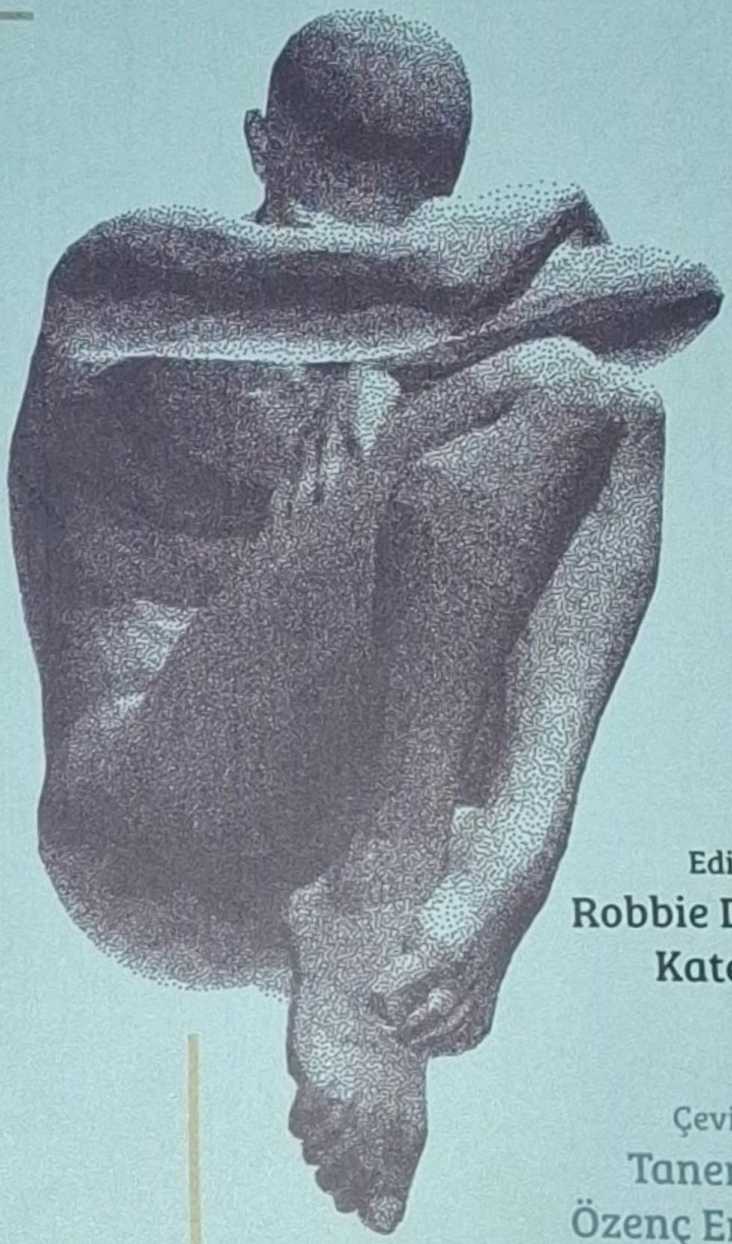
Travma ve Kayıp

John Bowlby Arşivi'nden Anahtar Metinler



Editörler:
Robbie Duschinsky
Kate White

Çevirmenler:
Taner Güvenir
Özenç Ertan Öztekin

MİNOTOR KİTAP

Bağlanma kuramının kurucusu John Bowlby, yaşamı boyunca görüşlerine karşı oluşan güçlü muhalefet nedeniyle istediği gibi yayın yapamadı. Robbie Duschinsky ve Kate White'ın titiz çalışmasıyla ortaya konan bu kitap, Wellcome Koleksiyonu'ndaki John Bowlby Arşivi'nden bazı tamamlanmış ve tamamlanmaya yakın çalışmaları gün ışığına çıkarıyor ve alana dair önemli bir ihtiyacı karşılıyor.

Bu geniş koleksiyon, Bowlby'nin çalışmalarını ilk fikirlerinden sonraki yansımalarına kadar kapsıyor. Bowlby'nin psikanalizle olan ilişkisini açıklığa kavuşturmakla da kalmayarak bağlanma kuramındaki temel kavramları ve özeleştirinin önemli anlarını detaylandırıyor.

"Bu kitap bir hazine. Yirminci yüzyılın en büyük düşünürlerinden bir ismin çığır açan düşüncelerinin daha fazlasına sahip olmak ne büyük bir hediye."

–Alan Sroufe,
Çocuk Psikolojisi Profesörü

"John Bowlby, geçen yüzyılın en cesur ve yaratıcı düşünürlerinden biriydi. İnsanlığımızın kökenlerini benzersiz şekillerde aydınlattı. Burada, onun erken bağlanma ilişkisini çevreleyen merkezi sorular hakkında nasıl düşündüğünü ve Bağlanma, Ayrılık *ve* Kayıp *üzerine ustaca yazdığı üçlemesine nasıl ulaştığını daha fazla anlama ayrıcalığına sahip olduğumuz için şanslıyız. Yayınlanmamış makalelerden oluşan bu kitap, gelecekte Bowlby akademisyenlerini ve araştırmacılarını meşgul edecek birçok zenginliğe sahip."*

–Karlen Lyons-Ruth,
Harvard Üniversitesi Psikoloji Bölümü Profesörü

"Bağlanma araştırmacıları ve klinisyenler bu koleksiyonda, aralarında Bowlby'nin psikanalize yönelik cesur meydan okumalarına ve travma teorisinin temelini atma biçimlerine ilişkin içgörüler de dahil olmak üzere bir dizi nadir hazine bulacaklar."

–Arietta Slade
Klinik Psikoloji Emeritus Profesör



/minotor.kitap
9 786256 461253
www.ithakiyayingrubu.com

Travma ve Kayıp - ***John Bowlby Arşivi'nden Anahtar Metinler***
Robbie Duschinsky & Kate White

Özgün Adı
Trauma and Loss - ***Key Texts from the John Bowlby Archive***

Minotor Kitap - 44

Editör: *Füsun Taş*
Redaksiyon: *Cemile Gürdal*
Son Okuma: *İdem Erman-Dilara Duyuran*
Kapak Tasarımı: Mehmet Büyükturna
Sayfa Düzeni ve Baskıya Hazırlık: Pınar Demirhan
1. Baskı, Ekim 2024, İstanbul
ISBN: 978-625-6461-25-3
Sertifika No: 63989

© Robbie Duschinsky & Kate White, 2021
© Minotor Kitap, 2024
Türkçe Çeviri © Taner Güvenir, Özenç Ertan Öztekin 2024
Tüm hakları saklıdır.
Taylor & Francis Group'un bir üyesi olan Routledge tarafından yayınlanan İngilizce baskının onaylı çevirisidir.

Minotor Kitap™ İthaki Yayıncılık Basın Sanayi ve Ticaret A.Ş.'nin tescilli markasıdır.
Osmanağa Mah. General Asım Gündüz Cad. Ün Er Tan İş Merkezi 35/138
Kadıköy/İstanbul Tel: (0216) 541 03 26

Kapak, İç Baskı: Deniz Ofset Matbaacılık
Maltepe Mah. Hastane Yolu Sok. No: 1/6, Zeytinburnu - İstanbul
Tel: (0212) 613 30 06 denizmatbaamucellit@gmail.com
Sertifika No: 77699

Travma ve Kayıp

John Bowlby
Arşivi'nden Anahtar Metinler

Editörler:
Robbie Duschinsky
Kate White

Çevirmenler:
Taner Güvenir
Özenç Ertan Öztekin

MINOTOR KİTAP

"Yayınlanmamış eserlerin bu etkileyici koleksiyonu, okuyucuya John Bowlby'nin değerli ve etkili düşüncelerini ve fikirlerini, özellikle de travma ve kayıp hakkındaki teorik bakış açısını daha iyi anlamak için olağanüstü bir fırsat sunuyor. Bağlanma teorisinin uygulamalarıyla ilgilenen klinisyenler, bağlanma kuramına ilişkin anlayışlarını genişletmek isteyen araştırmacılar ve ana ilkeleri Bowlby'nin parlak bakış açısından büyük ölçüde etkilenen gelişim psikologları için mutlaka okunması gereken bir çalışma."

–Dante Cicchetti,
Mc Knight Başkanı, William Harris Profesör
Institute of Child Development, University of Minnesota, ABD

"Parlak bir zihnin çalışması hakkında parlak içgörüler veren, daha önce yayınlanmamış materyallerden oluşan olağanüstü bir çalışma. Editörler, sadece muazzam tarihsel değere sahip değil, aynı zamanda travma, dayanıklılık ve psikoloji bilimi felsefesi ile ilgili güncel tartışmalara dikkat çekici bir şekilde hitap eden bu koleksiyon için içtenlikle tebrik edilmelidir. Bowlby eserleri için önemli bir katkı."

–Peter Fonagy
Profesör & Psikoloji ve UCL Psikoloji ve Dil Bilimleri Bölüm Başkanı,
Londra Anna Freud National Centre for Children and Families
Yöneticisi, Londra, Birleşik Krallık

"Bağlanma araştırmacıları ve klinisyenler bu koleksiyonda, aralarında Bowlby'nin psikanalize yönelik cesur meydan okumalarına ve çalışmalarının çağdaş ilişkisel ve travma teorisinin temelini atma biçimlerine ilişkin içgörüler de dahil olmak üzere bir dizi nadir hazine bulacaklar. Birçoğu elli yıldan daha eski olan bu makaleler, bize bir kez daha Bowlby'nin bugün ana akım gelişimsel ve klinik teorinin çoğunu öngörmedeki dehası ve dikkate şayan önsezisini bir kez daha hatırlatıyor."

–Arietta Slade
Yale Child Study Center'da Klinik Profesör ve City University of New
York, ABD, Klinik Psikoloji Emekli Profesörlerinden.

biçimde hâkim olurken ve düşüncesinin parlaklığı ve özgünlüğü ile zamanının ne kadar ilerisinde olduğunu göstermektedir. Bu kitap, derin Darwinci kökleriyle Bağlanma'yı tüm ciddi psikologlar, psikoterapistler ve ruh sağlığı araştırmacıları için temel bir başlangıç noktası olarak güçlendirmektedir."

Prof. Jeremy Holmes,
University of Exeter, Birleşik Krallık

"John Bowlby, geçen yüzyılın en cesur ve yaratıcı düşünürlerinden biriydi. İnsanlığımızın kökenlerini benzersiz şekillerde aydınlattı. Burada, onun erken bağlanma ilişkisini çevreleyen merkezi sorular hakkında nasıl düşündüğünü ve Bağlanma, Ayrılık ve Kayıp üzerine ustaca yazdığı üçlemesine nasıl gittiğini daha fazla anlama ayrıcalığına sahip olduğumuz için şanslıyız. Yayınlanmamış makalelerden oluşan bu cilt, gelecekte Bowlby akademisyenlerini ve araştırmacılarını meşgul edecek birçok zenginliğe sahiptir."

–Karlen Lyons-Ruth, Ph.D., Professor,
Harvard Medical School, ABD

"John Bowlby'nin yaratıcı zihninin işleyişi hakkında, özellikle de insan gelişiminin ilk dönemlerinde annenin travmatik kaybıyla alakalı olarak psikoanalitik savunma teorisinde gelecekte yapılması gerekli olan değişikliklerle ilgili ileri görüşlü endişelerine dair büyüleyici bir atalım bakış."

–Allan N. Schore, Ph. D.,
Psikiyatri ve Biyo-Davranış Bilimleri Bölümü,
University of California at Los Angeles David Geffen School of Medicine,
ABD

İÇİNDEKİLER

Travma ve Kayıp - John Bowlby Arşivi'nden Anahtar Metinler hakkında 11
Türkçe Baskıya Önsöz - Taner Güvenir-Özenç Ertan Öztekin 13
Teşekkür 15
Önsöz 17
Giriş 21

KISIM 1:
TAMAMLANMIŞ TEORİK YAZILAR 45

1 - Kayıp Sonrası Savunmalar: Nedenleri ve İşlevleri 47
Ekler: Seçici eleme ve motivasyon düzeyleri 122
2 - Kayıp, Kopma ve Savunmalar 124
Ek: Mary Ainsworth'un mektubu 165
3 - Depresif Bozukluklarda Savunmacı Dışlamanın Yeri 172
4 - Darwin: Psikiyatri ve Gelişimsel Psikoloji 183

KISIM 2:
SUÇLULUK, ANKSİYETE VE ÖZDEŞİM ÜZERİNE İLK YAZILAR ... 199

5 - Tahliye Edilmenin Psikolojik Problemleri 201
6 - Freud ve Süperego 228
7 - Suçluluk ve Aile Antlaşmaları 238

KISIM 3:
STANFORD VE TAVİSTOCK SEMİNERLERİ 277

8 - Çatışma ve Düzenlenmesine Psikanalitik Bir Yaklaşım 279
9 - Standford Çatışma Semineri Katılımcılarına Seminer 288
10 - Büyük Psiko-sosyal Bir Dönüşümün Neden Olduğu Psikolojik Süreçler 296
Ek: Colin Murray Parkes'a göre değişim reaksiyonunun bileşenleri 303

KISIM 4:
GERİYE DÖNÜK YANSIMALAR 305

11 - Alice Smuts ile röportaj 307
12 - Psikoterapistin Kişisel Kaynaklarının Tedavi Ortamındaki Rolü 350

Dizin 375

TRAVMA VE KAYIP

John Bowlby Arşivi'nden Anahtar Metinler hakkında

Bağlanma kuramının kurucusu John Bowlby, yaşamı boyunca görüşlerine karşı oluşan güçlü muhalefet nedeniyle istediği gibi yayın yapamadı. Şimdi, Bowlby ailesinin desteğiyle Wellcome Koleksiyonu'ndaki John Bowlby Arşivi'nden bazı tamamlanmış ve tamamlanmaya yakın çalışmaları ilk kez yayınlanıyor.

Koleksiyon, Bowlby'nin düşüncelerini ilk fikirlerinden sonraki yansımalarına kadar kapsıyor ve dört bölüme ayrılıyor.

Bölüm 1, kayıp, yas ve depresyon konusunda makaleler içeriyor ve savunma mekanizmalarının rolü hakkındaki düşüncelerini özetliyor.

Bölüm 2, Bowlby'nin tahliye edilen çocuklarla ilgili gözlemleri ve onlarla çalışmaları üzerine düşünceleri de dahil olmak üzere kaygı, suçluluk ve kimlik hakkındaki fikirlerini kapsıyor.

Bölüm 3, Bowlby'nin klinik kavramları hem politik felsefe hem de psikanaliz ile yenilikçi yollarla ilişkilendirdiği çatışma konusunda üç semineri içeriyor.

Bölüm 4, Bowlby'nin travma ve kayıp üzerine daha sonraki yansımaları ve terapist olarak kendi çalışmalarından oluşuyor.

Bu dikkat çekici koleksiyon, Bowlby'nin psikanalizle olan ilişkisini açıklığa kavuşturmakla kalmıyor, aynı zamanda bağlanma teorisindeki temel kavramları ve özeleştirinin önemli anlarını detaylandırıyor. Klinisyenler, araştırmacılar ve insan gelişimi, ilişkiler ve zorluklarla ilgilenen diğer kişiler için temel bir okuma olacaktır.

TÜRKÇE BASKI İÇİN ÖNSÖZ

Bağlanma kuramının babası sayılan John Bowlby (1907-1990), çocuk gelişimi, psikanaliz ve psikiyatri alanlarındaki ilgisi ve Lorenz, Harlow ve Hinde'nin katkıları ile ilk çalışmalarına başladı.

Mary D. Salter Ainsworth, Bowlby'nin kuramına davranışsal boyut kazandırarak, kuramın istatistiksel olarak ölçülebilir hâle gelmesini ve dolayısıyla bilimsel geçerlilik kazanmasını sağladı. Ainsworth'un bağlanmanın zaman içindeki gelişimine olan merakı sayesinde bağlanma özelliklerinin yıllar içerisinde korunduğu gösterildi. Bowlby, psikanalitik bir kavram olan *içsel dünya* ile kalıcılık ve süreklilik kavramlarını birleştirerek, bilginin işlenme sürecini de içeren bir kavram olan, *"içsel işleyiş modeli"*ni tanımladı.

Bu bakış açısı, bağlanma örüntülerinin yaşam boyu gelişimine olan ilgiyi giderek artırdı ve nihayet günümüzde bağlanma kuramı ruh sağlığı ve gelişimsel psikoloji ile ilgilenen tüm çevreler tarafından hak ettiği ilgiyi kazandı. Ancak Bowlby bu çalışmaları sırasında psikanaliz dünyasından görüşlerine yönelik acımasız eleştirilere maruz kaldığından birçok düşüncesini yayınlamakta zorluk yaşadı ya da yayınlamamayı tercih etti. Yakın zamanda, ailesinin izni ve desteğiyle Wellcome Koleksi-

yonu'ndaki John Bowlby Arşivi'ne ait tamamlanmış ve tamamlanmaya yakın çalışmalarından oluşan bu derlemenin yayınlanmasına karar verildi.

Bu derlemeyi Türkçeye kazandırma zorlu görevi ve keyfi bize nasip oldu. Kitabın giriş bölümünde, kitap hakkında görüşlerini bildiren birbirinden değerli kuramcılar ve klinisyenlerin de belirttiği gibi bu kitap bağlanma kuramının temellerini oluşturan düşüncelerin Bowlby'nin zihninde nasıl doğduğu ve zaman içinde nasıl geliştiğinin el yazması kanıtlarını içeriyor. Bu nedenle çeviri çalışmamız sırasında bir yandan Bowlby'nin Türkçe'ye çevrilen diğer eserlerinde kullanılan tanımlamaları ve terminolojiyi takip ederken bir yandan da Bowlby'nin zaman zaman âdeta serbest çağrışımı andıran notlarındaki anlatım şekline birebir sadık kalmaya çalıştık. Bu sayede umarız sizlere bu kitabı okurken bilimsel bir makalede beklenen dil bilgisi ve anlatım düzgünlüğünden çok, Bowbly'nin bir sohbet sırasında size bağlanma kuramı hakkındaki düşüncelerini aktarıyormuş gibi hissettirebilir ve onun yaratıcı zihninin işleyişi hakkında birinci elden deneyim yaşamınıza yardımcı olabiliriz.

İyi okumalar.

Özenç Ertan Öztekin & Taner Güvenir

TEŞEKKÜR

İlk olarak Bowlby ailesine ve Wellcome Koleksiyonu'ndaki John Bowlby Arşivi'ndeki yayınların telif hakkını vakıf başkanı olarak elinde tutan Guy Dawson'a teşekkür ederiz. Aile, Arşiv'den materyal yayınlama çalışmalarımıza coşkuyla destek verdi.

Ayrıca, Wellcome Koleksiyonu personeline, özellikle de Jenny Haynes ve Ross MacFarlane'e bu projeyi ve Bowlby Arşivi'nin kamusal kullanımını teşvik ettikleri için çok minnettarız. Bu kitabı okuyan herkesi bu arşivin çevrimiçi kataloğunu keşfetmeye ve ne kadar tükenmez, mucizevi bir kaynak olduğunu görmeye, ardından da malzeme sipariş etmeye ve bunları görmek için Londra, Euston'daki Wellcome Koleksiyonu'nu ziyaret etmeye kesinlikle teşvik ediyoruz. Oradaki personelin sıcak karşılamasını garanti edebiliriz.

Ayrıca, Robbie'nin araştırmasına ve özellikle Bowlby'nin katkılarını ve daha sonraki gelişim bilimine bağlanma çalışmalarını keşfetmek için zaman sağlayan Tıbbi Beşeri Bilimler Araştırmacısı Ödülü'ne (Grant WT103343MA) verdikleri destek için Wellcome'a minnettarız.

En başından beri desteği ve finansal üstlenicilikleri için The Bowlby Centre'a da teşekkür ederiz. Mütevelli Heyeti'nin eski

başkanı Jeremy Rutter'a ve cesaretlendirmeleri ve liderlikleri için eski yönetim kurulu başkanı Mark Linington'a minnettarız.

Şu anda The Bowlby Centre'da klinik eğitimini sürdüren ve bu projede editör asistanımız olan Gareth Prosser'a da teşekkürlerimizi sunarız. Metinler üzerinde titiz bir çalışma sağladı ve katılımı için minnettarız.

Bizi çok destekleyen, sevgi ve esin kaynağı olan yakın çalışma arkadaşlarımıza ve ailelerimize de minnettarız.

Son olarak, Elliott Morsia ve Routledge'deki meslektaşlarına özellikle teşekkür ederiz.

Robbie Duschinsky ve Kate White

ÖNSÖZ

Duschinsky ve White, John Bowlby'nin yayınlanmamış yazılarından oluşan hazineyi bir araya getirdiler. Bu işlenmemiş cevherlerin birçoğu, Bowlby'nin yayınlanmış çalışmalarının habercisi olarak, görüşleri ve zaman içinde gelişimleri hakkında daha derin bir fikir verdi. Daha da önemlisi, buradaki makalelerin çoğu Bowlby'nin yayınlanmış çalışmalarında mevcut olanların ötesinde parlak ve kritik içgörüler de sundu.

Bu kitap, Bowlby'nin düşüncesi hakkında zaten bildiklerimize, çağdaş klinik çalışmalarla ve bir bütün olarak toplumdaki yaygın endişelerle doğrudan ilgili olarak katkıda bulunuyor. Aşağıda, bağlanma teorisini tasarlayan otoriter sesin şimdiye kadar bilinmeyen farklı içgörülerini içeren beş bölümü vurguluyoruz. Kitabın her bölümünde, okuyucular John Bowlby'nin bu yeni yayınlanan sözlerinden dikkate alacakları, kendileri için temel olacak alıntıları bulacaklar. Örnek verecek olursak:

1) Bölüm 1 "Kayıp Sonrası Savunmalar." 1962 tarihli bu monografi, başa çıkmanın anlamı ve akıl hastalığının kökeni gibi klinik fenomenler hakkında değerli açıklamalar sunar. Birçok açıdan bu, psikanalitik teori ile bağlanma teorisi arasındaki "eksik bağlantı"dır ve bu iki etkileyici zihin modeli

arasındaki arayüzü merak eden herkes için büyük ilgi kaynağı olacaktır. Bu bölümde, bu kitaptaki diğer bölümlerde olduğu gibi, Bowlby'nin psikanalitik girişimden duyduğu haklı gurur ve analitik öğretmenleri ve meslektaşlarıyla arasındaki önemli farklılıkları açıklığa kavuşturmak için hissettiği kararlılık sergilenmektedir (örn: Freud, Klein).

2) Bölüm 7 "Suçluluk ve Aile Antlaşmaları." Psikanalitik ve hukuk teorisinin bu entegrasyonu, sistemik uygulayıcıların yanı sıra aile hayatının dinamikleriyle ilgilenen diğerlerinin de müthiş ilgisini çekecek aileler içindeki vaatler ve örtük sözleşmeler hakkında fikirler sunar. 1930'ların sonlarına ait bu yansımalar Bowlby'nin yayınlanmış çalışmalarında mevcut değildir.

3) Bölüm 5 "Tahliye Edilmenin Psikolojik Problemleri." Bowlby'nin 1939-1942 yılları arasında yazdığı bu makalesi, tahliyenin veya ebeveynlerden ayrılmanın çocuklar üzerindeki etkilerini çağrıştırıcı bir şekilde anlatıyor. Tahliyenin daha büyük çocuklar veya ergenlerden farklı olarak bebekler ve küçük çocuklar üzerindeki benzersiz etkilerine özellikle dikkat çekmektedir.

4) Bölüm 8 "Çatışma ve Düzenlenmesine Psikanalitik Bir Yaklaşım." 1958'de Stanford'da sunulan bu makale, hem psikolojik hem de sosyal çatışmayla ilgili yansımalar ve psikolojik çatışmanın klinik çalışmayla nasıl ve ne zaman ilgi olduğuna dair belirli açıklamalar sunmaktadır.

5) Bölüm 10 "Büyük Bir Psiko-sosyal Dönüşümün Nedeni Olduğu Psikolojik Süreçler." 1974'te Tavistock'ta sunulan bu makale, içsel çalışma modellerinin (İÇM'ler) güncellenmesinde yer alan derin duygusal ve bilişsel çalışmalar hak-

kında ek yorumlar sunmaktadır. Bowlby özellikle "büyük psiko-sosyal dönüşümleri" takiben, benlik, başkaları ve nasıl yaşanacağı hakkındaki temel inançları değiştirmede yer alan, kaçınılmaz olarak yavaş ve acı verici süreçlerin zorlayıcı bir hesabını sunar – bugün tipik olarak kayıp veya travma olarak isimlendirebileceğimiz şey. Bu, Bowlby tarafından başlatılan ilişkisel terimlerle zihinsel sağlığı düşünmedeki devrimin bir yansımasıdır.

Bu kitap, Bowlby'nin "bağlanma teorisi" olarak adlandıracağı insan psikolojik gelişimi hakkında yeni bir düşünme şekli geliştirmek için izlediği entelektüel yolculuk hakkında yeni bilgiler sağlıyor. Bowlby'nin sevdiklerinden ayrılma ve sevdiklerini kaybetme konularına gösterdiği yakın ve kasıtlı ilgi, bu kitabın birçok bölümünde açık bir şekilde görülüyor. Kayıp veya travma veya bunların tehditleri karşısında zihin tarafından uygulanan savunma süreçlerine dair benzersiz anlayışı da bu kitapta yer alan büyük bir ikramdır. Bunlar, gelişim bilimindeki araştırmalar ve hem çocuklarla hem de yetişkinlerle çalışan yardımcı meslekler-dekilerin faaliyetleriyle öncelikli olarak ilgili olmaya devam eden konulardır. Bu makaleler, Bowlby'nin bakış açısına dair anlayışımızı derinleştiriyor ve katkıda bulunuyor, bu makalelerin bugün insan psikolojisi, çocuk gelişimi ve klinik uygulama hakkındaki tartışmalara dair söyleyecek çok şeyi var.

Son bölümde Bowlby, 1985'te, ölümünden sadece beş yıl önce yaptığı bir konuşmada, "Sadece zaman ve daha fazla araştırma, bazılarının inandığı kadar umut verici olup olmadığını veya sadece çıkmaz bir sokağa sapıp sapmadığını söyleyecektir. Bilimin yolu budur," demişti. Bu spekülasyondan yaklaşık otuz beş yıl sonra, Bowlby'nin yönünün çıkmaz bir sokaktan hayli uzak

olduğu sonucuna varabiliriz. Aksine Bowlby, insanın aile denilen birkaç kişiyle yakın duygusal ilişkilere olan ihtiyacını, bu bağları sürdüren ve şekillendiren daha geniş bağlamın önemini ve hepimizin takip ettiği az ya da çok karmaşık duygusal yolculuğu, yakın ilişkilerimizin nasıl çalıştığının bir işlevi olarak vurguladı.

Prof. Howard Steele ve Miriam Steele,
Psikoloji Profesörleri ve The New School for Social Research,
Center of Attachment Research eş direktörleri.
7 Nisan, 2019 New York

GİRİŞ

Robbie Duschinsky ve Kate White

Bu giriş okuyucuya öncelikle Bowlby'nin insan ilişkileri ile ilgili kuramına dair kısa bir genel bakış sağlayacak ve bunu, bu kitap için daha önce yayınlanmamış makalelerinin seçiminin gerekçeleri ile ilgili bir tartışma takip edecektir. Son olarak, bölümlerin kısa bir özetini sunacak ve bunları daha geniş Bowlby Arşivi bağlamına yerleştireceğiz. Özet, daha önce görülmemiş bu materyalin bakım profesyonelleriyle ilgili bazı yönlerini ortaya koymaktadır.

Bağlanma Fikri

> Diğer insanlarla yakın bağlar bireyin yaşamının etrafında döndüğü bir merkezdir, sadece bebekken, küçük bir çocukken, okul çağında değil ergenliği ve yetişkinliği boyunca ve hatta yaşlılığında da böyledir.
>
> (Bowlby, 1980, s. 422)

"Bağlanma" terimin teknik anlamıyla, birkaç karakteristik öğe arasındaki kalıcı ilişkisel bağdır. Bir tanesi diğer kişinin keşfi kolaylaştırıcı "güvenli üs" olmasıdır. Öteki, diğerinin özellikle tehlike altındayken yakınlık ve konfor için sığındığı "güvenli

cennet"tir. Sonuç olarak, anksiyete diğeri beklenmedik şekilde müsait olmadığında deneyimlenir. Bağlanma ilişkileri özellikle bebeklikte görülür. Bağlanma, bebeğin telaşlandığı, sıkıntıda olduğu veya hasta olduğu zamanlarda belli kişi ya da kişilerin fiziksel yakınlığını arama ya da sürdürme eğiliminde görülebilir.

John Bowlby aynı zamanda, diğerlerine duyduğumuz ihtiyacın yaşam boyunca sürdüğünü kabul etti. Bu ilişkiler yolunda gittiğinde ve bize bakım verenler hem stres ("güvenli cennet") hem de coşku durumlarında ("güvenli üs") bizi desteklemek için ihtiyaçlarımızı karşıladıklarında, kabul ettiklerinde dünyayı güvenle keşfedebiliriz.

John Bowlby, meslektaşı Mary Ainsworth ile işbirliği içinde, bakım verenlerimizin fiziksel yakınlığı kadar ihtiyaçlarımıza uyum sağlayarak ilişkisel ve duygusal anlamda müsait olmalarının da önemli olduğunu saptamıştır. Çocukluktaki stres verici durumlarda, örneğin ayrılma durumunda, bağlanma figürümüzün duyarlılığının daha sonraki hayatımızda kendi değer algımızla ve diğerlerinin hazır oluşuna dair inançlarımızla ilgili olduğunu savunmuşlardır. Birincil bakım verenlerimizle tekrarlayan etkileşimimiz yoluyla başkalarından ne bekleyebileceğimizi öğrenmeye başlarız ve ne isteyebileceğimiz ve kime duygusal olarak bağlanabileceğimizle ilgili tahminler yaparız.

Tekrarlayıcı duyarlı ebeveynlik ile, alarm durumlarında içsel durumumuzu düzenlemesi için duygusal olarak geri dönebileceğimiz "içsel güvenli bir üs" geliştireceğimiz öne sürülür. Bu daha sonra yardım için başkalarına ulaşmamızı sağlayabilir. En son ne zaman yalnız ve sokakta kalmış olduğunuzu veya son otobüsü kaçırdığınızı düşünün; belki saat çok geçti ve hava karanlıktı. Umarım cep telefonunuzu kullanarak o an "dünyayla sizden daha iyi başa çıkabilen" bir sevdiğinize ve size yardım edebile-

cek birine ulaşmışsınızdır. Bu arada, korktuğunuzda yardımın geldiği başka zamanları hatırlayarak kendinizi sakinleştirebilmişsinizdir.

Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

Bowlby öncü fikirlerini ilk kez "The Influence of Early Environment in the Development of Neurosis ans Neurotic Character" [Nevroz ve Nevrotik Karakterin Gelişiminde Erken Çevrenin Etkisi] (1940), "Forty-Four Juvenile Thieves" [Kırk Dört Çocuk Hırsız] (1944) ve *Maternal Care and Mental Health* [Anne Bakımı ve Ruh Sağlığı] (1951) çalışmalarında ortaya koymuştur. James Robertson ve Mary Ainsworth gibi istisnai meslektaşlarıyla işbirliği sayesinde bu ilk fikirler daha sonra hastaneye yatış nedeniyle bakım verenlerinden ayrılmış çocuklar ile yapılan gözlemsel ve ampirik çalışmalarla detaylandırıldı (Bowlby ve ark., 1956; Bowlby ve ark., 1952). Ardından, Bowlby'nin bağlanma tepkisinin kökenlerini ve doğasını kavramsallaştırması, hayvan davranışı uzmanı Robert Hinde ile 1950'lerin ortalarından itibaren çok önemli bir iki yönlü diyalog yoluyla bağlanma kuramı olarak geliştirildi. Bowlby, çocuğun aşina olduğu bakım verenleriyle olan bağının işlevini ve duygusal gelişim içindeki rolünü klinik psikanalizden gelen fikirleri ve başta primatlar olmak üzere hayvanlar üzerine yapılan gözlemlerle bir araya getirerek kuramlaştırdı (Bowlby, 1957, 1958).

Bowlby'nin zamanında psikanalitik teoride yaygın olarak benimsenen görüş, ruh sağlığı semptomlarının nihayetinde cinsellik ve agresyon gibi içsel güdülerden kaynaklandığıydı. Bowlby ise tersini yani, gerçek çocukluk çağı deneyimlerinin akıl sağlığına etkisinin önemini vurguladı. Ayrıca, o zamanlar psikanalistler genellikle diğer insanlara karşı ambivalans ve çelişkili duyguların

doğuştan getirildiğini tartışırken, Bowlby, içimizdeki bu tür çelişkilerin keskinliğinin ve acısının, çocukluktaki yakın ilişki deneyimlerimizle şekillenebileceğini vurguladı. Bakım vereninden ayrılma konusunda sıkıntı yaşayan bir çocuğun çok fazla sevgiyle şımartılmış olduğu fikrine şiddetle karşı çıktı. Bunun yerine, ayrılma konusundaki sıkıntının bağlanma tepkisinin bir parçası olduğunu öne sürdü.

Bowlby, hastaneye yatış durumunda aylarca bakım vereninden veya bakım verenlerinden ayrılan çocukların bir rahatsızlık göstermemelerinden daha fazla endişe duyuyordu. O ve arkadaşları, bu rahatsızlık tepkisinin olmayışının, çocuğun aileye dönüşünü takiben oryantasyon bozukluğu ve "kırılgan" öfke gibi normatif gelişimin bozulmasının sinyalleriyle ilişkili olduğunu gözlemledi (Bowlby, 1960). Bununla birlikte, iyi desteklenen çocuklar için bu semptomlar yavaş yavaş anksiyete ve depresyona dönüşüyor ve bazıları için de bu semptomlar daha sonra azalıyordu. Buna rağmen diğerleri için anksiyete ve depresyon, diğerleri ile yakın ilişkiler kurmada güçlükler yaşanmasına ve profesyonellerin "davranış problemleri" olarak adlandırdıkları durumu geliştirmelerine katkıda bulunuyordu. Bowlby "zor davranışları" olan bu çocuklar hakkında, zaman içinde ilişkisel güvenlik ihtiyaçlarının karşılanmadığını düşünüyordu, bu nedenle "Onların gözünden dünya konforsuz ve tahmin edilemez görünür; ve ya ondan kaçınmak ya da onunla savaşmak şeklinde tepki verirler," diyordu (Bowlby, 1973, s.208). Bowlby, küçük çocukların tepkisini önemli açılardan yetişkinlerin yas tepkisine paralel olarak kavramsallaştırmış ve küçük çocukların hastanedeyken bakıcıları tarafından ziyaret edilmelerine izin verilmesi için kampanya yürütmüştür (Bowlby, 1961).

Bowlby'nin fikirlerini ortaya koyduğu en önemli beyanı, *Bağlanma* (1969), *Ayrılma* (1973) ve *Kaybetme* (1980) kitaplarından oluşan üçlemedir. Bu çalışmalarda Bowlby bağlanma teorisini yaşam boyunca süren ruh sağlığı ve hastalıklarının bir açıklaması ve insanın duygusal yaşamına ilişkin bir kurama dönüştürecek şekilde geliştirdi. Bowlby'nin yayınlanmış eserleri halihazırda varolduğuna göre yayınlanmamış çalışmaları içeren bu kitabın amacı nedir? Ayrıca, Bowlby ailesi bu projede bize desteklerini neden sundu?

Bu soruya birbiriyle alakalı üç yanıtımız var. İlki, Bowlby düşüncelerini istediği gibi yayınlayamadı. Bowlby, psikanalitik camiaya fikirlerini ilk kez sunduğu 1940'lardan itibaren meslektaşları tarafından agresif bir şekilde eleştirilmiş, pusuya düşürülmüş ve yaralanmıştı. Fikirlerinin yaratabileceği düşmanlığın farkındaydı. Düşüncesinin makine dairesi büyük ölçüde gözlerden uzak kaldı, böylece eleştirilerden ve yanlış anlaşılmaktan korundu. Makine dairesi, teorik düşünceler üzerine yayınlanmamış çok sayıda çalışmayı, tamamlanmış ya da tamamlanmamış makaleleri ve dosyalar dolusu notları ve gözlemleri içeriyordu.

İkincisi, daha önce yayınlanmamış bu yazıların değeri Bowlby'nin fikirlerine dair kavrayışımızı tamamlama ve derinleştirme potansiyelinde yatıyordu. Örneğin, Bowlby'nin yayınlanmış çalışmalarını okuyan biri daha sonraki çalışmaları arasında en önemli fikirleri arasında yer alan "ayrışmış sistemler" kavramını biliyordur: Kitabın geri kalanını organize eden bir kavram olmasına ve son yazılarındaki (1988) düşüncelerinin yönünü belirlemesine rağmen *Kaybetme*'de (1980) dağınık kısa bir bölüm olarak yer almıştır. Daha sonraki bağlanma araştırmacıları ayrışmış sistemler üzerine *Kaybetme*'deki kısa bölümünü düşüncelerine temel alarak bir değerlendirme ölçeği tasarlamışlardır (örn., George ve West,

2012). Ancak, araştırmacılar, yetersiz bir açıklamadan tahmin yürütmek zorunda kaldılar. Halbuki Bowlby Arşivi, 1962 yılından – kavramın basılı olarak belirmesinden 18 yıl önce yayınlanmamış *Kaybı Takip Eden Savunmalar: Nedensellik ve İşlev (bu kitabın 1. Bölümü)* başlıklı kısa bir kitap ortaya çıkarır.

