındayken üç yaşındaki erkek kardeşimle dışarı çıktım. Ebeveynlerimiz evden dışarı çıktığımızı öğrendikleri zaman çok heyecanlanmışlardı, çünkü yakında bir göl vardı ve onun içine düşmüş olmamızdan korkmuşlardı. Geri döndüğümüz zaman bana tokat atıldı." Bunun, evde kendisini aşağılanmış hissettiğinden orasını sevmediği anlamına geldiğini anladım ve bu fikir o şunu eklediğinde pekişti: "Tokat kardeşime değil, bana atıldı." Ama, tehlikeli bir durum içindeyken yakalanmış olması onu yine de etkilemişti ve bu onun şimdiki durumuna yansımıştı; bu davranışına şu kavram egemendi: Dışarı çıkmamak, fazla uzağa gitmeyi göze almamak. Bu tür insanlar yaşamın bir tuzak olduğu hissine kapılırlar; bu hastanın bir kızla ilişkisi olduğu zamanki acı veren deneyimini, onunla alay edilmesini ve yüzünün kızarmasını, ona sıkıntı verilmesini ve onun sıkıntı vermesini göz önünde canlandırmak kolaydır.

* İki nevrotik tipin tanımlanması için bir girişimde bulunulmuştur: -İlgili bezelerin aşırı tepki gösterme eğilimiyle birlikte vejetatif sinir sisteminin ilk ya da öteki bölümüne göre: Vagotonik ve sempatetikotonik olan Sempatetikotoni artmış metabolizmayla ilgilidir.

IX. BÖLÜM

DİĞER YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI

IX. DİĞER YARARSIZ ÜSTÜNLÜK AMAÇLARI

En yüce amaçlar en patolojik vakalarda görülecektir – yani, psikozlarda. Şizofreni vakalarında çoğunlukla İsa peygamber olma arzusunu görürüz. Çift kutupluluk vakalarının manik evrelerinde de hasta çoğu zaman insanlığın kurtarıcısı olmayı ister, oysa adepresif evrelerde genellikle dünyanın en büyük kötülüğünün kendisi olmasından yakınır. Paranoyada hasta yalnızca dikkatin merkezi olmak için çabalamaz, kendisinin zaten böyle olduğuna inanır. Bireysel Psikoloji, üstünlük amacının bireyin başkalarına karşı olan tüm ilgisini yitirdiği zaman kendi mantığını ve anlayışını da yitirdiğini ve ancak bunun gibi yükseltilerde sabitleştiğini göstermiştir. Üstelik, amacın yüksekliği, bireyi sağduyunun onun için yararsız bir duruma geldiği güçlüklerle yüz yüze bırakır – güçlüklerin üstesinden gelemez.

Bu kişisel üstünlük amacı gerçekliğe yaklaşımı engeller. Gerçeklik ne kadar gerçek, hatta çekici hareket etme olasılıkları sunarsa, iyi uyum sağlayamamış bir kişinin bundan kaçınmak için göstereceği çaba o kadar büyük olur, çünkü onun üstünlük duygusu da ona uygun bir orantıda artmıştır. Sonuç ve böyle bir yaşam çizgisinin varacağı nokta, doğal olarak, bir tımarhanede tam tecrit olmaktır.

Belki de en gözü pek üstünlük amaçları, genellikle içinde toplumsal duygu ve zihinsel denetimin en belirgin bir biçim-

de yitik olduğu genel felç vakalarında görülür. Ama tüm Sezar deliliği vakaları tanrı gibi olma amacıyla birlikte, toplumsal duygunun yokluğunu sergiler; ayrıca bu, bizim bulgularımızda aynı tutarlılığı gösterir – her zaman yüksek derecede bir korkaklık vardır. Benzer biçimde, ne zaman –adam öldürenlerde ve bazı başka suçlularda olduğu gibi– başkalarının acılarına belli bir duyarsızlık ya da başkalarının yaşamlarını küçümsemeyle karşılaşırsak, bunların gelişmesi için yapılan hazırlığı da izleyebiliriz: Onlar bunu yaşamın yararsız yanında rahatlama aramak için korkaklık tarafından zorlanılarak ve toplumsal duygunun sınırlarını bile bile kırarak yaparlar. Her cani bir kahraman olmak düşüncesiyle çılgına dönmüş bir korkaktır. Bu eğilimlerin gerçek psikolojisinin tüm insanlığa açıklanmasının gerektiğine ve bu bilginin "suç dalgalarını" önleme konusunda çok yardımcı olacağına inanıyorum. Çünkü suçlular, suç işlemenin en azından cesaretli bir davranış olduğu yaygın boş inancından biraz kuvvet alırlar: Oysa, aslında en gözü pek suç bile derinden gelen bir korku tarafından harekete geçirilmiştir.

Suçluluk eğiliminin gelişmesinin yararsız sporlara hayranlık duymakla ortak bir yanı vardır; bir rekoru kırma arzusu kolaylıkla anlaşılabilen bir şeydir ve suç işlemenin başta gelen nedenlerinden biri, yasayı ve polisi alt etme duyusudur. Bu, yararsız yanda epeyce büyük bir doyum hissidir, çünkü birey kendisine tek başına dünyayı yenmiş olduğu hissini verebilir ve bazı istatistiklere göre cezalandırılacak tüm suçların yaklaşık yüzde kırkı suçlunun yakalanmamasıyla sonuçlandığından, neredeyse her suçlunun yakalanmadan atlattığı bir suç işleme deneyimi olmuştur. Korkak bir ruh için polise nanik yapma olasılığı çok çekicidir.

Kişisel üstünlük amacı öyle bir şeydir ki, o değişmez bir biçimde yaşamın üç sorusundan birisinin tümüyle uyumsuz bir boyutta büyümesine neden olur. Kişinin başarı idealinin, doğal olmayan bir biçimde toplumsal kötü ünle, iş yaşamın-

daki başarıyla ya da cinsel alandaki fetihle sınırlanmış olduğunu görürüz. Böylelikle, karşımıza, toplumda yükselmekten başka bir şey düşünmeyen, dövüşken ve kıskanç bir kişi, başkalarının çıkarlarını kendilerininki yanında hiçe sayan, kodaman bir iş adamı ve aşka meyilli, entrikacı, sözde bir Don Juan çıkar. Bunların her birisi yaşamın uyumunu birçok zorunlu isteği karşılıksız bırakarak bozar ve sonra daralmış olan hareket alanında daha da çok çabalayarak denge kurmaya çalışır.

Cinsel sapkınlık alanında, amacın tümüyle hayali bir biçimde ifade edildiği görülür. Bu, özellikle sadistik tipte açıkça bellidir; bununla, baskın olmak isteği cinsel tahrike bağlı olan tipi kastediyorum. Mazoşistik vakaların semptomlarının aynı zamanda kişisel üstünlük amacıyla da yönetildiklerini kanıtlayabildiğimiz bir sırada, sapkınlığın ruhsal yapısını anlamak alanında bu kayda değer bir ilerlemeydi. Mazoşistlerin hem fantezilerinde hem de davranışlarında bencilce bir eğilim açıkça görülmüştür. Mazoşist tutum şu anlama gelir: "Senin çekim gücün tarafından yönetilmiyorum; benim istediğimi yapmak zorunda olan sensin." Bunun demeye getirdiği eğilim sadizmde daha tam olarak ifade edilmesine karşın, sadistin taleplerini gerçekleştirmesinin, mazoşistin "kendisine zorbalık edilmesi talebinden" onun için daha güç olduğu açıktır. Bu arada, Mazoşistik ve sadistik bir davranış karışımı sergileyen kişiler de görürüz.

Çoğu Mazoşistik kişinin amacının aşktan ve evlilikten kaçmak olduğunu gördüm, çünkü onlar bir yenilgi riskini göze alacak kadar kendilerini güçlü hissetmezler. Onlar, kaçış yolu çok iğrenç bir yol bile olsa, yenilgiden kaçışa o sanki bir üstünlük amacıymış gibi bakacaklardır. Bu insanlar Mazoşistik eğilimleri yoluyla öteki cinsin gerçekten tüm üyelerini dışlayabilirler. Eşcinselliğini tedavi ettiğim bir adamın vakasında, hasta bir sokak kadınıyla Mazoşistik bir ilişki içine girecek boyutlara kadar gitmişti. Eşcinsellik yoluyla tüm

kadınları dışladı ve masoşizm dönemlerinde tüm değer verilmeye layık kadınları reddetti.

Benzer bir biçimde, mazoşistik fantezilere kendilerini kaptıran kızlar arasında, yöneldikleri üstünlük amacının çoğunlukla bekâr kalma şeklini aldığını görüyoruz. Onlar hayallerinde aşk ve evliliği ancak bir işkence olarak canlandırabilirler ve bu bekârlık fantezisi onların mazoşistik eğilimleriyle bağdaşık olan bir doyumdur. İster fiziksel ya da zihinsel olsun, mastürbasyonda her zaman belirli bir tutarlılık görülür: Bu, tecrit edilmiş birey için uygun olan cinsel bir tutumdur. Doğru yorumlanırsa, bu, cinsel partnerliği dışlamak isteğidir. Böyle durumlarda hasta her zaman partnere utanç duymasına neden olan kişi gözüyle bakacaktır: Bu fikir, gerçekte ondan kaçınılmasına karşın, fantezide ifade edilecektir.

Üstün duygulara ulaşmanın bir yolu da başkalarını sinirlendirmektir. Duruma göre, ebeveynlerin ya da öğretmenlerin, karıların ya da kocaların sonunda hiddete kapılıp saldırmaya ya da cezalandırmaya başlamalarında önce sabırları bir dereceye kadar tükenir. Birçok çocuk için başkaları üzerindeki güçlerinin bu kanıtı büyük bir doyumdur ve çoğunlukla onlar istenilen tepkiyi yarattıktan sonra karşılarındakini sinirlendirmekten vazgeçerler. Daha da antisosyal olan, birisini yaralama yoluyla ulaşılan üstünlük amacıdır. Bunu yaparken, milliyet, yaşam standardı, kadınların durumunda ilerleyen yaş gibi öteki kişi aleyhindeki her önemsiz kanıt, kızıl saç, çıkık burun ya da diş gibi yaygın olmayan özellikler kötü niyetli bir değerlendirmeyle toplanacaktır: Bir başkasının gerçek ya da ona yüklenmiş olan tüm bu dezavantajlarından sonra, nevrotik aşağılık duygusu, başka bir yerdeki daha büyük bir yokluğu görerek, sanki kendi boşluğunu doldurabilirmiş gibi, doymak bilmez bir biçimde beslenir ve doğal olarak, bu tür bir eylem yoluyla kendisine yüklenilen kişide aşağılık duyguları yaratabilir.

* * *

Amacın yüksekliği uyanık durumdaki fantezilerde özgürce dışa vurulmuştur ve bunlarda en zengin adam, bir imparator ya da öncü olmak arzusu hayali bir doyum bulur; bu imaj her ne olursa olsun, her zaman kişinin kendi yaşam çizgisindeki bir üstünlük imajıdır.

Toplumsal ilginin derecesi de bu hayallerde ifade bulur. Örneğin, bir yaşamı kurtarma, gemi azıya almış bir atı durdurma ve boğulmakta olan birisini kurtarma fantezileri, işkence görme ya da işkence yapma imajlarından daha toplumsal bir eğilimi gösterir. Çocuklar arasındaki ortak bir fantezi, onların aslında ebeveynlerine ait olmadıklarıdır. Bu, şu ya da bu nedenle onların kendi ebeveynlerinden hoşnut olmadıklarının işaretidir ve onların soylu ebeveynlerin gizli çocukları olduklarına inanmalarına yol açar. Fantezinin bu özel eğilimi kitle psikolojisinde açıkça görülür; mitlerde ve efsanelerde kahramanlar değişmez bir biçimde tanrıların ya da yarı tanrıların oğulları ve kızlarıdır ya da en azından, kimse bilmese bile onlar kral soyundan gelirler ve hem büyük kudret hem de toplumsal konumun mirasçılarıdır.

1. GERÇEKLİKTEN ÇİFTE KAÇIŞ

Gerçek sadistik ya da mazoşistik yapıdaki hayallerde, hayal kuran, bunlara bir aktör olarak değil de, yalnızca bir gözlemci olarak katılır; o, bir fatihin kudretli görüntüsünün tadını çıkarır ya da kendi duygularını daha zayıf kişiyle özdeşleştirir. Bu dolaylı doyum şeklinde hayal kurmak, doğal olarak, gerçeklikten çifte kaçıştır ve cesaretten daha da yoksun olmayı gösterir. Bu, otuz beş yaşında ve kızarma fobisi olan bir adamın vakasıydı. Nereye gitse, insanların ona bakmadan yapamadıklarına inanıyordu ve bu nedenle sürekli olarak yüzü kızarıyordu. Bu adam kısa boyluydu, şaşıydı ve bir bacağı ötekisinden kısaydı. Annesi tarafından şımartılmıştı, ama kız ve erkek kardeşleri onu sevmemişler ve onu baskı al-

tında tutmuşlardı. Bu nedenle, okula gittiği zaman, okul arkadaşlarına karşı yanlış bir tutum benimsedi, ama kişisel üstünlüğünü kusursuz bir jimnastikçi olmayı başararak korumaya çalıştı. Böyle olmakla birlikte, bu başarı bile onu yeterince ilgi odağı yapmadı ve o, başkalarının acıma duygusunu harekete geçirme yoluyla bunu artırmaya çalıştı. Bu da ona doyurucu gelmediği zaman, soytarılık ederek ve aptalı oynayarak dikkati üstüne çekti. Sonunda, istediği yüksek saygıyı elde etmekten umudu kesince, çabalarından vazgeçti ve hem toplumdan hem de aşktan kaçmaya çalıştı. Sokakta, lokantalarda ya da tiyatrolarda ne zaman insanlarla karşılaşsa şiddetli zihinsel bir gerilim yaşıyordu ve vazomotor* bir tip olduğundan, bu gerilimi yüzü kızararak ve korku hissederek dışa vuruyordu. Bu sırada, her polis memurunun kuşkulu bir kişi olarak ona baktığı paranoid korkuya da kapıldı. Tüm bu semptomların etkisi, kendisini büyük ölçüde tecrit etmek ve yalnızca en hafif ve çok arada bir çıkan işlemi yapmak oldu.