Üçüncü bir gerekçe ise Bowlby'nin yazılarının izninin Londra'da Wellcome Koleksiyonu'nda olmasında yatar. İlgilenenler oradan serbestçe erişebilirler. Gerçekten de John Mostyn Bowlby Arşivi (Bowlby Arşivi) Wellcome'ın en popüler koleksiyonları arasındadır. Bu kitap için tercih ettiğimiz makaleleri bunların arasından seçtik. Travma ve kayıp konuları ile ilişkili olan, belirli bir konuyu ele alırken derinlik veya kapsam bakımından yayınlanmış eserlerinin çok ötesinde materyaller içeren, büyük ölçüde tamamlanmış çalışmalara öncelik verdik. Bu kitabın bugün bağlanma kuramı hakkında düşünenler, değerlendirenler ve kullananlar için bir kaynak olmasını amaçlıyoruz. 1974 yılında Tavistock Kliniği'nde verilen yayımlanmamış bir seminerde (PP/BOW/F.3/90) Bowlby, kuram ve modellerin en iyi şekilde değerlendirilmesi, geliştirilmesi ve yenilenmesi konusunda "güvenilir bir arkadaştan gelen destek ve teşvik ile görevin üstesinden gelinir," demiştir. John Bowlby'nin özel, derin ve düşünceleriyle yapılan bir konuşmanın, bugün bağlanma teorisinin anlamının ve uygulamasının dikkate alınmasını kolaylaştırabileceğini umuyoruz. Yine de tek bir kitapta yayınlayabileceklerimizin sınırlı olduğu göz önüne alındığında, bu kitap aynı zamanda daha geniş Bowlby Arşivi için bir "film fragmanı" olarak tasarlanmıştır.

Kitap Hakkında

Bu ciltteki Arşiv'den materyaller, travma ve kayıp konusunun farklı yönleri ve sonuçları etrafında tematik olarak düzenlenmiştir.

Kitabın ilk kısmı Bowlby'nin dört teorik metnini sunuyor. Bölüm 1 ve 2 kayıp ve yas üzerine yazılmış metinlerdir. Bowlby, 1960'ların okuyucuları için teorik olarak çok radikal olduğundan düşüncelerini bastırmışa benziyor, ancak bu fikirlerin çoğu sonunda daha sonraki çalışmalarına dahil edildi. Bu iki bölümün önemi kısmen, Bowlby'nin savunma mekanizmalarının doğasının genel olarak karakterizasyonunu ve kuramsallaştırılmasını geliştirme girişiminde bu kadar açık sözlü olduğu başka bir yazısının olmamasıdır. Bowlby, Sigmund Freud, Melanie Klein, Anna Freud ve Helene Deutsch'un yas üzerine çalışmalarını, klinik vakalarını yeniden gözden geçirerek eleştirel bir şekilde tartışıyor. Bu iki bölüm aynı zamanda kayıp ve travma tepkileri olarak kişinin öz benine yönelik saldırganlığın da dahil olduğu saldırganlık ve umutsuzluk üzerine önemli düşünceleri içeriyor. Ayrıca, Mary Ainsworth'un Bowlby'nin bu düşünceleri hakkındaki geri bildirimini içeren mektubunu da dahil ettik.

Araştırmacılar için değerinin yanısıra, bu kitapta bir araya getirilen daha önce yayınlanmamış yazılar koleksiyonu, stres altındaki insanlarla çalışanlara, bakım verme ve bakım arama rollerimizde karşılaştığımız genellikle kafa karıştırıcı ve zor mücadeleleri anlamanın yollarını büyük bir zenginlikle sunuyor. Bowlby'nin kuramsallaştırmasına ilişkin daha fazla içgörü sihabi olmak aydınlatıcıdır ve "deneyime yakındır." İlk iki bölümde, insanların genellikle kayıplarla ilgili olan zorlayıcı deneyimleri birbirinden ayırarak kendilerini nasıl dengede tuttukları üzerine yazdığı kapsamlı yazılar özellikle memnuniyet verici. Ayrışma seviyesinin dört farklı yoğunluk seviyesinde olmasına vurgusu klinik olarak çok yankı yapmıştır. Bu süreçlerin "nitelik olarak faydalı ancak miktar olarak hatalı" olduğunu kaydeden Bowlby şöyle devam ediyor:

> Savunma, öngörülebilir bir sonuçtan kaçınmak için başlatılmış olarak düşünülmez; ego, bilinçli veya bilinçsiz bir amaç için savunma önlemleri almakla görevlendirilmez. Bunun yerine birey, farkındalığının dışında ve kendisi için bilinemeyen nedenlerle meydana gelen süreçlerin farkında olmayan öznesi olarak görülür.

Bizi, "demir bir perde" gibi olmak diye tanımladığı ayrışma da dahil olmak üzere savunmaların nedenini, sürecini ve işlevini insanca ve suçlayıcı olmadan incelememiz için teşvik ediyor.

Bu tasvirle yeni ilişkilerden gelen destek ve sevgi tekliflerine izin vermede sahip olabileceğimiz, çoğu zaman kafa karıştırıcı zorluğu anlamamıza yardımcı oluyor, çünkü bunlar insanların güvenilemeyeceğine dair yerleşik tahminlerimizle çelişiyor. İnsanın sevilemeyeceğine olan inancı, ne destek ya da yardım umabilmesine ne de bunlar sunulduğunda farkedip kabul edebilmesine neden olur. Bowlby yeni bir ilişkiye güvenmenin aynı zamanda "terkedilebilme tehlikesi olasılığının" endişesini yaratacağını öne sürer. Böylece bir birey, "mevcut durum"un güvenliğinde izole edilmiş dengesini korumak zorunda kalır.

Travma ve bunun zihnin ayrışma ve düzensiz bağlanma kavramlarıyla olan bağlantılarıyla ilgilenen araştırmacılar ve terapistler, bu açıklamada düşüncelerini aydınlatacak ve daha fazla keşif için yol gösterecek çok şey bulacaklardır.

Bölüm 3, Bowlby'nin depresyon ve yasın metapsikolojisi, depresif bilişle ilişkili belirli ruminasyon türleri hakkında daha önce görülmemiş düşünceler sunar. Bölüm 4'te Bowlby, Darwin'in duygular teorisinin bir tartışmasını, psikolojik sınıflandırmanın amaçlarının eleştirel bir şekilde incelenmesi için bir sıçrama tahtası olarak kullanır. Ruh hastalığının en iyi şekilde

bir spektrumda mı yoksa kategorik olarak mı ele alındığına dair –çok güncel bir ilgi alanıdır– sorusunu gündeme getirir. Bu düşünceleri yas kavramına uygular.

Kitabın ikinci kısmında suçluluk, kaygı ve özdeşim temalarını ele alan üç bölüm sunulmaktadır. Erken dönem çalışmaları olmalarına rağmen, içgörü doludurlar. Örneğin Bölüm 5'te Bowlby'nin tahliye psikolojisi üzerine düşünceleri, örneğin çocuk mültecilerle yapılan çalışmalar gibi, günümüzle büyük ölçüde bağlantılı olarak sunulmaktadır. Doğumdan yaşlılığa kadar her insanın, duygusal besinini ve gücünü yuvasını teşkil eden birkaç insandan aldığını, genellikle ekonomik stres ve siyasi çekişmelerle boğulmuş bir dünyada her zaman yeniden canlanmaya ihtiyaç duyacağı gerçeğini savunur. Metin, bir çocuğun yeni bir ortama yerleşmesine yardımcı olmak için pratik tavsiyelerle doluyken, aynı zamanda da evde kendini mutsuz ve güvensiz hisseden çocukların evden ayrılmakta en çok zorlananlar oldukları teorisini öne sürer. Bununla birlikte Bowlby, bu tür bireysel farklılıklara rağmen, tahliyedeki çoğu çocuğun ebeveynlerin ve arkadaşlarının güvenliği konusunda endişe duyduğunu ve bunun tahliyenin ilk günlerinde belgelenen aniden ortaya çıkan yatak ıslatma durumunun başlıca nedenlerinden biri olduğunu belgeliyor. Evden ayrılmanın sıkıntısı, yeni insanlara hissedilen yabancılık, yanlış şeyi yapma korkusu, birkaç soğuk karşılama vakası – tüm bunlar bir çocuğu endişeli, garip ve huzursuz hissettirmeye hizmet edebilir. Yine de Bowlby, çocuklara bir ev verildiği yerlerdeki tahliye deneyimlerinin, büyük bir evde topluca yerleştirilen çocukların deneyimlerine göre daha iyi olma eğilimini taşıdığını gözlemler.

Bölüm 6, Bowlby'nin Freud'un suçluluk ve endişeyle ilgili açıklamalarıyla mücadele etmeye yönelik ilk girişimini temsil ediyor. Bowlby, ahlaki akıl yürütmemizin tonunu ve niteliklerini

şekillendirmede travma ve kültür gibi farklı faktörlerin rolünü inceliyor. Ardından psikanalitik teoriyi gözden geçirerek, süperegonun iyi sosyal ilişkileri korumak adına faaliyet gösterdiğini, ego idealinin ise kişisel uzun vadeli hedeflere ulaşma çıkarına hizmet ettiğini kavramsallaştırıyor. Bowlby ayrıca ego düşlemleri fikri üzerine düşüncelerini, benliğin kendilik için sahip olduğu dilekler düşüncesini de anlatıyor.

Yakın ilişkiler ve ahlak arasındaki bağlantı, birkaç yıl sonra yazılan Bölüm 7'de devam ettiriliyor. Burada Bowlby, aile üyeleri arasında yapılan dayatılmış "sözleşmeler" üzerine düşünerek dikkate değer ve yenilikçi bir endişe ve suçluluk teorisi geliştiriyor. Bowlby'ye göre, gerçekçi olmayan suçluluk duygularına giden yol, bir tarafın diğerine dayattığı sözleşmelerdir. Bu onu, çocuklara yönelik ebeveyn tehditleri ve sevginin nasıl gizli sözleşmeler ile birlikte gelebileceği hakkında bir tartışmaya götürür. Ebeveynin sevgisini kaybetme tehdidi altında bir çocuğun en iddialı sözü verebileceğini gözlemlemiştir. Bu dayatılan bir sözleşme olsa ve hiçbir suçluluk gerçekçi olarak haklı olmasa bile çocukların kendilerini suçlu hissettiklerini savunur. Bowlby daha sonra insanların kendileriyle yapabileceği sözleşmeleri ve şartları bilinçsiz hâle gelen sözleşmeleri tartışmaya devam eder. Yetişkinlikte her ikisinin de başka türlü açıklanamayan duygulardaki rolünü analiz eder.

Üçüncü kısım, Bowlby tarafından çatışma konulu üç semineri bir araya getiriyor. İlk seminer olan Bölüm 8'de, annesi ile yoğun çelişkili duygular yaşayan bir kadınla terapötik çalışması hakkında bir tartışma geliştirir. Bowlby, kadının hastalığının bu acı verici çatışmayı düzenlemek için benimsediği olumsuz durumlardan kaynaklandığını öne sürer. Bowlby, hastasıyla çalışmak için daha uygun düzenleme yöntemlerinin kabulünü

desteklemek metodolojisini tartışır. Bu konu bazı içruhsal çatışmaların kaçınılmaz ve her yerde var olduğu, ancak çatışmanın derecesinin deneyime göre değiştiği ve bir kişinin zihinsel sağlık durumunu değerlendirmek için önemli bir ölçütün içruhsal çatışmaları nasıl düzenlediğinde yattığı görüşünü açıklamasına olanak tanır. Terapistin görevinin, kişinin içindeki tüm farklı parçaların veya "alt sistemlerin" birbirlerinin varlığının ve doğasının farkına varmalarına, çok fazla endişe ve suçluluk duymadan birbirlerine tahammül etmelerine ve toplam sistemin bir parçası olarak birbirleriyle yaşamalarına yardımcı olmak olduğunu savunur.

Bu bölümdeki bir sonraki seminer olan Bölüm 9, çatışmanın anlamı ve klinik ve politik alanlarda potansiyel çatışmaların en iyi şekilde düzenlenebileceği yollar üzerine düşünerek psikanalitik teori ve siyaset felsefesini bir araya getiriyor. Bowlby ve Ralf Dahrendorf, Stanford Üniversitesi'nde Center for Advanced Study'de bursiyer oldukları sırada konuşarak, klinik kavramları siyaset felsefesinden fikirlerle bir araya getirerek çatışmanın doğasını tartışıyorlar. Çatışmaların yoğunluklarına göre değişebileceğini, örneğin çatışan güçler tarafından harcanan enerji miktarı, bu güçlerin belirli konulara verdiği önem ve zafer veya yenilginin "maliyeti"ni değerlendiriyorlar. Ayrıca çatışmaların ifadelerinin şiddetinde değişiklik gösterebileceğini de gözlemliyorlar. Bowlby ve Dahrendorf, bir çatışmanın yoğunluğu ve şiddeti arasında net bir şekilde ayrım yapmanın önemini gösteriyorlar. Politikada olduğu gibi klinik çalışmalarda da başarılı çatışma düzenlemesinin asgari gerekliliklerinin a) çatışmanın varlığının ve çatışan güçlerin gerçek doğasının tanınması, b) çatışan güçlerin ifadesi (gerekirse örgütler aracılığıyla) ve c) şiddetli çatışma olasılığını azaltmak için oyunun belirli kurallarının oluşturulması gibi göründüğünü savunuyorlar.

Bildiri, disiplinler arası araştırma kavramı, hedefleri ve potansiyel tuzaklar üzerine bir tartışma ile sona eriyor.

Bölümün son metni olan Bölüm 10, birkaç yıl sonrasına aittir. Bowlby, kapsayıcı bir sibernetik çerçeve içinde etoloji, psikanaliz ve siyaset felsefesini bir araya getirerek farklı çatışma türlerine ilişkin genel bir teori geliştirmek için yola çıkıyor. Temel önermesi, iki veya daha fazla mesajın bize ulaştığı yerde, diğerlerini izleyebilmemize rağmen, yalnızca biriyle verimli bir şekilde başa çıkabileceğimizdir. Bu modeli, psikolojik çatışmaların öz saygıyı şekillendirmede ve depresyona giden yollarda nasıl rol oynayabileceğini düşünmek için kullanıyor. Uygulamalar iç çatışma ve bunun terapötik ilişkiler üzerindeki etkisine yönelik olarak yapılıyor. Bowlby şunu görme potansiyelinin olduğunu ileri sürüyor:

> Psikanalistin rolü arabuluculuktur. Yardımı gönüllü olarak istenir ve gönüllü olarak kabul edilir. Görevi, kişiliğin tüm alt sistemlerinin diğerlerinin varoluşunun ve doğasının farkına varılmasına yardımcı olmak, çok fazla suçluluk ve kaygı olmaksızın birinin diğerine toleransını ve bütünün yani kişiliğin parçaları olarak birbirleriyle yaşamasını sağlamaktır.

Amaç, çatışma çözme senaryolarında olduğu gibi, bu durumda benliğin farklı bölümleri arasındaki "iletişimi ve karşılıklı anlayışı artırmaktır."

Dördüncü ve son bölüm, Bowlby'nin kariyerine ve travma ile kaybın nasıl kavramsallaştırıldığına baktığı iki metin sunuyor. Her iki metin de Bowlby'nin klinisyen olarak yaptığı çalışmaları ele alıyor. İlki, Bölüm 11, 1970'lerin sonlarından kalma uzun bir otobiyografik röportajdır. Bowlby'nin odak noktası Çocuk Rehberlik

Kliniği hareketine katılışıdır. Röportajda ayrıca fikirlerinin sosyal hizmet mesleği üzerindeki etkisi, Donald Winnicott ve Robert Hinde ile olan ilişkisi ele alınıyor, ayrıca klinisyenlerin ve araştırmacıların çıkarları arasındaki ilişki üzerine düşünceler sunuyor. Kitabın son bölümü, Bölüm 12, Bowlby'nin bir terapist olarak eksikliklerini ve bunların onu bağlanma teorisini inşa etme ihtiyacını hissetmeye nasıl yönlendirdiğini gösteren dikkat çekici ve samimi bir anlatımıdır. Yaklaşımını Melanie Klein'ınkiyle karşılaştırıyor.

Daha Kapsamlı Bowlby Arşivi

Bowlby Arşivi'nde eldeki kitapta yer alanların ötesinde çok çeşitli materyaller var. Bu kitap, daha geniş bir arşivin fragmanı olarak görülebilir. Okuyucunun bu kitapta yer alan metinleri konumlandırmasına yardımcı olacağını düşündüğümüz için bunlardan bazılarına değinmek istiyoruz. Bowlby, ilk bilimsel çalışma girişimlerine 20'li yaşlarının başında başladı. 1929'daki ilk çalışmasında, "Essay on Experimental Education"da [Deneysel Eğitim Üzerine Deneme] (PP/BOW/A.1/19), Bowlby psikolojik sorulara bilimsel bir yaklaşım getirme ve çocukların özel ihtiyaçlarını gelişimsel bir bakış açısıyla tanıma gereğini daha o zaman hissetmiştir. Şöyle ifade eder:

> Bu makalenin amacı eğitim ve değerlendirmede deney yapılmasını önermektir... ve uygulamalarının sonuçları bilimsel bir ruhla test edildi ve çocukları yalnızca yetişkin eğilimlerini tatmin etmeye zorlamanın, bu çocukça dürtülerin tatminsiz kalması durumunda yetişkin dürtülerinin gelişimine ve tatminine engel olma olasılıklarının çok yüksek olduğu gerçeğini gözden kaçırmaktır.
>
> (Bowlby, 1929)

Bowlby'nin arşivinin öne çıkan bir özelliği de psikanalitik fikirleri okurken ve üzerinde düşünürken aldığı çok sayıda not-tur. 1933'te Londra University College'a doktora öğrencisi olarak kaydoldu. Doktora araştırmasının başlığı ilk başta "Interrelation of Sexual and Agressive Impulses"dır [Cinsel ve Agresif Dürtülerin Karşılıklı İlişkisi]. Arşivinde, zamanının psikanaliz üzerine ortaya atılan fikirlerin arka planına karşı insan motivasyonu açıklamasını detaylandırmak için yoğun bir şekilde çalıştığı 1933-1936 yılları arasındaki notları bulunmaktadır. Daha sonraki "işleyen modeller" kavramının zeminini hazırlayan Bowlby, egonun nasıl "kendi içinde dış dünyanın sözlü ve görsel semboller şeklinde temsilini içerdiğini" ele alır.

Çocuklar "sadece insanların değil, bireylerin nasıl davrandığına dair işleyen kuralları hızlıca edindiklerinden" yakın ilişkilerin temsilleri ve kendileri ya da genel olarak dünyayla ilgili temsillerinden bağımsızdır ama etkiler (PP/BOW/D.1/2/10). Bu dönemde Bowlby, aralarında "Freud ve Süperego" (bu ciltte Bölüm 6) ve daha sonra aileler içinde suçluluk ve gizli sözleşmeler üzerine bir el yazması (Bölüm 7) olmak üzere bir dizi yayınlanmamış teorik makale hazırladı.

Bowlby'nin hayatında kalıcı bir etki yapan, ancak bugüne kadar yayınlanan kayıtlarda neredeyse görünmez olan bir dönemi, II. Dünya Savaşı sırasında çeşitli rollerde ordu psikiyatristi olarak çalıştığı faaliyeti olmuştur. Bowlby Arşivi, bu yıllarla ilgili çok çeşitli materyaller içerir. Örneğin, çocukların yaşadığı zorlukları rapor eden Cambridge Tahliye Araştırması'na katkısı olmuştur (PP/BOW/ C.5.4/2). Bowlby'nin bu dönemde yazdığı yayınlanmamış "Psikolojik Tahliye Sorunları" (Bölüm 5) makalesini buraya dahil ettik. Ancak Arşiv'de savaş yıllarına ait çok sayıda başka metin bulunmaktadır. Örneğin, "savaş sonrası

nevrozdan" mustarip travma geçirmiş savaş gazileri için cezadan ziyade psikoterapinin değerini haklı çıkaran 1940 Bowlby ve Soddy "War Neurosis Memorandum" [Savaş Nevrozu Protokolü] (PP/BOW/C.5/1) verilebilir. Bowlby ve Soddy, "amneziler, kafa karışıklığı durumları, geçici psikozlar, kaygılar, depresyonlar, rüyalar ve panik durumları, trans durumları, şiddetli tikler, inhibisyonlar" dahil olmak üzere semptomları belgeler. Bowlby ve Soddy, vakalarını göz önünde bulundurarak şunları gözlemlerler:

> elbette, herhangi bir psikoterapi olmadan dinlenme, sakinleştirici ve meşguliyetlerle tedavi edildiğinde istikrarlı ilerleme kaydeden bir grup hasta var. Bununla birlikte, duygusal rahatsızlığı derine yerleşmiş, şok edici deneyimlerin amnezisinden mustarip ve birçok otoritenin görüşüne göre psikoterapiye ihtiyaç duyan başka bir grup da var.

Bu duygusal rahatsızlığın nedeni, semptomların bu çatışmanın yoğun ve çözülmemiş olduğu sürekli bir dönemin zihinsel kalıntılarını temsil ettiği "göreve karşı çatışma korkusu" olarak kavramsallaştırıldı. Bowlby ve Soddy, travmatik deneyimlerinden kaynaklanan oryantasyon bozukluğu, ardından anksiyete ve depresyon yoluyla hastaları desteklemede bakımın sürekliliğinin çok önemli olduğunu savundu:

> Hastalar mümkün olan en kısa sürede, kafa karışıklığı durumundan bunu takip eden anksiyete ve depresyona ve nekahete kadar tüm aşamalarında yeterince bakılabilecekleri bir merkeze gönderilmelidir. Bir askerin

> hastalığı sırasında bir hastaneden diğerine veya bir sağlık görevlisinin bakımından diğerine taşınması kötü bir psikoterapidir ve kronik bir durumu teşvik edebilir.

Kariyerine dönüp baktığımızda, 1984'te Phyllis Grosskurth'a yazdığı bir mektupta (PP/ BOW/A.5/7) Bowlby, savaşın ona fikirlerini ve gerçek hayattaki olayların önemine dair kanıtlarını geliştirmesi için zaman verdiğini yazdı. Savaştan önce, zamanının yerleşik psikoanalitik ortodoksisiyle açık çatışmaya hazır olmayacağını hissetmişti. Savaştan sonra hazırdı. Bowlby Arşivi, Klein'ın 1956'da Enstitü'ye "A Study of Envy and Gratitude" [Kıskançlık ve Minnettarlık Üzerine Bir İnceleme] makalesinin sunumunun ardından, yayınlanmamış ancak Psikanaliz Enstitüsü çevresinde dağıtılan önemli "Melanie Klein'a Açık Mektubu" (PP/BOW/ G.1/4) içerir. Bowlby mektuba, "Savaştan önce, hayatın erken dönemlerinde başlayan sevgi nesnesine yönelik ambivalans çatışmasının merkezi önemi konusundaki ısrarınızdan derinden etkilendim, bütün düşüncelerimin kaynağı bu oldu," diyerek başlar.

Bununla birlikte, Bowlby, Klein'ın doğuştan gelen dürtüler hakkındaki açıklamasına ve bir çocuğun bakıcılara karşı ambivalansının, fantezi meselesi olduğu, gerçek deneyimlerle çok az şekillendiği varsayımına katılmıyor. Bowlby şunu belirtiyor:

> Korkarım ki kıskançlığın yaşamın ilk birkaç ayında geliştiği görüşünüzü kabul etmekte çok zorlanıyorum çünkü bilişsel işlevin on iki aydan önce veya daha sonra gerçekleşmesi için yeterli olmadığını düşünüyorum... Piaget'nin nesnenin inşası üzerine çalışması bana, bu oldukça kar-

maşık bilişsel süreçlerin birinci doğum gününden çok önce geliştirilmesinin olası olmadığını gösteriyor.

Klein'ın cevabı da mevcuttur:

Mektubunuza gerektiği üzere ayrıntılı olarak cevap verecek olsaydım, zamanımın büyük bir kısmını alırdı, çünkü aslında tüm çalışmamın dayandığı temellere değindiniz. Çocuğun bilinçdışının, dürtülerinin ve arzularının, atıfta bulunduğunuz işlevleri edinmeden çok önce etkili olduğu, tüm çalışmamın ilkelerinden biridir.

Bowlby Arşivi'nin diğer önemli noktaları, Bowlby'nin araştırma grubu içinde yer alan James Robertson'ın yaptığı hastanede yatan çocukların ayrıntılı gözlemleridir. Arşiv, konuyla ilgili bir kitap için hazırlanan taslakları içermektedir. Bu çalışma, nihayetinde kısmen Bowlby ve Robertson arasındaki kişisel farklılıklar ve kısmen gözlemlerin nasıl yorumlanacağı konusunda yazarlar arasındaki teorik farklılıklar nedeniyle (Van der Horst & Van der Veer, 2009) yayınlanmadı. Bowlby'nin kendi görüşleri "Seperation Anxiety" [Ayrılık Kaygısı] (1960) gibi yayınlanmış makalelerde bir dereceye kadar detaylandırıldı. Bununla birlikte, en çok, yayınlanmamış iki önemli teorik eserinde (bu ciltte Bölüm 1 ve 2) ayrıntılı olarak sunulmuştur. Robertson'ın bireysel keder vakalarını titiz bir şekilde belgelemesinde, Bowlby'nin daha sonraki teorisinin ana unsurlarının temeli netleşir. Örneğin, bir ruh sağlığı ölçütü olarak yeniden birleşme deneyimlerinin önemi keşfedilmiştir ki bu, Mary Ainsworth'ün bağlanmadaki bireysel farklılıkları incelemek için kısa ayrılıkları kullandığı daha sonraki araştırması için önemli bir bulgu olacaktır. Örneğin, Bowlby

Arşivi'ndeki bir el yazmasında (PP/BOW/D.3/11–12), Alex vakası açıklanmıştır:

> Alex'in annesiyle yeniden bir araya gelmeye ilk tepkisi şaşırtıcıydı. Annesine karşı, ... ayrılık boyunca anneleri için endişelenen ve sürekliliğin bozulmasına rağmen anneleriyle bir bağımlılık ilişkisi sürdürdüğü sonucuna varılan çocukların aksine, sadece birkaç çocukta görülen aynı alışılagelmiş sevgi dolu tepkiyi gösterdi. Öte yandan, Alex'in yeniden birleşmeden sonra aşırı bağımlılık aşamasından geçmediği kesin görünüyor... Ayrılıktan önce olduğu gibi, diğer insanlarla olan bağların gevşekliği açısından hiç değişmemişti. Alex, ayrılmadan önce annesiyle gerçekten kötü ilişkileri olan tek çocuk olduğu için, davranışının bu tür çocuklara özgü olup olmadığını bilmek imkânsızdır...
>
> Annesinin oğlu için ayıracak zamanı çok azdı ve gerçekten zamanı olduğunda da onun için pek bir şey yapmamıştı. Ayrılmadan önce bile, annenin gerçekten altta yatan reddedici tutumunun yansıra oğlunu gerçekten ihmal ettiği yorumu doğru görünüyor, çünkü onu bir kuruma yerleştirmediği için pişmanlığı dile getirdi...
>
> İhmal edilen ve reddedilen çocukların, normal ayrılma öncesi çocuk-anne ilişkileri olan çocuklarda olan ayrılık ve yeniden bir araya gelmeye tepki kalıplarından farklı tepki kalıpları ve tepki silsileleri olacağı görülmektedir.

Arşiv ayrıca, konuşma olarak sunulan, ancak çözülmeyen veya yalnızca yayınlanmış eserlerden alıntılanan olağanüstü sayıda transkript ve kâğıda alınmış notları içerir. Bu metinler, bir

okuyucunun Bowlby'nin sorunları yayınladığı eserlerinde aktardığından daha derinlemesine düşündüğünü görmesini sağlar. Bunlara dair bir seçki eldeki kitaba dahil edilmiştir (4, 8, 9 ve 10. Bölümler).

Arşiv, bir okuyucunun Bowlby'nin tarihi seminerlerine sanki izleyicilerden biriymişçesine katılmasına izin verir – örneğin Stanford Üniversitesi'nde, İngiliz Psikoloji Derneği'nde veya Bowlby tarafından Tavistock Clinic'te düzenlenen disiplinler arası atölyelere katılmış gibi.

Arşivde aynı zamanda sonu "montaj odasında biten" materyaller de vardır. Bazı materyallerin bilimsel olarak daha az ilgi çekici oldukları gerekçesiyle dışlandığı açıktır. Ancak, kimi istisnalar son derece ilginçtir. "The Place of Defensive Exclusion in Depressive Disorders" [Depresif Bozukluklarda Dışlayıcı Savunmanın Yeri] eldeki kitabın 3. Bölümünü oluşturur ve *Kaybetme* (1980) için hazırlanmış bir bölümdür. Kesin nedeni bilinmese de, zaten uzun bir kitabı biraz daha kısaltmak için çıkarıldığından şüpheleniyoruz. Diğer durumlarda, çıkarma nedeni teorik bakımdan motive olmak gibi görünüyor örneğin, *Ayrılma*'dan (1973) "Distress at Loss of Home" [Evi Kaybetme Endişesi] (PP/BOW/H.55) üzerine bir bölüm çıkarılmıştır. Bowlby, bu bölümde korumak için bir yuvası olan diğer memeliler ile hayatta kalmak için daha yaşlı bir insanla ilişkiye ihtiyaç duyan insan bebekleri arasındaki ayrımı vurgulamak niyetindeydi.

Bir yere bağlanma bölümü *Ayrılma*'dan (1973) hariç tutulmuş olsa da, Bowlby yine de kitabın başka bir yerinde insanların sevdikleri belirli yerlerle bağlar oluşturduğunu varsayar. Sonuç olarak, bağlanma kavramının uygun uzantısı konusunda bir belirsizlik ortaya çıkmaktadır. Bu belirsizliğin, Bowlby'nin fikirlerini miras alanlar için önemli sonuçları oldu. Örneğin, dini

figürlere bağlılığın Bowlby'nin teorisinin kabul edilebilir bir uzantısı olup olmadığı konusunda hararetli tartışmalar yapılmıştır (Granqvist, 2010).

Bowlby'e bağlanma teorisi ile bilgilendirilmiş evlat edinme ve koruyucu aile olma kararlarında çocukların aşina olduğu yerlere yeterli önemin verilmemesine katkıda bulunduğuna dair eleştiriler yöneltilmiştir (Jack, 2008).

Son olarak, Bowlby'nin uzun kariyerine geri dönüp baktığından Arşiv de önemli retrospektif belgeler içeriyor. Bunlar arasında bu kitabın 11. ve 12. Bölümleri yer almaktadır. Arşivde başkaları da var. Biri 1979 tarihli el yazması "The Ten Books Which Have Most Influenced My Thought'dır [Düşüncemi En Çok Etkileyen On Kitap] (PP/BOW/A.1/8). Bu yazıda Bowlby, Freud'un 1928'de *Psikanaliz Üzerine Giriş Dersleri*'ni ilk kez Cambridge'de bir lisans öğrencisiyken okuyor. 1929'da, "rahatsız çocuklar için bir okulda kısa bir süre çalıştığımda," Freud'un çalışması "benim için hayata geçti... ve daha sonraki tüm çalışmalarım üzerinde büyük bir etki yarattı" diyor. Bowlby'nin Thomas Kuhn'un (1962) *Bilimsel Devrimlerin Yapısı*'yla karşılaşması da ilgi çekicidir. "Bunu muhtemelen 1964'te karton kapaklı baskı çıktığında okudum. Bilimin ne olduğu ve bilim insanlarının nasıl çalıştığına dair tüm anlayışım üzerinde derin bir etkisi oldu." Bir diğer önemli retrospektif metin, 1986'da BBC ile yapılan röportajdır (PP/BOW/F.5/8). Burada, örneğin, Bowlby'nin öne sürdüğü çok uzun süreli ayrılığın erken deneyimleri ile çocukların duygularını ve davranışlarını düzenlemedeki zorlukları arasındaki bağlantının kökenlerini öğreniyoruz:

> Sanırım 1937 veya 1938'de başladı. Londra Çocuk Rehberliği Kliniği'nde çocuklarla çalışıyordum. Birbiri ardına

iki vaka gördüm, güya düzeltilemez oldukları için sevk edilen bu çocukların çalma davranışı vardı, genellemek gerekirse çok zor durumdu, ikisi de on sekiz aylıkken bir hastanede dokuz ay geçirmişti. O günlerde humma geçiren çocuklar bir izolasyon hastanesine götürülürdü, gerektiği kadar orada kalırlardı... O günlerde ebeveynlerin ziyaret etmelerine izin verilmiyordu ve iki yıl ve üç aylıkken eve döndüklerinde uzaktılar, kendi ebeveynlerinden duygusal olarak uzaktılar... Bu iki hikâyenin biri küçük bir oğlan, diğeri küçük bir kız olması dikkat çekiciydi - bu hikâyeler olağanüstü derecede birbirine benziyordu.

Sonuç

Daha on yıl öncesine kadar, psikolojideki genel teoriden uzaklaşma eğilimine karşı duran bağlanma teorisi, çocuk gelişimi alanında ayakta kalan son büyük paradigmalardan biri olarak görülüyordu: "Bowlby-Ainsworth geleneği, psikolojik işleyişin birden fazla alanında ve yaşam süresi boyunca davranış ve duygu hakkında tahminlerde bulunan daha genel veya 'büyük bir teorinin' nadir bir örneğidir" (Waters & Cummings, 2000, s.164). Bugün, bağlanma teorisi sadece uluslararası bir araştırma programının temelini oluşturmakla kalmayıp, aynı zamanda yaygın bir klinik izleyici kitlesini cezbetmiş ve çocuklukla ilgili politika ve kamusal söylemdeki "nörolojik dönüş" ile yenilenmiş bir kesinlik elde etmiştir. Simons (2014), psikolojide teori ihtiyacına karşı çıktı, çünkü "güvenilir etkiler için birikmiş kanıtlar bilimin kalıcı mirasıdır – teoriler gelir ve gider" (Simons, 2014, s.79). Yine de, birikmiş kanıtlara dayanan ve genişletilmiş bağlanma teorisi gibi iyi temelli bir teori yararlı-

dır. Araştırmacıların ve klinisyenlerin deneyimlerinin düzenlenmesine, belirsizliği tolere etmesine, içgörü edinmesine, plan yapmasına ve klinik çalışma ile araştırma gibi farklı alanlar arasındaki fikir akışını desteklemesine yardımcı olabilir.

Yirmi birinci yüzyılda incinmiş olmanın ve insan olmanın ne olduğuna dair anlayışımızı genişleten ve zenginleştiren bu makaleleri yayınlamaktan onur ve mutluluk duyuyoruz. Arşivi açtıkları için Bowlby ailesine ve bu malzemeleri önemseyen ve koruyan, insanlar onlarla temas kurup ziyarete ettiğinde coşkuyla karşılayan Wellcome Koleksiyonu'ndaki personele minnettarız.

Kaynakça:

Bowlby, J. (1940). The influence of early environment in the development of neurosis and neurotic character. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 21: 154–178.

Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home-life. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 25: 19–53.

Bowlby, J. (1951). *Maternal Care and Mental Health*. Geneva: World Health Organisation Report.

Bowlby, J. (1957). An ethological approach to research in child development. *British Journal of Medical Psychology*, 30: 230–240.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 39: 350–373.

Bowlby, J. (1960). Separation anxiety. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 89–113.

Bowlby, J. (1961). Processes of mourning. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 42: 317–340.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss-I, Attachment*. London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme-I, Bağlanma*, Pinhan, çev. Tuğrul Veli Soylu.]

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss-II, Separation: Anxiety and Anger.* London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme-II, Ayrılma*, Pinhan, çev. Müge Günay.]

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss-III, Loss: Sadness and Depression.* London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme-III, Kaybetme*, Pinhan, çev. Nüket Diner.]

Bowlby, J. (1988). The role of attachment in personality development. In: J. Bowlby, *A Secure Base, Clinical Applications of Attachment Theory* (s. 134–154). London: Routledge.

Bowlby, J., Ainsworth, M., Boston, M., & Rosenbluth, D. (1956). The effects of mother-child separation: A follow-up study. *British Journal of Medical Psychology*, 29: 211–247.

Bowlby, J., Robertson, J., & Rosenbluth, D. (1952). A two-year-old goes to hospital. *Psycho-Analytic Study of the Child*, 7: 82–94.

George, C. & West, M. (2012). *The Adult Attachment Projective Picture System.* New York: Guilford.

Granqvist, P. (2010). Religion as attachment: The Godin award lecture. *Archive for the Psychology of Religion*, 32: 5–24.

Jack, G. (2008). Place matters: The significance of place attachments for children's well-being. *British Journal of Social Work*, 40: 755–771.

Kuhn, T. (1962). *The Structure of Scientific Revolutions.* Chicago: University of Chicago Press. [*Bilimsel Devrimlerin Yapısı,* Kırmızı Yayınları, çev. Nilüfer Kuyaş.]

Simons, D. J. (2014). The value of direct replication. *Perspectives on Psychological Science*, 9: 76–80.

Van der Horst, F. C. & Van der Veer, R. (2009). Separation and divergence: The untold story of James Robertson's and John Bowlby's theoretical dispute on mother–child separation. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 45: 236–252.

Waters, E. & Cummings, M. (2000). A secure base from which to explore relationships. *Child Development*, 71: 164–172.

KISIM 1

TAMAMLANMIŞ TEORİK YAZILAR

1. BÖLÜM

KAYIP SONRASI SAVUNMALAR

Nedenleri ve İşlevleri

Şubat, 1962.
(Editörler: Wellcome Collection Archive
PP/BOW/D.3/78)

Giriş

Daha önceki makalede[1] (Bowlby, 1960) bastırma, ego bölünmesi, yadsıma gibi savunma mekanizmalarının çocuğun anne figüründen ayrılması sırasında ortaya çıktığı sonucuna ulaşılmıştı. Öte yandan, süreçlerin ortaya çıkmasının nedenleri ve eğer varsa, hangi işlevlere hizmet ettiğiyle ilgili çifte problemin incelenmesi daha sonraya bırakılmıştı. Nedeni de bunların savunmayla ilgili tüm kuramların ve dolayısıyla psikanalizin temel sorunları olmalarıydı. Freud, "Bastırma kuramının tüm psikanalizin dayandığı temel yapı taşı" olduğunda ısrarcıydı. (Freud,1914d, ps.16).