Bu anlatının konusu olan bu adamın hayalleri çoğunlukla cinsel fantezilerdi. Doğal olarak onun cinsel yaşamı bir mastürbasyonla sınırlıydı ama bu fantezilerde onun seks sorununun çözümüne uzak duruşu, erkek çocuklar birbirleriyle dövüştükleri sırada onun yalnızca "gülümseyen üçüncü kişi" olduğunu hayalinde canlandırmasıyla ifade edilmişti.

Son çare olarak iş yaşamına atılmayı denedi, ama yine takdir edilmediğini görünce, tüm arkadaşlarının ona karşı komplo düzenledikleri paranoid hayaline kapıldı. Ofisini bırakarak bir sanatoryuma gitti, orada ona büyük bir anlayış gösteren bir kadınla tanıştı. Bu noktaya kadar yaşamın her sorunundan geri çekilmesine karşın, bu sırada aşk konusunda kendisinde bir ilerleme hissi duydu. Ama, eski umutsuz-

* *vazomotor:* 1) Kan damarlarının genişlemesini veya daralmasını, böylece kan basıncını ve akışını kontrol eden sinirlerle ilgili 2) Kan damarlarındaki genişleme veya daralmayla ilgili (kayn: Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yay., 2000, s. 806) (l:d. n.)

luk ve çaresizlik duygusu varlığını sürdürdü. Uzun bir süre önce yaşam çabasının bir gözlemcisi olarak konumunu sabitleştirmişti, ama şimdi onun bu konumunu zorlayan bir durum ortaya çıkmıştı ve sonunda, bir gün kendisini vurdu.

2. ŞİŞMİŞ KIRMIZI KURBAĞA

Bazen kızıl saçın bir aşağılık duygusunun temeli olduğu kabul edilir ve bunun bir nevrozun oluşmasında oynayabileceği rol aşağıdaki vakada gösterilmiştir. Kırk beş yaşındaki bir adam kalbinden rahatsızdı ve buna önce organik, sonra da nevrotik bir rahatsızlık olduğu teşhisi konmuştu. Bu adam çocukken annesi tarafından çok şımartılmıştı; arkadaşlarına egemen olma çabalarından ötürü onlar tarafından sevilmedi ve kızıl saçları nedeniyle ona "bakır tokmak" denilerek alaya alındı. Arkadaş edinebilecek kadar sokulgan değildi, ama okulda başarılıydı.

Daha sonra, iki yıl süreyle psikanaliz tedavisi gördü ve onunla ilgilenen doktor ona başka bir hastasıyla evlenmesini salık verdi. Doğal olarak, toplumsal ilgiden bu kadar yoksun olması nedeniyle evliliğinde başarılı olamadı. Karısına saçma bir biçimde egemen olmaya çalıştı; karısı ne zaman ona dirense çok gerginleşti ve nabzı dakikada yüz elliye çıktı.

Çoğunlukla bu gibi kalp rahatsızlıklarının hava yutma sonucu ortaya çıktığı görülür. Bu alışkanlık aynı zamanda astım, mide bozukluğu, gaz nedeniyle karın şişkinliği, hatta yalancı gebelikle de ilişkilidir. Genellikle hasta bu durumdan haberdar değildir; deneyimim, bunun çoğunlukla uyku sırasında meydana geldiğine inanmama neden olmuştur. Hava yutulmasından sabah hastalığı ve histerik kusma vakalarında da kuşkulanılmalıdır. Abartılmış yetersizlik duygusundan ötürü meydana gelen hava yutma alışkanlığına büyük bir ruhsal gerilim neden olur. Bu, muhtemelen insan doğasının derinliğinde yatan bir eğilimden ötürüdür, çünkü bir sı-

nav sırasında ya da flört ederken olduğu gibi, çoğunlukla buhranlı zamanlarda ortaya çıkar.

Hava yutma bu vakada da bir sorundu. Bunun ruhsal mekanizması hastaya açıklandıktan sonra, o bir rüya gördü: "Havayla şişmiş kırmızı bir kurbağa gördüm." dedi. Hastanın dikkatinin vakanın gerçek bağdaşıklığından ne kadar kolaylıkla başka yöne saptığını görmek ilginçtir. O, rüyasını sanki anlayamadığı bir sırmış gibi ele aldı. Rüyayı ona yorumladım, uykusundayken aslında ne yaptığını tam olarak anladığını ve rüyasının ona şöyle demenin başka bir şekli olduğunu anlattım: "Ben, anormal saç rengimden ötürü acı çeken o kırmızı kurbağa gibiyim ve olduğumdan daha büyük bir varlık durumuna gelmek için kendimi şişirmeye çalışıyorum." Ama, hastanın yaptığım açıklamayı eleştirmesinden, anlamak istemediği belliydi.

3. KUZENİYLE EVLENMEK İSTEYEN ADAM

Erkeksi protesto çoğunlukla en yüce kişisel üstünlük amaçlarında görülür. Kırk yaşında, sinir içinde bir adam bana geldi; çünkü, sanki bir sorumsuzluk krizi içindeymiş gibi, kendisini kuzeniyle evlenmek zorunda kalmış hissediyordu. İster gerçekte ya da fantezide olsun, yakın bir akrabayla evlilik genellikle karşı cinsten korkulduğunu gösterir, çünkü sağduyu enseste karşı çıkar ve yürekli olmayı gerektirir. Ensest eğilimlerinin kökeni korkaklıkta ve toplumsal yetersizlik duyusunda aranmalıdır. Bu hasta aşk ve evlilik dürtülerine her zaman direndi. Tiyatroya gitmek ve et yemeği yemek gibi çeşitli hazlardan kendisini yoksun bıraktı –son zamanlarda vejetaryen olmuştu– cinsel yönden dürüstlüğe büyük önem verdi ve ofisinde kadın bir müşteriyle iş yapması gerektiği zaman aşırı derecede sıkıntı duydu. Erkek kardeşi tarafından tahttan indirilmiş olmasından yakınan ailenin en büyük oğluydu ve annesinin onu hafife aldı-

ğını ve arka plana itildiğini hissediyordu; babasına doğru daha çok eğilmesinin nedeni buydu. Annesini, sonra da tüm kadınları eleştirisi çok sertti. İlk anısı şöyleydi: "Ben dört yaşındayken taşındık. Yeni apartmanın yakınında tanımadığım bir kadına rastladım ve onu hendeğe itmeye çalıştım." Anneannesine karşı olan duygusunun çok düşmanca olduğunu da anımsadı Evlenmenin onun için doğal olduğu bir yaşa gelmişti ve bunu yapmayı istiyordu, ama normal bir yoldan değil; bu nedenle, bir tür yarı önlem olarak yakın bir akraba aradı. Aynı zamanda onun sorumsuzluğu ve birden pişman olması tüm düzenlemedeki daha derinde olan bir şeyi açığa vurur. Aslında onun istediği, yaşadığı sürece hiçbir kıza yeniden yaklaşmamak için kendisine derin bir uyarıda bulunmaktı. Böylece bu kısa uyarı oyununu sahneye koydu; bana da, doğal olarak, onu evlenmemesini, evlenme arzusunun yalnızca nevrotik bir tezahür olduğunu söyleyecek bilge danışman rolü verilmişti.

Kıskançlığa çoğu zaman bir üstünlük ilişkisi kurmak amacıyla başvurulur. Kıskanç partner ötekisinin davranış biçimi için kuralları koyar ve onları suçlamalarla ve ahlaki kınama yönünden uygular. Böylelikle, kendisine bu tür bir davranış biçimi yönetilmiş olan kişi, bir partner konumundan onursuz bir hizmetçi düzeyine indirilmiştir; bu da, kıskanç olana nispi bir üstünlük duyusu verir. Kıskançlık, paranoya ve alkolizmle ilişkili olarak da görülür ve buralardaki kullanımı da temelde aynıdır. Her iki durumda da, şiddetli bir özgüven yokluğu hastayı cinsel partnere hayali bir işkence yöntemi uygulayarak üstünlük için çabalamaya iter. Çoğu zaman söylenildiği gibi, bu durumlarda alkolizmin cinsel iktidarsızlığa neden olduğu doğru değildir. Bu tezahürlerde alkolizm, cinsel iktidarsızlık ve kıskançlık, toplumsal uyum, cesaret ve özgüven yokluğunu dengelemek için yapılan yararsız bir çabalama içinde koordine edilmiştir; ve bunlar, bir bütün olarak giderek artan bencilce bir tutumu gösterir.

4. ALTMIŞ YAŞINDA KISKANÇ OLAN BİR KADIN

Bazen, yaşamın ileri bir döneminde ortaya çıkan çok gerçek türdeki bir paranoya, çaresizlik durumunu dengelemek için yaratılmış, aslında bir halüsinasyon olan kıskançlık vakalarını doğurur. Bu konudaki bir vaka, bir zamanlar çok zengin ve her türlü lüksü olan, ama sonra çok yoksullaşan bir kadının vakasıdır. Bu kadının evli iki kızı ona ve kocasına destek oldular ve onlara alıştıkları lüksü sağladılar. Buna karşın, o kendisini terk edilmiş hissetti ve yeni kısıtlamalara uyum sağlayamadı, çünkü o savurganlığa ve kudrete çok alışmıştı. Kendi aileleriyle ilgilenen kızları ona yeterince dikkat göstermediler; ona tek kalan kocasıydı ve kadın tüm yitirdiklerinin dengelemesini kocasında bulmaya çalıştı. Doğal olarak, kocasının böyle bir konumu kabullenmesi olanaksızdı: Kocasının tüm boyun eğmesi ve hatta köleliği onun için gerekli olan kişisel üstünlük duyusunu korumaya yeterli olamazdı ve kocasının yumuşak başlılığı onun taleplerini karşılamaya yetmiyordu. Bu, onun zaten yara almış gururunu daha da kırdı ve üstünlüğünü kabul ettirmek çabası içinde kocasını sadakatsizlikle suçladı, oysa kocası yetmiş yaşında, kendisi de altmış yaşındaydı. Evde yaşayan genç bir hizmetçi kız vardı ve kadın kocasının bu kıza iyi davranışını cinsel bir ilişki işareti olarak yorumladı. O zamandan sonra, gündüz ya da gece, kadın evde duyduğu her sesin onun inancının bir doğrulaması olduğunu hayal etti. Sonunda hizmetçi kız evden ayrıldı ve başka bir kentte çalışmaya başladı, ama hasta onun çevrede olmadığına ikna edilemiyor, gece onun kapıyı çaldığına inanıyor ve hizmetçi kızın gazetelere ilanlar vererek kocasıyla hâlâ haberleştiğinden kuşkulanıyordu.

Onun kıskançlık etmeden yapamamasını anlamak zor değildi. Onun, kocasının ve kızlarının dikkatlerinin odağında yaşadıktan sonra, onların kadına karşı olan tutumları değişmişti. Şimdi o gerçeklikten umudunu kesmişti, ama üstün-

lük amacı hâlâ aynıydı: Bu kıskançlık, suçlayıcı bir tutum yaratmasıyla, koşulların onun kişisel ayrıcalığı çevresinde dönmesini sağlamaya yardımcı oluyordu.

5. NEVROTİK KALP VE KISKANÇLIK

Ama, hastanın kendisini kıskançlığa kaptırdığı ve bir an olsun bu gerçeği kabullenmediği pek çok vaka vardır. Bu herhalde kıskançlığın aşağılık bir duygu olarak hissedilmesi ve bu durumda bilinçli bir öz-değerlendirmeyle çatışmasından ötürüdür.

Bir kadın hasta, özellikle mutsuz olduğu zaman, ara sıra kalpte meydana gelen sancılardan şikâyetçiydi. Yirmi yıldır evliydi ve bu sözüm ona mutlu bir evlilikti. Kocası zayıf olmasına karşın iyi yürekli bir adamdı; tek çocuk olarak becerikli bir kızları vardı ve çok iyi koşullarda yaşıyorlardı. Bir yıl süreyle hasta göğsünden her iki koluna yayılan bu sancıları çekmişti ve koroner yetmezliğinden kuşkulanılmıştı. Ama, hiçbir organik semptom bulunamadığından ve sancıların her zaman zihinsel bir rahatsızlıktan sonra gelmesinden ötürü, bir nevroz (yalancı koroner yetmezliği) teşhisi doğru olabilirdi. Bu semptomların belirmesinden bir süre önce, hastanın bacaklarında, sanki bağlıymış ve hareket ettiremiyormuş gibi garip bir duygusu olmuştu. Hasta, sonraki semptomların çok sancılı olduğunu, bunların birkaç dakika sürdüğünü ve kusmayla sonuçlandığını söyledi. Daha derin bir soruşturma, bu sancıların boğaza, göğüs kemiği bölgesinden geldiği ve sık sık kusma, mide gazı ve zaman zaman karın şişkinliğiyle ilgili olduğu gerçeğini ortaya çıkardı. Bu tür semptom komplikasyonlarını nerede görsek, doktora mutlaka hava yutma olayını araştırmasını önerirdim; bu, eldeki vakada, hastayla konuştuğum sırada gözlemleyebildiğim bir durumdur.