Bu incelemede büyük ölçüde genel kuramdan farklı bir motivasyon kuramı benimsediğim için, ileri süreceğim savunma kuramı da farklı olacak. Kaçınılmaz olarak bunun, özellikle de zihin yapısı kuramıyla ilgili, çok kapsamlı sonuçları olacaktır. Bu makale bu nedenle bizi meta-psikolojinin kalbine götürmektedir. Dahası, elimizdeki görev yaşanan kayıp sonrasında ortaya çıkan savunmalarla sınırlı olsa da tartışmayı bu savunmalarla sınırlamak mümkün değildir. Söz konusu savunmalar, özellikle de bastırma ve bölünme (bölme), tüm savunma ku-

1 [Editör Notu]: J. Bowlby (1960) olduğunu tahmin ediyoruz.

ramları için o kadar merkezi bir önem taşır ki, genel kuramdaki temel problemlerle tekrar tekrar karşı karşıya geliriz.

Bu makale üç bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde genel savunma kuramının birtakım ana özelliklerini inceleyeceğim, buna ek olarak kuramın genelde hangi olgulara uygulandığını ve savunmanın sebep ve işleviyle ilgili problemlerin çoğunlukla nasıl ele alındığını da irdeleyeceğim. Temel amacım, açıklama gerektiren verilerin doğasını ortaya koymak ve geleneksel kuramın taşıdığı bazı güçlüklere dikkat çekmek olacak.

Bu gibi çelişkilerden biri, kuramın olgunlaşmamış yapının savunma için özellikle elverişli olduğunu kabul ederken, savunmanın ortaya çıkabilmesi için önemli ölçüde bir zihinsel organizasyonun da var olması gerektiğini öngörmesidir.

Ayrıca, ileri sürdüğüm kuramın geleneksel kuramla benzer yanlarını, özellikle de Freud'un travmanın yol açtığı birincil bastırma kuramını da vurgulayacağım. Freud'un ilk çalışmalarında yer alan bu görüş 1926'dan sonraki çalışmalarında yeniden yer almıştır.

Freud, anksiyetenin bastırmanın bir sonucu olmak şöyle dursun, bastırmanın ortaya çıkışından itibaren temel bir koşul olduğunu ve dahası, "yoğun anksiyetenin ilk patlak verişinin, süperego ayrımlaşmasından önce gerçekleştiği"ni (Freud, 1926d, s. 94) fark etmesi üzerine bu görüşü geliştirmiştir.

İkinci bölümde, savunma süreçlerinin yaşanan bir kaybın ardından tetiklenmesi eğiliminin ortaya çıkardığı belirli sorunlara odaklanacağım. Burada hem küçük çocukların ayrılığa verdikleri tepkilere dair doğrudan gözlemlerime, hem de *Patolojik Yas ve Çocukluk Dönemi Yas* (Bowlby,1963) üzerine daha önce yayınlanmış bir makalede ortaya konan, yaşça daha büyük katılımcıların analizi sırasında elde edilmiş verileri kullanacağım. Ortaya

çıkan zihinsel durumun özelliği, bir şekilde birbirinden ayrışmış iki zıt motivasyonel sistemin aynı anda var olmasıdır. Bu nedenle sorun, ayrışma sürecinin doğasını; bir yasın ardından belirli bir form almasına neden olan koşulları ve ayrışma sürecinin sağlık üzerindeki işlevini anlamaktır. Öne sürülen hipotez, psikolojik hastalığı Claude Bernard'ın (1865-1961) bize öğrettiği şekilde görmemizi sağlar yani psikolojik hastalık, faydalı ancak miktar olarak hatalı bir sürecin sonucudur. Bir savunmanın öngörülebilir bazı sonuçlardan kaçınmak için başlatıldığı düşünülmez ve egonun, bilinçli ya da bilinç dışı olarak belli bir amaca yönelik savunma önlemleri aldığı kabul edilmez. Tam tersine birey sürecin bilinçsiz bir öğesi olarak kabul edilir, süreç onun farkındalığı dışında gerçekleşir ve bu nedenle de birey tarafından bilinmezdir. Büyük olasılıkla sonrasında davranışını mantıklı sebeplerle destekleyecek ve açıklayabilecek olsa da, gerçek sebepler onun mantığının çok ötesindedir. Bu nedenle insan kadar hayvanlara da uygun bir hipotezdir.

Savunma Kavramları

Savunma davranışı ve savunma süreci

Sperling'in (1958) belirttiği gibi yaygın olarak savunmaları tanımlayan durumların listesi yapıldığında listedeki maddeler doğası gereği heterojendir. Gerçekten de savunma terimi, hastalıklar, karakterler, belirti kümeleri, duygulanımlar, fizyolojik durum ve süreçler, psikolojik durum ve süreçler, sanat formları ve hem sosyal hem de antisosyal davranışlar gibi birbirinden son derece farklı görüngüler için kullanılmıştır. Bu listeden nedensellik ve işlevsellik tartışmasının odağı gibi görünen iki ana kullanımı seçmekte yarar var.

Temel kullanımlardan biri, bastırmada olduğu gibi, savunmayı psikolojik bir süreç olarak ele alır. Mantıken, bu süreçler doğrudan gözlenemediği için çıkarım düzeyindedir. Yine de çıkarımlar gözlemden sadece bir adım geridedirler ve gözlemle elde edilen verilerle kolayca ilişkilendirilebilirler. Bu anlamda Freud (1894a) bu kavramı ilk öneren ve kullanan kişidir, ve o zamandan beri bu hâliyle kullanılmaktadır.

Diğer bir genel kullanım ise, ortak yönleri varmış gibi göründükleri için birlikte gruplandırılan bazı duygu ve fantezilerle ilişkili davranış biçimlerine atfedilir. Obsesif ritüeller, manik davranış ve kişinin kendindeki kusurlara sahip başka insanlara yönelik saldırganlıkları bunun örnekleridir. Bunlar davranış biçimleri olarak hemen o anda gözlemlenebilirler. Dahası, bu durumlar (ya da bunlarla ilgili sözlü bildirimler) elimizdeki verilerin temelini oluşturduğu için tartışmaya buradan başlamak mantıklıdır.

İncelendiğinde savunma davranışının farklı biçimleri en azından üç ayrı sınıfa dahil gibi görünmektedirler. En basit sınıf bir nesneden diğerine yönlendirilmediği sürece değişmeyen davranışı içerir[2]. İkinci bir sınıf, esas doğası bir davranışın yerine başka bir davranış koymak olan ve büyük oranda etkisizleştirilmiş durumda olsa da güçlü bir potansiyeli olduğu söylenebilecek olan karşıt tepki oluşturmayı içerir. Karşıt tepki oluşturma hem aşırı derecede kibar, saf, erdemli davranışları, hem de aşırı derecede zalim, düşmanca, düşüncesiz davranışları içerir. Üçüncü sınıf ise, yer değiştirmedeki gibi, ne biçim bakımından değişmeksizin kalan ne de karşıt tepkideki gibi bir şeyin tam tersi olan heterojen davranışları kapsar. Örneğin bir hayal kırıklığı sonrasında parmak emmek ya da mastürbasyon

2 [Bowlby Notu]: Psiko-analitik terminolojide "yer değiştirmeler"; etiyolojik terminolojide "yön değiştirmiş" aktiviteler.

yapmak gibi genelde gerileme olarak isimlendirilen davranışları ve ayrıca, örneğin bir kaybın ardından bu kaybın başka bir nesneyle ikame edilmesi gibi başka türden davranışları da içerir. Bu üçüncü grubu açıklamak için incelemeye değer olduğunu düşündüğüm kuramlar, etolojistlerin "yer değiştirme faaliyeti" olarak terimleştirdikleri davranışları açıklamak için öne sürülmüş kuramlardır.

Bu üç davranış sınıfının (ve bu davranışlarla ilgili duygulanım ve fantezilerin) savunma olarak bir arada gruplanmasının altında yatan anlayış, söz konusu davranışın duruma daha uygun olan ve yalnızca örtük ve parçalar hâlinde de olsa belki de eşzamanlı olarak gerçekleşmekte olan başka türden bir davranışın alternatifi olarak ortaya görünmesidir. Her iki davranış türü de potansiyel olarak her zaman varlığını sürdürmesine rağmen, daha uygunsuz olan daha baskındır ve savunma olarak tanımlanır.

Farklı davranış türlerine atıfta bulunurken her seferinde parantez içine "ilgili duygulanım ve fantezileriyle birlikte" ibaresini eklediğim dikkatinizi çekecektir. Bunun nedeni, benim dıştan görülen davranışı, bir organizmanın motivasyonel bir sisteminin[3] bileşenlerinden sadece biri olarak görmem ve fantezilerin, bilinçli ve bilinçdışı düşünce ile duygulanımların da bu tür sistemlerin hem ayrılmaz bir parçası hem de başkaca bileşenleri olduğunu düşünmemdir. Bu kullanım bu açıklamayı gerektirmiştir.

---

3 [Bowlby Notu]: Bir motivasyon sistemi, içgüdüsel tepki sistemleri olarak adlandırdığım bir dizi şeyin entegrasyonunun ürünü olarak düşünülür. Örneğin, yapışma ve takip etme belirli içgüdüsel tepki sistemlerinin tezahürü iken özel bir figüre yönelik sonuçta ortaya çıkan bağlanma davranışı, bunlardan ve her biri öğrenme yoluyla) tamamlayıcı durum olarak f figürün mevcudiyetin sağlayan diğer içgüdüsel tepki sistemlerinden oluşan bir motivasyonel sistemin tezahürü olarak düşünülür.

Daha önceki bir makalede (Bowlby, 1961)[4] kuram yapılandırılmasında belirli bir nesneye ya da hedefe yönelmiş belirli bir tür davranış yerine, duygulanımın temel veri olarak kullanılmasının ortaya çıkarttığı güçlüklere dikkat çekmiştim. Orada görüldüğü gibi, yas çalışmalarında keder ve suçluluğa dair duygularla aşırı meşgul olunması hem kayıp nesneyi yeniden ele geçirme hem de terk edip gittiği için ona sitem etme dürtüsünün ihmal edilmesine yol açmıştır. Öte yandan, güdülenmiş davranışın doğası keşfedildiğinde, duyguların yeri daha kolay anlaşılacaktır. Savunmaya davranış ve motivasyon açısından yaklaşıldığında da yine aynı avantajın geçerli olacağı düşünülmektedir.

Organizma ne kadar basitse, motivasyon ile eylem arasındaki yol da o derece kısadır; organizma ne kadar gelişmişse ikisinin arasındaki ilave sistemlerin sayısı da o kadar büyür. İnsanda bu ara sistemlerde ortaya çıkan süreçler çok karmaşık olmasına, eyleme geçme dürtüsü ile eylem arasında uzun gecikmelere ve buna ek olarak sonuçta ortaya çıkan eylem ile başlangıçtaki motivasyon arasında büyük bir değişime yol açabilmesine rağmen; ara süreçlerin kendisi, ortaya çıkan davranış ile motivasyonel sistemi birbirine bağlayan zincirdeki halkalardan fazlası değildir.[5] Dolayısıyla ara süreçler en iyi şekilde motivasyonel sistemler ve motive olmuş davranış üzerinden anlaşılır. Bu noktadan bakıldığında hem amaca yönelik düşünce, hem de gündüz düşü birer eylem denemesi olarak; bilinçdışı fantezi ise bilinçdışı düzeyinde birer eylem denemesi formu olarak kabul edilir. Benzer şekilde, başarıya yönelik gündüz düşleri gibi sa-

4 [Editör Notu]: J. Bowlby (1961) olduğunu düşünüyoruz.

5 [Bowlby Notu]: Daha doğru bir ifade şekli "bir ağdaki düğümler" olabilir.

vunma amaçlı bir fantezi de, savunma davranışının özel ve gizli bir formu olarak kabul edilir.[6]

Tekrar *savunma süreçlerine* dönelim. Bunlar en iyi şekilde, organizmada farklı motivasyon sistemlerinin birbiriyle ilişkisi arasında bariyerler oluşturan süreçler olarak tanımlanabilirler. Normalde sistemler arası etkileşim serbesttir. Örneğin, diyelim ki bir insanın ev yaşantısındaki davranışlarını profesyonel yaşamındaki davranışlarını ve tatildeki davranışlarını düzenleyen sistemler arasında çoğunlukla neredeyse hiç bariyer yoktur. Her biri diğerinden farklı şekilde düzenlenebilse de ortak noktalara sahiptirler, dikkat çekici çelişkiler yoktur ve her biri belirli dönemlerde oldukça düzenli şekilde davranışı yönlendirirler. Her biri diğerlerinin ihtiyacından haberdardır çoğunlukla yaptıkları gibi birbirleriyle çatıştıklarında da regülasyon oldukça akıcı ve etkilidir.

Diğer yandan, savunma süreçleri mevcutken her bir sistem diğerlerinden ayrılmış ve onlarla savaş hâlindeymiş gibidir. Sonuç olarak biri ya da birkaçı sahneye hâkim olurken, diğerleri davranışı yalnızca sinsice ve bölük pörçük bir şekilde etkiler, çatışma ve çelişkiler çözümlenmemiş şekilde kalır, böylece birinden kaynaklanan bir davranış bazen diğerinden kaynaklanan davranışı iptal eder. Çoğunlukla kişi farkında değildir ya da bazılarının varlığının sadece kısmen farkındadır. Bu Freud'un *Outline'da* [Psikanalizin Ana Hatları] şu sözlerle özetlediği durumdur: "aslında nevrozların evrensel karakteristiği öznenin zihinsel yaşamında belirli bir davranışla ilgili olarak birbirinden zıt ve ba-

6 [Bowlby Notu]: "Davranış" terimini oldukça geniş anlamda kullandığımda Rapaport'u takip ediyorum: "Bu kuramda davranış geniş bir şekilde tanımlanmıştır ve duygu ve düşüncenin yanı sıra açık davranışı da içerir." Zihinsel aygıt modeli, modern felsefenin modeliyle uyumludur (örneğin, Hampshire, 1962). [Editör Notu]: Bu Sanki D. Rapaport (1953) and S. Hampshire (1962).

ğımsız iki farklı tutumun var olmasıdır" (Freud, 1940a [1938] s.77). Savunma süreci kavramının en iyi kullanımı "tutumları" veya benim adlandırdığım şekliyle motivasyonel sistemleri birbirinden bağımsız ve ayrı olmaya yönlendiren süreçlerdir.

Bu nedenle, savunma teriminin alışkanlıkla (a) başka bir tür davranışa (ilişkili duygulanımları ve fantezileriyle) bir şekilde alternatif olan ve onlarla birlikte var olan davranışa (ilgili duygulanımları ve fantezileriyle birlikte) ve (b) bu diğer türden davranışlardan sorumlu tutulan psikolojik süreçlerin açık ve doğrudan bir şekilde tezahür etmemesine atıfta bulunmak için kullanıldığı görülmektedir. Bu çift kullanım akıl karıştırıcı olsa da savunmanın özü bunda yatar. Savunma kavramı yalnızca organizmanın en az iki motivasyon sisteminin birden aktif (veya potansiyel olarak aktif) olduğu değil, aynı zamanda uyumsuz motivasyon sistemlerinin düzenlendiği olağan süreçlerin işleyemediği bir tür bariyerle birbirinden ayrıldığı durumu da hem tanımlamak ve aynı zamanda açıklamak için kullanılır. Bir yanda "savunma davranışı" ve diğer yanda "savunma süreci" olarak sözünü etmem bu iki kullanımı birbirinden ayırt etmek içindir. Geleneksel kullanılan "savunma mekanizması" ve "savunma yöntemi" kavramları bu ayrımı yapmaz bu nedenle de tatminkâr değildir[7]. Savunma kavramının uygulandığı diğer pek çok fenomenin özel olarak incelenmesini gerektirir. Bunların çoğu, örneğin fizyolojik ve psikolojik durum ve süreçler, bu kurama göre sonuç kategorisine girer, sıklıkla da patolojik sonuçlar. Şimdi karşımızdaki problem bunları ortaya çıkaran süreç ve koşulları en iyi nasıl anlayacağımızdır. Gelecek bölümde Freud ve diğer analistlerin bunlara nasıl yaklaştıklarına göz atalım.

---

7 [Bowlby Notu]: Örneğin, Anna Freud (1936, s.47) tarafından verilen savunma mekanizmaları listesi, hem savunma sürecini, ör. bastırma ve savunma davranışı, ör. Reaksiyon oluşumu içerir.

Birincil ve ikincil bastırma

Freud'un savunma süreçlerini açıklaması ile ilgili bir okuma iki ana sınıf ayırt ettiğini gösterir. Bir sınıfın nispeten düşük, ikincinin ise daha üst seviye psikolojik düzeyde işlev gördüğünü düşünür. Bazen birini, bazen de diğerini vurgular; her ikisi de son eseri *Outline*'da [Psikanalizin Ana Hatları] (Freud, 1940a [1938]) tanımlanmıştır. "İki farklı nedenden dolayı," diye belirtir "id egonun kendisini savunmak zorunda olduğu tehlikelerin kaynağıdır. İlk başta güdünün ölçüsüz gücü dış dünyadan gelen ölçüsüz bir 'uyaranın' verdiği gibi egoya zarar verebilir"; bunu egonun dinamik organizasyonunu yok ederek yapar. Bu hipotezde ne öğrenme süreci ne de öngörü kastedilmektedir. Bunun yerine, idden kaynaklanan aşırı uyarılmanın egonun dinamik organizasyonunu doğrudan bozması tehlike olarak kabul edilir ve savunma süreci bunun gerçekleşmesini önlemek için otomatik olarak oyuna katılmaya davet edilir. "İkinci olarak," diye devam eder "deneyim kendisi katlanılmaz olmayan bazı içgüdüsel gereksinimlerin doyurulmasının dış dünyadaki tehlikeleri içerdiğini egoya öğretmiş olabilir, böylece bunun gibi bir içgüdüsel gereksinimin kendisi tehlike hâline gelir" (Freud, 1940a [1938], s.73). Bu hipoteze göre içgüdüsel gereksinim kısıtlanır çünkü, acı verici deneyim yoluyla birey, doyumu, istenmeyen sonuçların takip edeceğini öğrenmiştir.

İlk ayrımı açıkça çizdiği *Inhibitions, Symptoms and Anxiety*'de [Tutukluk, Semptom ve Kaygı] (Freud, 1926d) Freud ilk süreci "birincil geri bastırma" olarak kavramsallaştırmıştır. Buna uygun olarak Freud kendisi böyle yapmış gibi görünmemesine rağmen ikincil süreci "ikincil bastırma" olarak kavramsallaştırabiliriz.

Bu tanımlamadan anlaşılacağı gibi, Freud tehlike ve anksiyetenin iki kaynağının birbirinden bütünüyle farklı olduğunu

varsayar ve aynısı tetiklenmiş olduğuna inandığı iki savunma süreci için de geçerlidir. Freud'un ikinci tehlike kaynağı kolayca anlaşılabilir. Eylemlerimizin hem fizik dünyadan –ateş bizi yakar– hem de sosyal dünyadan –insanlar kötüye kullanılmaktan hoşlanmazlar ve intikam alırlar– kötü sonuçlarla karşılaşması nadir değildir. Bu nedenle deneyim süresince eylemlerimizi her ne kadar kusurlu da olsa yavaş yavaş kontrol etmeyi öğreniriz; içgüdüsel dürtülerin[8] acil teşvikinden kaynaklanan düşünmeden gerçekleştirilen eylemler yine de başımızı derde sokabilir. Sonuç olarak içgüdüsel dürtülerin kendileri tehlike olarak algılanır. Diğer yandan, Freud'un ilk tehlike kaynağının doğası bu denli bariz değildir. Onun aşırı uyarılmanın ego organizasyonunu tehlikeye atabileceği fikrini nasıl anlayacağız? Eğer bu gerçekten savunmaları gerektiren bir tehlikeyse, ikincil tehlikeye karşı korunmak için gerekenden çok farklı bir tür savunma olacağı açıktır.

Aslında psikopatoloji için benim tezim, tehlikenin birincil kaynağı ve sebep olduğu savunma çeşitleri tehlikenin ikincil kaynağından ve sebep olduğu savunmalardan çok daha fazla olduğudur. Böyle düşünmenin temel sebebi birincil bastırma kuramının, patolojik savunmaların ortaya çıkması için en uygun olduğu ontojenik aşamaya ilişkin kanıtlara ikincil bastırma kuramından çok daha iyi uymasıdır.

Ampirik olarak, patolojik olan savunma süreçlerinin özellikle bebeklikte ortaya çıktığına inanmak için iyi bir neden vardır – ne kadar az olgunlaşma söz konusuysa ve bu nedenle zihinsel organizasyon daha az farklılaşmışsa bu o kadar mümkün görünür. Bu ikincil bastırma kuramını büyük bir güçlükle yüz yüze geti-

8 [Bowlby Notu]: Rapaport Freud'un "tribe"ın Tercümesini "instictual drive) olarak benimsemiştir. [Editorün notu] bu muhtemelen D. Rapaport (1953).

rir çünkü Freud'un kendisinin de fark ettiği gibi (Freud, 1915d, s.147) bastırmanın meydana gelebilmesi için hatırı sayılır miktarda bir zihinsel örgütlenmeyi şart koşar. Aksine birincil bastırma kuramı böyle bir şey gerektirmez. Tam tersine, Freud tarafından savunmanın anksiyete tarafından uyandırıldığını fark ettikten sonra ve "çok yoğun bir tür anksiyetenin en erken patlak verişi süper egonun ayrışmasından önce gerçekleşir" görüşüyle uyumlu olması için açıkça yapılandırılmıştır (Freud, 1926d, s.94). Aynı şekilde Fairbarm (1952) ve Melanie Klein (1952) tarafından geliştirilmiş savunma kuramlarının her biri bunu dikkate alarak tasarlanmıştır. Taslağını oluşturacağım kuram bu türdendir.

Freud'un birincil bastırma kavramının altında yatan önemli fikir travmadır. Bu fikri kuramlaştırdığı[9] süreçte kariyeri inişli çıkışlıydı. İlk başta ilgi görüyordu, gerçekte yalnızdı. Breuer ve Freud (1893a) arasında histeri üzerine başlangıçtaki iletişimde travma patojen ve savunmanın başlatıcısıydı. Bu nedenle, "bastırma" kelimesinin ilk kez kullanıldığı paragrafta "travmanın doğası reaksiyonu barındırmadığı için ruhsal bir travmaya reaksiyon vermeyen" hastalara gönderme yapılır (Freud, 1893a, s.10). "Ruhsal travma –daha doğrusu travmanın anısı– girişinden çok sonra bile hâlâ iş başında bir etmen olarak görülmeye devam edilmesi gereken yabancı bir cisim gibi davranır" (Freud, 1893a, s.6). Sonraki yıl Freud'un *The Neuro-Psychoses of Defence*'te [Savunmanın Nöropsikozları] (Freud, 1894a) detaylandırdığı kuram şu görüşü merkez alır; ruhsal aygıt çok fazla miktarda "bir niceliğin tüm vasıflarına sahip olan şeylerle... duygulanım kotası ya da toplam uyarılma" başa çıkamadığı için belirtiler ortaya çıkar.

9 [Bowlby Notu]: Bu tarihin izini sürerken C. Brenner'a (1957) çok şey borçluyum.

Oysa kısa süre sonra cinsel baştan çıkarmanın gerçekliğine yönelik hayal kırıklığının ardından, bir süre travmanın patogenez kuramına güvenini kaybetti. Buna ek olarak, rüyalar (Freud,1900a), gündelik yaşam (Freud, 1904b) ve şakalar (Freud, 1905c) ile bağlantılı olarak takip eden on yıl boyunca araştırdığı bilinç dışı motivasyonun hemen her yere olan etkisini farketmesi, ilgisini psikopatolojiden uzaklaştırdı. Artık dikkatini olgunlaşma ve kültürel etkilerden kaynaklanan sürece yoğunlaştırmıştı, böylece ikincil bastırma kavramı doğdu. Gerçekten de sonraki 20 yılda kendisini, bastırmanın eylemin istenmeyen sonuçlarının fark edilmesinden kaynaklandığı kavramıyla tanımlamaya başlamıştır. *On the History of Psycho-Analytic Movement*'da (Freud, 1914d) [Psikoanalitik Hareketin Tarihi Üzerine] erken dönem fikirlerinin o sırada verdiği bilgilerle örtüşmeyen bir tanımını buluyoruz. Burada yirmi yıl sonra, geliştirdiği kuram Breuer'inki ile çelişmektedir. "Breuer," diye belirtir Freud, "histeri hastalarındaki zihinsel bölünmeyi farklı zihinsel durumlar arasındaki iletişim yoksunluğu ile açıklamaya çalışmıştır ...ben konuyu daha az bilimsel olarak ele aldım" diye sürdürür Freud; "her yerde, gündelik hayatınkilere benzer güdüler ve eğilimler seziyor gibiydim" (Freud, 1914d, s.11). Bastırmanın açıklaması 1926'da Encylopedia makalesine kadar aynı şekilde oldukça rasyonel olarak sürer:

> Zihinde sansür işini yerine getiren bir güç vardır, bilinci ve eylem üzerindeki etkisini, onu hoşnut etmeyen tüm eğilimleri devre dışı bırakır. Bu tür eğilimler "bastırılmış" olarak tanımlanır. Bilinçdışı kalırlar.
>
> (Freud, 1926f [1925], s.265)

Bu açıklamaların hiçbirinde aşırı uyarılma, travma ya da birincil bastırma fikirleri bulunmaz; onun yerine bastırma, kusurları unutma ve onları tekrar etmekten kaçınma arzusunun abartılmasından biraz daha fazlası olarak temsil edilir.

Bununla birlikte, çalışma yaşamının orta bölümü boyunca Freud, birden fazla bastırma çeşidinin olduğunun farkındaymış gibi görünür ve bu nedenle 1926'dan sonraki son dönemde ikisi arasında net bir ayrım yaptığını görmek şaşırtıcı değildir.

"Başka bir yerde gösterdiğim gibi" diye yazar *Inhibitions, Symptoms and Anxiety*'de [*Tutukluk Semptom ve Kaygı*]:

> Terapötik çalışmalarımızda uğraşmak zorunda kaldığımız bastırmaların çoğu baskı-sonrası vakalarıdır. Daha yakın zamandaki bir duruma bir çekim uygulayan daha önceki, birincil bastırmaların işlediğini varsayarlar. Bastırmanın arka planı ve ilk aşamaları hakkında henüz çok az şey biliniyor. Süperegonun bastırma üzerinde oynadığı rolün büyütülmesi tehlikesi söz konusudur. Şu an bunun olasılıkla birincil bastırmanın mı ardıl baskının mı ortaya çıkışı olduğunu söyleyemeyiz. Yine de yoğun anksiyetenin ilk patlak verişi, süperego ayrışmasından önce gerçekleşir. Büyük olasılıkla birincil bastırmanın ani tetikleyici nedenleri aşırı uyarılma miktarı, uyaranlara karşı koruyucu kalkanın kırılması gibi niceliksel faktörlerdir.
>
> (Freud, 1926d, s.94)

Son bir cümle olarak, travma iyileştirilir. Bundan sonra, görüşlerinde üç ana özetin her biri tekrarlanır. "En erken ve temel bastırmalar doğrudan egonun aşırı libidinal gereksinim ile kar-

şılaştığı travmatik etkenlerden kaynaklanır." (*New Introductory Lectures* [Ruh Çözümlemesine Yeni Giriş Konferansları], Freud, 1933a, s.123). "Erken travma – Savunma – Latans – Nevrozun Ortaya Çıkışı – Geri çekilmiş materyalin kısmi geri dönüşü: bu nevrozun gelişimi için oluşturduğumuz formüldür" (*Musa ve Tektanrıcılık*, Freud, 1939a, s.129). "İçten gelen güdüsel gereksinimler dış dünyadan gelen uyarılardan daha az "travma" olarak işlemezler... Çaresiz ego bu problemleri savuşturabilmek için kaçmayı dener (bastırmalar yoluyla)," (Freud, 1940, s.61, *Psikanaliz Üzerine*).

Bu nedenle, travmanın Freud'un daha sonraki savunma düşüncesinde erken dönemde olduğu kadar merkezi bir yeri olduğuna şüphe yoktur. Bununla birlikte, daha sonra nasıl ele aldığı konusunda büyük bir fark vardır. 1920'ye kadar travma, yalnızca ölçüsüz dış uyaranlara bağlı olarak algılanıyor gibi görünmektedir: "Koruyucu bariyerin kırılmasına yetecek kadar güçlü herhangi bir dış uyaranı 'travma' olarak tanımlarız" (Freud, 1920g, s.29, *Haz İlkesinin Ötesinde*). Daha sonraki yazılarında, az önce gördüğümüz gibi, "aşırı libidinal gereksinimden" kaynaklandığını kabul etmektedir. Bu, koruyucu bariyer kavramı ile birleştirildiğinde savunma kuramına yeni bir yaklaşım için başlangıç noktası olarak kullanılabilecek bir bakış açısı değişikliğidir.

Sonuçta oluşan "aşırı güdüsel gereksinim, kaygı ve travma, savunma" formülü yine de popüler olmadı. Büyük olasılıkla Freud'un tanımladığı anksiyetenin ikincil kaynağı ve buna bağlı savunmalar çok daha kolayca anlaşıldığı için, önde gelen analistler tarafından yapılan formülasyonların çoğu neredeyse travmatik olanı dışlayacak kadar onun üzerinde yoğunlaşmaktadır. Örneğin, Fenichel'in (1945) savunma üzerine yazdığı iki bölümün büyük kısmı güdülerin tatmininin dış dünyaya yönlendir-

me eğiliminin zorluk ve tehlikelerini, sonuç olarak da bunları sınırlandırma ihtiyacını tartışır. "Savunma güdülerinin kökleri dış etkilere dayanır" (Fenichel, 1945) şeklindeki ifadesi, söyleminin zeminini oluşturmaktadır. Yalnızca daha sonra değinilecek bir iki nokta bakış açısından uzaklaşır. Rapaport (1953) daha ileri gider gibi görünmektedir. Freud'un savunmanın dış gerçeklikle ilişkisine ilişkin kavramlarındaki değişiklikleri ana hatlarıyla belirtirken şunu ileri sürer: 1923'ten itibaren Freud "savunmanın temel güdüsü (belirleyicisi) gerçek tehlikedir ve dürtüye karşı savunulur çünkü buna uygun davranılırsa tehlikeli bir gerçek duruma yol açar. Böylece dürtülere karşı savunmalar gerçekliği temsil eder hâle gelir," görüşünü kabul eder Rapaport (1953, s.180).

Freud'un sonraki görüşlerinin bundan daha yanıltıcı bir açıklaması olamaz. Freud'un egoya zarar verebilecek aşırı bir içgüdü kuvvetinden kaynaklanan birincil bastırma kavramının kafa karıştırıcı olduğu açıktır. Görünüşe göre hiçbir yerde kuramın yapılandırılması için bir başlangıç noktası olarak alınmamıştır. Genellikle kısa bir referanstan sonra tartışma daha kolay bir zeminde ilerler. Hartmann (1939) belki de "içgüdüsel dürtülerin tehlike olarak deneyimlenmesinin nedenlerinden biri olgunlaşmamış egonun dürtülerin doyumunu sağlamadaki tipik yetersizliğidir" der. Her ne kadar Fenichel (1945) hemfikir olsa da, belli ki yine de bu kaygıları, duyarlaştırıcıların biraz fazlası olarak görmektedir:

> Bebek, kendi çabasıyla doyuma ulaşamaz, kaçınılmaz olarak çoğunlukla travmatik durumlara maruz kalır, buradan güdülerin tehlikeli olabileceği fikri doğar. *Daha spesifik deneyimler gösterir ki güdüsel eylemler gerçekten tehlikeli olabilir.*
>
> (s.13, benim italiklerim)

Birkaç sayfa sonra (s.142) "doğuştan gelen herhangi bir birincil anti-içgüdüsel güç olabilir" fikrini terkeder, bunu yaparken Freud'un birincil bastırma kavramını da terk ettiğinin farkında olup olmadığı belirsizidir. Bu iki pasajdan ve daha öncekinden (s.51) Fenichel'in daha fazla ağırlık verdiği şeyin, içgüdüsel eylemlerin *sonuçlarının* deneyimi olduğu hakkında çok az şüphe varmış gibi görünüyor.

Aynısı Anna Freud (1936) için de doğru gibi görünüyor. Her ne kadar "güdülerin gücünün sebep olduğu korku"yu savunma gerekçelerinden biri olarak kabul etse de, Freud'un görüşlerine hiçbir yenilik katmaz. Analitik terapinin vakalar üzerindeki etkisi hakkındaki karamsar görüşlerini vurguladığı paragraf, bunu gösterir[10]. Dahası, çoğunu psikotik olarak gördüğünü de vurgular. Ona göre birincil bastırma kişilik bozukluklarında ve nevrozlarda o kadar büyük bir rol oynamıyor gibi görünmektedir.

Melanie Klein'ın pozisyonu ise elbette çok farklı. Freud gibi, iki farklı çeşit savunma sürecinin olduğunu kabul eder. Birini "bölme" diğerini ise "bastırma" olarak kavramsallaştırır. "Bölme"yi ilk ve belirleyici süreç olarak ele alır. Sırasıyla biçimlenirken bastırmanın sonra aldığı biçim, ancak süperego daha iyi bütünleştikten sonra "savunmalar arasında öncü bir rol üstlenir. 'Bölme' işlemine başvurulduğu ölçüde... daha sonraki bir dönemde bastırmanın kullanımını kaçınılmaz şekilde etkiler" (Klein et al., 1952, s.228).

Melanie Klein'ın "bölme" ve "bastırma" kavramlarının Freud'un birincil ve ikincil bastırma kavramları ile nasıl bir iliş-

10 [Bowlby Notu]: Analize olumlu tepki vermeyen tek patolojik durumlar, hastanın içgüdülerinin gücünden duyduğu korkunun harekete geçirdiği savunmaya dayalı olanlardır. (A. Freud, 1936, s.69).

ki içinde olduklarını sorabiliriz. Ne Melanie Klein kişisel olarak bunu tartışmıştır[11] ne de bildiğim kadarıyla meslektaşları. Yine de iki fikir kümesi ne kadar yakından incelenirse, betimleyici düzeyde büyük ölçüde anlaşma olduğu o denli açık hâle gelir. Melanie Klein'ın bastırma kavramı tam olarak Freud'un ikincil bastırma kavramına karşılık gelir. Melanie Klein'ın bölme kavramı neredeyse kesin olarak Freud'un birincil bastırma kavramı ile açıkladığı olguyu işaret eder gibidir. Her birinde savunmanın kişilik organizasyonu üzerinde geniş kapsamlı etkileri olduğu kabul edilir. Eğer Freud'un tanımladığı diğer iki savunmayı –ikincil narsisizm ve ego bölünmesi– göz önünde bulundursak, süreçleri temelde aynı görme durumumuz daha da güçlenir. Her birinin Freud'un birincil bastırma ve Melanie Klein'ın bölme olarak kavramlaştırdıklarıyla yakın ilişkili olduğu daha sonra tartışılacaktır.

İkincil Narsisizm hakkında hem Freud hem de Melinie Klein bu denklemi kurmaya yaklaşmışlardır. İkincil Narsisizm sürecinin tanımlamasında Freud şöyle yazmıştır:

> Libidoyu nesnelerinden ayıran ve onlara tekrar geri dönüşüne engel olan süreç bastırma süreci ile yakından ilgilidir ve onun muadili kabul edilir...(Dahası) bu (narsisistik) süreçleri ortaya çıkaran ön koşullar, şu anda bildiğimiz kadarıyla, bastırmanın koşullarıyla neredeyse tıpatıp aynıdır.
>
> (Freud, 1916-1917, s.351)

---

11 [Bowlby Notu]: Melanie Klein'ın yazılarında birincil bastırmaya sadece bir kez kısaca değinilmiştir (1932, s138) On yıl sonraki bölünme ile ilgili fikirlerinin detaylandırılmasından öncedir.

Bağlamdan açıkça anlaşılabileceği gibi, Freud onları daha sonra ikincil değil birincil olarak kavramlaştıracağı bastırma ile ilişkilendiriyor... Oldukça benzer şekilde, Melanie Klein ikincil narsisizmi bunun bir sonucu olduğuna inandığı bölmeyle ilişkilendirir: "Şizoid[12] nesne ilişkilerinin başka bir tipik özelliği" diye yazar, "bunların narsisistik doğasıdır" (Klein et al., 1952, s.306). Yani birincil bastırma, ikincil narsisizm ve Klein'a özgü bölme tıpatıp aynı olmasa da yakın süreçler olarak görülür.

Freud tarafından ego bölünmesi olarak kavramsallaştırılan sürecin birincil bastırma ve ikincil narsisizmi ile aynı savunma kümesine dahil olduğu, terimlerin uygulandığı vaka materyali incelendiğinde daha da belirgin hâle gelir. (Bkz *Patolojik Yas ve Çocukluk Yası*, Bowlby, 1963). Bununla birlikte, bu savunma kümesinin asıl kimliği bu makalenin geri kalanının ana konusu olduğu için bu noktada bunu daha fazla tartışmaya gerek yoktur.

Yine de betimleyici düzeyde Melanie Klein'ın "bölme" olarak kavramlaştırdığı süreç, Freud tarafından "birincil bastırma" olarak kavramlaştırılan süreç ile neredeyse özdeş olmasına rağmen sürecin nasıl başladığı, hayatın hangi döneminde, ve ne işe yaradığıyla ilgili kavramlar bakımından büyük bir ayrılık vardır.

Freud'a göre, gördüğümüz gibi, birincil bastırma, aşırı libidinal gereksinim ile başlayan ve egoyu dağılmaktan korumaya

12 [Bowlby Notu]: Erken bölünme süreçlerini Şizofreninin temeli olarak gördüklerinden hem Melanie Klein (1952) hem de Fairbaim (1952) şizoid terimini bölünme ile eş anlamlı kullanırlar. Ben bu süreçlerin şizofreninin ortaya çıkmasıyla yakın ilişkili olduğuna inanmadığım için, bu kullanımı yanlış buluyorum.

yarayan bir süreçtir. Özellikle iki ve dört yaş arasında harekete geçmeye meyillidir.

> Tüm bu travmalar erken çocukluğa aittir[13]...iki ve dört yaş arasındaki dönem en önemlisidir. Travmalara karşı duyarlılığın doğumdan ne kadar sonra başladığını kesin olarak söyleyemeyiz.
>
> (Freud, 1939a, s.119-120)

Etkileri, Freud'a göre, genellikle belki de her zaman patojeniktir. Öbür yandan, Melanie Klein'a göre, bölme, ego tarafından kendisini öyle olduğunu düşündüğü "ilkel kaygı... içindeki ölüm içgüdüsü tarafından yok edilme tehdidi... olarak kabul ettiği şeye karşı savunmak için; bir ölçüde bu tehdidi dışarıya yönlendirir" benimsenen bir süreçtir (Klein, 1957, s.22). "Bölünme süreçlerine yaşamın ilk birkaç ayı içinde başvurulur" diye iddia eder Klein (Klein ve arkadaşları, 1952, s.228) ve sağlıklı bir gelişim için kaçınılmazdırlar.

Daha önceki makalelerimden de açıkça anlaşılabileceği gibi benim pozisyonum erken savunma ile ilgili bu iki kavramsallaştırma arasından Freud'unkine Klein'ınkinden daha yakındır. Melanie Klein'ın sunulan herhangi bir ana hipotezi için –ilkel kaygının bir yok olma korkusu olduğu ve psikolojik gelişim için ilk altı ayın kritik olduğu– çok az kanıt gösterilmiştir. Buna ek olarak ben bölme süreçlerinin sağlıklı gelişim için vazgeçilmez olduğu hipotezini de sorgularım: bu, doğal olarak pek mümkün görünmüyor.

---

13 [Bowlby Notu]: Bu açıklamada Freud, "yaklaşık beş yıla kadar olan dönemi" önerir";
[Editor Notu]: S. Freud (1939a). Psikanaliz Üzerine'de (S:51) "altı yaşa kadar"dır.

Savunmanın sağlıklı kontrol ya da başa çıkma süreçleri ile ilişkisi hiçbir zaman açıklığa kavuşturulamadı. Melanie Klein gibi birçok analist, aralarında çok da fark olmadığı görüşünü benimsedi. Örneğin Rapaport (1953), her ikisinin de "karşıt katetik enerji dağıtımlarının" faaliyetinden kaynaklandığını ve bunların bazılarının savunmacı, "yönlendirildikleri motivasyonların yürütülmesini etkili şekilde engellerlerken," diğerlerinin, olanları kontrol ederek yalnızca geciktirdiğini, hafiflettiğini ve yönünü değiştirdiğini düşünür. Böylece, "keskin bir karşıtlık yerine," "akışkan bir geçiş bulmuş oluruz" (Rapaport, 1953, s.193). Hartmann'ın (1939) yazılarında da oldukça benzer bir bakış açısı buluruz; örneğin, "savunma süreci, hem içgüdüsel dürtüyü kontrol etme hem de dış dünyaya adaptasyona aynı anda hizmet edebilir," (Hartmann, 1939, s.50). Anna Freud'un bazı pasajları da aynı temayı tekrarlar. Örneğin, küçük çocukların sağlıklı gelişimini ele alırken ifadenin sınırlandırılmasını tarif eder: "insanları incitme isteği ve sonra objelere zarar verme isteği... Bunlar çoğunlukla önce kısıtlanır, sonra emir ve yasaklarla bastırılır; hemen ardından bunlar baskılanır, yani çocuğun farkındalığından kaybolur" (Burlingham & Freud, 1942, s.30).

Bu açıklamaların yapıldığı bağlamlardan ve genel olarak savunma hakkındaki görüşlerinden bildiğimiz kadarıyla, bu ifadelerin her birinin esas olarak ikincil baskı ile ilgili olduğu açıktır. İkincil bastırma konusunda Freud muhtemelen aynı fikirde olurdu. Öte yandan birincil bastırma konusunda Freud'un pozisyonu çok farklıydı. Sadece birincil bastırmayı bir çeşit "terapi çalışmalarımızda ilgilenmek durumunda olduğumuz şey" olarak ele almakla kalmaz (Freud, 1926d, s.94), aynı zamanda ilk tanımlamasından itibaren hiç şüphesiz mantıken sağlıklı kontrol olarak kastedilen her süreçten kökten farklı nitelikte olduğunu da kabul eder.

Bunun ışığında, Melanie Klein'ın sağlıklı gelişim için yalnızca orta derecede (ikincil) bastırmanın gerekli olduğunu değil, aynı zamanda diğer birçok savunmanın da gerekli olduğunu kabul etmesi şaşırtıcıdır. "Her şeye kadir olma, inkâr ve yüceltme," diye sürdürür, "erken egonun kendi içindeki zorbaya karşı ve sevdiği nesnelere yönelik kölece ve tehlikeli bağımlılığa karşı bir ölçüye kadar kendini ortaya koyabilmesini ve bu şekilde gelişim için daha fazla avantaj (mümkün) olmasını sağlar" (Klein, 1940, s.130).

Bölünme aynı zamanda hem şart hem de istenilendir. Bölme diye belirtir, birbiriyle ilişkili iki sonuç doğurur. Bir yandan, görmüş olduğumuz gibi, ölüm içgüdüsünü dışa doğru yönlendirmek ve böylece egoyu koruma amaçlıdır. Diğer yandan, "iyi nesneyi korur ve daha sonra egonun iki yönünü sentezlemesini sağlar... entegrasyon için belirli bir miktarda bölme şarttır" – Melanie Klein'ın kendisinin de çelişkili olduğunu kabul ettiği bir sonuç (Klein, 1957, s.22–24).

Sağlıklı kontrol ve dolayısıyla akıl sağlığı için benim benimsediğim ve yaygın olarak kabul gören kriter farklı zihinsel aygıt bölümleri arası özgür diyalog ve iletişime dayalı bir entegrasyondur (bkz. Jahoda, 1958).[14] Bu kritere göre, bölünmeye ya da etkileşimin engellenmesine sebep olan her süreç tanım gereği patolojiktir. Aralarında "akışkan geçiş" olması

14 [Bowlby Notu]: Güncel Pozitif ruh Sağlığı Kavramları hakkındaki tartışmasında Marie Jahoda (1958) "kişiliğin bütünleşmesini" ana kriter kategorisi olarak kabul eder. (Amerikan) literatürü taramasında, bu kriterin genellikle (a) ruhsal güçlerin dengesi; (b) bütünleştirici (bilişsel) bir bakış açısı; ya da (c) strese direnç üzerine vurgu yapılarak ele alındığını kaydeder. Bununla birlikte bunların hiçbiri motivasyonel sistemlerin arasındaki serbest iletişim ve etkileşim kavramını İngiliz literatüründe şu ya da bu şekilde yaygın olan bir kavram olarak algılamaz. (örn. Fairbairn, Melanie Klein, Winnicott).

bir yana, savunma ve kontrol edici süreçler birbirinin karşıtı olarak görülür. Aralarındaki ayrım French (1938) tarafından iyi tanımlanmıştır. "Ego çok yüklü bir akım nedeniyle ayar tutmaz hâle gelmiş hassas bir elektrikli alete benzer" diye belirtir (1938). Onun "normal işlevi... bütünleştirme işlevidir; savunmalar ancak bütünleştirici fonksiyon işlevsiz hâle geldiğinde ya da işlevsiz hâle gelmek üzereyken etkinleşir" (French, 1938, s.549).

Bütünleştirici kontrol süreçleri ve ayrıştırmaya yönelten süreçler birbirinin karşıtı olduğu için her ikisi için de aynı terimi kullanmak sadece karışıklıkla sonuçlanabilir. Bu nedenle devamında "savunma" terimini bölme ve engelleme olgusu ile bağlantılı olanlarla sınırlandıracağım – klinik uygulama ile yakından uyumlu bir kullanım. Bütünleştirici kontrolü kastettiğimde "kontrol etme," "başa çıkma" ve "düzenleme" gibi terimleri kullanacağım.

Yukarıda sözü edilenlerden açıkça görülüyor ki, psikanalitik kuramda en az iki farklı savunma kavramı vardır ve farklı düşünce okulları bunlara farklı vurgular yapmaktadırlar. Her iki kavramın da geçerli olduğuna inanıyorum. Bununla birlikte benim tezim, kaybı takip eden patolojinin çoğunun Freud'un önce tanımladığı, daha sonra birincil bastırma olarak kavramsallaştırdığı ve her zaman travmalarla ilişkili olan savunmalardan kaynaklanıyor olduğundan, bunu ele alacağım. Özellikle ilgilendiğimiz travma elbette anne kaybından kaynaklanan travmadır.

Daha sonra savunma kuramının en tartışmalı yönlerinden birine, nedensellik ve işlevlerine ilişkin ikiz problemlere döneceğiz.

Nedensellik ve İşlev

Uzun zaman önce fark edildiği gibi savunmanın nedenselliğinin ve işlevinin nasıl anlaşıldığı analistin kabul ettiği kaygı kuramını yansıtır. Süperego kaygısına ağırlık veren çoğunluk savunma süreçlerini idin impulsif eyleminin dış dünyadaki tehlikeli sonuçlarından egoyu koruma süreci olarak görür. Melanie Klein gibi, temel tehlikeyi, içlerindeki ölüm içgüdüsünün etkilerinden kaynaklanan bir yok oluş olarak görenler, savunmayı, egonun bir intihar biçimine yakalanmaktan kaçınmasının bir yolu olarak görürler. Fairbairn gibi ayrılık anksiyetesini merkeze alanlar savunmayı "bipolar bir (tiksindirici ve arzulanan) süreç olarak görürler."[15] Freud gibi, aşırı içsel uyarılmayı ego organizasyonu için tehdit edici olarak görenler savunmayı egonun bütünlüğünü korumanın bir yolu olarak görürler. Bu farklı vurgular iyi bilinmektedir.

Olasılıkla daha az bilinen, her savunma kuramının aynı zamanda bir motivasyon kuramını yansıtma eğiliminde olduğudur. Buna göre, motivasyon modeli, özellikle bir kaçınma modeliyse, eşlik eden savunma kuramı da olasılıkla kaçınma şekline bürünecektir. Muhtemelen Freud'un motivasyon modeli bu olduğu için aynı zamanda savunma modeli de buydu. Fairbairn ve Melanie Klein hariç, neredeyse tüm analistler aynı geleneği takip etmişlerdi. Bu yüzden ben aksine, farklı bir motivasyon modeli –kaçınmayı motivasyonun sadece tek bir çeşidi olarak ve arzu davranışını ise farklı özelliklere sahip başka bir çeşit olarak kabul eden bir model– benimsediğim için; geliştirilen savunma modelinin de geleneksel olanlardan önemli ölçüde farklı bir sa-

15 [Editör Notu]: Yazıda buradaki boşluğu Fairbain'den uygun bir alıntı ile doldurduk.

vunma modeli olması gerektiği beklenmedik bir durum değildir. Diğer taraftan, anksiyete kuramım Freud'un kuramına pek çok noktada benzerlik gösterdiği için daha önce de belirttiğim gibi savunma kuramımda da onun temel kuramıyla, birincil bastırma ile benzerlik gösteren pek çok nokta mevcut. Farklılıklardan başlayacak olursak, bunların çoğu farklı motivasyon kuramlarından kaynak bulmuştur.

İyi bilindiği gibi, Freud yaptığı ilk psikolojik kuramsallaştırmalarda daha sonra "spekülatif bir varsayım" (Freud, 1920g, s.7), olarak tanımladığı şeyi yapar, şöyle ki tüm motivasyon gerilim azaldığında sona eren nahoş gerilim tarafından başlatılır.

> Psikanaliz kuramında şunu öne sürmekten hiçbir çekincemiz yoktur... (mental) olayların seyri her zaman nahoş bir gerilim tarafından harekete geçirilir ve nihai sonucu bu gerilimin azaltılmasıyla yani nahoş olandan kaçınma ya da hazzın üretilmesi ile örtüşecek şekilde yön alır.

Haz İlkesi'nin Ötesinde'nin [Beyond the Pleasure Principle] Freud, 1920g, s.7) açılış cümleleri böyledir; ve eklediği gerçeklik ilkesi, haz ilkesinin ya da ilk başta adlandırdığı şekliyle hazsızlık ilkesinin daha etkin bir şekilde işlemesini sağlamaktan başka bir işe yaramaz. *Yani motivasyonun tamamı kaçınmadır.*

Motivasyon kuramı onu aynı zamanda bir kaçınma kuramı da olan bir savunma kuramı geliştirmeye doğru yönlendirdi. İçsel uyarana karşı savunmalar anlayışı baştan sona, dış dünyada üzerimize saldıran acı verici uyaranlardan uzaklaşma tepkilerimiz üzerine şekillenmiştir. *Rüyaların Yorumu*'nda [The Interpretation of Dreams] (Freud,1900a) Freud, bu görüşü detaylı olarak tartışmıştır. Her ne zaman "ilkel aygıt acı verici bir uyarı kaynağı

olan algısal bir uyaran tarafından etkilendiğinde" diye belirtir, yanıt bir geri çekilmedir. Dahası acının kaynağının herhangi bir hatırlanma eğilimden çok, eğer onu canlandıracak bir şey gerçekleşirse "stres verici anı resmi ile ilişkinin derhal kesilmesi eğilimi olacaktır... Anıdan kaçınma... daha önceki algıdan kaçışın tekrarından fazlası değildir..." Buradan daha sonraki tüm fikirleri etkileyecek bir sonuç çıkarır: "Herhangi bir şeyin bir noktada stres verici hâle gelmiş olan anısının psikolojik süreci vasıtasıyla bu zahmetsiz ve normal kaçınma bize ruhsal bastırmanın prototipini ve ilk örneğini verir" (Freud, 1900a, s.600). Çeyrek asır sonra, hâlâ, "istenmeyen *içsel* bir sürece karşı savunma, *dışsal* bir uyarana karşı benimsenen savunma üzerinde şekillenecektir" fikrinin arkasındadır. Bastırma, diye sonuçlandırır, "temel olarak bir kaçış girişimidir" (1926d, s.92, 153). Bunu hiç değiştirmemiş, ya da sadece zaman zaman bir alternatif önermiştir.

Geri çekilme ve kaçınmaya dayalı savunma modeli sadelik erdemine sahiptir ve gerçekten son derece akla yatkındır. Şüphesiz kısmen bu sebeple, kısmen de motivasyonun kaçınma kuramının motivasyonun dürtü azaltma kuramıyla (Dollard & Miller, 1950) uzlaşması çok da zor olmadığından, savunmanın kaçınma modeli geniş kabul görmüştür.[16] Bununla birlikte, bunu ve kaynaklandığı motivasyon kuramını incelediğimizde, nörofizyoloji ve motivasyon kuramı ile ilgili yapılan son çalışmalar ışığında alternatif ve bence daha uygun modeller akla geliyor.

16 [Bowlby Notu]: Dollard ve Miller (1950) Motivasyonun dürtü azaltma kuramını bir model olarak kullanarak ve kaygının bir dürtü gibi davrandığını varsayan tipte bir kuram geliştirdiler. Onlara göre geri çekilme, bilinçli geri çekilme ile yakından ilişkilidir ve kaygı için koşullu uyaranlar hâline gelen düşüncelerin ve diğer tepkilerin engellenmesine dayanır. "Geri çekilme, belirli düşüncelerden kaçınmanın belirtisidir; daha önce tartışılmış olan semptomlarla aynı şekilde güdü azaltma ile güçlendirilir."

İlk olarak, Hull (1943) ve takipçilerinin motivasyonun dürtü azaltma modelinin doğruluğunu kanıtlamak için gösterdikleri gayretli çabalarına rağmen, yetersizliği ile ilgili kanıtlar gittikçe artmıştı. Saldırı çift yönlü geldi – hem nörofizyolojiden hem psikolojiden. Her iki kaynaktan da uymayan çok veri toplanmıştır. Kanıtlar hem Peters (1958) hem de Deutsch (1960) tarafından iyice incelemiştir. Dürtü azalması kuramına azalan güvene paralel olarak, alternatif bir kuram çeşidine yönelik destek artmıştır, bunlardan biri motivasyonu en az iki çeşit olarak görür, tiksindirici ve arzulanan, her biri kendine has özellikler taşır. Günümüzde Harlow (1953), Hinde (1959), Nissen (1954), Schneirla (1959), Olds (1958) ve Magoun (1958) gibi geniş bir yelpazede bilim insanları bu fikre katılmaktadırlar. Hatta arzulanma davranışının çok detaylı bir modeli Deutsch (1953-1960) tarafından tanımlanmıştır. Verilere uygun göründüğü için giderek artan ilgi görüyor.

Bu yüzden artık, psikanalistin motivasyonun kaçınma kuramına bağımlı hissetmesine gerek kalmamıştır. Aksine, bipolar kuramı (tiksinme-arzulama) benimseyerek Fairbairn'i takip ederse yalnız olmayacaktır. Bu ona belirli savunmaların kaçınma açısından değil de arzulama motivasyon açısından daha kolay anlaşılıp anlaşılmayacağını düşünme özgürlüğü verebilir belki de. Benim geliştirdiğim kuram Freud'un "aşırı içgüdüsel talep, kaygı ve travma, savunma" formülasyonu ile arzulama davranışını, tiksinmenin başka bir çeşidi ve en azından onun kadar önemli olduğunu kabul eden motivasyon kuramının birleşiminden kendiliğinden doğmuştur.

Savunmanın kaçınma modelini terk etmeden önce dikkati psikanalitik literatürün çoğunda geçen kuramda süregiden karmaşanın sorumlusu gibi görünen bir tuhaflığına çekmek şarttır.

Kaçınma modelinde savunmaları başlatan nedenler ve işlevleri bir diğerinin ayna görüntüsü olarak kabul edilir. Kaygı ve acı (ya da hoşnutsuzluk) bunları başlatır; kaygı ve acıdan (ya da nahoş olandan) kaçınma bunların işlevidir. Büyük olasılıkla bu benzerliğin bir sonucu olarak, savunma ile ilgili literatürde nedensellik tartışması nadiren işlevinden ayrı tutulur. Aslında, iki olguyu birbirinden ayrı tutma her zaman kabul görmüyor gibidir ve bu nedenle bunları açıklığa kavuşturmak iyi olabilir.

Etolojistlerin dikkat çektiği "Neden bir hayvanda şu ya da bunun gibi bir davranışsal özellik mevcuttur?" sorusuna birbirinden tamamen farklı üç farklı cevabın olması mümkündür. Soruyu yanıtlamak için ilk önce davranışın ortaya çıkması için şart olan nedensel koşullar, ikinci olarak türlerin hayatta kalabilmesi ile ilgili olarak davranışın sergilediği işlevi; üçüncü olarak da şu anda gördüğümüz bu davranışsal özelliğin evrim sürecinin hangi basamağında var olduğu; araştırılır (Hinde, 1959).

Burada işlevden bizim kabul ettiğimiz türler için uzun vadeli biyolojik avantaj anlamıdır ve Aristo'cu erekbilimin ileri sürdüğü hiçbir fikri içermez (Pittendrigh, 1958). Bu çerçevede örneğin, fotopozitif davranışın belirli bir böcek veya kuş türü için genellikle avantajlı olduğunu düşünebiliriz, ancak söz konusu avantaj hiçbir şekilde o türden böceğin veya kuşun ışığı elde etmek istediği için ışığı aradığını ileri sürmez. Aynı akıl yürütme yoluyla savunma davranışına yol açan türde süreçlerin genellikle insan türünün avantajı olduğunu, içinde bunların meydana geldiği bireyin bu avantajı elde etmek istediği, hatta bu avantajların varlığından haberdar olduğu için başlattığını varsaymadan düşünebiliriz. Benim alacağım pozisyon, savunma süreçlerinin belirli koşullarda etkinleştiği ve bunun, bir enfeksiyonla karşılaştığında ateşinin yükselmesinin biyolojik

fonksiyonu ile ilgili sıradan bir insanın sahip olduğundan daha fazla bir fikre sahip olmadan gerçekleştiğidir.

Savunmanın nedenselliği ve işlevi ile ilgili bu ikiz problemler çok sıklıkla kafa karıştırıcıdır. Bir örnek zorluğunu gösterecektir. *Otobiyografi*'de [An Autobiographical Study by Freud], Freud (1925d) savunmalar ile ilgili temel fikirlerinin kaynağını şöyle açıklar:

> Unutulmuş olan her şey öyle ya da böyle sıkıntı vericiydi; öznenin kişilik standartlarına bağlı olarak ya alarm verici ya acı verici, ya da utanç vericiydi. Tam da bu nedenle unutulmuş olduğu sonucuna varmamak mümkün değildi.
>
> (Freud, 1925d, s.29)

Bu açıklama yine de tatminkâr değildir çünkü belirsizdir. Bir anlamı alarm, acı ve utanç geri bastırma sürecinin başlaması için gerekli koşullar olmasıdır. Diğer anlamı gerekli nedensel koşullar ne olursa olsun bastırma süreci insanlarda onları çok yoğun alarm, acı ve utançtan korumak için bulunur. İlk anlam nedene gönderme yapar, ikincisi işleve ama orijinal beyanın ereksel biçimi nedeniyle hangisinin kastedildiğini bilmek imkânsızdır.[17]

---

17 [Bowlby Notu]: Aynı zorluk Anna Freud'un standart metni The Ego and Mechanisms of Defense'de (1936) de mevcuttur. Bu çalışmanın hiçbir yerinde neden ya da işlev tartışması yoktur. Bunun yerine "içgüdülere karşı savunma güdülerinden" bahseder ve üç tanesini sıralar: "nesne kaygısı," "süperego kaygısı" ve "içgüdüsel kaygı (yani içgüdülerin gücünden duyulan korku)." Ancak bu "güdülerin" savunmayı harekete geçirmek için gerekli koşullar olarak mı yoksa hizmet ettikleri işlevler olarak mı kabul edileceği asla belirtilmez.

1926'dan önce soruna yönelik yeni yaklaşımını yarattığında, Freud'un savunma ile ilgili neredeyse tüm beyanları ereksel bir form içinde olmalarından doğan güçlükleri ortaya koyar.

Aslında bu güçlükler onun savunmayı ilk önce unutma isteğine benzer bir süreç gibi görüyor olmasına özgüdür. Bastırma teriminin ilk kez kullanıldığı *Histeri Üzerine Çalışmalar*'ın [Studies on Hysteria] (Freud, 1895d) ilk pasajında, bir hastanın nasıl "psikolojik travmaya tepki vermeyen ... hastanın unutmak istediği ve bu nedenle kasti olarak bilinçli düşüncesinden geri çektiği şeyler olduğu" konusunu okuduk (Freud, 1895d, s.10). Bu formülasyon *The History of the Psychoanalytic Movement*'da (Freud, 1914d) yaptığı açıklamada doğrulanmış ve genişletilmiştir, zaten yukarıda, "ruhsal bölünmeyi" "gündelik hayattakilere benzer güdüler ve eğilimler"e atfettiği yerde söz edilmişti (Freud, 1914d, s.11).

Daha sonra ikincil bastırma kavramına dönüşen ve tüm savunma kuramlarının kaynağı olan ve savunmayı etkileyen bir aracıya bir ölçüde öngörü ve amaç atfedilen işte bu yaklaşımdır.

Bir kural olarak egonun, hem acı verici ya da tehlike arz eden bir durumun yaklaşmakta olduğunun biraz farkında olma hem de o durumu karşılamak için planlı eylem yapma kapasitesine sahip olduğu düşünülür. Gördüğümüz kadarıyla *Tutukluk, Semptom ve Kaygı*'ya [Inhibitions, Symptoms and Anxiety] (Freud, 1926d) kadar Freud savunmanın travma kuramını etkili şekilde formüle edememiştir: Burada, güdünün aşırı kuvvetine maruz kalması nedeniyle egoyu bütünlüğünün bozulmasından koruyan belirli bir süreç önermiştir. Bu tür kuram sadece ampirik verilerle uyumlu olmakla kalmaz aynı zamanda ereksellik problemlerinden de kaçınır: sonuç olarak nedensellik ve işlevi karıştırmaz.

Nedensel koşullarla ilgili olarak Freud'un geliştirdiği görüş "büyük olasılıkla ilkel bastırmaları aniden tetikleyen nedenler aşırı bir uyarım gibi niceliksel faktörlerdir" (Freud, 1926d, s.94) ya da, başka yerde ifade ettiği gibi "aşırı libidinal gereksinim"dir (1933a, s.123). Bunların işlevi diye devam eder, dinamik organizasyon niteliğini tahrip olmaktan korumaktır (Freud, 1949, s.70). İşte neden ve işlev arasındaki net ayrım budur: neden uyarımın büyüklüğü, işlev ise ego-organizasyonunun korunmasıdır.

İlginç olan Freud'un kaybı takip eden savunmalarla ilgili sorunu bu bakış açısından ele almasıdır. Benim yaklaşımım da bu bakış açısından şekilleniyor.

Kaybın Tetiklediği Savunma Süreçleri

Ruhsal sistemlerin ayrışması

Klinik verilerin incelenmesi göstermiştir ki, küçük çocuklarda annelerinden ayrı oldukları süre boyunca ve patolojik yas sürecindeki daha büyük kişilerde iki bağımsız ruhsal sistem bir arada var olur. Bir sistem kayıp nesneye doğru yönelir, ona özlem duyar, geri getirmeye çalışır, terk ettiği için sitem eder, diğer sistem kaybının farkındadır ve davranışları buna göre düzenler. Bu iki sistemden kaybın farkında olanın diğerinden daha baskın olması olağandır. Kayıp nesneye yönelik kalan sistemin durumu vakadan vakaya değişir. Bazıları hastanede babasının ani ölümünün ardından gizlice onu iyileştirecek planlar yapan ve onu tekrar evine döndüren Bayan Q. vakasında olduğu gibi tamamen durumun farkındadır ve hatta gerçeğe oldukça iyi uyum sağlamıştır. Diğerlerinde Helene Deutsch'un, çocukken annesinin ölümünden sonra onu ziyaret eden büyük bir köpek fantezisi olan has-

tası[18] gibi tamamıyla bilinçdışıdır ve az uyum sağlamıştır. Buna rağmen, iki sistemin özel durumu ne olursa olsun, tüm bu vakaların ortak bir özelliği vardır: ikisi bir arada var olan sistemin bir şekilde biri diğerinden ayrılmıştır.

Bölünmeyi meydana getiren bu süreç ya da süreçleri belirtmek için bir dizi kavram kullanılmıştır – bastırma, inkâr, bölme. Hiçbiri tutarlı olarak kullanılmamaktadır, buna rağmen bu birincil ve ikincil bastırmanın aynı şey olduğu kabul edilemez.

Şüphesiz daha kolay anlaşılır olduğu için, kaybı takip eden savunma ile ilgili kuramların çoğu ikincil bastırma açısındandır. Çoğu analist suçluluğun rolü üzerine o kadar konsantre olurlar ki özlemin acısı ve kaygısı çoğunlukla ihmal edilir. Suçluluğun ve dolayısıyla ikincil bastırmanın bir kısım rolü olduğunun farkında olmakla beraber, benim tezime göre bunlar ana etmenler değillerdir. Aksine, kaybı, bana göre daha ilkel bir savunma çeşidini tetikleyen türden bir travmatik durum olarak ele almak daha iyidir – Freud tarafından birincil bastırma, Fairbairn ve Melanie Klein tarafından bölme olarak adlandırılan türden. İkinci bastırma bu nedenle artık ilgi alanımızda olmayacak.

Böylece Freud'un sonraki çalışmalarında Bayan Q gibi her iki sistemin de bilinçli olduğu vakaları tanımlamak için kullandığı birincil bastırma, inkâr ve ego bölünmesi kavramları geriye kalır. Bu üç terimin her birinin ne ifade ettiği sorulabilir? Bunlar üç farklı süreci mi ifade eder ya da bir ihtimal, sadece birinin farklı varyantlarını mı ifade eder? Her bir terimin kullanıldığı vakaları inceleyelim. Bunu yaparken iki aşamada ilerlemekte fayda var:

---

18 [Bowlby Notu]: Bahsedilen bu ve diğer vakalar daha önceki bir makalede, "Patolojik Yas ve Çocukluk Yası"nda rapor edilmiştir.
[Editör Notu]: J. Bowlby (1963).

ilki ego bölünmesinin bastırma ile ilişkisini ele almak, ikincisi inkâr ile ilişkisini ele almak.

Helene Deutsch'un köpek fantezisi olan hastası bastırma için iyi bir örnek teşkil eder. Bu adamın kayıp annesine olan özlemi tamamıyla bilinçdışı gibidir ve neredeyse atıldır; yine de biliyoruz ki kaybından hemen sonrasındaki yıllarda fanteziyi ortaya çıkaracak kadar aktiftir. Bastırmanın ortaya çıktığı diğer vaka Hampstead Bakımevi'ndeki başlangıçta dramatik şekilde annesi gelecek ve ona palto ve kukuletasını giydirecekmiş gibi davranan ama sonradan özlemi bilinçdışı hâle gelerek görünüşte anlamsız ritüeller sergileyen bir oğlandır. Gerçi bu vakaların her birini ikincil bastırma olarak kabul etmek mümkünse de bunu yapmak için kanıt yokmuş gibi görünmektedir. Her iki vakada da bastırma kavramı kullanılmıştır çünkü eşlik eden duygulanım ve fantezileriyle birlikte ruhsal sistem hastanın yalnızca bizim iletişim kurduğumuz bilinçli benliğine yabancı olmakla kalmayıp güçlü bir kuvvet tarafından kendisine kapalı tutulan ve bilinmeyen bir ruhsal sistemin olduğunun kanıtı vardır. İşte aslında bastırma kavramı bu gücü kasteder.

Bununla birlikte, ego bölünmesi olduğu söylenen hastaların dinamik durumu, örneğin Bayan Q'da olduğu gibi biraz farklıdır. Bir kez daha, biz analistler olarak iletişim hâlinde olduğumuz sisteme yabancı olan, eşlik eden duygulanımları ve fantezileri olan bir ruhsal sistemin kanıtı vardır; yine, daha güçlü bir kuvvet tarafından ona kapalı tutulduğunun kanıtı vardır. Tek fark şu gibi görünmektedir, bastırmanın söz konusu olduğu vakalarda yabancı sistem az çok bilinçdışı iken, ego bölünmesinin söz konusu olduğu vakalarda tamamen bilinçlidir. Bu fark, Freud'un zihinsel aygıt modeli bir kenara bırakıldığında ve bilinç artık sistemleri ayırt etmek için temel bir ölçüt olarak kabul edilmediğinde, büyük bir sonuç olmaktan çıkmıştır.

Buna bağlı olarak, birincil bastırmanın aktif olduğu vakalarda süreç ego bölünmesinin aktif olduğu vakalardan nasıl ayrılır sorusu akla gelir. Gerçekten çok mu farklıdırlar? Ya da süreçler özünde aynıdır da yalnızca sonuçlar mı biraz farklıdır? Kuram yapılandırmasında tutumluluk (parsimony) ilkesi bana göre bunu şart koşar, aksi kanıtlanmadıkça iki çeşit vakada da gerçekleşen süreçlerin en iyi tek bir sürecin varyantları olarak kabul edildiğini varsaymamızı gerektirir. Bu klinik deneyimle uyumludur. Klinik uygulamada Freud'un vurguladığı gibi, "her zaman tek bir vaka ile iki olasılıktan hangisi ile ilgilenileceğine karar vermek çok kolay değildir" (1940a [1938], s.204).

Aslında, birincil bastırma ve inkâr arasındaki bağlantı incelendiğinde de aynı sonuca ulaşılır. Lewin Freud'un şöyle bir ayrım yaptığından bahseder: "bastırma güdüleri yadsırken, inkâr dış dünyayı yadsır" (Lewin, 1950, s.53). Fakat bu ayrımın geçerliliği, güdüler ve dış dünyanın psikolojik olarak birbirinden ayrı şeyler olduğunu kabul etmeye dayanır. Ampirik olarak bunun böyle olduğundan şüpheliyim. Her ruhsal sistem ve eşlik eden duyguları ve fantezileri, bilinçli ya da bilinçdışı oldukları fark etmeksizin alışılageldiği üzere dış dünyada var olduğuna inanılan bazı nesnelere yöneliktir; oysa dış dünyanın nesneleri, yalnızca ruhsal bir sistemin duygulanımları ve fantezilerinin nesneleri olarak alındığında muhtemelen psikolojik gerçekliğe sahiptir. Birbirine zıt ve bağımsız ruhsal sistemlerin var olduğu bir kişilikte her bir sistemin motivasyonel, duygusal ve bilişsel bileşenlerinin içsel olarak bağlantılı olduğu bulunmuştur. Böylece, örneğin kayıp devam ettiğinde nesnenin telafi edilmesi dürtüsü özlem, öfke ve bunlara ek olarak kayıp nesnenin hâlâ istenilen ve geri kazanılabilir olduğu görüntüsü, tümü tek bir sisteme aittir ve bunlar, motivasyonel, duygusal ve bilişsel tüm bileşenleri kaybın

gerçek olduğunu kabul eden diğer sistemden ayrılabilir. Farklı güdüleri ve duygulanımları ayrıştıran süreç için bir kavram, objenin farklı bilişsel görüntüsünü birbirinden ayrıştırmak için başka bir kavram kullanmak yanıltıcı olur. Açıkça bütün bileşenler potansiyel olarak aynı ayrışma sürecinin nesnesidirler ve bunu ifade edecek tek bir kapsayıcı terime gerek vardır.

Kullanımda olan terimler hem daha sonra göstereceğim gibi ciddi eksiklikleri olan teorik bir model ile ilişkili olduğu, hem de farklı şekillerde kullanıldığı için herhangi birinin genel kullanım bakımından uygun olup olmadığı şüphelidir. "Yadsıma" teriminin bilişsel bir havası vardır ve Freud (1914d) tarafından özellikle bilişsel bileşen için kullanılmıştır. "Bölme" terimi orijinal olarak Freud tarafından tanımlayıcı genel bir terim şeklinde kullanılmış olmasına rağmen, daha sonra ego-id ayrışmasını varsayacak bir şekilde kullanılmıştır. Üstelik, daha da sonra Fairbairn ve Melanie Klein (Klein ve ark., 1952) tarafından yine oldukça farklı bir şekilde kullanılmıştır. "Bastırma" terimi hep, bir şeyi bilinçdışında tutma sürecini tanımlamak için kullanılır ve bu nedenle her ikisi de bilinçli olan iki sistemi ayrıştıran bir sürece atfedilmesi uygun değildir. Ayrıca yıllar içinde id-ego-süperego modeliyle de yakından ilişkili hâle gelmiştir. Bu nedenle çağrışımlardan kaçınmak ve aynı zamanda da kullandığım kavramı entegrasyon kavramıyla ilişkilendirmek için "ayrışma" ve "ayrışma süreci" genel terimini ortaya atıyorum; bu terimler bir ruhsal sistem ile diğeri arasında iletişim ve etkileşime engel olan tüm süreçleri ifade eder.[19] Bastırmayı, birincil ya da ikincil olsun; bir sitemin baskın ve bilinçli olduğu, diğerininse ikincil ve bilinçdışı olduğu yaygın

19 [Editör Notu]: Bowlby taslakta bu noktada el yazısı ile bir not ekler: "disosyasyon."

ama yine de özel olgularla sınırlandıracağım; bu bağlamda birincil ve ikincil bastırma ayrışma sürecinin iki farklı çeşidini ifade eder. Benzer şekilde, diğer pek çok özgün ayrışma süreci çeşitleri için de farklı ek terimler gereklidir.[20]

Sürecin farklı çeşitlerini tartışmak niyetinde olmasam da; çeşitlerin tanımlanabilmesi ve adlandırılabilmesinden önce ayrışma sürecinin kendi doğasını netleştirmek mantıklıdır, bu süreç aygıtın bir parçasının diğeri ile iletişimine ve etkileşimine engel olur. Bu iletişim ve etkileşim önündeki engeller klinik olarak karşılaştığımız direncin özü ve analistin deneyimlediği direnç olduğundan Freud'un sıklıkla vurguladığı gibi tüm savunma kuramlarının çıkış noktasıdır. Zıt ve birbirinden bağımsız sistemlerin bir arada bulunuşuna ve onları ayrıştıran direnç olarak deneyimlenen süreçlere dikkati yoğunlaştırmak, Freud'un savunma süreciyle ilgili kendi kuramının başlangıç noktasıdır ve inanıyorum ki, kaybı takip eden savunmalara dair araştırmamızda bu noktaya kadar geri dönmemiz akılcıdır.

Tanımlayıcı bir düzeyde, kaybın ardından savunma süreçlerinin harekete geçtiği bir kişilik durumunda, iki bağımsız ve ayrılmış ruhsal sistem ortaya çıkmıştır. Olguya bağlı olarak, her sistem az ya da çok gerçeklik yönelimlidir ve az ya da çok bilinçlidir. Gerçeklik ve farkındalığının derecesine bağlı olarak patolojik yas olarak adlandırılan duruma kadar uzanan farklı klinik görüntüler sergilenir.