Bu hasta bana yabancı bir ülkeden gelmişti; Viyana'ya geldikten sonra bir süre vakit geçirmesi için kocası onu Ber-

lin'de bırakmıştı. Kocasının oradan ayrıldığı gece hiç uyuyamamıştı ve uyanık yattığı sırada aklından hangi düşünceler geçtiğini sorduğum zaman bana şunları söyledi: "Kocamın Berlin'den ne kadar uzakta olduğunu düşündüm durdum." Bu düşünce, kadının sürekli olarak kocasının nerede olduğunu aklından geçirdiği –ve onun ne yaptığını merak ettiği– konusunda beni ikna etti. Evliliğinin talihli bir evlilik olması gerçeği, büyük bir olasılıkla onun daha dikkatli bir gözetim yaptığını ortaya koyuyordu. Bu gibi koşullar, özellikle bu kadın gibi hırslı bir kişinin vakasında, kıskançlık yüklü korkular için bereketli topraklardır.

Hastam, bana ikinci akşamdan sonra gördüğü şu rüyayı anlattı: "Birisi bana topal ve yürüyemeyen bir danayı gösterdi. Bu kişi bana onu kesmemi emretti." Yürüyememe hastamın bazı semptomlarıyla ilgiliydi, bu nedenle kendisini danayla özdeşleştirdiğini varsaymak haklı görülebilirdi. Bu bağlantıda, boğazın kesilmesiyle dananın kesilmesi muhtemelen intiharı temsil ediyordu, ama sakatlık daha çok anlam yüklüydü. Bana bu konuda, kocasının arkadaşlarından birinin bel soğukluğundan ileri gelen mafsal iltihabı sonucu dizlerdeki eklem kemiklerinin birbirine kaynaşmasından rahatsız olduğunu anlatarak epeyce yardımcı oldu.

6. FRENGİ KORKUSU

Kıskançlığın nevrotik amacın hizmetinde nasıl kullanılabileceği agorafobiden şikâyet eden otuz sekiz yaşındaki bir adamın vakasında gösterilmiştir. Hasta oldukça zekiydi, ama bu zayıflık onun hem iş hem de toplumsal ilişkilerine engel oluyordu. Nişanlandığı kız ona sadakatsizlik ettiği zaman, nevrozu bir düş kırıklığı izledi. Ona, başına gelen felaketi unutturabilir düşüncesiyle, ülkenin başka bir yerinde yeni bir işe girmesi tavsiye edildi ve o bunu yaptı, ama birkaç günlük çalışmadan sonra ilk kaygı nöbetini geçirdi, ölecek

kadar korktu, hemen annesine döndü ve onu gördüğüm zamana dek annesiyle birlikte yaşadı. Bana, ilk kaygı nöbetinden birkaç gün önce sürekli olarak frengiyi ve bu hastalığa ne kadar kolaylıkla yakalanabileceğini düşündüğünü söyledi. Bu, kadınlardan uzak durmak için ve yalnızca annesinin bakımı altında yaşayarak, uygun bir meditasyonla kendini hazırlama olarak anlaşılmalıdır. Dünyadan hemen kaçarak ve yalnızca annesinde kendisini güvende hissederek, onun davranışı şımartılmış bir çocuğun davranışıydı. İlk anısı, yaşam planının tam bir örneğiydi: "Dört yaşındayken annemle bir odadaydım; pencereden dışarıya baktığımı ve sokakta çalışan insanları seyrettiğimi anımsıyorum." Bu bellek kırıntısı onun korunmalı bir yere olan anormal gereksinimini ve "başkalarının çalışmasına" bakmaya (o miyoptu) duyduğu ilgiyi gösterir. Annesiyle birlikte olmak ve çalışmakta olan başkalarını izlemek onun için gerilim ve kaygıdan kaçmanın tek yoluydu. Tedavi olduktan sonra iç mimar olarak işe başladı.

7. ERKEKSİ ROLDEN KAÇINMA

Çoğu zaman ilk anılar cinsel tutumun oluşmasıyla ilgili önemli ipuçları verirler. Bu, yaşama karşı çok beklentili bir tutum içinde bulunan on dört yaşındaki bir erkek çocuğun vakasında iyi açıklanmıştır; o, kötü bir sporcuydu, yüzmeyi öğrenmekte büyük güçlükler çıkarıyor, çalışmaktan kaçıyor ya da herhangi bir şeyi, özellikle matematiği öğrenmek istemiyordu. Matematik genellikle bu tipin önde gelen güçlüğüdür, çünkü belki de bu, bağımsız çalışma özel gücünü gerektirir. En yakın arkadaşı olan annesine, bir süreden beri yüzme havuzunda ya da başka bir yerde bir adamın kaslarını gördüğü zaman cinsel heyecan duymaya yatkın olduğunu itiraf etti. Onun anımsayabildiği ilk deneyimi, annesiyle birlikte evden dışarı çıktığı zaman insanların çoğu zaman açık renkli ve kıvırcık saçlarına bakarak, "Ne kadar güzel bir kız!" demele-

riydi. Böyle olmakla birlikte, ona kız olmayı ister miydi diye sorulduğu zaman, üzerine basa basa bunu yadsırdı. Onun bilinçli düşüncesinde kadın olmaktansa erkek olmak daha iyiydi, ama o her şeyi daha kolaylıkla elde etmek istediğinden, içgüdüsel olarak erkeksi bir role hazırlık yapmak zorunluluğundan kaçındı ve amacı, sanki bir kızmış gibi, kur yapılmak ve dikkati çekmek oldu. Bu olası görünüyordu, çünkü o bakılacak kadar güzeldi, ama tüm öteki yönlerden başarı zor ve kuşkulu görünüyordu; bu nedenle tembelliğe ya da yetersizliğe sığındı. Böyle bir yaşam tarzının aslında hastaya nispi bir kudret ya da baskın olma duyumu verdiği açıkça anlaşılmalıdır. Bu, egemen olunmayan tüm drumlarda büyük bir tiksintiyle ortaya çıkar bu nedenle bu çocuğun şimşekli fırtınalara karşı olan abartılmış korkusuna şaşırmamalıyız. Şimşekli bir fırtına, yönetemeyeceğimiz ya da denetim altına alamayacağımız bir şeyin en üst düzeydeki örneğidir. İkinci ve en küçük çocuğun yüce hırsıyla birlikte, bu çocuğun gizlenemez yenilgileri, bir erkek olarak onun uygun bir başarıyı tasarlamasını olanaksızlaştırmıştı. Onun eşcinsel bir amaç oluşturma girişiminin nedeni budur: Kendisini sevdirmek ve ona tapınılmasını sağlamak yoluyla pasif bir biçimde yönetmek.

8. MAZOŞİSTİK FANTEZİLERİ OLAN BİR KIZ

Birçok vakada prototipin küçük bir parçası dışa vurulmuştur; bir rüyada, fantezide ya da ilk anımsamada hasta yüksek üstünlük eğiliminin bir bölümünü ortaya çıkarır. Bununla ilgili olarak bir keresinde yirmi yaşındaki bir kız bana şöyle demişti: "Bir keresinde yükseklerde bir bulutun üstünde olduğum, eski ve doğal olarak hayale dayalı bir anım olmuştu." Bu kız çocukken çok güzeldi ve o on dört yaşındayken intihar eden babası tarafından şımartılmıştı. Bildiğimiz gibi, babaya yaslanmak her zaman en ikinci alternatiftir ve anneden hoşnutsuzluğu gösterir; bu nedenle hastamın bir

kız kardeşinin olmasından kuşkulandım. Babasının ölümüyle güzelliğini yitirdi ve görüntüsü değişti. Kız kardeşi artık ondan daha çekici olmuştu ve anne tüm dikkatini bir süredir hasta olan bir ağabeye veriyordu; böylelikle bu şımartılmış kızı şımartacak kimse yoktu ve özellikle ağabeyinin ona karşı düşmanca bir tavrı olduğundan, dikkat çekmek için uğraşmaya başladı. O sırada o kötü bir şok yaşadı; bir gün okuldan dönerken cinsel organlarını sergileyen bir adamın önünden geçti ve korkuyla bağırarak eve koştu.

Teşhircilerle olan bu gibi deneyimler, genellikle bilindiğinden daha çok meydana gelir. Seksin yaşam sorununa gerçek bir çözüm bulmak için gayret göstermekten korkan pek çok erkek, rahatlama ya da ikame ararken cinselliğin kısmi bir tezahüründen öteye gitmez. Eğer onlar görsel tiplerse ve vizyonları başka nesnelere aktarılmamışsa, röntgenci ya da teşhirci olurlar. Korkaklıkları genellikle çocuklara yaklaşmaları gerçeğiyle saptanmıştır.

Hastamın teşhirciden ötürü uğradığı şok agorafobinin başlangıcını belirledi. Böyle olmakla birlikte, onun daha önce babasıyla ilişkisinde olduğu gibi, yaşamın cinsel olmayan çizgisinde önde gelen bir yer elde etmek amacıyla kendisini eğittiğini kabul etmeliyiz. Hırsının büyüklüğü ilk anı tarafından ortaya konulmuştur; bu hırs annesinin onu ihmal etmesiyle olduğu kadar, kız kardeşinin onu geçmesi ve ağabeyinin onu baskılamasıyla nevrotik yönden daha artmıştı. Böyle bir kişisel üstünlük amacı aşk ve evlilik yönünden tehlikedeydi ve doğal olarak o bu olasılıkları dışlamaya çalışıyordu. Cinsel yaşamı tümüyle ve açık bir biçimde reddetmek konusunda kendisini haklı görmek amacıyla, bu ilk gerçek cinsellik deneyiminden en geniş ölçüde yararlandı. Bazı hayaller yoluyla onun kendisini bu tutuma alıştırdığını anladım; bu hayaller onu hep aynı fikirle sarhoş etmek için kurulmuştu. Çok sık tekrarlanan bunlardan birinde, özellikle onun cinsel bir duygusu olduğu zaman, ağabeyine benzeyen bir adamın

onu yere ittiğini ve üstüne tükürdüğünü gözünün önünde canlandırdı ve bunun sonunda doyum hissetti.

Kızların çoğunun zaman bu gibi mazoşistik fantezilere kapıldıklarını biliyorum; eğer açığa vurulursa, bunların bir boyun eğme eğilimi olduğu kabul edilmelidir ve bunun kadınsı bir özellik olduğu varsayılmıştır. Tam aksine, bunun gibi bir hayal kurma, bir arzunun aşağı yukarı girift bir biçimde gerçekleştirilmesidir ve temelde basit ama boyun eğmenin tersi olanıdır – aslında, yenilgi ve utanç duyma olasılıklarıyla birlikte gerçekçi cinsel bir hedefi dışlamak arzusu. Hayal kuranın fantezi oluşturmasında aşka direnmesini aynı zamanda bunun heyecan yaratan gereksinimi karşıladığını da görürüz; önce, bir fantezide doyuma ulaşmak kendisine şunu öğretmek demektir: "Gerçek bir ilişki içinde olmak zorunlu değildir" sonra da, içine bir yenilgi hayali karışmış bir doyum (bu vakada, kendisinden hoşlanmayan bir ağabey tarafından aşağılanmak), kişiye gerçek bir deneyimin oldukça sakıncalı olduğunu hissetmeyi öğretir. Bu nedenle fantezi bir tür dua gibi uygun bir meditasyondur; bireysel ruh bunda bir yönde başkalarına olan ilgiyi yitirmekte ve ikincisinde, evlilikten kaçmayı şiddetle arzulamakta kendisini eğitir. Masoşizmin, sonunda mazoşistik ilişkiler oluşturma girişimi şeklinde ifade edildiği yerde, amaç temelde aynıdır – normal davranış ve doğal koşullarla araya büyük bir mesafe koymak.

O zaman, mazoşistik hayallerin bir boyun eğme arzusu gösterdiği fikri gerçeğe en yakın olanıdır. Bu hastam, üzerinde egemenlik kurabileceği bir kişi aramaktaydı ve sadık kölesi olması için kız kardeşine yapışmıştı, sonunda da her şeyde onu izlemesi konusunda ona baskın çıkmıştı. Hastamın geçirdiği sinir krizi, üzerindeki en hafif gerçek bir denetime karşı onun tahammülsüzlüğünü ortaya koydu: Ona bir işyerinde bir görev verildi, işvereni dikte yaptırdığı sırada ona bir şey yazmasını söylediği zaman, o bunu yapamadı.