Kendime verdiğim görev bu klinik durumların birinin diğerinden neden ve nasıl farklılaştığını açıklamak olsaydı elbette gerçeklik yönelimi ve farkındalıktaki bu varyasyona neden olan süreçleri ve buna ek olarak her çeşit varyasyona teşvik eden

20 [Bowlby Notu]: Freud'un "bastırma varyasyonları" olarak adlandırdığı süreçler yalıtma ve geri alma örnek olabilir. (Freud, 1926d, s119).

süreçleri araştırmak şart olurdu. Ama benim görevim farklı ve öncelikli. İlki, birlikte var olan bu sistemleri ayrıştıran sürecin doğasını, ikinci olarak bu süreçleri harekete geçiren gerekli koşulları ve üçüncü olarak bireyin ve türlerin yaşamında neye hizmet ettiğini mümkün olduğunca anlamak; başka bir deyişle bunların doğasını, nedenlerini ve işlevlerini anlamak.

Sürecin doğası ve nedensellik

Yasın ardından gördüğümüz, patolojik türde ayrışma süre uyanmaya yatkın hâle gelmesidir. Buna neyin sebep olduğunu anlamak öncelikle, doğaları ile ilgili bir hipotez gerektirir. Freud, *Tutukluk, Semptom ve Kaygı'da* [Inhibitions, Symptoms and Anxiety] (1926d), benim yapılandıracağım bir öneri ortaya attı.

"Bastırmanın türleri" olarak gördüğü bazı savunma süreçleri ile ilgili bir tartışmada Freud onlardan birini, "izolasyon"u, "normal bir konsantrasyon olgusuna" benzetir. "Normal bir kişi bile konsantrasyonu sadece alakasız veya önemsiz olanı değil, her şeyden önce çelişkili olduğu için uygun olmayanı da uzaklaştırmak için kullanır... Yani, olağan koşullarda ego izole etmek için çok iş yapar" (Freud, 1926d, s.121). "Analitik tekniklerimizi uygularken bu faaliyetten vazgeçmesi için eğitiriz" diye sürdürür (Freud, 1926d, s.121).

Bu bölümde bastırma süreci, konsantrasyon sırasında dikkatin daraltıldığı ve terapide tekrar genişleterek dirençle başa çıkmanın özel bir örneği olarak ele alınır.

Günümüzde bu seçici dışlama süreçleri ile ilgili Freud'un zamanındakinden çok daha fazlası biliniyor. Beş veri seti özellikle ilgi çekicidir:

I. Girdi ve çıktının seçici dışlanması süreçleri, merkezi sinir sisteminin ve buna bağlı olarak da zihinsel organizasyonun bütünleşik bir parçasıdır,

II. Bu süreçler motivasyon yükseldikçe dışlamanın derecesini artırırlar,

III. Bir organizma sonuçlanmamış yüksek motivasyon düzeyinde bir süre kaldığında halihazırda aşırı derecede aktif süreçler katılaşır hatta değişmez,

IV. Merkezi sinir sistemi hayatın ilk yıllarında olgunlaşmamışken ve o dönemde muhtemelen özellikle dengesizliğe çok daha duyarlıyken bu süreçlerden sorumlu olan mekanizma dengesiz ve yetersiz işlev görür,

V. Seçici dışlamadan sorumlu süreçler, bilinçlilik ve bilinçdışı olma hâlini yöneten süreçler ile yakından ilişkili ve belki de bazı açılardan tıpatıp aynısıdır.

Bu veriler erken çocuklukta annenin kaybını takip eden savunmaların doğasına ilişkin aşağıdaki hipotezi destekleyecek şekilde tartışılacaktır. Erken çocuklukta kaybı takip eden patolojik ayrışma süreci, normal seçici dışlama sürecinin kötü koşullarda sabitlendikleri zaman aldığı şekildir. Daha sonra yaşamın bu döneminde yaratılışları gereği olan hassasiyetleri nedeniyle ve onu takip eden sonuçlandırılmamış yüksek motivasyon nedeniyle kayıp, onları uzun süre boyunca yoğun şekilde aktif hâle getirdiği için dengesizleşme meydana gelir.

Beş veri setinin her birine ilişkin kanıtlar gözden geçirilecektir.

* * *

Set (I). Seçici dışlama sürecinin aksiyon modunun hem enformasyon hem de motor örüntüleri etkilediğine dair kanıt güçlüdür. Her motor aksiyonun, belirli bir enformasyon seçiminin benzersiz bir örüntüde bütünleşmesiyle belirlendiği uzun zamandır aşikârdı. Alıcı olayları kapsamak için kullandığım terim üç kaynaktan doğar: çevreden gelenler (dışsal olaylar), organizmanın bedeninden gelenler (içsel olaylar), ve merkezi sinir sisteminde saklanan geçmiş deneyimlerden kaynaklanan olaylar. Tüm bu enformasyonun nasıl bütünleştiğine dair henüz çok az bilgi sahibiyiz ama, nörofizyoloji ve psikolojideki son çalışmalar, nasıl seçildiğine dair anlayışımızda devrim yarattı.[21]

Enformasyon seçimi merkezden düzenlenir ve bir şapka seçmek kadar aktif bir süreçtir. Kanıt hem nörofizyoloji hem de psikolojiden gelir (mükemmel değerlendirmeler için bkz. Magoun, 1958; Livingston, 1959). Nörofizyolojk kanıt daha kesin olduğundan öncelikle onu ele alacağız.

Çevresel uyaranlarla ilgili merkezi seçim ve düzenleme Hernandez-Peon ve Hagbarth'ınki (1955a, 1955b) gibi deneylerde iyi bir şekilde gösterilmiştir. İşitsel uyaranın sağlıklı aktif bir kedinin merkezi sinir sistemi içindeki işitsel iletimi koklear çekirdeğe yerleştirilen elektrotlar yoluyla incelenmiştir. Bir metronom ritmik bir tıklama sesi çıkarmaktaydı. Kedinin dikkatinin

---

21 [Bowlby Notu]: Pribram (1960, s.3), uyaranları "merkezi olarak düzenlenen reseptör olayları" olarak tanımlar, böylece hem çevreden kaynaklanan "dış" olayları hem de organizmadan kaynaklanan "iç" olayları içerir. ("Girdi" terimini, "çevresel olaylar topluluğuyla sistematik olarak ilişkili olduğu gösterilebilen alıcı olaylar" için saklı tutar.) Pribram'ın tanımına göre, MSS'de depolanan geçmiş deneyimlerden elde edilen bilgiler (örneğin bilişsel haritalar) uyaran olarak adlandırılabilse de, terimin böyle bir uzantısı kafa karıştırıcı olacaktır. Benim kullandığım "Bilgi" terimi, hem uyaran türlerini hem de MSS'de depolanan bilgileri içerir.

çelinmediği ve uykulu olduğu süre boyunca çekirdekteki düzenli elektriksel tepkiler, metronomdan gelen ritmik tıklama sesinin orada kaydedildiğini gösterdi. Bir fare görüntüsü ya da balık kokusu ile kedinin dikkati çekildiğinde ise elektriksel tepkiler kayboldu. Öyleyse, daha ilgi çekici bir uyaran dahil edildiğinde metronomdan gelen ilgi çekici olmayan tıklamaları temsil eden afferent impulslar çekirdek dışında bir noktada baskılanırken, daha büyük ilgi uyandıran uyaranlar kabul ediliyordu. Fare görüntüsü ya da balık kokusu ortamdan çekildiğinde ve kedi uykulu hâline geri döndüğünde, çekirdekteki düzenli elektriksel tepkilerin geri gelmesi baskılamanın ortadan kalktığını gösterdi.

Böylece dışsal uyaranla ilişkili olarak merkezi sinir sitemi seçici dışlama görevini yerine getirmiştir. Belirli uyaranlar kabul edilirken diğerleri reddedilmiştir. Bunu gerçekleştirmek için, merkezi sinir sitemi ya duyu organlarının kendilerine (Kuffler,1953) veya duyu organı ile merkez arasında bir aktarma istasyonuna giden eferent nöronlarla donanmıştır. Bu yollarla uyaranlar merkezden gelen talimatlarla çeperde dışlanır.

Dışlamanın kıyaslanabilir bir türü ile ilgili psikolojik kanıt insan algısı ile ilgili deneylerden elde edilir. Postman ve ark. (1948) takistoskop yoluyla gösterilen kelimelerden deneğin tercih ettiği değer kategorileri ile ilişkili olanların, deneğin düşük değer kategorilerine ait olanlardan daha kolaylıkla fark edildiğini saptamışlardır. Ancak kanıt sadece bunu göstermekle kalmaz, aynı zamanda şunu ileri sürer: "değer yönelimi ...aynı zamanda bireyin değerleri ile uyuşmayan veya onları tehdit eden algı ve hipotezlerin önüne barikatlar kurar"; alıntıladıkları kanıt düşük değerli kelimelere verilen çözüm öncesi tepkiler ya anlamsız ya da karşıt değerli olma eğilimdedir. Bu şu anlama gelir, bilinçdışı düzeyde denek önce hoş karşılamadığı kelimeyi algılar ve sonra

mesajı baskılar ya da çarpıtır. "Şunu öne sürüyoruz" diye sonuçlandırır yazarlar, "bastırmaya benzer bir savunma mekanizması algılama davranışında da işler" (Postmanve ark., 1948, s.152). Eğer böyleyse, büyük olasılıkla daha yüksek bir algı seviyesinde işlev görse de ilgi çekici olmayan işitsel bir tıklamayı dışlama benzer bir süreçtir.[22]

Proprioseptif uyaranların seçici dışlamasını sağlamak için benzer mekanizmaların mevcut olduğuna dair kanıtlar da vardır. Örneğin ağrının var olup olmaması hasarlı uzuv ya da organın yanında çok daha fazlasını etkiler. Her sporcunun bildiği gibi, yoğun ve uzun süreli dikkati çeken her durum ağrı algısını azaltır ya da yok eder. Acı verici bir uyaran tarafından tetiklenmiş elektriksel uyarıların basit afferent iletimi sürecinden çok farklı olarak uyarıların merkeze ulaşmadan önce baskılanıyor olduğu aktarma istasyonlarının olması muhtemel görünmektedir. Baskılamanın başarılması ve baskılayıcı yönergeyi taşıyan kortikofugal sinir

22 [Bowlby Notu]: Erikson (1954) benzer bulgular rapor etmiştir ama sonradan (Eriksen & Browne, 1956) Postman ve ark.'nın (1948) algısal savunma hipotezinin güvenirliğini "bilinçdışı algılama"yı kabul ettikleri gerekçesiyle sorgulamışlardır. Yazarlar algısal savunmanın Dollard and Miller'ın (1950) geri çekilme kuramına benzer şekilde, kaçınmacı şartlanma ya da cezalandırmadan üretilmiş davranış kökenleri kuramı ile daha iyi tanımlanabileceğini savunmuşlardır. "Bilinçdışı algı" yı akılcı bir kuram olarak kabul etmeye yönelik bu isteksizlik, nörofizyologların doğru varsaydıkları hazır bulunuşlukla çarpıcı bir tezat oluşturuyor: "Kısaca" diye yazar Livingston (1959), "bu duyusal kontrol mekanizması algısal süreçlere, izleyecekleri yolun ilk aşamalarında duyusal mesajları seçme ve değiştirme eğiliminde olan bir amaç da dahil olmak üzere aktif bir düzenleme ilkesi sağlıyor gibi görünmektedir...Bu şekilde işleyen bir mekanizma gelen sinyallerin tanımlanabiliyor olmasını ve önem verilmiş olmasını gerektirir...Bu tanımlanmış sinyallere değerin eklenmesi, muhtemelen beynin birincil pekiştirme sistemlerinin belirli bölümlerinin eşit şekilde aktivasyonuyla oldukça doğal şekilde ortaya çıkabilir" (Livingston,1959).

yollarının[23] izlediği yollar üzerinde pek çalışma halen devam etmekte (Melzack ve diğerleri, 1958).

Bu nedenle dışsal ve bedensel uyaranlarla ilgili merkezi düzenleme işleminin bazı uyaranların kabul edilip diğerlerinin dışlanmasına yol açtığına ve bu seçici dışlamanın hayatımızın her ânında gerçekleştiğine dair hem nörofizyolojiden hem de psikolojiden iyi kanıtlar vardır. Merkezi sinir siteminde depolanan geçmiş deneyimlerden kaynaklanan üçüncü kaynaktan gelen bilgiler ile ilgili olarak, nörofizyolojiden seçici dışlama kanıtı pek olmasa da, psikolojiden çok vardır.

Normal bir konsantrasyon sürecinde ilgisiz düşünce ve hususların ilgili olanların lehine olacak şekilde dışlanması bunun örneğidir (Bartlett, 1932). Daha çarpıcı olanı hipnoz sırasında gerçekleşenlerdir. Barber'ın (1958) öne sürdüğü gibi, hipnoz en iyi denekte gerçekleşen birçok özel süreç ile karakterize kişiler arası bir ilişki olarak anlaşılabilir. Esaslarından biri deneğin (dıştan gelen ya da bedensel) tüm uyaranları "hipnotistin kelimeleri ve hipnotistin dikkatini özellikle yönlendirdiği kendisi ve kendisini çevreleyen şeyler" hariç dışta bırakmasıdır, (Barber, 1958, s.118). İkincisi, hipnotistin tanımlamalarına uygun olanlar dışında çevresiyle ilişkisini yorumlamanın tüm biçimlerini dışta bırakmasıdır. Böylece bir arkadaş hipnotist tarafından düşman olarak tanımlandıysa, saldırılacaktır; bir cüzdan hipnotist tarafından ona ait olarak tanımlandıysa çalınacaktır. Hipnotist tarafından sağlanan tek kavramsal şema eylemi belirler, çünkü diğer tüm alternatif şemalar elenmiştir.

Seçici dışlama böylece üç ana kaynaktan elde edilen bilgiyi etkiler ve birçok farklı seviyelerde meydana gelir. Nörofizyologlar

23 Serebral corteksten ya da korteksten çıkan sinir lifleri. *(çn.)*

bulgularından o denli derinden etkilendiler ki şu sonuca vardılar: "Görülüyor ki, merkezi sinir sitemi çıktıları üzerinde olduğu kadar girdileri üzerinde de tam bir kontrole sahiptir" (Livingston & Hernandez-Peon, 1955, s.280).

Organize motor döngülerin seçici dışlanması aynı ölçüde önemlidir, nörofizyologların çalışması bu bakımdan da ilgi çekicidir. Ontojeni sürecinde[24] karmaşık motor döngüler otonom birimler olarak organize hâle gelirler. O andan itibaren aktif ya da çekinik olarak varlıklarını sürdürürler. İşlevlerini yitirseler bile varolmaya devam ederler ve sorun olmaları ancak aktif bir dışlama süreci tarafından engellenir.

Weiss ve Sperry[25] çocuk felci geçiren hastalar üzerinde felçli olanın yerine sağlam olan kaslarını kullanabilmeleri için bağlanmış kas tendonlarına dair deneyleri anlatan bir örnek verilmiştir. Bağlanmış olan kas tendonu eklemi artık normalde hareket ettiğinin tersi yönde hareket ettirmek zorunda kalır. Pratik yoluyla hasta kası yeni rolüne uygun kullanmayı öğrenebilmektedir, kasın değişen bağlantı sayesinde kaotik hareket sağlayan eski hâline dönmesi çok nadir değildir.

"Bu nedenle, sonuç olarak," diye yazıyor Weiss, "eski (işlem öncesi) döngünün kendisinin yeniden şekillenmesi söz konusu değildi ama tamamıyla yeni bir döngü ... yetersiz (eski) olanın yerini tutacak işlevsellik için daha üst bir düzeyde yapılanmıştı. Diğeri atıl kaldı ama bütünlüğünü sürdürdü ve daha üst yedek her paydos ettiğinde periyodik olarak yeniden belirdi" örneğin hasta yorulduğunda.

---

24 Bir organizmanın döllenmeden olgunlaşmaya kadar geçirdiği süreç. *(ç.n.)*

25 [Editör Notu]: Bowlby Weiss ve Sperry 'den tarihsiz olarak alıntı yapmıştır. Referans ekinde de tarih bulunamamıştır ama kastedilen Weiss ve Brown (1941) ve/veya R. W. Sperry (1945) gibidir.

Başka bir yerde Weiss, bazı psikologlarca kabul gören eski eylemin yerini yenisi her aldığında yeniden birleşen monoton bir birimler ağı olarak görülen merkezi sinir sistemi resmine şiddetle karşı çıkmıştır.

Gerçekte deneysel psikologların kendi çalışmaları Weiss'in görüşünü kuvvetle destekler. Öğrenilmiş ve "sönmüş" her motor tepkinin bir zaman sonra yeniden geri gelme eğilimde olması aradaki süreçte düzenli bütün olarak kaldığını gösterir. Aynı söndüğü sanılan her ateşin yeniden alevlenecek şekilde için için yanması gibi. Bu tür yangınları "sönmüş" olarak niteleyen bir itfaiye, haklı olarak eleştirilir. Psikolojide bu terimin başka bir terimle değiştirilemeyecek derecede yerleşmiş olması talihsizlik. Çünkü; motor döngüler ne kadar işlevsiz ya da uygunsuz olurlarsa olsunlar kalıcı olma eğilimdedirler ve işlevsiz hâle gelebilmelerinin tek yolunun aktif eleme süreci olduğu gerçeğinin üzerini örter.[26]

Hem bilgi hem de motor çıktı ile ilgili seçici dışlama sürecinin sürekli aktivasyonuna dair kanıt bu nedenle çok önemlidir. Ruhsal sistemler adını verdiğim daha büyük davranış birimlerinde benzer bir şeyin meydana geldiğine dair kanıtlar günlük yaşamdan elde edilir: Aşık genç bir adam işine odaklanmakta zorluk çekecektir. Burada hem bilgi hem de motor çıktı seçici dışlamadan mustariptir. Böyle kompleks bir birimin varlığı bir nörofizyolog için şaşırtıcı değildir: "Merkezi duyusal ve motor mekanizmalar arasında gerçek fizyolojik bir sınır yoktur. Hareketi başlatan her merkezi döngü, merkezi duyusal döngüler üzerinde nöronal yansımalara sahiptir ve gerçekleştirilen her hareket duyusal girdi döngülerinde değişiklikler getirir" (Livingston, 1959).

---

26 [Bowlby Notu]: Burada Harlow'un öğrenme kuramı üzerine bir paragraf gereklidir.
[Editör Notu]: Örneğin H.F. Harlow (936&Harlow, 1952)

Bu nedenle seçici dışlamanın merkezi sinir sisteminin bütünleşik ve yaygın bir parçası olduğundan şüphe edilemez. Patolojik savunmaya özgü bu ayırma süreçlerinin, bunun özel durumları olabileceği, gördüğümüz gibi Freud tarafından 1926'da öne sürülmüştü ancak bu fikri hiç detaylandırmadı. Bundan birkaç yıl önce *Haz İlkesi'nin Ötesinde*'de (Freud,1920g) [Beyond the Pleasure Principle] ilgili bir öneride bulunmuştu, "uyarıcıya karşı koruyucu bir kalkan" (Freud, 1920g, s.27–31). Bununla birlikte mevcut hipoteze daha sonrakinden kayda değer ölçüde uzaktır, çünkü onu tanımlarken kalkanın yalnızca dış uyaranlara karşı etkili olduğunu ve buna ek olarak işlevinin organizmayı ölümcül enerjilere karşı korumak olduğunu varsayar. Gerçekte burada ileri sürülen hipotezin aksine, o zaman ve daha sonra kalkanın içsel uyaranlara karşı işlevsiz olduğu fikrine vurgu yapar: "koruyucu kalkan sadece dışsal uyaranla ilgili olarak vardır, içsel içgüdüsel taleplerle ilgili olarak değil" (Freud, 1926d, s.94). Ego organizasyonu için büyük bir problem teşkil ettiğini düşündüğü şey de budur aslında. Yine de bu koşullarla bile 1920'de ulaştığı sonuç bununla ilgili modern bir etkiye sahiptir: "Uyarana karşı koruma yaşayan bir organizma için uyaranın alınmasından neredeyse daha önemli bir işlevdir" (Freud, 1920g, s.27).

Daha sonraki bölümde, gördüğümüz gibi, Freud'un formülasyonu burada önerilenle neredeyse aynıdır; ve burada direncin üstesinden gelmeye yönelik terapötik süreci seçici dışlamadan vazgeçme ile özdeşleştirir. Her analistin bildiği gibi, bu genellikle kolay değildir.

Tersine çevirmenin kolaylığı ya da zorluğu gerçekten de sağlığı patolojiden ayıran kriterdir. Gerek bilgi gerekse motor çıktıya dair seçici dışlama hayatımızın her ânında devam eder. Patolojik

durumu belirleyen dışlamanın sadece alışılagelmiş geçici değil kalıcı bir engel teşkil edecek şekilde işlemesidir. Böylece ruhsal sistemler sanki demir bir perde ile ayrılmış gibi birbirinden ayrılırlar.

Nasıl ve hangi koşullarda bunun gerçekleşmesi muhtemeldir diye sorabiliriz. Beş ana veri setimizin ikinci ve üçüncüsünden elde ettiğimiz birçok kanıt ana sebebin, kaybın ardından gerçekleştiği gibi bir süre boyunca sonlandırılmadan devam eden yüksek motivasyon durumu olduğunu öne sürer. Kanıt iki çeşit olduğu için tartışma da iki adımlıdır. İlki yüksek motivasyonun seçici dışlamanın artışının nedeni olduğunu; ikincisi yüksek motivasyon durumuna uyum sağlayan tepkilerin sabitlendiğini ve kalıplaştığını ortaya koyar.

* * *

Set (II). Motivasyon ne kadar yüksek olursa, belirli sınırlar içinde hem bilgi hem de motor çıktının seçici olarak dışlanmasının o kadar büyük olduğu artık iyi bilinmektedir. Erken bir deney Bahrick ve ark., (1952).

İki denek grubuna bir ana görev (bir takip ölçeri izleme) verdiler; bir gruba bunun alıştırma turu olduğu söylenirken diğer grup gayret etmeleri için ödül kazanma ihtimali ile teşvik edildi. Bu görevi yerine getirirken ve önbilgi verilmeksizin ikinci bir görev sunuldu: Periferal ışıklar belli bir sırada yakıldı ve deneklere bu sırayı tanımlamaları istendi. Sonuçlar gösterdi ki yüksek teşvik ana görevde performansı artırırken periferal görevdeki performansı düşürmüştür. Bu, teşvik arttıkça deneklerin algısal alanın daha önemli addettikleri bölümlerine daha yüksek derecede seçici dikkat gösterdikleri ve buna bağlı olarak önemsiz addettikleri bölümleri dikkat dışında bırakma

eğiliminde oldukları anlamına gelir.[27] Sıçanlar da aynı eğilimi sergiler (Bruner ve ark., 1955). Dahası orta derecede motivasyon koşullarında birey karşılaştığı problemi çözmek için girişimlerini çeşitlendirecek, faydası olanlardan vazgeçip başka deneyecekken, yüksek motivasyon koşullarında onu yanlışa götürmesine rağmen tek bir aksiyona sıkı sıkıya bağlı kalma eğilimi gösterecektir. Sıçanlarda deneme ve yanılma hamlelerinde azalma; insanlarda ise benimsenen planın problemin gerekliliklerini karşılamayacağının farkına varmaksızın tek bir yönteme takılma gözlendi.

Bruner komik bir örnek aktarır (kişisel iletişim). Deneğe silindirik bir kavanozun dibinde bir top,[28] bir tel, cımbızlar, bir şişe zencefilli gazoz verilerek kavanozu hareket ettirmeden topu çıkarması söylenmiştir. Tel ve cımbızlar çok kısa gelmiş. Şişedeki zencefilli gazozu dökerek topu yüzeye çıkartmak oldukça kolay bir çözüm sağlamasına rağmen, susamış denekler diğerlerinden daha nadiren çözüme ulaştılar: Susuzluk onları zencefilli gazozun farklı bir kullanımına çok güçlü şekilde sabitlemiştir.[29] Oldukça benzer şekilde, ulaşamadıkları bir yiyeceği elde etmek için bir çubuk kullanmaya alışkın şempanzeler aşırı aç olduklarında kendilerini verimsizce yalnızca kolları ile ulaşımla sınırlarlar (Birch,1945).

Bunun gibi deneyler yüksek motivasyon koşulları altında performansın hem dış (algısal) hem de iç (depolanmış) kaynaklardan elde edilen çok daha az miktarda bilginin entegrasyonuna

---

27 [Bowlby Notu]: Bahrick ve ark.,(1954) insanların da dahil olduğu aynı sonuçlara sahip daha fazla deney bildirmiştir.

28 Pith ball: elektroskop deneylerinde elektroskobun ucundaki toplar. *(çn.)*

29 [Bowlby Notu]: Bakınız M. D. S. Ainsworth, ve L. H. Ainsworth (1958) deneyi.

dayandığını açıkça gösterir. Sahip olunan motor örüntü repertuarı bile kısıtlanır.

* * *

Set (III). Performans örüntülerinin sona ermemiş yüksek motivasyon koşullarında sabitlenme eğilimiyle ilişkili üçüncü veri setimiz, psikososyal stres durumlarına verilen tepkilere dair geniş literatürde bulunur. Çünkü, Scott'ın (1949)[30] belirttiği gibi, "bir stres durumu, uyum sağlamanın zor veya imkânsız olduğu ancak motivasyonun çok güçlü olduğu bir durum olarak tanımlanabilir."

Öncelikle, gördüğümüz gibi yüksek motivasyon koşullarında hem bilgi hem de eylem örüntülerinin büyük ölçüde kısıtlanması söz konusudur. Daha sonrasında, dışlama sürecinde kısmı bir bozulma takip eder. Bu durum artan dikkat dağınıklığı ile kendini gösterir; ilk aşamada sıkı bir şekilde organize olan davranışa ilişkin olarak; ilk etapta bu davranışa müdahale eden ve daha sonra tamamen onun yerini alabilen, genellikle ilkel olan diğer tepkilerin ortaya çıkmasıyla kendini gösterir.[31] Son olarak, sonlandırılmamış yüksek motivasyon var olmaya devam ediyorsa, hem bilginin hem de motor repertuarın dışlanmasıyla ilgili olarak organizmanın ulaştığı durum oldukça kalıcı hâle gelir.

Lidell[32] (1956) ve Masserman[33] (1943) tarafından yapılan deneysel nevroz çalışmalarında, bu gibi koşullara uyumlanmış birçok davranış örneği verilmiştir. Hinde'nin (1960) kuşların

30 [Editör Notu]: J.P.Scott (1949) olabilir.

31 [Bowlby Notu]: JAnis (1958) tarafından bildirilen psikolojik strese maruziyet sırasında "depresyona" eğilim seçici elemenin bu çöküşünün bir etkisi olması muhtemeldir.

32 [Editör Notu]: Bu H.S. Lidell (1956) 'e referens olabilir.

33 [Editör Notu]: Olasılıkla J.H. Masserman (1943).

davranışından verdiği örnek normal davranış için vazgeçilmez bir nesnenin eksik olduğu bir durumda ortaya çıktığı için ilgi çekicidir. Henüz ilk baharını yaşayan bir kanarya, yuvasını yapmak için gerekli materyallerden yoksun olduğunda, yuvayı yapma isteği öyle fazladır ki örneğin kendi tüylerini kullanmak gibi etkisiz ve uyumsuz alternatif inşa davranışları geliştirecektir. İspinozların yuvaları ilk sezonda yerleştikten sonra ve hatta sonrakilerde uygun materyalin sağlanabilmesine rağmen kalıcı hâle gelir. Yuva yapma davranışı hayatının geri kalanında uyumsuz olacaktır.

Bunun gibi stres koşullarına uyumlanmış motor tepkilerin kalıcı olma eğiliminde olduğu ve patolojik davranışa yol açtığı günümüzde gayet iyi bilinmektedir (Hinde, 1960; Schaffer, 1954; Scott, 1957). Büyük olasılıkla daha az farkında olunan seçici elemenin altında yatan mekanizmanın kendisinin bozulmasıdır. Duyarlı, etkin ve esnek olmak yerine kısıtlayıcı, dengesiz, katı bir koşula saplanıp kalır [kenar boşluğundaki not: çelişki]. Herhangi bir hedefle ilgili bilgi ve motor tepkiler sadece sıkı sıkıya engellenmekle kalmaz, diğer bazı ve belki de uyumsuz hedeflerle ilgili bilgi ve motor tepkilere izin verilebilir. Sanki bir sorgu memuruna Cornwall'a giden trenler hakkında soru sorulduğunda, Plymouth'a giden gece ekspresi hakkında bitip tükenmez bilgiler verilirken, araya da Roma'ya giden uçakla ilgili bilgilerin sıkıştırılması gibi. Kaybı takip eden bölme süreci ve patolojinin başlangıcını bu şekilde açıklayan bir model ilk değildir. Freud'un öne sürdüğü izolasyona dair fikirlere ek olarak Tolman (1948) bununla tıpatıp benzer bir model taslağı oluşturmuştur. "Sıçanlarda ve İnsanlarda Bilişsel Haritalar" başlıklı makalesinde Tolman "bazı, en azından 'psikolojik mekanizmalar' diye adlandırılan ...çok güçlü motivasyonlar ya da çok yoğun hayal kırıklıkları

nedeniyle bilişsel haritalarımızın daraltılması olarak yorumlanabilir" sonucuna ulaşmıştır. Her ne kadar, saplanma ve gerileme ve ayrıca yer değiştirmeyi (yeniden yönlendirme) bu terimlerle tartışsa da bunları bastırma problemine uygulamaz. Ne de bunları dördüncü ana veri setimiz olan olgunlaşmamış olanlardaki seçici eleme süreçlerinin özel nitelikleriyle de ilişkilendirir.

* * *

Set (IV). Yetişkinle kıyaslandığında, çocuktaki seçici eleme sürecinin hem etkisiz hem de dengesiz olduğu, genel olarak çocuk ne kadar küçükse bunların daha etkisiz ve dengesiz olduğu kanıtlanmıştır.

Çocuğun dış uyaranı etkisiz eleyişi, onun alakasız uyarana aşırı, ilgili olanlara ise çok az dikkat verme eğilimiyle kendini ortaya koyar. Dikkati çok kolay dağıldığı için dikkat süresi kısadır: Aksine görsel ya da işitsel bir uyaran dikkatini çektiğinde bunları kaydetmekte aşırı yavaştır. Dahası, Rus psikologlar tarafından yapılan deneylerin gösterdiği gibi, alakasız olduğunu bildiği uyaranların motor tepkilerini etkilemesini engellemekte de çok zorlanır. Paramonova (1956)[34] tarafından raporlanan deney bu örneklerden biridir. Üç yaşında çocuklara belli bir renk ışık sinyaline tepki olarak bir tuşa basmaları öğretildi. Diğer renkteki ışıklar yakıldığında tepki vermemeleri açıkça anlaşılmış olmasına rağmen, mütemadiyen bunu yaptılar. Bundan uzun yıllar önce Luria (1932) yedi yaş öncesindeki çocukların deneycinin işaret ettiği bir noktaya doğru seçici şekilde parmaklarını hareket ettirmekle ilgili zorluklarına dikkat çekti. Önüne yayılan beş karttan biri belirlendiğinde, ona dokunmak yerine küçük çocuk parma-

34 [Bowlby Notu]: Bu deneylerin her ikisi de Vince tarafından alıntılanır (1961).

ğını düşünmeden genellikle en yakınında olana doğru hareket ettirir. Luria ayrıca çocukların tepkilerini erteleme konusunda yaşadıkları büyük zorluğa da dikkat çekti. Lambercier ve Rey'in (1935)[35] bir deneyiyle ertelemedeki güçlükler bir kez daha ortaya koyuldu. Görünür ama ulaşılmaz olan bir ödül söz konusu olduğunda, 4-5 yaşındaki çocuklar ona ulaşmak için direkt girişimlerde takılıp kalır, onu elde etmenin alternatif yollarını keşfedemezler. Diğer bir ifadeyle, yüksek motivasyon koşulunda mütemadiyen yetişkin bir insan ya da bir şempanzenin yaptığını yapar. Ertelemedeki bu güçlük, Miller'ın ulaştığı çocuk ne kadar küçükse inkâr ve fantezi savunmalarına başvurma eğilimi o kadar güçlüdür sonucu ile tutarlıdır ve bunu açıklamaya da yardımcı olur. Miller ve ark., (1960) farklı yaşlardaki çocuklara kahramanın hedefine ulaşmasının engellendiği (ya bir yetişkinin yüzüstü bırakması nedeniyle ya da istemeden hayal kırıklığına sebep olması nedeniyle) öykü tamamlama testi verdi. Bu öyküleri tamamlamaları istendiğinde çocuk ne kadar küçükse kahramanın her şeye rağmen yine de amacına ulaştığını iddia etmesi o kadar olasıdır. Örneğin yedi ila dokuz yaş arasındaki çocukların yanıtlarının neredeyse yarısı bu türdendir. Yani, küçük çocuk hedefine doğru bodoslama ilerlemeye çalışır, yeni ve çetrefilli bilgiyi göz önüne alamaz.

Daha ilkel türlerin olgun olmayanları da benzer özellikler sergilerler. Örneğin, kuşlarda öğrenme çalışmasında Vince (1958) yetişkinlerle kıyaslandığında yavruların gereksiz tepkileri engelleme kapasitelerinin yetersiz olduğunu buldu. Dahası, Thompson ve Heron'un (1954) köpeklerle ilgili bulgularının, olgun olmayanlarının bu kısıtlı yeteneğinin, en azından kısmen onların

35 [Bowlby Notu]: Önceki dipnota bakınız.

deneyimlerine atfedilebileceğini öne sürdüklerine dikkat çekiyor 1961. Sınırlı koşullarda yetiştirilmiş yetişkin köpekler, sıradan bir yetişkinin ertelenmiş tepkilerinden neredeyse yoksundur; örneğin, küçük çocuklardaki gibi tel örgü ile tekrar tekrar engellendiklerinde bile yiyeceğe dümdüz koşmakta ısrarcıdırlar.

Olgun olamayanlardaki seçici eleme sürecinin etkisizliğinin diğer bir sonucu ve belki de psikopatoloji için en büyük sonuç, yetişkinlerle kıyaslandığında bitmemiş bir göreve dönme eğilimindeki artıştır. Bu ilk olarak Zeigarnik tarafından belirtilmiştir (1927).[36]

Burada yine nörofizyolojinin bulgularıyla benzerlikler söz konusu olabilir. Sözü edilmiş olan motor döngüler gizli bir düzeyde kalıcı olmaya ve fonksiyonel olmamalarına rağmen bir müddet sonra belirgin olmaya eğilimlidir. Weiss (1955) özellikle buna yatkın olan örüntülerin, genetik etkilerin baskın bir rol oynadığı örüntüler olduğunu belirtir. Çocuğun annesine bağlanmasının altında yatan tepki sistemlerinin bu kategoride olduğunu varsaymakta haklıysak, nesne kaybını takip eden gizli aktiviteleri tam beklenen şeydir.

* * *

Set (V). Beşinci ve son veri setimiz seçici eleme süreçlerinin bilinci yönlendirenlerle ilişkisi hakkındadır. Savunma kuramında Freud, bilinçlilik ve bilinçdışı ayrımını temel bir kriter olarak terk ettiyse de yine de açıktır ki savunma süreçlerinin temel etkisi, aksi takdirde bilinçli olacak birçok motivasyon, duygulanım ve fanteziyi bilinçdışı hâle getirmektir. Bu nedenle, savunma süreci kuramını, bilinçliliği yöneten süreçler kuramıyla ilişkilendirmek zor olsaydı bu tuhaf ve yetersiz olurdu. Burada ileri sürülen

36 [Bowlby Notu]: Literatür daha fazla incelenmeli.

kuramın böyle bir güçlük arz etmediğine inanılıyor. Nöroanatomi ve direktbakıdan elde edilen kanıtlar gerçekte süreçlerin birbiriyle yakından ilgili olduğunu ileri sürer.

Ağırlıklı olarak seçici eleme ve bütünleştirmeden sorumlu olan serebral sistem, bilinçlilik ve bilinçdışından sorumlu olanla aynıdır: bu beyin sapı sarmal oluşumudur. Bununla birlikte geçtiğimiz on yıllık çalışmalar, her iki süreci de tek bir sistem uzlaştırıyor olmasına rağmen daha ziyade farklı parçaları tarafından uzlaştırıldığını ileri sürer (Magoun, 1958). Daha üst ya da talamik kısmın bilinçli hayvanda esas olarak seçici elemeden ve bütünleştirmeden sorumlu iken, daha altta beyin sapı kısmının uyaranlar arası farklara daha az duyarlı olduğu, uyku ve uyanıklık arasında olduğu gibi reaktivitede de daha uzun ömürlü değişimler yarattığı düşünülür. Yine de, bazı işlev farklılaşmaları olası görünse de, sistemin iki bileşeni anatomik olarak yakından ilişkilidir. Bu nedenle yerine getirdikleri işlevler de yakından ilişkili gibi görünmektedir. Direkbakıdan elde edilen kanıt aynı sonuca işaret eder. Örneğin yoğun konsantrasyon süresince olduğu gibi bir dereceye kadar seçici eleme bilinçliliği yükseltiyor gibi görünse de, belirli bir noktayı aştığında bilinçlilik azalır. Bu uyku ve hipnozda görülür, buna ek olarak sonuçlanmamış yüksek motivasyon hâllerinde görülür. Hiddet de aşk da bizi kör etme eğilimindedir. İtidal kaybı gerçekten de, zaman zaman neredeyse bilinç kaybı anlamına gelebilir.