X. BÖLÜM

MESLEK SEÇİMİ VE UYKU DURUŞLARI

X. MESLEK SEÇİMİ VE UYKU DURUŞLARI

Görmüş olduğumuz gibi, ilk anımsamalar çoğunlukla tehlike fikirlerini içerir ve derin hastalık ve ölüm izlenimleriyle ilişkilidir. Bu olayları ilk kez yaşamanın, özellikle eğer onlar tehlike ve korkuyla bağlantılıysa, duyguları aşağı konumda olan bir çocuğu nasıl ezeceğini anlamak kolaydır. Herhalde insanın dışında hiçbir varlık, ölümün eninde sonunda yaşamın bir yazgısı olduğunun bilincinde değildir; yalnızca bunun bilinci insanoğluna Doğa'ya kaçınılmaz bir biçimde mahkûm olduğu duygusunu vermeye yeter. Eğer bir çocuk erken bir yaşta ölümle kısa süren bir ilişki yaşamışsa, onun tüm yaşam tarzı geniş ölçüde bu tek izlenim tarafından şekillendirilmiş olabilir. Böyle bir durumda, yaşama karşı ölüme önüne geçilemez bir şekilde aşırı değer verilmiştir; çocuğun eylemlerinin ve tepkilerinin bu ezici fikirden kurtulmak ya da onu dengelemek amacıyla nasıl yönlendirilmiş olduklarını çoğu zaman anlayabiliriz. Çocuklar ölüme karşı olan savaşımlarında çeşitli hilelere başvururlar. Bazıları, konunun her türlü olası anımsatıcısından kaçınarak devekuşu sığınmasını benimserler, bazıları gerçek terörü bilinçten uzak tutan başka kaygılar geliştirirler; onların aralarında kendilerini korumak için çabalamaya ve ölümü yenmek için silahlanmaya daha etkin bir biçimde yatkın olanlar da vardır. Bunların hepsinde, kendini koruma içgüdüsü diye adlandırılan içgüdü normal olarak belli bir içgüdüden daha fazladır.

Bir dereceye kadar zafer elde etme kesinliğiyle ölüme karşı savaşmakta iki yöntem vardır. İlki, çocuk yaparak ve büyüterek soyu korumaktır. Birey yazgısını fethetmek için giriştiği bu tür bir çabalamada en güçlü içgüdüler ondan yana olabilirler ve zihnin ilgisi topluma ve insanlığın geleceğine doğru hızlanmış olabilir. Ölüm korkusunun bu tür bir sağduyulu dengelenmesi doğal olarak aşkın en sağlıklı kavramlarını içerir ve her türlü sapkınlığı dışlar. Bireysel tutkulara daha elverişli olan ikinci yöntem, gelecekteki yaşamı etkileyecek bir biçimde yaşamaktır. Bu, birçok büyük adamın en güçlü güdüsü olmuştur; bu insanlar sanatta ve bilimde kalıcı çalışmalar yapmışlardır ve bu, şairlerin yaşamlarında büyük bir açıklıkla görülebilen bir amaçtır. Hem soyun devamında, hem de onun kültürünün gelişmesinde önemli bir rol, ölümü yenmeyi amaçlayan bir ruhsal çabalama tarafında oynanmıştır.

Birçok şair ve filozofun çalışmasının geniş ölçüde ölümün üstesinden gelme arzusuyla motive edilmiş olduğu gerçeğini, onların düşüncelerindeki ölümün kudreti belirler. Bunu, **Horatius'**un "Exegei monumentum aere perennius"unda* ve **Heine**'nin "Nicht in Düsseldorf am Rhein will ich stehn auf taubem Stein"ında** görürüz; ve **Tolstoy** şöyle yazar: "Eğer herhangi bir durumda ne yapacağımı bilmiyorsam, şöyle düşünürüm – yarın ölecek olsam ne yapmam gerekirdi?"

Erken gelen ölüm korkusu, etkili olmasına karşın, yararsız olmaktan da kötü bir çabalamaya yol açabilir. Ablasının ölümünden derinden etkilenmiş ve sık sık ölümden söz eden on beş yaşındaki bir erkek çocuğun vakasına daha önce değinmiştim. Ona ne olmak istediğini sorduğum zaman, "doktor," diyeceğini sanmıştım. Ama o şöyle bir yanıt verdi: "Mezar kazıcısı, çünkü gömülen ben olmak istemiyorum. Ben başkalarını gömmek istiyorum." Ve o, kendisine göre

* "Tunçtan daha kalıcı bir anıt yaptım." (Çev. n.)

** "Düsseldorf am Rhein'da sağır taşta durmak istemem" (Çev. n.)

öyle yaptı, tüccar oldu: Rakiplerini "gömen" sıkı bir ticaret adamı.

Oldukça değişik başka bir yaşam tarzı, bazı acı veren ölüm deneyimi olmuş çocuklar tarafından çok yaygın olarak benimsenir. Onlar, çok erken bir dönemde doktor olma arzusunu oluştururlar ve hayatta kalmak amacıyla tüm tıp bilgisini özümlemek isterler. Bir keresinde bir tıp derneğinde açılışını yaptığım bir toplantıda, orada bulunan hemen hemen herkes ölüm, ölümcül tehlike ya da ailenin bir üyesinin hastalığıyla ilgili anılar anlattı. Katılımcı profesyonel bir psikanalist onların deneyimlerindeki bu benzerlikle ilgili benim yorumuma karış çıktı; ben bu benzerliği hekimlerin en erken pek çok anımsama vakasıyla bağdaştırabilirdim. O, ilk anımsamasının oldukça değişik bir nitelikte olduğunda ısrar etti. Dört yaşındayken, hasta olan annesine şöyle dediğini anımsıyordu: "Hele bekle azıcık, büyüdüğüm zaman sana en iyi ve en pahalı ilaçları satın alacağım."

Bu üç dengelemenin hepsinde başarısız olununca, ruhun ölümsüzlüğüne inanmak yoluyla ölüm korkusu dinsel bir rahatlama bulabilir. Bu, yeniden doğuş ya da daha dolaysız bir biçimde spiritüalizm gibi karmaşık yollarla ortaya çıkabilir. Bu sonuncusu, ölülerin ruhlarının hâlâ hareket edebileceği, etkileyebileceği ve konuşabileceği varsıyımının değeri üzerine kurulmuştur – ölümsüzlüğü fethetmekle ilgili daha gerçekçi umutların yokluğunda, olduğu gibi kabul etmemiz gereken bir değer.

* * *

Yalnızca hekimlerde değil, tüm çalışanlarda da meslek seçimi ruhsal prototipin baskın olan bir ilgi alanıyla kendisini belli eder. Bu ilgi alanının somut çalışma olarak gerçekleşmesi çoğunlukla uzun süreli bir öz-eğitim sürecidir; bunda, aynı fikrin birbiri ardından kendisini çeşitli maddesel olasılık-

lara uydurduğunu görebiliriz. Böylelikle, askerlik yaşamına bir hazırlık olabilecek oyuncak askerlerle oynamaya gösterilen büyük ilgi, büyük bir mağazanın müdürlüğüne bir başlangıç olabilir. İğne iplikle dikiş oyunu oynamanın gelecekte terzi olunacağı işaretini vermesi gerekmez; bu, bir cerrahlık kariyerine doğru ilk adım da olabilir. Oyuncak bebeklerle oynama, evlilik ve aile yaşamına dönüşebilecek bir ilginin işaretidir, ama bu, gelecekteki bir hastabakıcı ya da öğretmenin göstergesi de olabilir.

Hem evlilik hem de meslek, bağımsız hareket gücü ve iş bölümünü kabul etmeye hazır olmayı gerektirir. Bu nitelikler bir dereceye kadar toplumsal duygu ve uyum olmadan var olamazlar ve çoğunlukla bir meslek seçimi zorunlu duruma geldiği zaman toplumsal uyumun yokluğu ortaya çıkar. Çocukların dikkatinin okul günlerinin epey başlangıcında şu soruya çekilmesi gerektiğine inanıyorum: "Daha sonra yaşamda ne yapmak istiyorum ve bunu neden istiyorum?" Çocukların organik bozuklukları ya da özellikleriyle birlikte bu anlayışla ele alınan fikirler öğrencilere meslek rehberliği yapmamızda bizim en iyi yardımcımızdır. Yalnızca en iyi eğitilmiş ilgi alanını bulmaya çalışmakla yetinmemeli, onun ruhsal prototipteki kökünü de anlamaya çalışmalıyız. Her nerede bir beceri bulursak, bu, çocuğun kendisini eğittiği bir ilgi alanından ötürüdür ve onun koşullarının bütünlüğüyle harekete geçmiştir. Bu öylesine açıkça belirir ki, doğru yöntem ve eğitim verildiği takdirde herkesin her şeyi başarabileceğine inanmakta haklı çıkarız.

Çocuğun düşünme ve davranış şekli ve algılamalar özelliği yoluyla ilgi alanı, gelecekteki mesleği için geliştirilmektedir. Ama, genel olarak ilgi, çocuğun üstünlük amacına ulaşabilme duygusu tarafından azaltılmış ya da çoğaltılmıştır. Çocuk, gelişmesi sırasında amacını ona ulaşılamaz biçimlerde somutlaştıracaktır ve bunu herhangi temel bir cesaret kırıklığına uğramadan terk edebilmelidir. Bu nedenle bizim göre-

vimiz çocuğu bilinçlilikte değil, ruhta desteklemektir. Onun toplumsal ilişkisi ne kadar kalıcı olursa, üstünlüğün sağduyulu kavramları o kadar gelişecektir.

Doğal olarak, bir çocuğun üstünlük anlayışı çoğunlukla babasını mesleğinde geçmek arzusu tarafından etkilenmiştir. Bunun sonucu olarak, eğer baba lise öğretmeniyse, erkek çocuk profesör olmak isteyebilir. Kural olarak, meslek seçimi ne kadar çok değişirse, çocuğun gerçeği o kadar anladığını gördük: Ama, her seçimde her zaman egemenliğe doğru bir dürtü, önemlilik ya da güvenlik amacına ulaşma ya da en azından günlük ya da yenilgiden kaçma kararlılığı olduğu sonucunu çıkarabiliriz. Çocuk, zaman zaman gelecekteki eyleminin yeni bir resmini çizer; ama her zaman aynı prototip güdüden koşullanır. Sonunda bir meslek seçimi yapılması gerektiği zaman, çocuk uzun bir süredir yaklaşmakta olan gerçekle karşı karşıya kalır ve bu gerçek onun çabalamasına göre ya dostça ya da düşmanca koşullar içinde gelir. Yine de, çalışma yaşamının amacı artık sabitleştirilmelidir ve kişi işe bireysel bir biçimde başlayarak gerçekle uzlaşır. O, ortaya çıkan seçim özgürlüğü karşısında, anladığı kadarıyla tüm gerçeklere uygun olarak bu eylem zorunluluğuyla nasıl yüzleşeceğine karar verir. Onun kararlarının tam olarak doğru olması beklenilmemelidir. Az ya da çok, bireysel bir yanılgı kaçınılmaz bir biçimde seçimin içine karışmıştır. Son ideal biçimi içinde, onun fonksiyonunun algılanması ilişkisiz etmenler tarafından çarpıtılmıştır. Para bunlardan biridir ve şimdiki uygarlığımızda paranın tümüyle abartılmış bir önemi vardır. Bu son biçim de uzun yaşamaya, sağlığa, güvenliğe ya da toplumsal hırsa karşı olan bir ilgiyle bulanık bir görüntü alabilir ya da baskı kurucu ve eleştirici eğilimlerle çarpılır.

Cesareti kırılmış çocuklarda genellikle kuşkucu ya da umutsuz bir tutum vardır ve her çaba karar verme zorunluluğundan kaçışa doğru bir hareketi gösterir. bu çoğu zaman, çeşitli ve sürekli olmayan mesleklerin seçiminde, hiçbir mes-

leği seçmemekte, boş ideallerde, serüven yoksunluğunda ya da suçluluğa eğilimli olmakta görülür.

Cesareti kırılmış çocuklarda genellikle kuşkucu ya da umutsuz bir tutum vardır ve her çaba karar verme zorunluluğundan kaçışa doğru bir hareketi gösterir. Bu çoğu zaman, çeşitli ve sürekli olmayan mesleklerin seçiminde, hiçbir mesleği seçmemekte, boş ideallerde, serüven yoksunluğunda ya da suça eğilimli olmakta görülür.

Çocuğun gelişimi süresince bir meslekle ilgili olarak yaptığı tüm seçimleri kıyaslamak gerçekten zahmete değer, çünkü bunlar bir bütün halinde ele alındığında, tutumu, toplumsal ilgiyi ve cesaret derecesini gösterir. En acayip ve en mantıksız seçimleri göz ardı etmemeliyiz, çünkü bunlar mecazi olarak çocuğun gerçekliğin talepleri yönünde üstlenmeye hazırlandığı tutumla ilişkilidir. Örneğin, bir erkek çocuğuna ilerideki yaşamda ne olmak istediğini sorduğum zaman bana şunu dedi: "Bir at." O her zaman bir atın hem hareketlerini hem de hızını taklit etmeye uğraşıyordu. Bebeklik döneminde endokard iltihabı olmuştu ve uzun bir süre yatakta hiç hareket etmeden yatmak zorunda kalmıştı. Daha sonra, meslek seçimini otomobil mühendisi olmak istediğini söyleyerek daha gerçekçi bir biçimde ifade etti. Yedi yaşındaki başka bir erkek çocuğu da tutkusunu bir at olmak istemesiyle sembolize etti. Bunun nedenini sorduğum zaman, şöyle dedi: "Babam hasta, en büyük çocuk ben olduğum için ailemi geçindirmek zorundayım."

Her iki vakada da fantezinin nedeni türoluşla* ilgili etkilerde ya da cinsel güdülerde aramak saçmalık olurdu. İlk çocuk hareket etmeye karşı ilgi duyuyordu, çünkü hastalığının getirdiği kısıtlama ona belirli bir aşağılık duygusu vermişti. İkinci çocuğun at fikrini kullanışı tümüyle farklıydı. O, babasının yerini nasıl alacağını ve onu nasıl geçeceğini düşünü-

* *türoluş (phylogenetik)*. Türlerin kökeni, tarihi ve evrimsel gelişimi. (Kayn. Selçuk Budak, *Psikoloji sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yay. 2000, s. 780) (Ed. n.)

yordu ve at, ağır bir yükün taşıyıcısı olarak, onun geleceğinin sembolüydü. Bu hayvan fantezilerinden bir başkasını on yaşındaki bir erkek çocukta buldum; o, bir manda olmak istiyordu ve okuldan eve dönerken yürüyen bir boğanın hareket etme şeklini taklit ediyordu. Bu çocuk bir kabadayıya dönüştü: Onun tarihteki idealindeki kişilik Aşil'di.

* * *

Bedensel duruşlar bireyin amacına yaklaşım şeklini belirtir. Dümdüz giden bir kişi cesaret sergiler, oysa kaygılı ve çekinden bir erişkinin aracısız eylemi engelleyen bir yaşam tarzı vardır ve bazen yan yola sapma gibi bir şey her eylemde görülür. Bireyin elini uzatma şeklinden onun toplumsal duygusunun olup olmadığını ve başkalarıyla ilişki kurmaktan hoşlanıp hoşlanmadığını her zaman anlarız. Tümüyle normal olan bir el sıkışma oldukça enderdir: Bu, genellikle aşırı isteklidir, isteksizdir, bir çekme ya da itme eğilimini açığa vurur. Bir tramvayda bazı insanların yana doğru eğildikleri göze çarpar; onlar desteklenmek isterler ve başkalarına verdikleri rahatsızlıktan oldukça habersizdirler. Aynı sosyal duyarsızlık, başkalarına hastalık bulaştırmayı fazlaca düşünmeden onların önünde öksürenlerde görülür. Bazıları, bir odaya girdiklerinde içgüdüsel olarak sanki herkesten en uzak bir yerde dururlar. Tüm bunlar, bu kişilerin konuşmalarından daha dolaysız bir biçimde bunların yaşama karşı takındıkları tutumu ortaya koyar.

Uyku sırasındaki duruşlar ve tutumlar günlük yaşamın duruşları ve hareketleri kadar dikkate değerdir. Çok küçük çocuklar sırtüstü ve kolları havaya kalkmış bir biçimde uyurlar; bu şekilde uyuyan bir çocuğu gördüğümüz zaman onun sağlıklı olduğunu varsayabiliriz. Örneğin, şekil değiştirir ve kolları aşağıda uyursa, bir hastalıktan kuşkulanılmalıdır. Bunun gibi, eğer bir erişkin belli bir şekilde uyumaya alışmış ve

bunu birden değiştirirse, onun zihinsel tutumunda bir şeyin değişmiş olduğunu varsayabiliriz. Doğal olarak, organik bozukluklar uyku duruşunu koşullandırmakta kendi rollerini oynarlar. Akciğer ya da plevra iltihabı olmuş bir kişi, bazen bunu neden yaptığını bilmeden, her zaman hastalıklı yanı üzerine uyuyacaktır. Bunu bilinçsizce yapar, çünkü bu soluk alıp vermeyi kolaylaştırır. Bazı kalp rahatsızlığı olan insanlar ya da kendilerini öyle sananlar, sol yanları üzerinde uyuyamadıklarına inanırlar. Bunun organik bir nedeni yoktur, ama onlar daha zayıf olan yanlarına dikkat etmeleri gerektiğini hissederler.

Esas duruşa geçmiş bir asker gibi, sırt üstü uyuyan bir kişi gördüğümüz zaman, bu onun mümkün olduğu mertebe iri görünmek istediğinin işaretidir. Yorganı başına çekerek kirpi gibi kıvrılmış bir biçimde yatan bir kişinin çabalayıcı ya da cesaretli bir kimse olması kuşkuludur, o muhtemelen korkak bir insandır. Onu nasıl cesaretlendireceğimizi anlayana dek, ona güç bir görev vermekten kaçınmalıyız. Midesi üzerine yatan bir kişi inatçılığı ve olumsuzluğu açığa vurur.

Çeşitli hastanelerdeki hastaların uyku duruşlarıyla günlük yaşantı raporlarını karşılaştırarak, zihinsel tutumun uykuda ve uyanık durumdaki konumlarda düzenli olarak ifade edildiği kararına vardım.

Bazı kişiler uykudayken yavaş yavaş dönerek, başları ayak ucunda ve ayakları başucunda olarak uyanırlar Bu gibi insanlar ruhsal olarak dünyaya karşı olağandışı bir karşı çıkma tutumu içindedirler ve bunlar soruyu henüz anlamadan çoğunlukla "Hayır" yanıtını veren nevrotik tipte olanlardır. Yatakta yarım dönüş yaparak başları şiltenin yanından aşağıya sarkar bir durumda uyuyan hastalar da vardır. Bu alışkanlıktan ötürü baş ağrısı çekerler; bu, genellikle ertesi günün taleplerinden kaçmak için kullanılır.

Bazı çocukların hayvanlar gibi dizleri ve dirsekleri üzerine yaslanarak iki büklüm bir durumda uyuduklarını görmek

beni oldukça şaşırtmıştı; ama sonunda, yandaki odada ne olup bittiğini duymak için bunun en iyi şekil olduğunu anladım. Bu, uykuda bile başkalarıyla normalin üstünde bir ilişki içinde olmak isteyen çocuklar tarafından benimsenir ve onlar genellikle oda kapısı açık yatmak isterler.

Bundan ötürü, tüm duruşların amaca yönelik bir doğası vardır. Bir keresinde kör olmuş bir adamı tedavi etmiştim ve o tarihten sonra adam uyurken her zaman karısının elini tutmak istemişti, bu da karısının hareket etmesini engelliyordu. bu, zorbalık eğiliminin acıklı bir gizlemesiydi. Karısı buna direndiği zaman adam gece halüsinasyonlar görmeye başladı ve kafasında hırsızların karısını yakalayıp götürdüklerini kurdu. Bu halüsinasyon, karısını elde tutmak için, aynı hareket tarzının bir gelişmesiydi.

Bütün gece durmadan hareket eden huzursuz uykucular doyumsuz olduklarını ve biraz daha fazlasını yapmayı istediklerini gösterirler. Bu, başka bir kişi, özellikle anne tarafından gözetlenmeyi istiyor olmalarının bir işareti de olabilir. Çocukların uykuda ağlamalarının nedeni de aynıdır; onlar yalnız kalmak değil, güvenlik ve koruma altında olmak isterler. En sessiz uykucular, yaşamın sorunlarına karşı tutumlarında en rahat olanlardır. Onların yaşamları gündüz iyi düzenlenmiş olduğundan, geceyi ona uygun olan bir dinlenme ve ferahlama amacı için kullanabilirler ve genellikle uykularında rüya görmezler.

XL. BÖLÜM

ORGAN DİYALEKTİ VE RÜYALAR

XI. ORGAN DİYALEKTİ VE RÜYALAR

Hastanın, tedavi olmanın onun üstünlük amacını tehlikeye düşüreceğini hissettiği vakalarda bir başlangıç yapmak çoğu zaman güçtür. Bununla ilgili bir vakam, evli, yirmi beş yaşında ve kaygı nevrozlu bir kadınınki olmuştu. İlk görüşmemde ondan yanımdaki iskemleye oturmasını istedim ve o gidip odanın öbür yanında oturdu.

Onun şiddetli kaygı nöbetleri kocası eve geç kaldığı zaman meydana geliyordu. Aile yaşamında kendisini kısıtlanmış hissetmişti ve ona aşırı hoşgörüyle davranan ilk kişi kocası olmuştu, ama şimdi onun iş zorunlulukları kendisini karısına daha çok adamasına olanak vermiyordu. Hastam yalnızca kocasına bağlanmak ve herkesi dışlamak istiyordu ve kaygı nevrozunun gelişmesiyle kocasının işini engelliyordu. Hiç kimse ondan bir şey isteyemezdi ve kocası boyun eğmeliydi, ama o bu başarıyı çok acı verici kaygılarla ödemişti ve kocası gelip beni görmesi konusunda onu ikna edebilmişti.

Doğal olarak, durum bir açmazdı. Bana gelmeden önce benim onun için bir tehlike olduğumu hissetti ve tutumunu iskemleye karşı olan davranışında sembolize etti. Eğer onu nevrozundan kurtarırsam, kocasının karşısına çıkmak için elinde hiçbir silahı olmayacaktı.

1. AŞIRI ELEŞTİRİCİ BİR EV KADINI

Buna benzer başka bir vaka, çok rekabetçi bir ailenin en küçük çocuğu olan evli bir kadının vakasıydı. Ailenin en aşağı konumundaki üyesi olarak onunla alay edilmiş ve aşağılanmıştı ve başka insanların haklı olmadıklarını kanıtlamanın dışında, bir kız olarak bu talihsiz durumu dengeleyebilmenin bir yolunu bulamamıştı. Bu alışkanlık ona "yargıç" takma adını kazandırdı.

Evlendiği zaman, evli olan ablalarından öç almanın zamanı artık gelmişti. Kocasına âşık değildi, ama mutlu bir evlilik yapma yeteneği olduğunu kanıtlayamadığı takdirde hor görüleceğinden korkuyordu. Üç çocuğu olmasına karşın, kendisini hiçbir zaman başkalarıyla eşit hissetmiyor ve bu nedenle topluma karşı kendisini kabalık, kibir ve kınamayla savunuyordu. Bu gibi bir davranış çoğunlukla düş kırıklığına karış nevrotik bir savunmadan başka bir şey değildir ve bunun kalıtımsal psikopatik koşulların bir sonucu olduğunu söylemek tümüyle yanlış bir yargıdır.

Ev bakımı sanatında en büyük ablasına erişemeyeceğinden kesinlikle emindi ve evlendikleri zaman kocası onun da ablası kadar düzenli olup olmadığını sormakla hata yapmıştı. Bu, ondaki duyarlı bir noktaya dokunmuştu ve ondan sonra o ev bakımından kaçınmak ya da hafifletici nedenlere sığınarak bu konuda başarılı olmak istemedi. Bunu bir tür zorlanımlı nevroz izledi; bu, bakım ve titizlik can sıkıcı ve zaman kaybı olana dek kendisini örtülere ve yıkama işine verme şeklini aldı. Bu iş başka bir şey yapmak için ona zaman bırakmadığından, eğer evlilik mutsuz bir şekilde gelişecek olursa mazereti hazırdı.

Kendisini korumak için nevrotiklerin sıkça başvurdukları başka bir hilesi daha vardı; insanları İsa peygambere benzemeleri ya da benzememeleri bakımından yargılıyordu. Böylelikle, herhangi bir kimseyi hayran olmak için yücelttikten

sonra onda hatalar bulmak, onun İsa peygambere benzer bir tip olmadığını kanıtlamak, sonra da onu bir kenara fırlatıp atmak bu kadın için kolay bir şeydi. Bu savunmayı tedavi için gittiği birçok doktora karşı kullandı ve anlaşıldığı takdirde son doğanın aşağılık konumuna "geri itileceği" prototip duygusundan ötürü onların çabalarını boşa çıkardı. Bu nedenle doktorların yanıldıklarını kanıtlamalıydı; her zaman onların fikirlerine karşı çıkmaya çalıştı; sürekli olarak kaygılı ve şikâyetçi olduğundan doktorlar konuşamaz oldular ve konsültasyonlar yarar sağlamadan geçti.

* * *

Birçok vakada gördüğümüz gibi, organik fonksiyonlara egemen olan yaşam tarzıdır. Bu durum, dikkati çekecek ölçüde akciğer, kalp, mide, salgı organları ve cinsel organlarda böyledir. Bu fonksiyonlardaki bir bozukluk bireyin amacına ulaşmak için tuttuğu yolun yönünü gösterir. Ben bu rahatsızlıkları organ diyalekti ya da organ dili olarak adlandırırım, çünkü organlar kendilerine özgü bir dille bireysel bütünlüğün niyetini açığa vururlar.