Buna karşın seçici eleme azaltıldığında, yani daha fazla bilgi ve daha çok çeşit olası aksiyonun birlikte bütünleşmesine imkân verildiğinde bilinçlilik artar gibi görünür. Cobb (1952) "bütünleşmenin kendisi işleyen bir parçanın diğeriyle ilişki kurmasıdır ki bu da zihin ve bilinçliliktir" fikrini ileri sürdü ve Fessard (1954) bununla ilişkili olarak bilinçliliğin "Deneyimlenmiş Bü-

tünleşme" olarak kavramlaştırmasını önerdi. "Bilinçlilik," diye yazar, bilfiil gerçekleşmekte olan aksiyondan çok, aksiyon hazırlığı ile ilişkili gibi görünür... daha sıklıkla ertelenmiş aksiyonla ilişkilidir."

Bu analiz doğruysa, bilinçlilik seçici elemenin normal süreçlerinin etkinliğiyle ters orantılı olarak değişme eğilimindedir. Buradan, bu süreçlerin faaliyeti sadece belirli bir noktanın ötesine geçtiğinde değil, aynı anda bu durumda sabit kalındığında, aksi hâlde bilinç öncesi olacak olan (aslında bilinç için mevcut konumdaki) motivasyon, duygulanım ve fantezinin bilinçsiz hâle getirildiği sonucu çıkar. Bu, ileri sürülen savunma teorisine uygun olan bir sonuçtur.

Böylece beş temel veri setimizin incelenmesi burada sona erer. Patolojik savunma süreçlerinin doğası ve onları ortaya çıkaran nedensel koşullarla ilgili olarak öne sürülen kuramın birkaç dayanağı olduğu iddia edilir. Kayba verilen tepkilere dair verilerle örtüşür; sağlıklı seçici eleme ve bütünleştirme süreçlerine dair nörofizyolojik ve psikolojik bilgi ile uyumludur, hem stres etkenlerinin bu süreçler üzerindeki etkileri hem de olgunlaşmamış olanlardaki işleyişine dair kanıtlarla desteklenir ve bilinçlilikten sorumlu süreçler kuramı ile makul şekilde ilişkilendirilebilir. Sonuç olarak, kayba verilen tepkilerle ilgili veriler ile örtüşen anksiyete kuramı ile tatmin edici şekilde ilişkili hâle getirilebilir.

Daha önceki bir makalede (Bowlby, 1960), ne zaman birincil kaygı yaşanırsa, içgüdüsel tepki sisteminin etkinleşeceğini ancak sonlanmazsa ve dahası, sistem ne kadar şiddetli aktive olursa anksiyetenin de o denli yoğun olacağı hipotezini öne sürdüm. Bu makalede sona ermeyen yüksek motivasyonun belli bir süre boyunca korunmasının patolojik savunma süreçlerini uyandırdığını ileri sürüyorum. Bu şu anlama gelir, görünüşe göre birincil

kaygının doğmasına neden olan ve savunma sürecini tetikleyen koşullar hemen hemen aynıdır. Birincil kaygı, sona ermemiş yüksek motivasyon tarafından ortaya çıkarılır; savunma süreçleri yüksek motivasyonun belli bir süre boyunca sonlanmadan sürmesi ile tetiklenir.

Böyle bir kuram, klinik olarak gözlemlenen kaygı ve savunmanın zamansal ilişkilerini de doğru şekilde yordayabilir. Öncelikle, birincil kaygı deneyiminin savunma süreçlerinin ortaya çıkışından önce gelmesi beklenir. İkinci olarak, zamanı geldiğinde bu süreçler büyük ölçüde sonlandırılmamış motivasyon sistemini devre dışı bırakmak ya da etkisiz hâle getirmek için ortaya çıktığından, birincil anksiyetede azalma beklenir. Üçüncü olarak, eğer akabinde savunma süreçleri örneğin analitik tedavi ile, bir ölçüde azaltılır ve motivasyon sistemi böylece hareketsizlikten kurtulursa, yeniden anksiyete patlaması beklenir. Bu kuramın özündeki kaygı ve savunmanın zamansal ilişkisi bilindik olandır. Farklılık nedensel ilişkiye bakış açısındadır. Kaygı savunma mekanizmalarından önce gelmesine rağmen, sebebi olarak kabul edilmez. Onun yerine, her birinin aynı nedensel koşulların sonucu olduğu kabul edilir, biri hemen takip eden kaygı iken diğeri bir süre sonra ortaya çıkan savunma sürecidir. Her biri sonlanmamış yüksek motivasyonun sonucudur.

İşlev ve Sonuçlar

Kaybı takip eden savunmaların esas etkisinin bir motivasyon sistemini diğerinden ayırmak olduğu tartışılmıştı. Bunun gerçekleşmesini sağlayan şeylerin MSS'nin (Merkezi Sinir Sistemi) ana faaliyetlerinden biri olan seçici eleme sistemi olduğu varsayılır. Sıradaki problem, bu etkinlikten kaynaklanan pek çok sonucu

incelemek ve mümkün olduğunca, denge hâlinde, türlerin hayatta kalmasına katkıda bulunanlarla, buna etkisiz veya zararlı olanları ayrıştırmaktır. Daha önce açıklandığı gibi, denge hâli ve buna katkıda bulunan her biri için "işlev" terimi kullanılır. Böyle olması evrim sürecinde sürecin neden pozitif seçilime tabi olduğu ve böylece kalıtım yoluyla şimdiki jenerasyona aktırıldığına dair açıklama sağlar. Kalan diğer sonuçlar ya sürecin doğal yan ürünleri ya da eğer zararlıysa, bu özel süreçle donanmak için bedeli organizma tarafından ödenmiş olarak anlaşılabilir. Bu nedenle bütün işlevlerin sonuç olmasına rağmen bütün sonuçların işlev olduğu anlamına gelmez: Tam tersine bazı sonuçlar organizmanın aleyhine ve bu sebeple de patolojiktir.

Psikanalitik yazında her zaman net olmayan bu ayrımı belirginleştirmek için, biri fiziksel diğer fizyolojik iki analoji düşünelim.

Bir uçakta belirli bir cihaz denge hâlinde çok değerli olabilir. Bu değer uçağın neden bu cihazla donatıldığını ve cihazın işlevini açıklar. Bununla birlikte bu cihazı taşımak diğer başka sonuçları da beraberinde getirecektir, örneğin cihazın yerleşimi ya da operasyonel prosedürler, bunların çoğu nötr ya da önemsiz yan sonuçlardır. Bununla beraber belirli bazı sonuçlar ise aleyhtedir. Ağırlık her zaman böyledir. Diğeri ise cihazın belirli biçimde bozulması, arızanın uçağı tehlikeye sokabilme olasılığıdır. Cihazın ağırlığı veya arızanın belirli bir türü cihazı taşımanın doğasında var olan bedelleridir. Biyolojik terimlerle böyle bir arıza riski patolojik potansiyel olarak tanımlanabilir.

Bir organizmanın enfeksiyon durumunda ateşin yükselmesine neden olan bir süreçle donatılmış olmasının sonuçlarını benzer bir şekilde analiz edebiliriz. Bunun belirli sonuçları faydalıdır; bu sonuçlar organizmanın evrim sürecinde neden bu

şekilde donanımlandığını açıklar; bunlar onun işlevleridir. Diğer sonuçlar örneğin terleme, titreme ne faydalı ne de olumsuz olan, sadece yan sonuçlardır. Bununla birlikte eğer ateş belirli noktayı aşarsa ya da çok uzun sürerse, olumsuz etkiler faydadan ağır basabilir. Bunun olma riski, bu donanımın doğası gereği bedelidir ve patolojik potansiyelidir. Bu, Claude Bernard tarafından bir asır önce formüle edilmiş bir ilkedir ve fizyopatolojiyle olduğu kadar psikopatolojiyle de ilgili olması muhtemeldir.

Bu ilkenin ışığında, kaybı takip eden savunma süreçlerinin sonuçlarına yeniden bakalım. Daha önce, savunma sürecini Freud'un birincil bastırma (ve Fairbairn ile Melanie Klein'ın bölme) olarak tanımladığı gibi ele almanın avantajlı olmasının güç olduğunu öne sürmüştüm. Bunun etkilerinden biri, biliyoruz ki, organizmayı "birbirine zıt ve birbirinden bağımsız" iki motivasyonel sisteme teslim etmektir (Freud,1949). Ego, "idin ilgili kısmını kesinlikle baskıladı ve zarar verdi," der Freud başka bir yerde:

> Ama aynı zamanda ona bir miktar bağımsızlık vermiş ve kendi egemenliğinin bir kısmını feda etmiştir...şimdi bastırılmış olan, âdeta bir kanun kaçağıdır; egonun müthiş organizasyonundan dışlanmış ve sadece bilinçdışını yöneten kanunlara tabidir.
>
> (Freud,1926d, s.152)

Davranışı, ruh hâlini ve düşünceyi etkileyen semptomların büyük bir kısmının açıkça, bu kanun kaçaklarının "gerçekçi olmayan" ve "güvenilmez" aktivitelerinin belalı etkilerinden kaynaklandığı anlaşılabilir.

Bu etkiler, görünüşe göre tam anlamıyla olumsuzdur; ancak sonuçları kesinlikle ilgili süreçlerin işlevleri değildir. Belirli koşullarda sonuçları risk ve sürecin patolojik potansiyeli olarak görülebilecek şeyler, daha ılımlı bir şekilde hareket ettiklerinde faydalı olabilirler. Bu nedenle eğer, Bernard'ın (1865-1961) ilkesine sadık kalırsak, iş potansiyel olarak faydalı bu sonuçları belirlemektir, ya da başka bir deyişle aleyhte işlediğinde birincil bastırma ile sonuçlanan süreçlerin işlevlerini belirlemektir.

Bu araştırmayı yürütürken Freud'un "izolasyon" süreci ile ilgili ifadesinde önemli bir ipucu bulunur: "Normal bir insan bile konsantrasyonu sadece ilgisiz ve önemsiz olandan değil, daha önemlisi çelişkili olduğu için uygun olmayandan da uzak durmak için kullanır" (Freud, 1926d, s.121). Seçici elemenin işlevinin büyük bir kısmının yalnızca bu terimlerle anlaşılması gerektiği ileri sürülür. İlgisiz ya da önemsiz olanın ya da en azından böyle olduğuna inanılanın elenmesi, her etkili bütünleşme ve eylem için çok önemlidir. Bu olmaksızın, aşırı miktarda ıvır zıvır bilgi ve uygunsuz motor repertuar bütünleştirme havuzuna ulaşır, ve etkili bir eylem için öncelikli olan etkili ayrıştırma asla mümkün olmazdı.

Bunu anlaması kolay. Yüksek motivasyon koşullarında bilgi ve motor repertuarı daha da kısıtlamanın işlevsel değerini de öyle. Eylem acil olduğunda, daha az etkili davranmak, ne yapacağına karar vermek için uzun süre harcamaktan – bütün yolları keşfe çıkıp altına bakılmadık taş bırakmamaktan – daha iyi olabilir. Düşüncesizce ya da alelacele yapılmış olan eylemin dezavantajlarının ortada olmasına rağmen insanın ilkel koşullarda uzun evrim süreci boyunca hızlı hareket etmesinin hiç hareket etmemesinden daha iyi olduğunu görmek zor değil.

Seçme ve eleme, bu nedenle, etkili bir eylem için esastır. Akabinde şunu sorabiliriz: bu süreçler seçimlerini hangi kritere göre yaparlar ve kişi bunu nasıl edinmiştir? Kimisi için esas belirleyici açıkça görülüyor ki genetik eylemdir; örneğin yeni doğanın kadın sesini diğer seslere tercih etmesi ve kısa süre sonra karmaşık görsel paternleri basit olanlara tercih etmesi (Fantz,1961). Diğerleri için aynı netlikle ana belirleyiciler deneyim ve öğrenmedir. Bu nedenle ve aynı zamanda küçük çocuğun MSS'nin tamamlanmamış durumu nedeniyle de bebeklik ve erken çocukluk döneminde seçici eleme süreçlerinin yavaş ve aksak olması şaşırtıcı değildir; ya da yeterli deneyimin olmayışı (engelleyici bir çevrede büyütülmüş bireylerin durumunda olduğu gibi) ne yazık ki verimsiz kalmalarına neden olabilir.

Bunun gibi konulardan tamamen ayrı, yine de bu kriterlerin doğasında olan ve benim tezimle büyük ilgisi bulunan genel bir özellik var. Bu özelliğe onların "muhafazakârlığı" diyeceğim.

Darwin, defterine aldığı ünlü notunda kuramımızla uyumsuz olan veriyi ne kadar kolaylıkla unuttuğumuza dikkat çekmiştir. Her bilim insanı bunun ne kadar doğru olduğunu ve kendi görüşünü kanıtlama motivasyonu ne kadar yoğunsa, rakibinin karşıt görüşüne o denli az adil olunduğunu bilir. Eğer abartmıyorsak, bunun çok zararı yoktur; asıl zarar sanki öyle değilmiş gibi yapmaktan kaynaklanır. Ama bu açıdan eğitimli bir bilim insanı kötü biriyse bile, sıradan insana ve özellikle sıradan bir çocuğa kıyasla bir azizdir. Hiç şüphesiz, bizim kabul ediş ya da eleyişimizi yönlendiren kriterler aşırı önyargılı ve aşırı muhafazakârdır. Freud'un vurguladığı gibi, normal bir insanın uzak durduğu, her şeyden önce çelişkili olandır.

Bu doğruysa, ve ben aşikâr olduğuna inanıyorum, yeniden bu özelliğin hangi işleve hizmet ettiği sorusuyla karşı karşıya ge-

liriz. Eleyici kriterin bu muhafazakârlığı organizmaya ne şekilde faydalıdır? Nasıl olur da ilgili bilginin ve ilgili motor repertuarın büyük kısmı elemeye tabii olurken alakasız olan çoğunun kabul edilmesi avantaj olur? Kolayca iki neden bulunabilir.

Öncelikle, bütünleştirici sürecin yönetebileceği bilgi ve motor paternlerin miktarının bir sınırı olduğu açıktır. Hiçbir ayrım gözetmeden okuyan ve bu nedenle karman çorman bir zihin geliştirmiş öğrenci gibi, çok fazla şeyi bütünleştirme çabası, sadece kaosa neden olabilir. Birçok amaç için, az ama iyi bütünleşmiş olan, çok daha fazlası ama özümsenememiş olandan daha iyidir. Tam dengeyi tutturmak kolay iş değil.

Bununla birlikte, bütünleştirilecek bilginin ve motor repertuarın miktarı sadece bir sınırlayıcı faktördür. Diğeri ise niteliğidir. Efektif bir davranış için birey hem girdisini hem de çıktısını organize edeceği mantıklı ve kendi içinde tutarlı şemalara ihtiyaç duyar. Bu nedenle çelişkinin kendisi bir tehdittir.

Etkili eylem için yalnızca çelişkiden kaynaklanan tehlike belki de çok az fark edilir. Alışkanlıklarımızdan ötürü işlediğimiz şemalarla çelişen bilgileri göz önünde bulundurmak, geçici olarak iktidarsız hâle gelmektir. Her oyuncu, daha iyi bir alışkanlık kazanmak için kötü alışkanlıktan vazgeçme çabası nasıl kafa karıştırıcıdır bilir. Kısa süreliğine oyunu eskisinden bile daha kötü olacaktır. Buna benzer olarak her öğretim görevlisi şimdiye dek güvenle öğrettiği kuramları sorgulayan bilgileri hesaba katmak için düşüncelerini yeniden düzenlemeye çalıştığı bir anda materyali ne kadar kötü sunduğunu bilir. Çelişkili bilgiden fayda sağlamak, var olan şemaların çözülmesini ve yenilerinin yapılandırılmasını gerektirir. Bu sürede performans da zarar görür.

Yeniden organize olmak için bir süre düzensizlik dönemine katlanmanın bireyin yararına olup olmaması koşullara bağlıdır.

Korumalı bir ortamda avantajın dengesi lehte olabilir. Ama korumasız bir ortamda öyle olmayabilir. Tam aksine, dezorganize olmak, geçici bile olsa, kişiyi bir krizde acizleştirebilir ve faciaya neden olabilir. Doğal koşullarda muhafazakârlık kötünün iyisi olabilir.

Ortaya sürülen hipotezin, Freud'un birincil bastırmanın işlevinin aşırı uyarılma ve aşırı içgüdüsel gereksinim hâllerinde egonun bütünlüğünü korumak olduğu fikrinin modifikasyonu olduğu görülecektir. Birincil bastırma süreci, bu görüşe göre, bu koşullarda egonun bütünlüğünü kendi korumaz; aslında onu bozma eğilimindedir. Bunun yerine, sağlık hâlinde bu tür bir organizasyonda anahtar bir role sahip olan ama sona erdirilmemiş yüksek motivasyon koşullarında olumsuz sonuçlara sebep olacak bir şekil alabilen, seçici elemenin özel ve patolojik versiyonu olarak görülür. Bu nedenle, Freud'un hipotezi ile özdeş olmasa da ortaya atılan hipotez onunla fark edilir derecede ilişkilidir.

Hipotez Freud'un belirli diğer fikirleri ile daha uyumludur. Bu fikirler zihinsel işleyişin iki ilkesini, haz ilkesi ve gerçeklik ilkesi ile aynı zamanda, savunma sürecinin işlevinin egoyu zihinsel acıdan koruması nosyonunu da içerir.

Tolman (1948) haz ilkesi ile belirlenen davranışın kolaylıkla kısıtlı bilişsel haritanın belirlediği davranışla eşit sayılabileceğine dikkat çekmiştir. Az miktarda bir bilgi kabul edildiğinde, bilişsel harita kısıtlı ve sonuçta ortaya çıkan davranış da sığdır: bu haz ilkesine uyar. Diğer yandan, daha fazla miktarda bilgi kabul edildiğinde ve özümsendiğinde, bilişsel harita geniş ve sonuçtaki davranış koşullara daha uyumludur: bu gerçekçilik ilkesine uyar.

Hipotez, ayrıca, bölünmüş motivasyonel sistemin haz ilkesini izleyen davranışlarda kendini ortaya koyma eğiliminde olduğu yaygın gözlemini kolayca açıklar. Bölünmenin özellikle erken

çocukluk döneminde haritalar kısıtlıyken gerçekleşme eğiliminde olduğunu ve yüksek motivasyon koşullarında da yine haritaların sınırlı olduğunu biliyoruz. Bu şekilde bölünmüş herhangi bir sistem, bu nedenle, başlangıçta sadece bu kısıtlı düzenlemeye mahkûm olmakla kalmaz, o andan itibaren diğer sistemlerle iletişimden yoksun ve yeni bilgiden de yalıtılmış olduğu için bu hâliyle kalmaya da mahkûmdur. Bu nedenle geliştirilen hipotez tüm bu açılardan ampirik veri ve geleneksel kuramlarla tutarlıdır.

Freud'un savunma sürecinin egoyu zihinsel acıdan koruduğu nosyonuyla da tutarlıdır. Çelişkili enformasyonun bütünleşme sürecine kabulünün performansın düşmesine neden olabileceği belirtilmişti. Sadece bu değil, performansı gerçekleştiren kişinin kendisi de mustarip olur. Var olan ile çelişkili her bilgi ya da motivasyon hiçbir zaman hoş karşılanmaz. Bunu kullanmak ya da bütünleştirmek şema ve sistemlerin zorlayıcı bir yeniden düzenlemesini gerektirebilir ve kaçınılmaz olarak bundan önce ilk düzensizlik gelmelidir. Böyle bir düzensizliğin bir ölçüde acı verici olduğunu öne sürmüştüm (Bowlby, 1961). Uyumsuz bilgi ve motivasyona karşılık vermenin bir diğer ve daha sık kullanılan yolu onu dışlamaktır. Böyle yaparak, düzensizlik önemsizleştirilir ve zihinsel acıdan kaçınılır.

Dolayısıyla bu hipotezde, zihinsel acıdan kaçınma savunma sürecinin bir sonucu olarak ele alınır.[37] Uyumsuz bilgi ve motivasyonun herhangi bir durumda dışlanmasının faydalı olup olmadığı koşullara bağlıdır; aynı şey zihinsel acıdan eşzamanlı kaçınma için de geçerlidir. Zihinsel acıdan korunma, bu yüzden

37 [Bowlby Notu]: Öğrenme Kuramı'nda, bir savunma süreci azaldığında deneyimlenen zihinsel acı varlığını sürdürmek için bir açıklamasağlar: zihinsel acı süreci güçlendirir. Kuramda önerilen zihinsel acı, bu nedensel role sahip olarak tasarlanmamıştır.

savunma sürecinin bir işlevi olarak görülemez. Onun yerine en iyi, sürece bağlı olarak sonuçta elde edilen, koşullara göre yararlı olandan çok patojenik olana doğru çeşitlilik gösteren bir yan ürün olarak ele alınır.

Bu hipoteze göre, bilgi ya da motivasyonun bütünleşmenin dışında bırakılıp bırakılmayacağını belirleyen temel kriterin halihazırda var olan ile basitçe uyumsuz olması olduğu gözlenecektir. Verileri açıklamak için yeterli olduğu kanıtlanırsa, bilgi ya da motivasyonun neden dışlandığının diğer sebeplerini araştırmak gereksiz hâle gelir; içgüdülerden korkma ya da ölüm içgüdüsünün aktive olmasından korkma kuramları gereksiz hâle gelir. O hâlde bunun yeterli olduğuna inanmak için hangi gerekçelerimiz var? Neden savunma sürecinin sevilen bir objenin kaybı ile kendiliğinden tetiklendiğini açıklamaya yönelik sınırlı görev için, muhtemelen böyle olduğunu düşünmek için gerekçelerin olduğu öne sürülür.

Kaçınılmaz olarak, sevilen bir nesnenin kaybı yas tutanı şimdiye dek onun için etkin ve baskın olan sistem ve şemalarıyla tamamen uyumsuz olan bilgilerle yüz yüze getirir. Bu bilgiyi kabul etmek ve özümsemek, bu şema ve sistemlerin çözülüp, bütünüyle yeniden düzenlenmesini gerektirir. Muhafazakârlık ilkesinde buna karşı çıkılır. Kabul, düzenin bozulması ve yeniden düzenleme dizgesi yerine burada gerçekleşen, uyumsuz bilginin elenmesi ve mevcut durumun korunmasıdır. Böylece nesnenin varlığına dayalı mevcut şemalar ve sistemler bozulmadan kalır; yokluğuna bağlı ikinci bir set gelişmeye başlayabilinceye dek. Dolayısıyla eleme süreci aktif kalırsa, birey "birbirine zıt ve birbirinden bağımsız" iki sistem tarafından mesken tutularak büyür.

O hâlde, savunma süreçlerinin kaybı takip etme eğilimi için sunulan açıklama budur. Varlıklarını sürdürme eğilimi aynı

prensiplerle açıklanabilir. Yeni bir sistem inşa edildiğinde her ne kadar yetersiz ve patolojik olsa da, kendi varlığını sürdürme eğilimindedir, yalnızca uyumlu olanları içeri kabul eder ve diğer her şeyi eler. Bir hastayı tedavi ederken karşı karşıya kaldığımız durum budur. Var olan şema ve sistemlere uygun ya da uygun hâle getirmek için çarpıtılmış bilgi kabul edilir; uyumlu olmayan ya da uyumlu hâle getirilemeyen elenir. Bu nedenle daha iyi bir yeniden düzenleme potansiyeli, baskın herhangi bir organizasyonun istikrarı için kurban edilir. Elde edilmiş olan menfaatin etkisi hiçbir yerde daha belirgin değildir.

Son olarak, kaybı takip eden savunma süreçleriyle alakalı bu teoriyi güncel literatür ile karşılaştıralım.

Literatürün İncelemesi

Daha önce belirtildiği gibi, özellikle 1926'dan itibaren Freud savunmanın iki çeşit olduğu ve temelde birbirinden oldukça farklı iki durumda ortaya çıktıkları görüşüne bağlı kalmıştır. Bir çeşidi sonuçların farkındalığına bağlı diğeri değildir; bir çeşidi öğrenmeden diğeri travmadan kaynaklanır. Bu makaledeki görevler açısından Freud'un daha sonraki makalelerinde birincil bastırma kuramının bulunduğu içeriklerin, hastaların neden travmayı takip eden semptomlar geliştirme eğiliminde olduklarını anlamak için çabaladığını göstermesinin özel bir önemi vardır, ki onu ilk defa savunma kavramına yönlendiren de bu problemdir. Bu nedenle, daha sonraki görüşlerinin ampirik temeli daha önceki görüşleri ile aynıdır.

Burada şu not edilebilir, travmatik faktörler arasında Freud'un her iki dönemde de ilgilendiği, nesnenin kaybıdır. *Histeri Üzerine Çalışmalar*'da "sevilen kişinin telafi edilemez kaybı"na atıf-

ta bulunulur (Freud, 1895d, s.10); *Tutukluk, Semptom ve Kaygı* [Inhibitions, Symptoms and Anxiety] bebeğin "annesini özlemesi"dir[38] (Freud, 1926d, s.170). 1926'da otuz yıl önce eşiğine geldiği bir sonuca ulaşmıştır; en erken ve en temel bastırmanın en bilinen öncüllerinden biri sevilen bir figürün kaybedilmesidir.

Buna rağmen, daha sonraki diğer tüm çalışmalarında, Freud kaybı takip eden savunmaları birincil bastırma ve bununla ilişkili süreçler ile tanımladığı apaçık olmasına rağmen, az sayıda analist onun öncülüğünü takip ettiler. Bunun yerine erekbilimsel kavramlara yaslanmış kuramları ve ikincil bastırma sürecini çağrıştıran kavramlar tercih edildi. Neredeyse her zaman egonun, acı verici veya tehlikeli bir durumun yakın olduğunun farkında olma ve bundan kaçınmak için harekete geçme yeteneğine sahip olduğuna inanılır. Kayıpla ve onu takip eden savunmalarla yoğun olarak ilgilenen dört analistin –Helene Deutsch, Melanie Klein, Edith Jacobson, ve Fairbairn– hepsi formülasyonlarını bu kalıba uygun tasarlamıştır.

Bazı kişilerde kaybı takip eden yasın olmayışını açıklamayı amaçlayan deneysel girişiminde, Helene Deutsch (1937) "duyguyu reddetmek için motive edici güç duygunun üstesinden gelinemeyeceğinin içsel farkındalığı, yani, egonun kendi yetersizliğinin farkında olmasıdır" diye varsayar. Edith Jacobson (1943) farklı ama aynı derecede erekbilimsel bir öneride bulunur, şöyle ki "hayal kırıklığı ve düşmanlık" nedeniyle hasta "narsisistik bir geri çekilmeye kaçmaya çalışır." Bunun biraz farklısı Fairbairn (1943) tarafından benimsenir. Ona göre psikopatın "sözde-bağımsızlığı" ... "yükümlülüklerini varlığa dönüştürme girişimidir. Güvensizliğini

38 [Bowlby Notu]: Anne kaybı Freud tarafından genellikle yalnızca bir "tehlikeli durum" olarak görülse de "eğer bebek o sırada annesinin karşılaması gereken bir ihtiyacı hissederse... bu travmatik bir durumdur" (Freud, 1926d, s. 170).

ve güvenli bir şekilde bağımlı olamamasını ... tüm sosyal temas yakınlığından vazgeçerek sermayeye dönüştürmüştür." Melanie Klein'ın formülasyonu (1940) yine farklı olsa da, erekbilimsel kalır. "Ego" diye belirtir, "kaybedilen nesneyi 'özlemeye' karşı savunma yöntemleri geliştirmeye zorlanır." Bu savunmalar diğer analistler tarafından gelişimin aleyhinde görülmelerine rağmen, Melanie Klein için hem kaçınılmaz hem de yararlıdırlar. Bu savunmaların, "tüm ego organizasyonu için esas" (Klein, 1948b, s.316) olduğuna inanır. Bununla birlikte, süreç çok ileri gidebilir. Erken çatışma ve suçluluk özellikle güçlü olduğunda "sevilen insanlardan uzaklaşma ve hatta ...onları reddetme" olabileceğini öne sürer. Bunun için bir sebep vardır: "sevilen kişinin –anneden başlayarak– fantezide aldığı zararlardan dolayı ölebileceğinden korkma... bu kişiye bağlanmayı dayanılmaz kılar" (Klein ve Riviere, 1937).

Bu formülasyonların her birinde savunmayı başlatmada öngörü ve ayrılmayı başarma amacının egoya atfedildiği görülür; duygunun üstesinden gelme yetersizliğinin farkında olma, tekrarlayan hayal kırıklığından kaçınma, ölebileceği için sevilen kişiye güvenmekten korkma. Bununla birlikte bunların hiçbirinde neyin sebep neyin işlev olarak düşünüleceğini ayırt etmek kolay değildir. Diğer bir güçlük, bu analistlerin hiçbirinin hipotezlerini destekleyen bir kanıt öne sürmemiş ve alternatif açıklamaları da dikkate almamış olmalarıdır. Belki daha şaşırtıcı olanı, hiçbiri Freud'un sonraki çalışmalarında kaybı takip eden savunmalarla ilgili problemle karşılaştığında çok açıkça tercih ettiği birincil bastırma kavramına atıf bile yapmamalarıdır.

Burada geliştirilen savunma kuramı hem hareket noktası hem de temel biçimiyle Freud'unkine benzer. Her ikisinin de başlangıcı travma ve kayıp nosyonlarıdır. Bir bölümde Freud travmayı "egonun aşırı libidinal talep ile karşılaştığı bir durum" olarak tanımla-

mıştır (Freud, 1933a, s.123); bana göre yüksek motivasyonun bir süre boyunca devam ettiği bir durumdur, çok farklı olmayan bir kavram. Her iki kuram de sebep ve işlev arasında net bir ayrım yapmakla kalmaz, aynı zamanda savunmaların hizmet ettiği düşünülen işlevlerle ilgili olarak da azımsanamayacak derecede görüş birliği vardır. Buna rağmen savunma ile ilgili benim kavramsallaştırmam en az iki anahtar noktada Freud'unkinden farklılık gösterir. Bunlardan birine halihazırda atıfta bulunulmuştu – Freud'un hipotezi, savunmanın acı veren, bize dış dünyadan saldıran bir uyarana cevap verme amacıyla şekillenen geri çekilmenin bir çeşidi olduğudur. İkincisi, onun "uyarılma" kavramı nicelik olarak özellikleriyle fizik enerjininkine benzer. İronik bir şekilde kuramına bilimsel temelli bir etki verme isteğinden kaynaklanmıştır. Bruer ve Freud'un histeri üzerine ilk çalışmalarında üç tema vurgulanmıştı: Travma, duygu yüklü anıların bastırılması ve duygusal dışavurum. Kuram travma nedeniyle ortaya çıkan duygulanımın travma sırasında boşaltılması ya da bir şekilde boşaltılmış olarak kalmasına uygun olacak şekilde oluşturulmuştu. Bu duygulanım mefhumunu Freud sonrasında mental aygıtın tamamen fiziksel bir modeliyle ve her ikisiyle de meşgul olduğu "süreklilik ilkesi" ile ilişkilendirdi.[39] Bu şekilde bir kuramsallaştırma biçimi geliştirdi, hipotetik enerjinin artması ve azalması üzerinden, günümüze kadar yaşadı. Yine de pek çok eksiği olan bir modeldir. Sadece birçok analist tarafından eleştirilmekle kalmamış (örn. Colby, 1955; Fairbairn, 1952), aynı zamanda motivasyonun enerji modelleri (denilen) eksiklikleri artık açıkça tanımlanan daha büyük bir kuram sınıfına dahildir.[40]

---

39 [Bowlby Notu]: Histeri Üzerine Çalışmalar'da Strachey'in Editör'ün Önsözü'ne bkz. (Freud, 1895d, s.18–25).

40 [Bowlby Notu]: Dikkatlice Hinde'nin gerekçeli makalesine bkz.

Bu nedenle ilginçtir ki, Freud fiziksel kavramlara dayalı bir mental aygıt modelini benimsemekte daha az hevesli olsaydı, biyolojik ve psikolojik kavramlara dayalı bir model için verilere halihazırda sahipti. Daha sonra psikolojik sıkıntılara yol açan şeylerin, ortaya çıktıklarında uygun şekilde tepki verilmemiş deneyimler olduğunu gözlemlemişti. "Uygun tepki" sağlandığında, olumsuz etkilerden kaçınılırmış gibi görünüyor. Örnek olarak verdiği "uygun tepkiler" "ağlamak" ve "intikam davranışları" (Freud, 1895d, s.8), farklılaştırılmış ve hayli yapılandırılmış davranış dizileri olarak ortaya çıkmasına rağmen, her birinin kendine özgü motivasyonu vardır. Hepsini basitçe "duygulanımın dışa vurulması" olarak tanımlamak bu gerçeklerin üzerini örter. Verilerine daha uygun olacak şekilde Freud'un ulaştığı sonuçlar şöyle formüle edilebilirdi: (a) davranışın özellikle motive edildiği ve ona eşlik eden duygulanımları bir dereceye kadar tetikleyen durumlar vardır ancak sadece ifade edilmemiş olarak değil kişinin bilgisi dışında da kalırlar; (b) bunun gerçekleştiği koşullar eyleme geçilemeyecek durumlardaki çok yüksek motivasyon ve eşlik eden duygulanımın buna uygun olarak yüksek yoğunlukta olması ile karakterizedir.

Gerçek şudur ki, uyarımın miktarı, bunların engellenmesi ve boşalımı Freud'un yapmış olduğu ve analistin terapötik durumda yapmaya devam ettiği gözlemlerle alakası olmayan teorik yapılardır. Belirli dizgeleri ya da davranış sınıflarını gerçekleştirme ve belirli nesnelere yönlenmiş motivasyon gibi yapılar onlara daha yakındır. Bu, bu makale serisinde ele aldığım ayrılmış çocuklar üzerinde yapılan gözlemler için de geçerlidir. Benim öne sürdüğüm savunma kuramında temel kavramlar, duygulanım ve onun boşalımı yerine motivasyon ve davranıştır.

Kaynakça:

Ainsworth, M. D. S., & Ainsworth, L. H. (1958). *Measuring Security in Personal Adjustment.* Toronto: University of Toronto Press.

Bahrick, H. P., Fitts, P. M., & Rankin, R. E. (1952). Effect of incentives upon reac tions to peripheral stimuli. *Journal of Experimental Psychology*, 44: 400–440.

Bahrick, H. P., Noble, M., & Fitts, P. M. (1954). Extra-task performance as a measure of learning a primary task. *Journal of Experimental Psychology*, 48: 298–302.

Barber, T. X. (1958). The concept of hypnosis. Journal of Psychology, 45: 115–131. Bartlett, F.C. (1932). *Remembering: A Study in Experimental and Social Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bernard, C. (1865, 1961). *An Introduction to the Study of Experimental Medicine*. Transl. H. C. Greene. New York: Collier.

Birch, H. G. (1945). The role of motivational factors in insightful problem-solving. *Journal of Comparative Psychology*, 38: 295–317.

Bowlby, J. (1960). Separation anxiety. *International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 89–113.

Bowlby, J. (1961). Processes of mourning. *International Journal of Psycho-Analysis*, 42: 317–334.

Bowlby, J. (1963). Pathological mourning and childhood mourning. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 11: 500–541.

Brenner, C. (1957). The nature and development of the concept of repression in Freud's writings. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 12: 19–46.

Breuer, J., & Freud, S. (1895d). *Studies on Hysteria*. S. E. 2. London: Hogarth Press. [Histeri Üzerine Çalışmalar, Payel Yayınları, çev. Dr. Emre Kapkın, 2013.]

Bruner, J. S., Matter, J., & Papanek, M. L. (1955). Breadth of learning as a function of drive level and mechanization. *Psychological Review*, 62: 1–10.

Burlingham D. & Freud, A. (1942). *Young Children in War-time*. Oxford: Allen & Unwin.

Cobb, S. (1952). On the nature and locus of mind. *Archives of Neurology and Psychiatry*, 67: 172–177.

Colby, K. M. (1955). *Energy and Structure in Psychoanalysis*. New York: Ronald Press.

Deutsch, H. (1937). Absence of grief. *Psychoanalytic Quarterly*, 6: 12–22.

Deutsch, J. A. (1953). A new type of behaviour theory. *British Journal of Psychology*, 44: 304–317.

Deutsch, J. A. (1960). *Structural Basis of Behaviour*. London: Cambridge University Press.

Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality and Psychotherapy: An Analysis in Terms of Learning, Thinking, and Culture*. New York: McGraw Hill.

Eriksen, C. W., & Browne, C. T. (1956). An experimental and theoretical analysis of perceptual defense. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 52: 224–230.

Erikson, E. (1954). The dream specimen of psychoanalysis. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 2: 5–56.

Fairbairn, W.R.D. (1943). The return of the bad object (with special reference to the "War Neurosis"). In: W.R.D. Fairbairn, *Psychoanalytical Studies of the Personality* (s. 55–81). London: Routledge.

Fairbairn, W.R.D. (1952). *Psychoanalytical Studies of the Personality*. London: Tavi Stock Press.

Fantz, R. L. (1961). The origin of form perception. *Scientific American*, 204: 66–73.

Fenichel, O. (1945). *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. New York: Norton.

Fessard, A. (1954). Mechanisms of nervous integration and conscious experience. In: E. D. Adrian, F. Bremer, & H. H. Jasper (eds.), *Brain Mechanisms and Consciousness* (s. 200–237). Oxford: Blackwell.

French, T. M. (1938). Defense and synthesis in the function of the ego—Some obser vations stimulated by Anna Freud's "The Ego and the Mechanisms of Defense." *Psychoanalytic Quarterly*, 7: 537–553.

Freud, A. (1936). *Ego and the Mechanisms of Defence.* London: Hogarth Press. [*Ego ve Savunma Mekanizmaları*, Bağlam Yayıncılık, çev. Yeşim Erim.]

Freud, S. (1893a). *On the Psychical Mechanism of Hysterical Phenomena* [with J. Breuer] S. E., 2: 3–17. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1894a). *The Neuro-Psychoses of Defence.* S. E., 3: 157–185. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1895d). *Studies on Hysteria.* [with J. Breuer]. S. E. 2. London: Hogarth Press. [*Histeri Üzerine Çalışmalar*, Payel Yayınları, çev. Emre Kapkın.]

Freud, S. (1900a). *The Interpretation of Dreams.* S. E., 4–5: 633–685. London: Hogarth Press. [*Rüyaların Yorumu*, Say Yayınları, çev. Dilman Muradoğlu.]

Freud, S. (1901b). *The Psychopathology of Everyday Life.* S. E., 6. London: Hogarth Press. [*Gündelik Yaşamın Psikopatolojisi*, Pinhan, çev. Tuğrul Veli Soylu.]

Freud, S. (1905c). *Jokes and their Relation to the Unconscious.* S. E., 8. London: Hogarth Press. [*Espriler ve Bilinç Dışı ile İlişkileri*, Olimpos Yayınları.]

Freud, S. (1914d). *On the History of the Psycho-Analytic Movement.* S. E., 14: 3–66. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1915d). *Repression.* S. E., 14: 143–158. London: Hogarth Press. Freud, S. (1916–1917). *Introductory Lectures on Psycho-Analysis.* 1916–1917. S. E., 15–16. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1920g). *Beyond the Pleasure Principle.* S. E., 18: 7–64. London: Hogarth Press. Freud, S. (1925d). *An Autobiographical Study.* S. E., 20: 3–70. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1926d). *Inhibitions, Symptoms and Anxiety.* S. E., 20: 77–174. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1926f [1925]). Psycho-Analysis. S. E., 20: 260–269. London: Hogarth Press. [*Haz İlkesinin Ötesinde*, Metis Yayınları, çev. Doç. Dr. Ali Nahit Babaoğlu, 2019.]

Freud, S. (1933a). *New Introductory Lectures on Psycho-Analysis.* S. E., 22:

3–182. London: Hogarth Press. [*Tutukluk, Semptom ve Kaygı*, Oda Yayınları, 2022.]

Freud, S. (1939a). *Moses and Monotheism*. S. E., 23: 3–137. London: Hogarth Press. [*Musa ve Tektanrıcılık*, Say Yayınları, çev. Kamuran Şipal, 2022.] yılının

Freud, S. (1940). *An Outline of Psychoanalysis. International Journal of Psycho Analysis*, 21: 27–84.

Freud, S. (1940a [1938]). *An Outline of Psycho-Analysis*. S. E., 23: 141–207. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1949). *An Outline of Psychoanalysis*. Oxford: W. W. Norton. Hampshire,

Freud, S. (1962). Disposition and memory. *International Journal of Psycho Analysis*, 43: 59–68.

Harlow, H. F. (1952). Learning. *Annual Review of Psychology*, 3: 29–54.

Harlow, H. F. (1953). Mice, monkeys, men, and motives. *Psychological Review*, 60: 23–35.

Hartmann, H. (1939). *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. New York: International Universities Press.

Hernandez-Peon, R., & Hagbarth, K. (1955a). Interaction between afferent and cor tically induced reticular responses. *Journal of Neurophysiology*, 8: 44–55.

Hernandez-Peon, R., & Scherrer, H. (1955b). Habituation to acoustic stimuli in coch lear nucleus. *Federation Proceedings of American Societies for Experimental Biology*, 14: 71.

Hinde, R. A. (1959). Motivation. IBIS, *International Journal of Avian Science*, 101: 353–357.

Hinde, R. A. (1960). Energy models of motivation. *Symposium of the Society of Experimental Biology*, 14: 199–213.

Hull, C. L. (1943). *Principles of Behavior*. New York: Appleton-Century.

Jacobson, E. (1943). Depression, the Oedipus Complex in the development of depres sive mechanisms. *Psychiatric Quarterly*, 12: 541–560.

Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health.* Joint Commission on Mental Illness and Health, Monograph Series No. 1. New York: Basic Books.

Janis, I. L. (1958). *Psychological Stress: Psychoanalytic and Behavioral Studies of Surgical Patients.* New York: Wiley.

Klein, M. (1932). *The Psychoanalysis of Children.* London: Hogarth Press. [*Çocuk Psikanalizi*, Pinhan Yayıncılık, çev. Ayşegül Demir, 2015.] yılında

Klein, M. (1940). Mourning and its relationship to manic-depressive states. *International Journal of Psychoanalysis*, 21: 125–153.

Klein, M. (1948a). A contribution to the theory of anxiety and guilt. *International Journal of Psychoanalysis*, 29: 113–123.

Klein, M. (1948b). *Contributions to Psychoanalysis*, 1921–1945. London: Hogarth Press.

Klein, M. (1952). The origins of transference. *International Journal of Psychoanalysis*, 33: 433–438.

Klein, M. (1957). *Envy and Gratitude: A Study of Unconscious Forces.* New York: Basic Books.

Klein, M., Heimann, P., Isaacs, S., & Riviere, J. (1952). *Developments in Psycho Analysis.* London: Hogarth Press.

Klein, M., & Riviere, J. (1937). *Love, Hate and Reparation.* London: Hogarth Press. [*Sevgi, Suçluluk ve Onarım ve Diğer Yazıları*, Alfa Yayınları, çev. Ayşen Tekşen, 2023.]

Kuffler, S. W. (1953). Discharge patterns and functional organization of mammalian retina. *Journal of Neurophysiology*, 16: 37–68.

Lambercier, M., & Rey, A. (1935). Contribution à l'étude de l'intelligence pratique chez l'enfant [Contribution to the study of practical intelligence in children]. *Archives de Psychologie*, 25: 1–59.

Lewin, B. D. (1950). *The Psychoanalysis of Elation.* New York: Norton.

Liddell, H. S. (1956). *Emotional Hazards in Animals and Man.* Springfield, IL: Thomas.

Livingston, R. B. (1959). Central control of receptors and sensory transmission sys tems. In J. Field (ed.) *Handbook of Physiology, Section. I.*

Neurophysiology (s. 741–760). Washington, D.C.: American Physiological Society.

Livingston, R. B., & Hernandez-Peon, R. (1955). Somatic functions of the nervous system. *Annual Review of Physiology*, 17: 269–292.

Luria, A. R. (1932). *The Nature of Human Conflicts or Emotion, Conflict and Will. An Objective Study of Disorganisation and Control of Human Behaviour*. New York: Grove Press.

Magoun, H. (1958). *The Waking Brain*. Springfield, IL: Thomas.

Masserman, J. H. (1943). *Behaviour and Neurosis*. Chicago: Chicago University Press.

Melzack, R., Stotler, W. A., & Livingston, W. K. (1958). Effects of discrete brain lesions in cats on perception of noxious stimulation. *Journal of Neurophysiology*, 21: 353–367.

Miller, D. R., & Swanson, G. E. (1960). *Inner Conflicts and Defence*. New York: Holt.

Nissen, H. W. (1954). The nature of the drive as innate determinant of behaviour organisation. *Nebraska Symposium on Motivation*, pp 308–309.

Olds, J. (1958). Satiation effects in self-stimulation of the brain. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 51: 675–678.

Paramonova, N. P. (1956). On the formation of interactions between the two signal systems in the normal child. In: A. R. Luria (ed.), *Problems of the Higher Nervous Activity of the Normal and Abnormal Child*, Vol 1 (s. 18–83). Moscow: Pedagolo gical Science Press.

Peters, R. S. (1958). *The Concept of Motivation*. London: Routledge & Kegan Paul.

Pittendrigh, C. S, (1958). Perspectives in the study of biological clocks. *In Symposium on Perspectives in Marine Biology*, s. 239–268. Berkeley: University of California Press.

Postman, L., Bruner, J. S., & McGinnies, E. (1948). Personal values as selective fac tors in perception. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 43: 142–154.

Pribram, K. H. (1960). A review of theory in physiological psychology. *Annual Review of Psychology*, 11: 1–40.

Rapaport, D. (1953). On the psycho-analytic theory of affects. *International Journal of Psycho-Analysis*, 34: 177–198.

Schaffer, H. R. (1954). Behaviour under stress: a neurophysiological hypothesis. *Psychological Review*, 61: 323–333.

Schneirla, T. C. (1959). An evolutionary and developmental theory of biphasic pro cesses underlying approach and withdrawal. In: M. R. Jones (ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (s. 1–42). Oxford: University of Nebraska Press.

Scott, J. (1949). The relative importance of social and hereditary factors in producing dis turbances in life adjustment during periods of stress in laboratory animals. *Research publications-Association for Research in Nervous and Mental Disease*, 29: 61–71.

Scott, J. P. (1957). Animal and human children. Children, 4: 163–168. Scott, J. P. (1958). *Animal Behaviour*. Chicago: University of Chicago Press.

Sperling, S. J. (1958). On denial and the essential nature of defence. *International Journal of Psych-Analysis*, 39: 25–38.

Sperry, R. W. (1945). The problem of the central nervous system reorganisation after nerve regeneration and muscle transposition: A critical review. *Quarterly Review of Biology*, 20: 311–369.

Sperry, R. W. (1950). Neuronal specificity. In: P. Weiss (ed.), *Geneti Neurology* (s. 232–239). Chicago: University of Chicago Press.

Thompson, W. R., & Heron, W. (1954). The effects of restricting early experience on the problem-solving capacity of dogs. *Canadian Journal of Psychology*, 8: 17–31.

Tolman, E. C. (1948). Cognitive maps in rats and men. *Psychological Review*, 55: 189–208.

Vince, M. A. (1958). String-pulling in birds. II. Differences related to age in green finches, chaffinches, and canaries. *Animal Behaviour*, 6: 53–59.

Vince, M. A. (1961). Developmental changes in learning capacity. In: W. H. Zangwill (ed.), *Current Problems in Animal Behaviour* (s. 225–247). Cambridge: Cambridge University Press.

Weiss, P. (1950). Some aspects of neural growth, regeneration, and function. In: P. Weiss (ed.), *Genetic Neurology: Problems of Development, Growth and Regeneration of the Nervous System and its Functions* (pp. 199–207). Chicago: University of Chicago Press.

Weiss, P. (1955). Nervous system, (neurogenesis). In: B. H. Willier, P. Weiss, & V. Hamburger (eds.), *Analysis of Development* (s. 346–401). Philadelphia: Saunders.

Weiss, P. A., & Brown, P. F. (1941). Electromyographic studies on recoordination of leg movements in poliomyelitis patients with transposed tendons. *Proceedings, Society for Experimental Biological Medicine*, 48: 284–287.

Zeigarnik, B. V. (1927). Das Behalten erledigter und unerledigter Handlungen (Remembering completed and u ncompleted tasks). Psychologische Forschung (*Psychological Research*), 9: 1–85.

SEÇİCİ ELEME ve MOTİVASYON DÜZEYLERİ

Eleme Motivasyonu	*Seçici Eleme*
Düzey 1. DÜŞÜK	Hafif Örn. Gündüz düşleri serbest çağrışım
Düzey 2.ORTA	Orta Bir miktar konsantrasyon ama başka bir girdi ile meşgul olmak da mümkün
Düzey 3. YÜKSEK	Hayli Güçlü konsantrasyon ve diğer tüm girdinin elenmesi ile sonuçlanır
Düzey 4. ÇOK YÜKSEK (cf Hinde)	İstikrarsız Eleme oldukça yüksek düzeyde sürdüğü hâlde diğer motivasyon koşullarından daha geniş bir nesne sınıfına yanıt verme eğilimi cf Vakum Tepkisi-Parkes

SELECTIVE EXCLUSION & LEVELS OF MOTIVATION.

Motivation — Exclusion

Level 1. ~~LOW~~ — Slight

e.g. day-dreaming
free-association

Level 2 MODERATE — Moderate

Some degree of concentration but still possible to attend to other input

Level 3 HIGH — Considerable

Strong concentration & resulting exclusion of all other input

Level 4 VERY HIGH — Eruptic
(? a persistently high)

whilst exclusion continues on a considerable scale, there is also a tendency for responses to be made to a wider class of objects than in other conditions of motivation (cf Hinde).

cf Vacuum Response - Lorenz

2. BÖLÜM

KAYIP, KOPMA VE SAVUNMALAR

Ekim, 1962. (Editörler: Wellcome Collection Archive PP/
BOW/D.3/69-70)
(Bowlby) Notu: Bu makale şimdilik
Kaybın Psikopatolojisi olarak adlandırılan
kitabın son bölümü olabilir.

Giriş

Patolojik Yas ve Çocukluk Yası (Bowlby,1962) serisinin daha önceki makalesinde yetişkinlerde görülen dört patolojik yas paternini tanımlamış, küçük çocuklarda ve bebeklerde bilinen, kaybı takip eden tipik tepki kalıpları ile karşılaştırmıştım. Çıkan sonuç iki patern kümesinin de özünde aynı olduğuydu; başka bir deyişle bebeklikte genel olarak görülen yas tepkileri yetişkinlikteki patolojik yasa özgü olan birçok özellik taşır. İkisinin de hem kayıp nesneye özlem duyma hem de ona karşı sitemini bilinçdışı hâle getirme etkisine sahip olan savunma süreçlerinin ortaya çıkışı ya da egonun, –biri objenin geri dönülmez şekilde kayıp olduğu prensibine göre yapılanmış diğeri ise geri dönüşünün mümkün olduğu fikrine dayanan– iki parçaya bölünmesiyle karakterize olduğu bulundu. Kaçınılmaz olarak tartışma savunmaya dair birkaç temel problemi gündeme getirmiş olsa da, esas olarak tanımlayıcı düzeyde olduğundan bunların doğru düzgün araştırılma imkânı yoktu. Bu makalede ve sonrakilerde bu nedenle bu eksiği gidermeye çalışacağım.

Eldeki bu görevde de hareket noktası yine küçük çocuğun annesinden ayrılma süreci boyunca gözlenen davranışı olacaktır.

Bu davranışın üçüncü aşaması olan kopma savunma açısından sorun teşkil ettiği için, ele alınacak ilk konu bu tür bir davranışın en iyi nasıl anlaşılacağı olacak. Halihazırda üç temel hipotez var: libidonun geri çekilmesi nedeniyle olduğu ve bu nedenle bir savunma süreci olmadığı; ayrılma süresince ortaya çıkan savunma süreçlerinden kaynaklandığı; savunma sürecinden kaynaklanmış olmasına rağmen ayrılık sırasında ortaya çıkmadığı ama daha önceden özellikle yaşamın ilk yılında meydana gelmiş olan hatalı gelişimin belirtisi olduğu. Çıkarılacak sonuç, elimizdeki bu tür kanıtların ikinci hipotezi desteklediği, kopma davranışının, ayrılma döneminde ortaya çıkan savunma süreçlerinin etkilerinden kaynaklandığıdır.

Önde gelen bazı analistlerin formülasyonları ile karşıtlığına rağmen, bu sonuç Freud'un savunma problemi üzerine pek çok görüşü ile tutarlıdır. Daha önceki makalede olduğu gibi (Bowlby, 1961) ayrılığı takip eden anksiyetenin çoğunlukla Freud'un anksiyete sorunu üzerine görüşünün merkezinde olduğu vurgulandı, literatür incelendiğinde görülecektir ki kaybı takip eden savunma da onun savunmaya dair görüşünün çoğunlukla merkeziydi. *Histeri Üzerine Çalışmalar* (Freud1895d), *Tutukluk, Semptom ve Kaygı* [Inhibitions, Symptoms and Anxiety] (Freud, 1926d) ve bazı daha sonraki makaleleri (örn.Freud, 1927 [1940]) bastırma, ego bölünmesi ve yadsımanın her birinin onun tarafından kayıp deneyimine dayandırıldığını gösterir. Diğer analistler de bu savunmaları tetikleyen genel durumun sevilen nesnenin kaybı olduğunu fark etmişlerdir. Böylece pek genel geçer olmamakla birlikte savunma sürecinin kökeninin erken yıllarda meydan gelen ayrılık döneminde olması sonucuna varılmasında şaşırtıcı bir şey yoktur.

Her ne kadar üstü kapalı şekilde doğruluğu sorgulansa da patolojik yasın belirleyicileri ile ilgili hipotezler uzun ve güçlü

şekilde savunulmuştur. Bu diğer hipotez daha sonra gösterileceği gibi kayba patolojik yas ile tepki vermeye yatkın bireylerin kişilik yapısı hakkında bilinenle ve aynı zamanda daha önceki makalede (Bowlby, 1960a) ulaşılan patolojik seviyede ayrılık kaygısının kaynağı ile ilgili sonuçlar ile tutarlıdır.

Kopma: Üç hipotez

Annelerinden ayrıldıklarında küçük çocukların gösterdiği davranışın ortaya çıkardığı teorik sorunlar nedeniyle davranış yoluyla ortaya konan savunmaları Robertson ve ben, Kopma olarak kavramsallaştırdık. Hatırlanacağı gibi bu, ayrılığa verilen önceki ikisi Protesto ve Umutsuzluk olan üç tepki aşamasının sonuncusu olarak tanımlanmıştır. Tüm argümanlarım ampirik gözlemlerin sonuçları üzerinde döndüğü için, bunları yeniden kısaca tanımlamak faydalı olabilir.

Protesto aşamasında iken çocuk akut endişe hâlinde çılgınca annesini yeniden bulma arayışı içindedir ve umutsuzluk aşamasında bunu yapabileceğine dair umutsuzluk içindedir. Kopma aşamasında ise yitirdiği annesi artık kafasını meşgul etmez onun yerine yeni koşullara "uyum sağlamış" görünür. Bu çoğunlukla ona bakanlar tarafından yeniden kendine gelmesinin bir işareti olarak memnuniyetle karşılanır. Robertson'ın raporundan kelimelerle: "Artık hemşireleri reddetmez, ona bakım vermelerini getirdikleri yiyecek ve oyuncakları kabul eder ve hatta gülümseyebilir, cana yakın olabilir." Bu resmin sadece yarısıdır, ancak:

> Annesi ziyaret ettiğinde ... her şeyin yolunda olmadığı görülebilir, çünkü bu yaşta normal olan güçlü bağlanmanın karakteristik davranışının çarpıcı eksikliği söz konusu-

> dur. Annesini karşılamayı bırakın onu pek tanımıyormuş gibi görünebilir, sarılmayı bırakın uzak ve kayıtsız durabilir; gözyaşları yerine kayıtsız dönüp gitme vardır. Ona olan tüm ilgisini kaybetmiş gibi görünür.
>
> (Bowlby, 1960a, s.28)

Bu tanımlama Robertson'ın 1948-1951 yıllarındaki ve daha sonra daha sonra Heinicke[1] tarafından doğrulanan gözlemlerine dayanır. Ancak Hampstead Bakım evlerinde savaş sırasında Dorothy Burlingham ve Anna Freud'un çalışmaları, bu gözlemlerden daha öncedir (Burlingham & A. Freud, 1942). Sonuçları daha sonrakilerle tıpatıp aynı olduğu için onlardan alıntı yapmak anlamlıdır; bildiğim kadarıyla, Helene Deutch (1919) tarafından bildirilen tek vakadan başka, erken çocuklukta kaybı takip eden bizim Kopma diye tanımladığımız davranışa dikkatin çekildiği ilk olaydı bu. Üç yaş altı çocuklarla ilgili yazdıkları şöyle:

> Bu aşamada ayrılma şokunun gerçekten ciddi olduğu, bu çocukların bir kısmının yeni çevreye "uyum sağladıktan" sonra ziyarete geldiklerinde annelerini tanıyamadıkları gözlemiyle daha da kanıtlanmıştır. Anneler bizzat kendileri bu tanımamanın hafıza yetisindeki herhangi bir sınırlılık nedeniyle olmadığının farkındadır. Annesinin yüzüne taş gibi kayıtsızlıkla sanki onu hiç tanımıyormuş gibi bakan aynı çocuk, geçmişine ait cansız nesneleri tanımakta

1 [Bowlby Notu]: Bkz. Robertson ve Bowlby (1952), Robertson (Robertson, 1953b Nisan), Bowlby & Robertson (hazırlanıyor), [Editor notu: olasılıkla 1956 yılındaki makaleleri], Heinicke (1956), Heinicke ve Westheimer (1961).

> hiçbir güçlük yaşamayacaktır. Evine yeniden götürüldüğünde odaları, yatakların yerini tanıyacak ve dolapların içindekileri hatırlayacaktır vb.
>
> (Burlingham ve A. Freud, 1942)

Genellikle böyle çocuklar babalarına ve diğer figürlere daha kolay tepki verir. Bu farklılaşmış tepkilerin çarpıcı bir örneği bana bir anne tarafından anlatıldı: üç yaşında küçük bir kız, hastanede ziyaret edilmeden geçirdiği iki aydan sonra evine döndüğünde, memnuniyetle karşıladığı köpek hariç ailenin diğer tüm üyelerinden uzak durmuştur.

Bu verilerin geçerliliği günümüzde sağlam olsa da yorumlanması ciddi bir tartışma konusu olmaya devam eder. Daha önce ifade edildiği gibi, kopma davranışının altında yatan süreçlere dair şu an geçerli üç hipotez vardır. Daha net olarak belirtilirse bunlar:

1. Kopma davranışı savunma sürecinin etkilerinden kaynaklanmaz, libidonun geri çekilmesinden kaynaklanır. Bu görüş yakın zamanda Anna Freud tarafından ileri sürülmüştür (1960).
2. Kopma davranışı ayrılma (kayıp) dönemi sırasında ortaya çıkan savunma süreçlerinin etkilerinden kaynaklanır. Bu Freud tarafından geliştirilen bir görüştür (Freud, 1893a, 1926d, 1927 [1940], 1938 [1940]) ve Helene Deutsch (1937), Lindemann (1944) ve Bowlby (1954).
3. Kopma davranışı savunma süreçlerinin etkilerinden kaynaklanmasına rağmen, bu süreçler halihazırdaki ayrılık (kayıp) dönemi sırasında ortaya çıkmamıştır,

> daha önce ortaya çıkan süreçlere, özellikle de yaşamın ilk aylarındaki hatalı gelişimin sonuçları ile ilişkilendirilir. Bu görüş Abraham (1924) ve Rado'ın (1928) çalışmalarında üstü kapalı Melanie Klein'ın (1940) çalışmasında ise açık şekilde ortaya konmuştur.

İlk hipotezle başlayalım.

Benim daha önceki bir makalemle ilgili yorumlarında Anna Freud (1960) kopma durumunun altında yatanın savunma süreçleri olduğu fikrine katılmamıştır. Onun yerine bu durumun libidonun nesneden uzaklaşmasından kaynaklandığı hipotezini öne sürmüştür. Görüşünü savunurken bir kavramı[2] kullanışımı sorgulayarak başlar:

> ya dışsal bir gerçekliğin (örneğin annenin yokluğu) fark edilmesine karşı ya da duygunun kendisine (örneğin kaybın dayanılmaz acısı) karşı yönlendirilmiş bir savunma süreci. "Her iki durumda da" diye devam eder, "bizim için en büyük öneme sahip gibi görünen salt libidinal yönü içermez. Eğer anneden ayrılma travmasını annenin imajının libidinal yatırımı açısından görüyorsak, protesto ve umutsuzluk aşamalarını çocuğun kaybedilen obje ile libidinal bağını sürdürme çabasının dışavurumu, üçüncü aşamayı ise bu yatırımın inkâr edilmediği ama aslında objeden geri çekildiğinin bir işareti olarak ele alırız."
>
> (A. Freud, 1960, s.3)

2 [Bowlby Notu]: Anna Freud yorumlarında benim "kopma" yerine yadsıma" terimini kullandığım daha önceki kavramsallaştırmama gönderme yapıyor olsa da, terimin değişmesi eleştirisinin ağırlığını maddi yönden değiştirmez.

Bu teorik modele uyan terimleri seçerek şöyle bir önerme yapar:

> yas davranışının üçüncü aşaması için *"geri çekilme"* teriminin kullanımı. Bu terim, çocuğun geri çekilme davranışının dışavurumunu ve aynı zamanda bu davranışa neden olduğuna inandığımız içsel libidonun geri çekilme sürecini kapsama avantajına sahiptir.
>
> (A. Freud. 1960, s.3)

Açıkça aramızda fikir ayrılığı var. Anna Freud'un kabul ettiği bu kavramsallaştırmada yatırımın annenin imajından geri çekilmesi söz konusu iken, bana göre kanıt yatırımın bilinçdışı hâle gelmesine neden olan güçlü bir savunma süreci ile birlikte (onun kullandığı terminoloji ile karşı yatırım) varlığını sürdürdüğüne işaret eder. Üç ana kanıt vardır:

İlki, birkaç hafta süren bir ayrılıktan sonra, annesiyle tekrar bir araya gelmesinin ardından çocuğun anneye verdiği tepkidir. Anna Freud'un yeni kavramsallaştırması doğruysa, çocuğun annesine bağlılığının ancak aşamalı olarak yeniden gelişmesi beklenirdi. Ancak durum böyle değil. Prensip olarak, bu tür bir kopmanın devam ettiği bir dönemden sonra, eski bağlılığı kendini aşırı yoğun şeklide gösterir. Annesinin gitmesine izin vermeyi reddeder ve onu gözünün önünden kaybettiği her an öfke nöbeti geçirir. Açıkça annesine bağlanma güdüsü ayrılık sırasında zayıflamaz; aksine içinde gizli kalır. Bir araya gelmenin ardından yeniden ve artan bir güçle aktifleşir. Bu, bazı çocuklarda olduğu gibi kopmadan bağlanmaya değişim aniden gerçekleştiğinde daha da belirgindir.

İkincisi, savunma süreçlerinin iş başında olduğuna güçlü bir şekilde işaret eden güçlü bir kanıt, bittikten sonra bazı küçük çocukların ayrılık deneyimine atıfta bulunmaları ya da bulunamamalarıdır. Sadece kısa bir süreliğine evden uzakta kalışın ardından bile, bazıları ya bu deneyimden söz etmez ya da bunun acısını inkâr eder. Örneğin, hastaneden döndüğü gün, annesinin onu eve götürmek üzere gelişinden birkaç saat önce aşırı mutsuz ve sürekli hıçkırarak ağlayan Laura, tatlılıkla "güzel bir tatil" geçirmiş olduğunu iddia eder. Aynı reaksiyonun başka bir örneği Helene Deutsch'un (1919) raporunun öznesi olan iki yaşındaki Rudi'nin kaybıyla ilgili sunduğu açıklamadır. Onun anne figürü olan bir hemşirenin ayrılışını takip eden tamamıyla perişan üç günün ardından, Rudi her şeye rağmen onun yokluğunu "büyük bir umursamaz havayla terziye gitti" iddiasıyla açıkladı.

Savunma süreçlerinin işleyişine işaret eden üçüncü bir kanıt, sonradan bazı küçük çocukların deneyimleriyle ilişkili kişilere ve yerlere verdiği tepkidir. Örneğin, hastaneden dönüşünden bir ay sonra Laura annesiyle birlikte caddede Bay Robertson ile karşılaştı. Uzak olduğu sekiz gün boyunca onu gayet iyi tanıyor olmasına rağmen, şimdi ona dair bildiği her şeyi inkâr etti.

Bunun gibi gözlemlerin önemsiz olmadığı, benzerlerinin sayısından bellidir. 4,5 yaşındaki bir oğlanın ziyaret için hastaneye dönüşü sırasında Robertson'ın yaptığı gözlemler dramatiktir ancak alışılmamış değildir. Roddy tüberküloz nedeniyle hastaneye yattığında on üç aylıktı ve orada üç yıl kaldı. Doğal olarak bu süre boyunca koğuş ablası ve pek çok çocuğu gerçekten çok iyi tanımıştı. Buna rağmen taburcu olmasından altı ay sonra oraya tekrar döndüğünde ne daha önce hastaneyi gördüğünü ne de personel ya da çocuklarla tanıştığını iddia etti. Davranışları da onun numara yaptığı izlenimini vermedi. Uzun süre birlikte ya-

şadığı çocuklar onu tanıdı ve ismiyle hitap ettiler, koğuş ablası onu içtenlikle karşıladı; ama o onlara sanki yabancıymışlar gibi davrandı. Bir saat süren ziyaretinde istenmeyen uzun bir sessizlikten başka sadece yemekhane için belli belirsiz bir tanışıklık işareti sergiledi. Yeniden eve dönerken, araba ile bir gezintiye çıktığını belirtmek dışında ziyarete hiç değinmedi. Sanki birbirinden demir perde ile ayrılan iki yaşamı var gibiydi.

Bütün küçük çocuklar ayrılıkla ilişkili figür kişi ve yerleri tanımak veya tepki vermek konusunda bu başarısızlığı göstermezler, hepsi de deneyimle ilgili sessiz kalma veya hafifçe halının altına süpürme eğiliminde değildirler. Yani çocukların sadece bir kısmı (gerçi pek de azımsanamayacak bir kısmı) savunmanın ikinci ve üçüncü şekillerinin kanıtlarını oluşturan davranışı sergiler. Diğer taraftan birinci kanıt çeşidi yaygındır. Bildiğimiz kısa süreli ayrılık vakalarının neredeyse tamamı tekrar bir araya geldikten sonra anneye yoğun ve kaygılı şekilde yapışırlar. Tek istisna ayrılıktan önce bağlanmamış çocuklar ya da ayrılık süreci çok uzamış ve/veya devamlılık arz eden kopma hâlinin tekrarlandığı çocuklardır.

Bu üç çeşit kanıta dayalı olarak ayrılık süresince, savunma sürecinin işbaşında olduğunun şüphe götürmeyeceği sonucuna varılır. Bu nedenle eski bir yayında (Dorothy Burlingham ile birlikte, Burlingham ve A. Freud,1942) Anna Freud'un bizzat bu görüşte olduğunu bulmak ilginç. Anneleri tarafından bakım evine terk edilen üç yaşından küçük çocukların kopma davranışının tanımlamasını (daha önce alıntılanmıştı) yaptıktan sonra, Dorothy Burlingham ve Anna Freud bir açıklamasını sundular:

> Anneyi tanıyamama çocuğun zihnindeki anne imajına bir şeyler olduğunda gerçekleşir, örneğin onunla içsel ilişki-

> sine. Anne çocuğu hayal kırıklığına uğratmış ve ona olan özlemini doyumsuz bırakmıştır: böylece çocuk ona kızgınlıkla tavır almış ve *bilincinden onun hatırasını atmıştır.*
> (s.57, benim italiklerim)

Kısa bir süre sonra, biraz daha büyük çocukların davranışları daha küçük olanlarla çeliştiğinde, süreci "tam bastırma" olarak kavramsallaştırdılar. "Üç yaşından sonra çocuklar, normal olarak ebeveynlerini unutmazlar. Hafızaları daha stabildir, tutum değişikliği *tam bastırmanın yerini alır*" (s.57, benim italiklerim).

Dahası, bu daha büyük çocuklarda bile kısmi bir bastırmanın meydana geldiğini yazdılar. Olumlu duygular bilinçte kalabilirken, olumsuz duygular "bastırmaya uğrar ve her türlü duygu durumları ve davranış problemleri yaratır" (Burlingham ve A. Freud, 1942, s.64).

Bu noktada, terminolojiye bir not eklemek yararlı olabilir. Dorothy Burlingham ve Anna Freud'un kullandığı "bastırma" teriminin, ayrılmış çocukta işleyen savunma süreçlerinin en azından bazılarını tasvir etmek için doğru terim olduğundan şüphe etmeye hiçbir sebep olmamasına rağmen, analistlerin buna karşı çıkması yaygındır. Örneğin, Laura (Robertson, 1953a) filminin gösteriminin ve Robertson'ın bazı gözlemlerinin sunulmasının ardından yapılan tartışmada birçok analist tanımlanan şeyin bastırmadan kaynaklanmadığında ısrar etti. Bunun yerine yadsıma ya da skotomizasyon kaynaklı olduğunu öne sürdüler. Buna ikna olmadım ve literatüre göz attıktan sonra yayınlanmış konferans tutanakları için bir not yazdım (Bowlby, 1954). Çıkarsamalarımı modifiye etmek için hiçbir neden görmediğim ve o zaman kullandığım argümanlar halen geçerli olduğu için, bunları tekrarlıyorum:

"'Bastırma' terimini geleneksel psikanalitik kullanımına uygun olarak acı verici ya da tehlikeli olduğu hissedilen düşünceler, duygulanımlar ve dürtülerin bilinçten uzaklaştırılmasını belirtmek amacıyla kullandığımıza inanıyoruz. Freud "Bastırma" (Freud, 1915d) makalesinde bastırmanın özünün basitçe bir şeyi bilinçdışında tutma işlevinde yattığını belirtir. Bu onun standart kullanımı olmaya devam ediyor (Hinsie ve Shatsky, 1940).

"Yadsıma" veya "skotomizasyon"un gözlenen temel süreci tanımlamak için doğru terimler olduğuna inanmıyoruz. "Yadsıma" terimi ilk kez Freud tarafından "Olumsuzlama" (Freud, 1925h) makalesinde kullanılmış gibidir. Bastırılan şeyin bilinçlilikte negatif hâliyle belirebileceğini belirtir (Örn. "Peki, bu kesinlikle benim annem değildi") ve yadsımanın temelde birinin bastırmayı tercih edeceği bir şey olduğunu kabul etmekle aynı şey olduğunu savunur. Olumsuz bir yargılama bu nedenle bastırmanın entelektüel ikamesidir. "Fetişizm" (Freud, 1927) adlı makalesinde Laforgue'un "skotomize etmek" terimini tanıtması hakkında çok açık sözlüdür, yeni bir terimin ancak yeni bir olguyu tanımlarken ya da onu ön plana çıkarırken onaylanabileceğine dikkat çeker. Ancak 'bastırma' diye vurgular, psikoanalitik teknolojimizdeki en eski sözcük olmakla kalmaz, bu patolojik sürece zaten atıfta bulunan bir sözcüktür. *Düşünce* ve *duygulanımı* birbirinden ayırt etmek istiyorsak, diye devam eder, "bastırma" terimînin kullanımını duygulanım ile sınırlamak ve düşünceyi kastettiğimizde "yadsıma" terimini kullanmak kabul edilir.

"Bu nedenle, gözlemlerimiz çocuğun duygulanımının annesi ile ilişki kurma güdüsüyle birlikte, ayrılık tarafından harekete geçirilen savunma sürecine fazlasıyla dahil olduğunu gösterdiğinden, 'bastırma' teriminin bunu ifade etmek için doğru terim olduğu açıktır" sonucuna vardım. Bununla birlikte, çocuk kasti olarak annesinden uzak durduğunda ve annesiyle birlikte olmak istemediğini söylediğinde 'yadsıma' teriminin uygun olduğu sonucuna vardım."

(Bowlby, 1954, s.73)[3]

Bu bağlamda kaybı takip eden bir savunma süreci olarak "ego bölünmesinden" söz etmedim çünkü ayrılmış çocuklar ile yapılan birebir gözlemden bu konuda elde edilen bir kanıt yok. Yine de daha önceki makalede (Bowlby, 1962) açıkladığım gibi bunun olduğuna dair pek çok kanıt var. Böylece, bastırma, inkâr ve bölmenin tümüyle kaybı takip edebileceğini bulmuş olmamız bunların birbiriyle nasıl ilişkili olduğu sorusunu doğurur. Bu, savunma kuramının temel problemlerinden biri olduğu için bununla ilgili hususlar daha sonraki bir makaleye ertelenmiştir. Bu arada, bu bölümün konusuna, yani kopmanın doğasına dair üç hipotezin karşılaştırmalı değerlerine geri dönmenin zamanı gelmiştir.

Tanımlanan kanıtlar temelinde, kopmanın doğası ile ilgili ilk hipotez saf dışı edilmelidir sonucuna varılır; ayrılık sırasında savunma süreçleri özellikle bastırma, inkâr ve bölme hiç şüphesiz

3 [Bowlby Notu]: Anlatım biçiminde ufak değişiklikler yapmış olsam da bu bölüm 1954'te yayımlanan (s.73) Note'un biraz değiştirilmiş hâlidir ve bu nedenle tırnak içine alınmıştır.

işbaşındadır. Ortaya çıkan sıradaki soru şudur: bu süreçler halihazırdaki ayrılık dönemi süresince mi ortaya çıkarlar, yani ikinci hipotez, yoksa deneyimden önce meydana gelmiş hatalı gelişime mi atfedilirler, yani üçüncü hipotez? İkinci hipotezi savunan pek çok analist vardır, örneğin Helene Deutsch, Edith Jacobson, Margaret Mahler ve dolaylı olarak bizzat Freud; kayıp bir travmayı sahneye koyar ve savunmayı tetikler. Bununla beraber Melanie Klein ve arkadaşları kendilerini üçüncü ile tanımlarlar: onlara göre açıklanan türden savunma süreci, yalnızca gelişimi zaten bozuk olan çocuklarda meydana gelir. Bir çok analist kendilerini açık etmekten kaçınsa da, birincil narsisizm ve oral dönemin öneminin sık sık vurgulanması bir kısmını bu açıdan Melanie Klein'ınkinden pek de farklı olmayan bir konuma götürür.

Konu ampirik olduğu için, ancak kanıtlarla berraklaştırılabilir. Karar verilmesi gereken soru, kopmaya sebep olan savunma süreçlerinin ortaya çıkışının Melanie Klein ve diğer analistlerin iddia ettiği gibi gelişimi zaten bozuk olan çocuklarla sınırlı olup olmadığı veya hepsinde ya da en azından yeterli gelişenlerin de dahil olduğu geniş bir yelpazede farklı gelişim gösteren çocuklarda mı gözlemleneceğidir. Elimizdeki kanıtlar Klein'cı ve ilgili hipotezleri desteklemez. Her şeyden önce ayrılık dönemine alışılmış olmayan şekilde tepki veren, önceki ayrılıklar ya da yoğun reddetme nedeniyle anneleri ile halihazırda en yetersiz ilişki içinde olan küçük çocukların kayıtları vardır elimizde sadece: böyle çocuklar çevrenin değişmesinden neredeyse hiç etkilenmemiş görünürler. Diğerlerinin tümü az ya da çok protesto ya da çaresizlik ve daha sonra tipik kopma ile tepki verirler. Tabii ki bizde kayıtları olan her çocuğun bozuk erken gelişime sahip olması mümkündür. Kabul edilmelidir ki, verimiz yetersiz olduğundan aksini kanıtlayamayız. Öte yandan, bu çocukların bazılarının,

örneğin hiçbir zaman belirli bir hastalıkları olmamasına rağmen hastaneye kaldırılanların, anneleriyle önceden mükemmel ilişkilerinin olduğu ve olumlu bir şekilde geliştikleri görülür. O hâlde elimizdeki kanıtlar savunma süreçlerinin ayrılık döneminin başlangıcından itibaren ortaya çıktıkları görüşünü destekler ve çocuğun erken dönemdeki kusurlu gelişimi sayesinde zaten bozulmuş olan kişiliğinde ısrar eden görüşü desteklemez.