Cinsel organların diyalekti özellikle anlamlıdır ve çoğu zaman bunlar hastanın doktora gitmesine neden olur. Bu vakalardan her birinin kendisine özgü bir özelliği vardır, ama bunların neredeyse hepsinde hasta cinsel işlevde bir bozukluk, yaşamın üç sorunu karşısında bir duraklama, kararsızlık ya da kaçış ifade etmektedir. Hasta kendisine ne dereceye kadar kısmi cinsel doyumlar sağlıyor olsa da, bunlar gerçek sorundan kaçış niteliğindedir ve normal bir ifade için geride kalan dışlanmalıdır. Bu yolla iktidarsızlığın çeşitli türleri, isteksizlik ve başka kişilerle ilişkilerde eğitim yokluğu ortak köküne göre izlenebilir. Bu, cinsel semptomları geçici olarak dikkat dışı bıraktığımız ve hastanın toplumsal ilişkilerinin doğasını incelediğimizde her zaman ko-

laylıkla görülebilir. Belirli işlevsel başarısızlıklarla ilgili bildiğim vakaların pek çoğunda, hastalar evlilik sorunuyla karşı karşıya kalmışlardı. Erken boşalma kendi anlamı içinde çok değişkenlik gösterir, ama onun bencil bir kişilik ve iktidarsızlık duygusu işareti olduğunu anladım ve bu, değişmez bir biçimde, çok kötü bir sosyal uyumla birlikte bulunur. Boşalmada başarısızlık, genellikle çocukların olası rekabetinden ötürü, çocuğu olmasından korkan bencil erkeklerde görülür.

Bireysel Psikoloji'den herhangi bir şey anlamış hiç kimse bunlara benzer vakaları, sanki ahlaki bir tutum takınarak iyilik yapabilirmişiz gibi, hastaları kullandığım sözcüklerle paylayarak tedavi etme girişiminde bulunmazdı. Hasta, dinlemekten hoşlandığı ve anlamak istediği bir duygu ortamına taşınmalıdır. Ancak ondan sonra anladığını yaşaması için ona etki yapılabilir.

Aynı diyalekt kadınlarda vajinismus olarak ortaya çıkar. Bu, başka semptomlarla birlikte kadının belli bir erkek ya da genel olarak erkeklerden tiksinmesi anlamını taşıyan erkekten kaçınmadır. Bu aktif kaçınmanın yanı sıra, cinselliği reddetme, cinsel soğukluk ve eylemsizliğin sergilendiği, pasif türler de vardır. Bu fonksiyon yokluğu, olay yalnızca erkeğin işiymiş gibi, kadının zihninde cinsel ilişkide o yokmuş anlayışını yansıtır. Cinsel soğuklukla ilgili tüm vakalarda, kadın tarafından dişinin rolünün bir aşağılanma ve kısıtlanma rolü olarak hissedildiğini anladım. Bunun cinsel yaşamdan ayrı tutulması ve doğruluğunun kesin olarak saptanması önemlidir.

2. BİR KIZIN BABASINDAN ÖÇ ALMASI

Aşırı şımartılmış hırslı kızlar cinsel ilişkiler yönünden özgüveni kolayca yitirebilirler. Bu, tedavi ettiğim çok güzel bir kızın vakasıydı; ailenin en küçüğüydü, herkes tarafından,

özellikle babası ikinci kez evlenene dek onun tarafından şımartılmıştı. Babasının ikinci kez evlenmesi onun özgüvenini sarstı. Bir üvey anne için kocasının çocuklarının düşmanlığını harekete geçirmeden onlarla ilgili olarak yerini alması çok güçtür. Başkalarının bu konudaki deneyiminin ne olduğunu bilmiyorum, ama bu durumlarda en büyük güçlüğü kızların çıkardığını ve ilk fırsatta öç alırcasına cinsel ilişkilere başladıklarını öğrendim. Onlar, durumun tüm güçlüğünü hissedecek kadar zeki ve duyarlıysalar, her iki tarafta da âşk olmadığının bilincindedirler ve çoğunlukla cinsel yönden duygusuzlaşırlar ve evlilikten kaçarlar; benim hastamın vakası da böyleydi. Bu kızın cinsel ilişkilere tümüyle karşı olduğunu düşünecek olursak, onun neden hâlâ cinsel ilişkilere girmeyi sürdürdüğünü sorgulamalıyız. Babası tarafından terk edilmiş olmanın anısı, onu babası gibi şımartmayan bir âşıkla olan bir deneyimi ve tüm bunlara ek olarak, aşkta fiziksel doyum olmadan istenilmeyen bir hamilelik ve çocuk aldırmakla ilgili tüyler ürpertici deneyimleri vardı. Tüm bu dezavantajların karşısında, onun babasından öç alma gizli duygusundan başka hiçbir şeyi yoktu.

Birey, evliliği dışlayan, sosyal ilişkilere ya da çalışmaya uyum sağlayamamış, doyurucu olmayan böyle bir yaşama asla uyum sağlayamaz. Olacak olan, çıkabilecek her gerçek sorun karşısında şiddetlenen sürekli bir gerilim durumudur ve bu çoğunlukla baş ağrısı ve yorgunluk olarak görünür.

Hastam şöyle bir rüya gördü: "İsa peygamber bana göründü ve beni onunla birlikte cennete gitmeye davet etti; benim oradaki görevim tüm öteki insanları eğlendirmek olacaktı. Eğer bunu yapmayı kabul etmezsem cehenneme gidecektim. Sonra kendimi cennette buldum ve Anatole France'ın taşlamasındaki penguenlere benzeyen birçok melek, bir de eczanelerin vitrininde bulunan afişlerdeki, sakalını kesen adama benzeyen ve onun gibi davranan Tanrı'yı gördüm. Büyük bir umutsuzluk duydum ve kaçmak istedim."

Bu rüyayı kızın genel gelişme çizgisine bağlamazsak onu yorumlamak güçtür; gerçekten de, onun geçmişinden ve bunu içeren hareket çizgisinden kendisini sürekli olarak zehirlemeye çalıştığı duygusal anlayışın ne olduğunu tahmin edemezsek, bu rüyadan hiçbir anlam çıkaramayız. Bu, ondan erdem isteyen babasına karşı öç almakla motive edilmiş, erdemi reddetme ve ciddi bir ahlak bozukluğuna yönelme fikriydi. Rüyanın bu temel fikriyle birlikte hastanın yaptığı her şeyi kavradıktan sonra, rüyayı şu şekilde yorumlamaya başlayabiliriz: "Başka insanları eğlendirmek" onun kadınsı rolünün aşağılanması kavramına eşdeğerdir ve o bunu yalnızca erkeklerin bir eğlencesi olarak görür. İsa peygamber ona evlenme teklif eden çok ciddi ve bencil olmayan bir kişiliğin, onun için en üst konumda olan erkeğin simgesidir. İsa peygamber ona şöyle demiştir: "Seni mutlu etmek için kendimi feda etmek istiyorum." Cennet, bu nedenle, İsa peygamberin evlilikte ona söz verdiği cennettir. Ama görmüş olduğumuz gibi, o evlilikte yenilgiden korkmaktadır, bu nedenle evlilik yaşamının çekici görünmesine, ulaşmak için çok yüksekte bulunan üzümlerin ekşi olmasından kuşkulanılması gerektiği ilkesi nedeniyle, izin verilmemelidir. Bu nedenle rüyasında, küçük köyündeki adam ona, Viyanalı taşlamacı *Nestroy*'un şunları yazdığı zamanki düşünceli ruh halindeki gibi göründü: "Erkek dediğin nedir ki? Uyanır, tıraş olur ve yeniden uyumaya gider!"

3. EVLİLİĞE KARŞI ÖNLEM OLARAK DEPRESYON

On bir kız ve erkek kardeşin en küçüğü, çok şımartılmış ve bu oranda hırslı bir kızın evlilik üzümlerini ekşi yapmak için başka bir yolu vardı. Onun birkaç kez cinsel ilişkisi olmuştu, ama bu yalnızca evli erkeklerleydi. Eğer bir kız evli erkeklerle başlarsa her zaman kuşkulanırım, çünkü güçlüklerin daha büyük olduğu bellidir; pratik olmayan bir

seçim, aşkın denetlenemez gücü üzerinde ısrar ederek basitçe açıklanarak geçiştirilemez. Bu vakada, hastanın şımartılarak yetiştirilmesi sonucu gözünün korktuğunu ve iki ablasının evliliklerinin mutlu olması ve onları geçmeyi başaramamak korkusundan ötürü onun evlilik konusunda özellikle sinirli olduğunu anlamak kolaydı. Bunun her zaman bilincindeydi, ama birbiri ardından gelen evlilik dışı ilişkileri içinde ne yaptığının pek farkında değildi. Eğer âşıklarından biri karısından boşanmayı ve onunla evlenmeyi isterse, o aşığını bırakırdı – doğal olarak, üzüntülü ve biraz ağlayarak, ama genellikle adamın onun yakın bir arkadaşı olan zavallı karısından ötürü her zaman kesin kararlı. Kısa bir süre sonra başka bir gönül serüveninin başlamasıyla depresyon sona erdi, ama sonunda, bu koşullardaki başka bir evlilik dışı ilişkinin bitişinden sonra, aylarca süren bir melankoliye kapıldı.

Beni görmeye bundan sonra geldi: Otuz altı yaşındaydı, onu çok şımartan karısı ölmüş erkek kardeşiyle birlikte yaşıyordu. Ama beraberliklerinin ilk ayında kardeşi yeniden evlenmekten söz etmişti ve onun da evlenmesini önermişti. Bu istenilmeyen olasılığın karşısında ve bir ilişkiye son vermek zorunda kaldığı sırada, hastalığı "bir taşla iki kuş vurmak!" için bir düzenlemeydi. Bu, onunla daha çok ilgilenmesi için kardeşine yaptığı bir uyarı, yeni ve daha tehlikeli sonuçlarından ötürü başka bir adamla başlamaması için kendisine verdiği bir dersti.

Uyuma, başka türlü bir uyanık kalmadır. Doğal olarak, uyanık kalmanın, uyumanın bir değişkeni olduğunu söylerken de aynen haklıyızdır; gerçek şudur ki, psikolojik ya da biyolojik olarak bunları anlamamız için, bunların birbirlerinin aksi durumlar olduğu görüşünden vazgeçmeliyiz. Biyolojik olarak ele alındığında, uyku yalnızca organizmanın çevresiyle ilişkisini kısmen kesmesi ve onun fonksiyonel aktivitesinin azalmasıdır. Uykudayken dokunma, işitme ve

düşünme yoluyla dikkatimiz gerçeklerle olan ilişkiyi bir miktar sürdürür, ama onların arasındaki bağların büyük bir bölümünü dışta bırakırız. Yataktaki hareketlerimizin sınırlarının farkındayızdır ve yere düşmeyiz. Bizi uyandıracak derecede önemli bazı sesleri seçeriz ve ötekilerine aldırmayız, hatta kendimizi önceden saptanmış saatlerde uyandırabiliriz. Uykunun dışta tutmadığı tüm bu aktiviteler, çoğunlukla hemen hemen biraz daha bilinçlilikle, uyanık durumda da yapılır.

Hipnotizma da uyanık kalmanın başka bir türüdür, ama hipnotizma, farklı bir dizi aktiviteyi dışta tutarak uykudan ayrılır. Hipnotize olmuş süje (itiraf etse de etmese de) sırf hipnotizmacının emirlerine uymayı önceden kabul ederek, hipnotizmacının ondan dışlamasını istediği her şeyi dışta tutar. Bu nedenle hipnotizma, emir üzerine uyuma olarak adlandırılır. Hipnotizmadan ayrı olarak, özellikle çocuklar arasında, emir üzerine uyuma yaygındır. Bu nedenle, hipnotizma çok büyük bir boyun eğmenin kanıtıdır. Çoğu zaman hipnotizmaya tıbbi ya da ruhsal tedavinin doğru kabul edilebilir bir yöntemi olduğu gözüyle bakılır, ama Bireysel Psikologlar başarılı bir tedavinin aslının artmış bir cesaret ve özdenetim olduğunu bildiklerinden, doğal olarak hipnotizmadan kaçınırlar. Bir hasta, denetimi bir başkasına terk ederek değil, bu nitelikleri kendisi kullanarak onları sınamalıdır. Hipnotizmayla tedavi yöntemlerinden sonra sık görülen başarısızlıklar, hipnoz sırasında beklenmedik bir biçimde telkin saldırısına uğramış olan hastanın öç almasıdır.

Hipnozun, kalıcı bir yararla birlikte olmamasına karşın, bazı semptomları ortadan kaldırabilmesi ya da hafifletebilmesi gerçeğinde şaşılacak bir şey yoktur. Hastanın büyülü ya da yarı dinsel bir ışık altında baktığı, bunun birçok telkin edici yöntem için de doğru olduğunu daha önce belirtmiştim, ama bu yöntemler yaşama daha iyi bir uyumu öğretmezler. Onların geçici sakinleştirici etkileri vardır ve apop-

leksi*, frengi ve multiple skelerozun** yan etkileri gibi bazı organik hastalıklarla gelen nevrotik semptomları azaltmakta çok etkin oldukları görülür. **Ludwig Stein**'in gösterdiği gibi, hemen hemen tüm organik hastalıklar gerekli olandan daha çok semptom üretirler. Bu sinirsel komplikasyonlar en iyi olarak Bireysel Psikoloji yöntemiyle tedavi edilir; Bireysel Psikoloji akciğer iltihabı ya da kalp hastalığını tedavi edememesine karşın, hastayı yüreklendirerek bu koşulları büyük ölçüde hafifletebilir.

Bizim özel rüya yorumlama yöntemimiz, uyanık kalma ve uyuma yaşamının bu birliğinin tanınması üzerine kurulmuştur. Bu, **Lichtenberg** ve Freud'un, rüyaların her zaman rüyayı görenin uyanık yaşamında hiçbir zaman tanımadığı hayati sorunların işaretlerini içermesiyle ilgili değerli buluşlarından sonra gelen bir ilerlemedir; çalışmamız bu buluşmaları yeterince doğrular. Ama rüya, uyanık yaşamda gerçekleştirilmemiş istekler için yalnızca ikame edici bir doyum değildir – özellikle Freud'un "bebeksi cinsel arzular"ında. Rüya, geçmişten çok gelecekle daha güçlü bir biçimde ilişkili, tüm yaşam tarzının bir işlevidir – bu gerçek, eski çağ uygarlıklarında rüyalara geçmişle değil de gelecekle ilgili bir kehanet gözüyle bakıldığında sezgi yoluyla bilinmiştir.* Rüyayı gören, yaşamın gelecekteki olayları karşısındaki tutumunu ve davranışın şekillendirmekle meşguldür; o, gündüz gerçekle ilişki kurmakla ve mantıklı düşünme yoluyla elde edilemeyecek bir duygu ve heyecan yedeği depolamaktadır. Böylelikle rüyayı gören, kendi üstünlük amacının peşinden giderken karşılaşmayı beklediği sorunlarda ona destek olması ve sağdu-

* ***apopleksi:*** Beyin kanaması, damar tıkanması vb. gibi nedenlerden ortaya çıkan ve ani, akut bir bilinç kaybı ile vücudun çeşitli kısımlarındaki motor felciyle kendini gösteren bir hastalık. (a.g.e, s. 81) (Ed. n.)

** ***multiple skleroz:*** Beyindeki ve omurilikteki beyaz maddeyi örten miyelin tabakasının erozyona uğraması sonucunda genç erişkinlik veya ortayaş döneminde ortaya çıkan ve erkeklere oranla kadınlarda daha sık rastlanan kronik ilerlemeli bir merkezi sinir sistemi hastalığı. (a.g.e., s. 523) (Ed. n.)

yunun taleplerine göre değil de, onları istediği şekilde çözmesi için mantıktan yoksun bir tür güç biriktirir.

Bu nedenle, uyanık yaşam tutarlı bir biçimde kavrandığı zaman, rüyalarda uyanık yaşamda tezahür etmiş olanların tarzındakilerden başka eğilimleri ya da hareketleri hiçbir zaman bulamayız. Onları sanki bireyin varlığının birbirine düşman iki parçasıymış gibi, "bilinçliliği", "bilinçsizliğin" karşıtı olarak göremeyiz. Bilinçli yaşam, onu anlamaya başlamamızla birlikte bilinçdışı olmuştur – ve bilinçdışı bir eğilimi anlamaya başlamamızla birlikte o artık bilinçlidir.

Rüyayı gören, bir sorunun mecaz olarak ifade edilmesiyle onu çözmeye doğru giden yolu döşemeye çalışır; bu, kendi başına, rüyayı görenin bunu sağduyuyla çözmekte kendisini yeterli hissetmediğinin bir işaretidir. Kişinin durumunun mecazi bir kavramı, ondan kurtuluşunun bir yoludur ve bu hemen hemen her türlü pratik eylemi desteklemek için kullanılabilir. Buna en iyi örnek, başarı duyguları ve heyecanları yaratan rüyalardır, çünkü onlar toplumsal yaşamın mantığına tümüyle direnen bir tür sarhoşluk yaratırlar. Doğal olarak, rüyayı gören onun ne olduğuyla ilgili olarak kendi mecazını tanımaz. Eğer bunu anlamış olsaydı, bu, mecazın amacı için etkisiz olurdu. Bu aslında, rüyayı görenin kendi bireysel amacının çıkarı için bir öz-aldatıdır. Bu nedenle, bireysel amaç gerçekle ne kadar uyum içindeyse, kişinin o kadar az rüya gördüğünü varsaymalıyız; çok cesur kişilerin nadiren rüya gördükleri bunu gösterir, çünkü onlar gün içindeki durumlarıyla etkin bir biçimde uğraşırlar.

Doğal olarak, sorunlu vakalar vardır. Rüyaların yokluğu, daha sonra onların yalnızca içeriklerinin olmadığını ortaya koyabilir, bu rüyalar tümüyle unutulmuşlardır ve geriye yalnızca duygular kalmıştır. Bu yalnızca öz-aldatıcı süreçte bir adım ötesidir ve rüya görme onun fonksiyonlarından biridir ve amacı bireyin rüyalarından bir içgörü kazanmasını engellemektir. Ya da rüyaların yokluğu, hastanın nevrozunda bir

durma noktasına gelmiş olduğunun ve değişmesini istemediği nevrotik bir konum oluşturduğunun işareti olabilir. Kısa rüyalar, mevcut nitelikleri nedeniyle, rüya görenin onlarla bireysel yaşam tarzı arasında "kestirme bir yol" bulmak istediğini gösterir. Çok uzun ya da karmaşık olan rüyalar yaşamlarında aşırı güvenlik arayan hastalar tarafından görülür ve genellikle kararsızlık ve öz-aldatı iyi bir sonuç vermeyebilir kuşkusuyla, hasta tarafından öz-aldatının bile ertelenmek istendiğini belirtir. Yaşam tarzı en iyi biçimde çoğunlukla tekrarlanan ya da uzun yıllar bellekte kalmış olan rüyalarla gösterilmiştir.

Rüyalarda yararlandığımız öz-aldatı yöntemleri yalnızca kıyaslamaların, mecazların ve sembollerin kötüye kullanılmayan bir bölümünün görünür bir duruma gelmesine kadar daraltma ya da küçültme eğiliminde de görülür – bir bütün olarak aynı standartlarla yargılanamayacak bir bölüm. Örneğin, hayati bir sorun ve zorunlu bir kararla ilgili bir rüya, önemsiz bir okul sınavı şeklinde görülebilir.

4. UYANIK YAŞAMDA VE RÜYADA KARISINA KARŞI ANTAGONİZMA

Rüyaların önemli bir rol oynadığı bir vaka, sekiz yıldır evli, iki çocuk sahibi, ama karısından ötürü düş kırıklığına uğramış bir adamın vakasıydı. Onun karısından en büyük yakınması çocuklarla yeterince ilgilenmemesiydi. Evlilikte çocuklara karşı göreve yapılan vurgu, her zaman partnerle derinde yatan bir uyuşmazlığın işaretidir. Bu adam karısının çocukları ihmal etmesi konusunda haklı ya da haksız olsun, eleştirisini daha derin bir kınamayı ifade etmek için kullandı ve bunu ona karşı bir kale gibi savundu. Bu, onun davranışının başka ayrıntılarından da belliydi; davranışı, çocuklardan başka konularda da karısının yönteminden kaygılandığını gösteriyordu; örneğin, onun evi çekip çevirmesi gibi. Ada-

mın antogonizmasının gerçek kaynağı, karısının onunla aşk için evlenmemiş olmasıydı ve o bunun kanıtını karısının frijid olması gerçeğinde buldu. Uzun süren cinsel soğukluğun kocayı en yüksek derecede küstürdüğünü ve her iki partneri de sinirlendirdiğini her zaman görmüşümdür. O, karısını kınamasının gerçek ve utanç verici nedeni yerine, onun suçuna dair güçlü bir kanıt ele geçirmek amacıyla çocuklarla ilgili bu abartılmış korkuyu yarattı ve bunun sonucunda baş ağrıları çalışma isteksizliği nedeniyle bana geldi. Çocukluğunda annesi tarafından hor görülmüş olduğundan, boşanacak ya da başka bir kadın arayacak kadar yürekli değildi.

Bu adam aşırı kıskançlaştı ve kadınlara karşı tüm inancını yitirdi. Bir gece şöyle bir rüya gördü: "Bir kentin sokaklarındaki bir savaşın içindeydim ve silahlı çatışmaların ve alevlerin arasından çok sayıda kadın bir patlamayla havaya saçıldı." Hastam bunun sonrasında, tedavi bunu anlamasına yardımcı olana dek, bu görüntüyü anımsayarak pişmanlık duydu ve çok üzüldü. Bu görüntü onun evlilik sorunu tutumuna uyuyordu, çünkü bu rüyada öfkesini kadınların tümüyle yok oluşunu zihninde canlandırarak gideriyordu, ama bunu yadsımak zorundaydı, çünkü toplumsal duygu ve sevecenlikten yoksun değildi. Sonradan oluşan bu sevecenlik dolu düşüncenin karısına karşı aldığı her günkü tavrı korumasına nasıl yardımcı olduğunu anlayabiliriz– o karısına karşı hiç de kızgın değildi, yalnızca çocuklarından kaygılıydı. Onun rüyasının yapısını şu şekilde çözümledim: Adam, savaş anılarından bazı korkunç resimler seçti –biz buna adapte edilmiş düşünce seçimi deriz– sonra cinsiyetler arası ilişkileri bu tür bir savaşla kıyasladı. Bu yolla, hastam cinsiyetler arası tüm sorunları savaşın küçük bir bölümüne –bir çatışmaya– indirgedi ve çok daha önemli faktörleri dikkate almadı. Korkusundan kurtulduğu, öz-aldatısı ve kendi kendini sarhoş edişi ona açıklandığı ve onun tarafından anlaşıldığı zaman sakinleşti ve baş ağrıları geçti, ama karısıyla uzlaş-

mak istemedi. Sonra başka bir rüya gördü: "En küçük çocuğum kaybolmuştu ve bir daha bulunamadı." Bildiğimiz gibi onun iki çocuğu vardı, ama o hem rüya sırasında hem de uyandıktan sonra çok korkmuştu.

Bu hastanın karısına karşı serzeniş nedeni her zaman karısının çocukları ihmal etmesi olmuştu. Bu nedenle, eğer üçüncü bir çocuğun kaybolmasını hayal ederse, başka bir çocuk yapmamak ve böylelikle tehlikeyi artırmamak için bu bir uyarı olurdu. Bu dolambaçlı yol aracılığıyla, karısıyla arasını düzeltmekten kaçınabilirdi. Yine, adapte edilmiş bir fikrin seçiminin onun bir kıyaslama yapmasına nasıl yardımcı olduğunu görüyoruz; bu, çocukların eğitimi ve korunması sorununun tümüyle onun bir ayrıntısı durumuna indirgemektedir. Böyle olmakla birlikte, çok dikkatli bir psikolog, üçüncü çocuğun hayali seçiminde, uzlaşmaya doğru giden bir hareketin başlangıcını görebilir. Çünkü hasta, başka bir çocuk olasılığına göz kırpmış, ama "karım iki çocuk için yeterince dikkatli olabilir, yalnız üç çocuk için kesinlikle olamaz," diyerek geri çekilmiştir.

* * *

Rüyalardaki öz-aldatı çoğunlukla uyanık durumda geri izlenebilir; bir keresinde bu gerçekle ilgili ilginç bir kanıtım olmuştu. Viyana'yı tam terk edeceğim sırada eski bir hastam telefon etti ve benden hasta olan karısını görmemi istedi. Hastam iki hekimle görüşmüştü, ama her ikisi de ateşin seyrinin ne olduğuna karar verememişti. Acelem vardı, organik hastalıklarda uzman olmadığımı söyleyerek bağışlanmayı istedim, ama sonunda eski hastamın dayatmasına karşı koyamadım. Hastanın tifüs olduğunu gördüm ve bu vakalarda becerikli olan bir danışmanı tavsiye ettim. O, başka hiçbir hekimin ona söyleyeceklerimden daha fazlasını söyleyemeyeceğinde ısrar etti, ben de Viyana'ya döner dönmez kendisini

bir dost olarak ziyaret etme sözü vererek yakamı güçlükle kurtardım. O hâlâ, "Ama o bana sizin söylemiş olduklarınızdan daha fazlasını söyleyemez." diyordu. Sonunda, uzmanı çağırma konusunda onu ikna ettim ve oradan ayrıldım. Birkaç hafta sonra onu ziyaret etmek için geri döndüğüm zaman karısı iyileşmekteydi ve bana tavsiye ettiğim doktordan çok memnun kaldığını söyledi. Sonra, çok olumlu bir ses tonuyla şöyle dedi: "Biliyorsunuz, geldiğiniz zaman Dr. W.'nin o sabah öldüğünü söylediniz."

Ona böyle bir şey söylememiş olduğum için bunun doğruluğunu kabul etmedim. Bu haberi Viyana'dan ayrıldığım ertesi gün tatilim sırasında okumuştum. Ama, o buna inanmıyordu ve Dr. W.'nin ölümünden söz etmiş olduğum konusunda azimle dayattı. Ona, neye dayanarak bunu söylemiş olduğumu sorduğumda, beni şöyle yanıtladı: "Ama bunu yapmış olmanız gerekir. Çünkü, ertesi gün karımı görmek üzere danışmana geldiğinde, orada bulunan herkesi selamladıktan hemen sonra doktorlara döndü ve: 'Dostum Dr. W.'nin öldüğünü biliyor muydunuz?' dedi. 'Evet.' diyerek araya girdim, 'Dr. Adler dün söyledi.' Uzman şaşırmış göründü ve 'Dr. Adler'i iyi tanırım, ama kehanet yeteneğiyle kutsanmış olduğunu bilmiyordum.' dedi. Bunda bir yanlışlık olmalı, acaba bana bunu açıklayabilir misiniz?" dedi.

Bunu açıklamak o kadar güç değildi. Bu adamın bana olan inancı neredeyse sonsuzdu ve ayrılmamdan önce onu gördüğümde bana tekrar tekrar, "Uzman sizin bana söylediğinizden başka bir şey söyleyemez." demişti. Kendisini bu fikirle sarhoş etmişti ve yeni doktoru, o ne söylerse söylesin, benim bunu kendisine daha önce söylediğim bir şey olduğunun duygusal kararlılığı içinde karşılamıştı. Böylelikle uzmandan ilk kez duyduğu haberi kendiliğinden, kesinlikle ve kusursuz bir öz-aldatıyla bana yükledi.

KAYNAKÇA*

Alfred Adler'in İngilizce kitapları:

Study of organ inferiority and its psychical compensation: A contribition to clinical medicine (Organ eksikliği ve bunun ruhsal dengelenmesinin incelenmesi: Klinik tıbba bir katkı) (1907). Çev. S. E. Jilliffe. New York: Nervous and Mental Disease Publ. Co. x+86 Sayfa.

The neurotic constitution: Outline of a comparative individualistic psychology and psychotherapy (Nevrotik yapı: Karşılaştırmalı bireysel psikoloji ve psikoterapinin ana hattı) (1912). Çev. B. Glueck ve J. E. Lind. New York: Moffat, Yard, 1917. Xxiii+456 Sayfa. Adler'in temel psikolojik çalışması; kolaylıkla okunabilir değildir.

The practice and theory of Individual Psychology (Bireysel Psikoloji'nin uygulaması ve kuramı) (1920). Çev. P. Radin. Paterson, N. J.: Littlefield, Adams, 1959. viii+352 Sayfa. 28 adet bildiriden oluşan, 1909-1920 yılları arasında yayımlanmış önemli derleme.

Understanding human nature (İnsan doğasını anlamak) (1927). Çev. W. B. Wolfe. New York: Premier Books, 1957. 224 Sayfa. Erişkin eğitim dinleyicilerine verilen konferanslara dayalıdır.

The case of Miss R.: The interpretation of a life story (Bayan R.'nin vakası: Bir yaşam öyküsünün yorumu) (1928). Çev. Eleanore ve F. Jensen. New York: Greenberg, 1929. xxii+306 Sayfa.

Problems of Neurosis; a book of case studies (Nevroz sorunları; vakalar kitabı) (1929). Editör: P. Mairet, Önsöz: H.L. Ansbacher. New York: Harper Torchbooks, 1964. xxvi+180 Sayfa. 37 adet vaka sunulmakta, Adlerci kuram ve terapi sisteminin belirgin özellikleri kapsanmaktadır.

*Heinz L. Ansbacher tarafından 1967'de gözden geçirildi.

The science of living (Yaşama bilimi). Önsöz: P. Mairet. New York: Greenberg, 1929. 264 Sayfa. Özellikle yaşam tarzı, aşağılık ve üstünlük kompleksleri, ilk anımsamalar ve rüyalarla ilgili bölümler içermektedir.

The education of children (Çocukların eğitimi). Çev. Eleanore ve F. Jensen. New York: Greenberg, 1930. Ailenin konumu, okul sorunları, ergenlik, ebeveynlerin eğitilmesini içermektedir.

The pattern of life (Yaşam biçimi). Editör: W. B. Wolfe. New York: Cosmopolitan Books, 1930, 273 Sayfa. Adler'in New York'taki Sosyal Araştırma İçin Yeni Okul Kliniğine, onun 1929 konferans döneminde getirilmiş on iki adet vaka.

The problem child: The life style of the difficult child as analyzed in specific cases (Sorun çocuk: Belirli vakalarda analiz edildiği gibi güç çocuğun yaşam tarzı) (1930). Fransızcadan çeviren: G. Daniels. Önsöz: K. A. Adler. New York: Capricorn Books, 1963. Xvii+172 Sayfa. 22 çocukla, onların ebeveynleri ve öğretmenleriyle yapılan görüşmeler ve vaka analizleri.

What life should mean to you? (Yaşam size ne ifade etmelidir?) (1931) Editör: A. Porter. New York: Capricorn Books, 1958. 300 Sayfa. Başka konuların yanı sıra, yaşamın anlamı, zihin ve beden, suç ve suçun önlenmesi hakkında bölümler içeren iyi bir genel giriş.

Social interest: A challange to mankind (Toplumsal ilgi: İnsanoğlunun önündeki savaşım) (1933). Çev. J. Linton ve R. Vaughan. New York: Capricorn Books, 1964. 313 Sayfa. Adler'in en son ve en ileri görüşlerinin sunuluşu.

The Individual Psychology of Alfred Adler: A systematic presentation in selections from his writings (Alfred Adler'in Bireysel Psikolojisi: Yazılarından seçmelerin sistematik bir sunumu) Editörler: H.L. ve Rowena R. Ansbacher. New York: Basic Books, 1956; Harper Torchbooks, 1964. xxiii+503 Sayfa. "Adler'in bir ders kitabına eş değerdedir."

Superiority and social interest: A collection of later writings (Üstünlük ve toplumsal ilgi: Son yazılarının bir derlemesi). Editörler: H.L. ve Rowena Ansbacher. Evanston, III.: Northwestern University Press, 1964. xxi+432 Sayfa. Seçilmiş 21 yazıdan 9'u ilk kez burada çevrilmiştir. Adler'in din hakkındaki denemesini, bir yaşam öyküsünü ve onun yazılarının neredeyse tamamının kaynakçasını içermektedir.

Adler'in Yaşam Öyküleri

Bottome, Phyllis. Alfred Adler: A portrait from life (Alfred Adler: Yaşamdan bir portre). New York: Vanguard, 1957.

Furtmüller, C. Alfred Adler: Biyografik bir deneme. In A. Adler, *Superiority and social interest* (Üstünlük ve toplumsal ilgi). Evanston, III.: Nortwestern University Press, 1964. 311-393 Sayfalar.

Orgler, Hertha, *Alfred Adler: The man and his work* (Alfred Adler: Kendisi ve çalışması). New York: Liverright, 1963; Capricorn Books, 1965.

Başkalarının Konuyla İlgili Çağdaş Kitapları

Adler, Alexandra, *Guiding human misfits* (Uyumsuz kişilere rehberlik yapma). New York: Philosophical Library, 1948.

Adler, K.A. ve Deutsch, Danica (Editörler) *Essays in Individual Psychology: Contemporary application of Alfred Adler's theories* (Bireysel Psikoloji'de Denemeler: Alfred Adler'in kuramlarının çağdaş uygulaması). New York: Grove Press, 1959.

Beecher, Marguerite ve W. *Parents on the run* (Bozguna uğramış ebeveynler). New York: Julian Press, 1955. Agora Softback. 1966.

Beecher, W. ve Marguerite *Beyond success and failure: Ways to self-reliance and maturity* (Başarı ve başarısızlığın ötesinde: Kendine güvenmenin ve olgunluğun yolları). Wulian Press, 1966.

Brachfeld, O. *Inferiority feelings in the individual and the group* (Bireyde ve grupta aşağılık duyguları). New York: Grune & Stratton, 1951.

Dinkmeyer, D. ve Dreikurs, *R. Encouraging children to learn: The encouragement process* (Çocukları öğrenmeye yüreklendirme: Yüreklendirme süreci). Englewood cliffs, N. J.: Prentice-Hall, 1963.

Dreikurs, R. *The challange of parenthood* (Ebeveyn olma savaşımı). New York: Duell, Sloan & Pearce, 1948.

Dreikurs, R. *Psychology in the classroom* (Sınıftaki psikoloji). New York: Harper & Brothers, 1957.

Dreikurs, R. *Children: The challange* (Çocuklar: Savaşıma çağrı). New York: Duell, Sloan & Pearce, 1964.

Dreikurs, R. *Corsini, R. J., Lowe, R. & Sonstegard, M. Adlerian family counseling: A manual for counseling centers* (Adlerci aile danışmanlığı:

Danışma merkezleri için el kitabı). Eugene, Oregon: University of Oregon Press, 1959.

Ganz, Madelaine *The psychology of Alfred Adler and the development of the child* (Alfred Adler'in psikolojisi ve çocuğun gelişmesi). New York: Humanities Press, 1953.

Gondor, E. I. *Art and play therapy* (Sanat ve oyun terapisi). New York: Random House, 1958.

Ray, Marie B. *The importance of feeling inferior* (Aşağılık duygusunun önemi). New York: Harper & Brothers, 1957.

Way, L. *Adler's place in psychology: An exposition of Individual Psychology* (Adler'in psikolojideki yeri: Bireysel Psikoloji'nin bir açıklaması. New York: Collier Books, 1962.

Ders Kitaplarında Adler'le ilgili bölümler

Bischof, L. *J. Interpreting personality theories* (Kişilik kuramlarını yorumlama). New York: Harper & Row, 1964. "Adler", 231-266 Sayfalar.

Farberow, N. L., *ve Shneidman, E. S.* (Editörler) *The cry for help* (Yardım çığlığı). New York: McGraw-Hill, 1961. Ciltsiz. "Suicide: The Adlerian poinr of view" ("İntihar: Adlerci görüş noktası"), H. L. Ansbacher, 204-219 Sayfalar.

Ford, D.H. ve Urban, H. B. *Systems of psychotherapy* (Psikoterapi sistemleri). New York: Wiley & Sons, 1963. "Alfred Adler'in sübjektivistik Bireysel Psikoloji sistemi," 304-365 Sayfalar.

Hall, C. S. ve Lindsey, G. *Theories of personality* (Kişilik kuramları). New York: Wiley & Soons, 1957. "'Sosyal psikoloji kuramları: Adler, Fromm, Horney ve Sullivan," 114-156 Sayfalar.

Munroe, Ruth L. *Schools of psychoanalytic thought* (Psikanalitik düşünce okulları). New York: Dryden Press, 1955. "Adler, Horney, Fromm ve Sullivan." 333-536 Sayfalar.

Stein, M. I. (Editör) *Contemporary psychotherapies* (Çağdaş psikoterapiler). New York: Free Press of Glencoe, 1961. "Psikodinamiklere ve terapiye Adlerci yaklaşım," R. Dreikurs, 60-94 Sayfalar.

Wepman, J. M. ve Heine R. W. (Editörler) *Concepts of personality* (Kişilik kavramları). Chicago: Aldine Publishing Co., 1963. "Bireysel Psikoloji: Adlerci görüş noktası," R. Dreikurs, 234-256 Sayfalar.

Wolmann, B. B. *Contemporary theories and systems in psychology* (Psikolojide çağdaş kuramlar ve sistemler). new York: Harper & Brothers, 1960. "Alfred Adler: Bireysel Psikoloji," 283-298 Sayfalar.

Wolmann, B. B. ve Nagel, E. (Editörler) *Scientific psychology: Principles and approaches* (Bilimsel Psikoloji: İlkeler ve yaklaşımlar). New York: Basic Books, 1965. "Bireysel Psikoloji'nin yapısı," H. L. Ansbacher, 340-364 Sayfalar.

Woodworth, R. S. ve Sheehan, Mary R. *Contemporary schools of psychology* (Çağdaş psikoloji okulları) (3. Baskı). New York: Ronald Press, 1964. "Alfred Adler ve Bireysel Psikoloji okulu," 297-305 Sayfalar.

Dergi

Journal of Individual Psychology (Bireysel Psikoloji Dergisi). Amerikan Adlerci Psikoloji Derneği tarafından yayımlanır. H. L. Ansbacher. Editör, University of Vermont, Burlington, Vermont.

Nevrotik yaşam tarzı, şımartılmış çocuğun yaşam tarzıdır. Böyle bir kişi, katkıda bulunmaz, başkalarına yaslanır ve ondan eylemleri için sorumluluk üstlenmekten çok, sorumluluğun yönünü değiştirmesi, başka faktörleri ya da kişileri suçlaması beklenir.

Nevrotik yaşam tarzında, her zaman rakipten kuşkulanılır. Bu, genellikle ailenin bir üyesi, bazen de karşı cinsten bir kişi olabilir. Nevrozda her zaman gizli bir suçlama öğesi vardır; hasta kendisini yoksun bırakılmış hisseder. Nevrotik kişi, gizli bir öç alma arzusu ve suçlamayla, insanlarla ve kurallarla mücadele ederken, toplumsal aktiviteyi dışlayarak, doyumsuzluklarından biraz olsun kurtulur. Doyumsuzluk, nevrotik kişinin karşılaştığı genel yaşama ilişkin sorunlar, çalışma ve aşkla yüz yüze geldiği zaman hazırlıksız olması gerçeğinden kaynaklanır. Şımartılmış prototipten gelişmiş tüm nevrotik kişiler, toplumsal değeri olan herhangi bir şey yaptıktan sonra değil de, yapmadan önce takdir edilmeyi beklerler. Bu tip kişiler, "vermeden almayı", "her şeyi karşılıksız almayı", "ya hep ya hiç" demeyi severler. Sonuç çoğu kere "hiç" çıksa dahi... *Nevrotik Sorunlar*'da incelenen vakalar, başka bir deyişle, bu vaka analizleri sonunda ortaya çıkan kuram, klinik psikoloji, rehberlik, psikoterapi, sosyal çalışmalarla ilgili alanlarda eğitim gören öğrencilere ve "kendini ve başkasını tanımak" gibi sorunsalı olan herkese yardımcı olacaktır.



ISBN 975468456-1
9 789754 684568
SAY YAYINLARI

BİLİM DİZİSİ