Bilimsel tartışmalar esnasında Robertson ve ben gözlemlerimizi ve bunlardan elde ettiğimiz çıkarımları sunarken, sürekli bunların geçerliliği sorgulandı. Örneğin gözlenen çocukların sadece annelerini kaybetmediği, bazılarının aynı zamanda hastanenin korkutucu ortamında oldukları, bazılarının iyi olmadığı, bazılarının annelerinin hamile olduğu, diğerlerinin annelerinin tutumunun uygun olmadığı gerçeğine çok az ağırlık verdiğimiz ifade edildi. Bu ifadeleri karşılarken çocukların yatılı bakım evinde olduklarını, sağlıklı ve annelerinin hamile olmadıklarını, büyük ölçüde aynı şekilde davrandıklarını, bu nedenle bu üç koşulun, gözardı edilemeyecek öneme sahip olmalarına rağmen, ilgilendiğimiz davranışın esas belirleyicileri olarak görülemeyeceğini vurguladık. Dördüncü değişken olarak çocuğun daha önceki gelişiminin önemini değerlendirmek daha önce belirtildiği gibi çok daha zordur ve bunu yaptığımıza dair kesinlikle bir iddiada bulunmuyoruz. Öte yandan sadece önceki gelişim yolundan saptığında çocuğun ayrılığa kopma ile tepki verdiği görüşünü destekleyecek olumlu bir kanıt bilmiyoruz.

Anlatılan türde bir eleştirinin değerlendirmesinde öncelikle Dorothy Burlingham ve Anna Freud'dan başka çok az analistin küçük çocukların ayrılığa nasıl tepki verdikleri ile ilgili kendi direkt gözlemlerini yayınladıkları ve ikinci olarak gelişimdeki bütün kritik aşamaların ilk yılda gerçekleştiği görüşünü savunan-

ların kaçınılmaz şekilde başka bir sonuca işaret eden gözlemleri sorgulamak için güçlü nedenlere sahip oldukları akla gelmeli. Çünkü, derin bölünmeler ve bastırmaların da dahil olduğu kişilik gelişimindeki ciddi sapmaların ikinci ve üçüncü yıllarda (ve belki de dördüncü, beşinci ve altıncı yıllarda) meydana gelen deneyimlerden kaynaklanabilecekleri ve önceki gelişimin tatmin edici olmasına rağmen bunun doğru olduğu kanıtlanırsa, Melanie Klein tarafından öne sürülen gibi bir kişilik gelişimi zaman tablosu ayakta kalamaz.

Sonuç olarak şu an mevcut bu kanıt, kopmanın altında yatan süreçlerin sadece doğası gereği savunma amaçlı olmadığı, aynı zamanda sıklıkla ayrılık süreci sırasında ortaya çıktıkları olasılığına kuvvetle işaret eder. Daha önceden bozulmuş bir gelişim ek bir aleyhte faktör teşkil ettiği hâlde, başlamaları için kesinlikle bir koşul gibi görünmüyor. Bu da, hem ilk hem de üçüncü hipotezlerin reddedildiği ve ikinci hipotezin, yani kopmanın ayrılık dönemi süresince ortaya çıkan savunma süreçlerinden kaynaklandığı hipotezinin geçerli olduğu anlamına geliyor. Bir sonraki bölümde göreceğimiz gibi, bu sonuç Freud'un daha sonraki yıllarında desteklediği teorik şemanın da dahil olduğu pek çok analitik kuramla tutarlıdır.

Kayıp, Bir Savunma Nedeni: Literatür

Daha önce vurgulandığı gibi, savunma süreçlerine basitçe ayrılık olgusunun yol açabiliyor olduğu çekişmesi analistler için alışılmadık olmadığından ötürü, bir dizi önde gelen analistin açıkça ya da zımnen bu görüşü yine de az desteklemediğini belirtmekte fayda var. Anna Freud'a ek olarak (önceki bir yayınında Dorothy Burlingham ve A. Freud,1942 ile) halihazırda alıntılanan Helene

Deutsch, Melanie Klein, Fairbairn ve bizzat Freud. Her biri için kayıp travmaya neden olur ve savunmayı tetikler.

Histeri Üzerine Çalışmalar'ın [Studies on Hysteria] (1893-1895) giriş sayfalarında "sevilen kişinin telafi edilemez kaybı" (Freud, 1895d, s.10) bastırmaya yol açan travmalar ve göz yaşlarına neden olan duygusal boşalım gerektiren duygulanımlar arasında listelenmiştir. Daha sonraki sayfalarda bastırma ve bölünmenin var olduğu vakaların çoğunda kayıp ve patolojik yasın göze çarptığından söz edilir. Bu nedenle, kayıp ve kederin ilk başta Freud tarafından savunmanın tetikleyicileri olduğu kabul edildi. Bununla birlikte yıllar içinde, yaşamının son on beş yılında kayıpları takip eden bastırma ve bölünmeler yeniden dikkatini çekse de 1900-1925 döneminde her ikisine de çok az referans vardır.[4] Bunun olası bir nedeni, *Yas ve Melankoli*'de [Mourning and Melancholia] (Freud 1917e) kaybı takip eden savunma süreçlerinin esas olarak narsisizm ve özdeşleşme terimleri ile ifade edilmesidir. Bu iki kavram birkaç yıl sadece Freud'un dikkatini dağıtmakla kalmamış, aynı zamanda o zamandan beri analistlerin çoğunun konu hakkındaki düşüncesini de domine etmiştir.

Sonuç olarak, Freud'un yaşamının son yıllarında bir kez daha kaybı takip eden bastırma ve bölmelerle ilgilenmeye başladığı bazen gözden kaçırılır. Bu ilgisinin yenilenmesi *Tutukluk Semptom ve Kaygı*'da [Inhibitions, Symptoms and Anxiety] üstlendiği kuramın yeniden formüle edilmesinden kısmen sorumlu kısmen de teşvik edilmiş görünüyor. Bu çalışmasının sonuna doğru savunma süreçlerinin egoyu acıdan (aynı zamanda kaygıdan) korumak için geliştiği ve yoğun acının esas kaynağının sevilen

4 [Bowlby Notu]: Dolaylı olarak atıfta bulunduğu birkaçından biri Giriş Dersleri'ndeki "yasın hastalıklı biçimleri olarak tanımlanacak nevrozlar vardır "ifadesidir.

nesnenin kaybı olduğu görüşünü ileri sürdü. Dahası, yasın acısının "yas tutan kişinin odaklandığı nesneye olan aşırı ve doyurulamayan özlem yatırımı" ile ilişkili olduğunu düşünür (Freud, 1926d, s172). Bundan, mantıken iki sonuç çıkar gibi görünüyor. Birincisi, "yüksek ve doyumsuz özlem yatırımı" savunmayı tetikleyebilir; ikincisi diğerlerinin arasında, kaçınılmaz olarak bu özlemi ve bu nedenle de savunmayı kışkırtan bir durum küçük çocuğun annesinin kaybının deneyimidir. Freud ikisine de çok yaklaşmış olmasına rağmen, bu çalışmada hiçbirini açıkça kavramsallaştırmış gibi görünmüyor.

Buna rağmen sadece bir yıl sonra yayınlanan bir makalede, savunma sürecinde ego bölünmesinin[5] izini erken çocuklukta maruz kalınan bir kayba kadar takip eder. Bu makalede (Freud, 1927) bölünmenin baba kaybını takip ettiği iki hasta tarif eder. "İki genç adamın analizinde" şöyle yazar:

> Her birinin –biri ikinci, diğeri onuncu yıllarındalar– babalarının ölümünü kabullenmeyi reddettiklerini öğrendim ... ve yine de hiçbiri psikoz geliştirmemiştir. Gerçeğin çok önemli bir parçası böylece ego tarafından inkâr edilmiştir...

---

5 [Bowlby Notu:] "Ego bölünmesi" Freud tarafından "bir yerine iki zihinsel tutum oluşması – biri gerçekliği hesaba alan normal olan, diğeri egoyu gerçeklikten ayıran içgüdülerin etkisi altında olan ile sonuçlanan durumunu belirtmek için sunulan bir kavramdır. Bu ikisi diğeri ile bir arada varolur" (Freud, 1938 [1940], s.73). Böyle dikkate değer ve egonun bütünleşik işlevi hakkındaki fikirlerimize bu denli yabancı bir hadisenin çocukluktan kök almış olması gerektiğini ve "fiziksel travmanın etkisi altında" olmaksızın oluşmasının güç olduğunu öne sürer (Freud, 1938 [1940], s.372-373). (Bu son bölümde, bizim burada ele aldığımızdan farklı bir travmatik bir deneyime referans vererek süreci açıkladığı not edilmelidir; bu deneyim kadınların penislerinin olmadığını keşfetmeleridir).

Ancak şöyle devam eder:

> Zihinsel süreçlerinin sadece biri babanın ölümünü kabul-lenmezken; gerçeğin tamamen farkında olan bir diğeri de mevcuttur; gerçekle uyumlu olan [yani babanın ölmüş olduğu] bir arzu ile bağlantılı olan [babanın hâlâ hayatta olması] ile bir arada bulunur.
>
> (Freud, 1927, s.202)

Freud her ne kadar egodaki bölünmelerle ilgili keşfini genel olarak patolojik yasla ya da özellikle çocukluk çağı yası ile ilişkilendirmemiş olsa da bunları erken yaşamda gerçekleşmiş kaybın olağandışı olmayan sekelleri olarak kabul etti. Bulgularını tartışırken "Sanıyorum" diye vurgular, "benzer olaylar çocukluk çağında kesinlikle nadir değildir." Son istatistiksel çalışmalar gösterdi ki şüphesi sağlam temellere dayanıyordu.

Benzer bir kavramsallaştırma çizgisi, yası deneyimleyemeyen ya da tüm insan ilişkilerine karşı ilgisiz görünen bazı hastaların klinik problemleri ile ilgilenen bir dizi analist tarafından takip edildi.

Hem Freud hem de benim savunduğuma çok yakın bir formülasyon Helene Deutsch (1937) tarafından öne sürüldü. "Yasın Yokluğu" başlıklı bir makalede bir yandan yası deneyimleyemeyen diğer yandan sık sık "motivasyonsuzluk depresyonu" yaşayan üç hastanın[6] kısa bilgisini verir. Üçü de neredeyse ta-

6 [Bowlby Notu]: Toplamda dört vaka rapor edilmiştir. Ancak dördüncünün karakter yapılanması diğer üçünden farklı olduğu için bu vaka (No.4) dahil edilmemiştir. (Daha önceki bir makalede (Bowlby, 1962) patolojik yas paternlerini örneklemek için bu dört vakanın ikisini kullanmıştım, 3 ve 4 numaraları).

mamen duygudan yoksunluk ile ilişkilerde kayıtsızlık biçimini almış olan benzer bir olumsuz karakter yapısını paylaşıyorlardı. Dahası, benzer çocukluk dönemi kayıp hikâyeleri de ortaktı. İki vakada hastanın annesi o beş yaşındayken ölmüştü ve her ikisinin de o dönemde hiç yas belirtisi göstermedikleri söylenmişti; diğerinde erken bir kayıp kaydı bulunmuyordu, ama çocukluk döneminde bir ya da daha fazla kez ayrılık dönemi vardı.

Anneleri ölmüş olan iki hastanın analizinden elde edilen materyalden Helene Deutsch iki temel hipotez geliştirdi. İlki, burada sunulan semptomlar ve karakter yapılanması çocukluk kaybı sırasında ifade edilmemiş yasın çarpık ifadesi olarak anlaşılmalıdır. İkinci ve daha farazi olanı, bir bireyin neden böyle tepki verdiğini açıklamaya çalışır. Bu durumun yetişkinde yakın zamandaki rahatsız edici bir deneyiminin ardından egonun geçici bir zayıflığının sonucunda meydana gelebileceğini düşünse de kuramındaki temel dayanak özellikle çocukluğun ilk yıllarında maruz kalınan kayıpların buna yol açmaya meyilli olduklarıdır. "Çocuğun egosu yas tutma işinin yükünü taşıyacak kadar gelişmiş değildir" diye iddia eder:

> Bu nedenle süreçten kaçınmak için narsisistik öz-korumanın bazı mekanizmalarını kullanır. Eğer keder egonun bütünlüğünü tehdit ediyorsa ya da başka bir deyişle ego yasın karmaşık işlevini üstlenmek için çok zayıfsa iki yol olasıdır: ilki anksiyetenin infantil geri çekilme olarak ifade edilmesi[7] ve ikincisi savunma güçlerinin egoyu anksiyete ve diğer ruhsal tehlikelerden koruma amacıyla harekete

7 [Bowlby Notu]: bu fikir Helene Deutsch'un varsayımına dayanır, daha önceki bir makalede (Bowlby, 1960b) tartışıldığı gibi, küçük çocuğun ayrılığa reaksiyonu anksiyete şeklindedir, keder değil.

> geçmesidir. Bu savunma mekanizmasının en uç ifadesi duygulanımın göz ardı edilmesidir.
>
> (Deutsch, 1937, s. 14)

Doğru ya da yanlış, Helene Deutsch iki hastasının en azından birinin daha önceki ilişkisinin sevgi dolu ve bozulmamış olduğundan emin olduğundan, savunma mekanizmasının başlaması için hastanın önceki gelişimindeki bir hatanın gerekli bir koşul olduğunu kabul etmez. Aksine, basitçe beş yaşındaki bir çocuğun egosunun olgunlaşmamış olmasına atfeder. (Baştan sona sadece bir "savunma mekanizmasından" bahseder, onun doğasını tartışmaz).

Annesi o büyüdükten sonra ölmüş olan üçüncü hastasının psikopatolojisini Helene Deutsch daha farklı ele alır: ondaki kayba yasla karşılık verememe kusuru "saldırgan dürtünün müdahalesine" atfedilir. Buna rağmen vakaya ilişkin malzemenin detaylı incelenmesi, psikopatolojinin diğer iki vakanınkine Helene Deutsch'un düşündüğünden daha yakın olduğu izlenimi uyandırır.

Bu hasta çocukluğunda annesinden geçici bir ayrılığa maruz kalmıştı[8] ve bize bu deneyimin daha sonra ona aşırı bağımlılıkla birlikte "anneye yönelik yoğun nefret"e yol açtığı söylenmişti (bu sıralamanın artık olağan olduğunu biliyoruz). Yıllar sonra anne öldüğünde analiste göre eski yara yeniden açıldı "çocukluğunda benzer bir hayal kırıklığı durumunda ortaya çıkan nefret dürtü-

8 [Bowlby Notu]: Meydana geldiği belirtilen ayrılık hasta sekiz yaşındayken yeni bebeğin doğumunda gerçekleşmiştir; annesi hastaydı ve birkaç hafta hastanede yattı. Helene Deutsch yine de öncesinde de ayrılıkların olduğuna ve olasılıkla "ayrılık travmasının tekrarlarının önemli olan" olduğuna inanıyordu. (kişisel iletişim)

leri yeniden canlandı" ve keder yerine "soğukluk ve kayıtsızlık hissi" yaşadı. Helene Deutsch bu duygunun "saldırgan dürtünün müdahil olmasının sonucu" olduğunu düşünse de, çocukluk dönemindeki bir kaybın tetiklediği savunma sürecine dair artan bilgimiz bunun çok sınırlı bir görüş olduğunu düşündürür. Daha olası görünen çocukluk çağı ayrılığı sırasında sadece anneye yoğun nefret doğmamış, aynı zamanda deneyim küçük oğlanın Robertson ve benim kopma olarak tabir ettiğimiz aşamanın gelişmesi için yeteri kadar uzun süre devam etmiştir, bu elbette kaybedilen nesne için duygu yoksunluğundan daha azı değildir. Bu görüşe göre, daha sonraki yıllarda annesinin ölümünde kederin olmayışı sadece nefretin canlanması nedeniyle değil, aynı zamanda ortaya çıkardığı savunma mekanizmasının da canlandırdığı "kopma" durumu nedeniyledir. Eğer bu sonuç doğruysa, bu vakanın psikopatolojisi diğer ikisine benzer şekilde, hayatın ilk yıllarında maruz kalınan kaybı takip eden patolojik türde savunma süreçlerine atfedilir.

Helene Deutsch'un kuramının altında yatan mantığı incelediğimizde iki temel varsayım buluruz. İlki, yetişkin yaşamında yası takiben kaybedilen nesneye karşı aşırı nefret, genellikle çocuklukta bir ayrılık deneyimine atfedilebilir; ikincisi ise duygulanım eksikliğine neden olan savunma mekanizması özellikle kaybın altı yaşın da dahil olduğu ilk yılların herhangi birinde yaşandığında etkin olma eğiliminde olduğudur. Benim formülasyonum birkaç noktada Helene Deutsch'unkinden farklılaşsa da, bu varsayımların her ikisinin de sağlam temelli ve küçük çocukların annelerinden ayrılmaya verdikleri tepkilerle ilgili şu anda sahip olduğumuz veri ile tutarlı olduğuna inanıyorum.[9]

9 [Bowlby Notu]: Yakın tarihli bir makalede Margaret Mahler (1961) Helene Deutsch'a çok benzer bir pozisyon almıştır. Yaklaşık altı aylıktan itibaren,

Savunma mekanizmalarının kayıp ile tetiklenebileceği gerçeğine dikkat çeken diğer bir analist Melanie Klein'dır. "Yas: Manik ve depresif durumlarla ilişkisi" (Klein, 1940) makalesinde yas ve özlemin kendilerinin acı verici ve "özellikle kaybedilen nesneye "hasrete" karşı oluşturulan savunma yöntemleri" olduğunu kabul eder (Klein, 1948, s.316). Ne yazık ki yine de bu algı çoğunlukla içinde savunmayı da kapsayan kuramın karmaşıklığıyla kaybolur. Sonuç olarak, kaybın kendisinin kaygı ve acıya yol açtığının ve savunma süreçlerini tetiklediğinin açıkça kabul edilmesi tehlikeye girer.

Kayıp ve yas kavramlarının Fairbairn'in yazılarında çok az yer alması nedeniyle, fikirlerinin kaybın patolojisi ile ilişkisi net değildir. Yine de kaybın kendisinin bastırma ve bölünmeye (haklı olarak inanıyorum ki, bunu aynı sürecin farklı yönleri olarak kabul eder) yol açabilmesi düşüncesinin önemli bir parçasıdır. Onun psikopatolojinin kilit taşı olarak içselleştirilmiş "kötü" (yani tatmin edici olmayan) nesne kuramı[10] incelendiğinde bu netleşir (Fairbairn, 1944). Öncelikle kayıp bir nesne tatmin edici olmadığı ve hüsrana uğratıcı olması nedeniyle tanım olarak "kötüdür" ve ikinci olarak, "kötü" olmak Fairbairn'e göre içselleştirildiği ve bastırmanın birin-

---

sevilen nesnenin kaybının "temel bir ego tepkisi" olarak tanımladığı yasa neden olduğunu iddia eder. Sonrasında "Kayba karşı savunma eylemlerini harekete geçirir." "Ikame, inkâr ve bastırma gibi mekanizmalar...daha sonra çeşitli kombinasyonlarda öne çıkar." Bu gibi savunma süreçlerinin çocukların "az ya da çok yara izi oluşumları" ile kalmasına yol açtığına inanır. Çocuğun acısını "son derece kısa ömürlü" ve yasını "geçici olarak tanımlaması yanıltıcı olabilse de, temel teorik konumu Helene Deutsch'unki gibi benimkine benzer (Mahler, 1961, s342).

10 [Bowlby Notu]: Fairbairn "iyi nesne" ve "kötü nesne" terimlerinin yanıltıcı olduğunu ve gerçekte kastedilen şeyin arzulanan ve hem tatmin edici olduğu hem de olmadığı deneyimlenmiş bir nesne olduğunu belirtir (Fairbairn, 1952, s.111)

cil hedefi hâline geldiği içindir. Buna karşılık, bastırılmış "kötü" içsel nesnenin varlığı onunla bir ilişki kurmaya çalışan egonun bölünmesine neden olur. Böylece, Fairbairn'in görüşüne göre bastırmayı ve ego bölünmesini başlatan şey sonuç olarak, içselleştirilmiş tatmin edici olmayan bir nesnenin varlığıdır: ve açıktır ki bütün tatmin edici olmayan nesneler içinde kayıp nesne en tatmin edici olmayanıdır. Kuramsallaştırmanın daha klinik bir aşamasında Fairbairn (1943) psikopatinin kökenleri ve onun altında yatan savunmalar hakkında benim kendi geliştirdiğime benzer bir görüş geliştirmiştir (Bowlby, 1944). Psikopatın karakteristiği olan "Olağan insan ilişkilerine duyarsızlık ve kayıtsızlık" diye yazar, "çocukluk bağımlılığının bir yadsınması" olarak anlaşılmalıdır ve bu "yadsımanın nedenleri bebeklikteki herhangi bir ebeveynine güvenle bağlı olmasını imkânsız kılan koşullarla ilişkili olmalıdır."

Bu değerlendirmeden çıkarılacak esas sonuç, önde gelen bir grup analistin kayıp yaşantısının savunmanın başlıca öncüllerinden biri olduğunu kabul etmiş olmalarıdır. 1925-1945 arasında Freud, Helene Deutsch, Melanie Klein, Fairbairn ve Anna Freud (Dorothy Burlingham ile ortak paylaşımında) her biri az ya da çok bağımsız olarak savunma süreçlerinin ortaya çıkışını küçük çocuğun ebeveyninin kaybı (ya da ondan ayrılma) deneyimine atfetti. Bunlardan dördü, Freud, Helene Deutsch, Melanie Klein ve Fairbairn, bu fikri yetişkin kişilik bozuklukları üzerine analitik çalışmalarından edindiler, Anna Freud ise Hampstead Bakımevi'ndeki çocukların direkt gözleminden elde etti. Burada belirtilen savunmalar, Freud söz konusu olduğunda ego bölünmesi, Anna Freud söz konusu olduğunda bastırma, Fairbairn söz konusu olduğunda aynı sürecin farklı yüzleri olarak bölme bastırmadır; bu bağlamda Helene Deutsch ve Melanie Klein kendilerini bu gruptan saymazlar. Bu dikkate değer katkılar

çerçevesinde, bastırma ve bölme de dahil olmak üzere, kaybın sıklıkla savunmayı tetiklediği fikrinin psikanalitik kuramın ana geleneklerine hâlâ yabancı olması şaşırtıcı görünüyor.

Bir literatür okuması, bu durumun birkaç nedeni olduğunu gösterir, adı geçen beş analistin her biri tanımladıkları savunma süreçleri ile kaybı ilişkilendirse de, sadece biri, Melanie Klein, bunları yas ile ilişkilendirir: sonuç olarak, bastırma ve bölme her zaman patolojik yasın ortak bileşenleri olarak kabul edilmez. İkincisi, diğer birçok analist, savunma ile ilgili fikirlerini yasla ilişkilendirmemenin yanı sıra, aynı zamanda savunma süreçlerinin ortaya çıkışını dayandırdıkları erken yıllardaki travmatik deneyimlerin bazılarının en iyi kayıp açısından kavramsallaştırıldığını fark etmemişlerdir. Dahası, bazıları tanımladıkları savunmaları bastırma ile özdeşleştirme konusunda isteksiz görünür. Bu özelliklerin bazılarını ya da tamamını gösteren analistler Abraham, Winnicott ve Edith Jacobson'dır.

Önceki bir makalemde (Bowlby, 1960b, s36-38) Abraham'ın (1924) "birincil paratimi" kavramını depresyon hastalığının öncülü ve Abraham'ın ilk yıllarda meydana gelen hayal kırıklıklarına ve yoksunluklara atfettiği buna yol açan rolünü tanımladım. Daha sonra her birisinde ebeveyn kaybı veya sevgi kaybı açık olan klinik örneklerinin üçünü alıntıladım. Yine de, "bu bölümlerde Abraham'ın yas ve keder kelimelerini asla kullanmadığını belirttim: annesini kaybetme (ya da onun sevgisini kaybetme) yaşantısının küçük çocuk için gerçek bir yas olduğunu kabul ettiği de açık değildir." Bu deneyimlere patolojik yası ortaya çıkarma eğilimi olan kayıplar olarak yaklaşmak yerine, "çocukluk narsisizmi için ciddi bir yaralanma" kavramı tercih edilir. Bu kavram başka bir yöne yönlendirildiği için Abraham'ın savunma ile ilgili kuramı burada savunulandan çok farklı bir hâl alıyor.

Helene Deutsch'un tanımladığı türde kişilik bozuklukları olan hastaların ortaya çıkardığı sorunlarla mücadelede, Winnicott savunmaya dair Helene Deutsch'unkilerden çok da farklı olmayan bir hipotez öne sürmüştür. Böyle birkaç makalede (örn., 1954, 1955) "çevre yeterince iyi davranmadığında" (1955, italikler orijinal) "gerçek benliğin korunması için tasarlanmış *en başarılı savunma organizasyonlarından biri* olarak gördüğü sahte benliğin gelişimine atıfta bulunur." (Bu bağlamda Winnicott'un çevre ile kastettiği anne gibi görünüyor). Sahte benlik durumunda birey bağlılık duygularını yaşamakta güçlük çeker ve Winnicott bunu açıkça belirtmese de aynı zamanda yası deneyimlemekte de yetersiz gibi görünür. Böylece sıradan insan ilişkilerine kayıtsız kalan kişiliğin gelişimini (kayıtsızlık farklı şiddet derecelerinde olabilir) çocukluk döneminde deneyimlenen ebeveynlik hatalarına bağlar. Bununla beraber deneyimin doğasını annenin ya da sevginin kaybı açısından anlamaz; "sahte benlik" kavramını da savunma olarak ne yasın patolojisi ile ne de bastırma süreci ile ilişkilendirir. Yine de bu çerçeve içinde onun bulgu ve hipotezlerinin Freud ve diğer analistlerinkiyle bağlantılı olduğu açıktır.

Aynı eleştiriler Edith Jacobson için de geçerlidir. Depresif hastalıkla ilgili çalışmalarından yaşamın ilk beş yılı süresince ya da o dönemlerde meydana gelen travmaların patolojik türden savunma süreçlerini başlatmasının mümkün olduğu sonucuna ulaşmıştır. Örneğin, biri erkek diğeri kadın olan tanımladığı iki hastanın her biri üç buçuk yaşında iken Jacobson'un patojenik önem atfettiği bir deneyim yaşamışlardır; ama vakaların hiçbirinde bu deneyim ne kayıp olarak ne de kayıp tarafından tetiklenen yas olarak tanımlanan tepkiler şeklinde ele alınmıştır. Buna rağmen bu deneyim incelendiğinde, görülüyor ki bu her

bir vakada da iki ebeveynin de kaybı söz konusudur ve ortaya çıkan süreçler patolojik yas ile uyumludur. Aşağıdakiler bu iki vakanın kısa özetidir (ilk vaka için bkz. Jacobson, 1943, 1946, ve ikincisi için, 1957). Kadın hasta Peggy, yirmi dört yaşında sevk edildiğinde intihar teşebbüsleri ve depersonalizasyon ile ağır depresyon hâlindeydi. Bu semptomlar taze bir kayıp ile, aslında sevgilisinin kaybıyla başlamıştı. Edith Jacobson'un büyük önem verdiği çocukluk deneyimi Peggy üç buçuk yaşındayken gerçekleşmişti. O dönemde Peggy ve babası Peggy'nin anneannesinde kalırken, annesi yeni bir bebek sahibi olmak için hastaneye gitmişti. Tartışmalar gelişmiş ve babası oradan ayrılmıştı.

"Çocuk yalnız bırakılmış, babası tarafından hayal kırıklığına uğratılmış ve sabırsızlıkla annesinin dönüşünü bekliyordu. Ancak annesi geri döndüğünde bebek de beraberindeydi." Peggy o zamanki duygusunu hatırladı "Bu benim annem değildi, başka biriydi," (şu an birkaç haftalığına annesinden ayrılmış olan çocuklar için sıra dışı olmadığını bildiğimiz bir duygu). Edith Jacobson'un varsayımına göre bundan kısa süre sonra "küçük kız ilk derin depresyonuna girdi."

Analiz süresince Peggy pek çok depresyon yaşadı. Sonrasında "her iki ebeveynin temsili tarafından da terk edilmiş hissedecek," "sevgisiz ve yalnız yaşamanın kin dolu fantezilerine kapılacak" ve ayrıca "kendisiyle sanki bir anneymiş gibi yaparak yatıştırıcı ve bebeğini okşuyor gibi uzun sevecen diyaloglar başlatacaktı." Özetle Edith Jacobson inandığı içsel süreçlerin ne olduğunu açıklar: "Hayal kırıklığı ve düşmanlığı dahilinde [Peggy] narsisistik bir geri çekilmeye kaçmaya çalışır. Sevgiye olan ihtiyacını öldürmeye ve tamamıyla kendi kendine yeterli ve bağımsız olmaya karar verir."

Erkek hasta (Jacobson, 1957) otuzlarının başındaydı ve:

> Birleşik kompulsif-depresif kişilik yapılanması ile taşkınlık ve ara sıra psikosomatik ve histerik konversiyon belirtileri geliştirme eğilimleri... Esas şikâyeti (bunlara rağmen) duygusal yaşamının çok donuk ve kısıtlı olmasıydı. O bir "kopuk izleyici" idi.

Bu vakada Edith Jacobson'ın onun yetersizliklerini bağlantılandırdığı çocukluk deneyimi "annesi ile ilişkisini bitiren bir travma" idi ve (Peggy vakasında olduğu gibi) üç buçuk yaşındayken gerçekleşmişti. O dönemde annesi bir çocuk düşürmüştü. Babası yoktu ve annesi evde olmasına rağmen, "haftalardır hasta ve depresifti... Evdeki yardımcının eline kalmıştı, kaybolmuş ve şaşırmış hissediyordu."

O zamandan beri öyle görünüyor ki annesine yönelik hem "soğuk öfke" hem de ondan "soğuk kopma" gösteriyordu. Yine de analiz sırasında onda şimdiye kadar bastırılmış olan "annesine yönelik düşkünlük dalgaları" tetiklendi.

Şimdi bu her iki hastanın erken çocukluklarındaki olayların tam olarak hatırlanıp hatırlanmadığı ve aynı zamanda Edit Jacobson'ın hastalarının duygusal gelişimi ile ilgili bunlara bu derece önem atfetmekte haklı olup olmadığı sorgulanabilir. Ancak eğer benim yapmaya meyilli olduğum gibi olayların hem geçerliliğini hem de bunların önemini[11] kabul ediyorsak, ben kayıp kavramının deneyimi açıklamaya en uygun kavram olduğuna ve patolojik yasın her iki vakada da ortaya çıkan tepkileri tanımla-

11 [Bowlby Notu]: Peggy vakasında üç buçuk yaşındayken gerçekleşen ayrılığın dominant ve çocuğu sert bir şekilde disipline eden annesiyle ilişkisindeki bir dizi rahatsızlığın sadece tepe noktası olduğuna inanmanın bir nedeni var.

maya en uygunu olduğuna inanıyorum. Her hastanın, annesinin kaybına sevgi ve özlemin bastırılmasıyla tepki verdiğinin ve bunun da annesinden ve diğerlerinden kopma ile sonuçlandığının söylenmesi özellikle dikkat çekicidir. Buna rağmen tartışmasında yazar, bu kavramların hiçbirini kullanmaz. Onun yerine, Abraham'ın öncülüğünde farklı bir önem taşıyan ve yas ile kolayca ilişkilendirilemeyen "hayal kırıklığı" ve "gerçekleri görme" ve "narsisistik incinme" kavramlarını kullanır. Örnek bir kısım şöyledir: "bu nedenle erken hayal kırıklığının sonucunda ve hayal kırıklığı yaratan sevgi nesnesinin değer kaybı ile birlikte narsisistik bir incinme etkisine sahip olmalı" (Jacobson, 1946, s132).

Böylece, çocukluk çağı kaybının bastırma ve bölmenin sebebi olarak tanınmasının geç olmasının ana nedeni, bir taraftan çocukluk çağı travması ve onun ortaya çıkardığının kabul edildiği bastırma ve bölme savunmaları ile, diğer yandan çocukluk çağı kaybı ve onu takip eden patolojik yas arasında bağlantı kurulamamış olması gibidir. Bununla birlikte, başka ve belki de daha ağırlıklı bir neden vardır. Bu, analitik kuram yapılanmasında güçlü bir gelenek olan, oral dönem ve/veya birincil narsisizm döneminde saplanmanın depresyonun ana nedeni olarak vurgulanmasıyla yas tutma kapasitesinin gelişimi için en önemli olayların yaşamın ilk yılında meydana geldiği inancına yol açmasıdır. Daha önce de belirtildiği gibi ampirik veri bu görüşü desteklemiyor gibi olduğu için istenen, ilk olarak bunun dayandırıldığı gerekçeleri incelemek, ikincisi hem hastaların tedavilerinden elde edilen geleneksel verileri hem de küçük çocukların sevdikleri nesneyi kaybettiklerinde verdikleri tepkinin gözlemlerinden elde edilen yeni verileri kapsayabilecek alternatif bir hipotezin oluşturulup oluşturulmayacağının düşünülmesidir.

Depresyonun Altı Özelliği[12]

Aşırı üzüntü depresyon hastalığının baskın özelliğidir. Aşırı üzüntü ister kesintisiz ister spazmlar şeklinde olsun annelerinden uzak olan küçük çocukların da öne çıkan özelliğidir; aslında bu kadar sık hafife alınmamış olsaydı, üstünde durulmasına pek gerek kalmazdı. Dahası böylesi üzüntü yetişkin yasının üzüntüsüyle yakından benzerlik gösterir, özellikle kayıp objenin özlemi ve ikamelerin reddi açısından.

Depresif hastalığın aynı zamanda annesinden uzak olan küçük çocukların da karakteristiği olan ikinci ana özelliği, organize eylemin eksikliği ve çevreye olan ilginin kaybıdır. Daha önceki bir makalede yer alan Robertson'ın böyle bir çocuğu betimlediği kısımları tekrar etmeme izin verin: "*Çaresizlik* aşamasında... aktif fiziksel hareket azalır ya da bitme noktasına gelir ... geri çekilmiş ve inaktiftir [ve] çevreden hiçbir talebi olmaz" (Bowlby, 1960a, s90).

Depresif rahatsızlıktan yakınan hastalarda ve annesinden ayrı olan küçük çocuklarda yaygın olan üçüncü bir özellik ise oral davranışta bir miktar sapmadır; geçici yeme reddinden ayrı olarak depresif yetişkinlerin aksine küçük çocuklardaki rahatsızlık azalmasından daha sıklıkla aktivitedeki aşırı artıştır. Örneğin, Dorothy Burlingham ve Anna Freud (Burlingham ve A. Freud, 1942, 1944) Bakımevindeki çocukların parmak emmelerinin sadece yoğunluk ve uzamışlığından değil aynı zamanda "doyumsuz oburluklarından" da söz ederler; her iki davranış çeşidinin de "anneden ani ayrılma" kaynaklı olduğunu belirtirler. Alıntı yaptıkları örnekler arasında Tom vakası da var:

12 [Editör Notu]: Ara başlık eksiktir. Editörler tarafından eklenm

> İki yaş civarında onu ziyaretlerine aniden son veren annesi ile bağlantısını kaybetti. Aşırı derecede tatminsiz hâle geldi ve oldukça rahatsız edici üç tepki geliştirdi; şiddetli parmak emme; aşırı yeme; ve yabancılara ve kısa süreli çalışanlara karşı geçici şekilde tutkuyla bağlanma.
>
> (Burlingham ve A. Freud, 1944, s60)

Hastanedeki ya da bakımevindeki küçük çocukların evlerindekinden çok daha fazla yemeye olan güçlü eğilimleri Robertson tarafından da kayda alınmıştı. Buna ek olarak, uzun süreler boyunca uzak kaldıklarında ebeveynlerine olan ilgilerinin sıklıkla nasıl yiyecekle yoğun şekilde meşgul olma ile yer değiştirdiğini gözlemlemişti.[13]

Depresif hastalığın dördüncü özelliği hastaların kayıp nesneye yöneltilmesi daha uygun olan sitem ve düşmanca eylemleri öznenin kendisine yöneltme eğilimidir. Engel'in (1962) ifade ettiği gibi bir semptom olarak üzüntü ve inaktiviteden daha az yaygın olmasına rağmen, bu özellik melankolinin klasik psikanalitik kuramlarına göre en az diğerleri kadar sorumlu olan özelliktir. Öyleyse, şunu sorabiliriz: Bu eğilimin çocukluktaki kayıp tarafından da teşvik edildiğine dair ne gibi kanıtlar var? Aslında çok var ve bir kez daha ilgili gözlemler hem Dorothy Burlingham ve Anna Freud hem de Spitz tarafından kayıt altına alınmıştır. Dahası, her biri açıkça, küçük çocuğun kayıp ve yoksunluk acısı çektiğinde, öfkenin özellikle kendine yönlendirilmeye yatkın olduğu sonucuna vardılar.

Dorothy Burlingham ve Anna Freud konuyu Bakımevlerinde aşağı yukarı bir yaş civarında meydana geldiğini gözlemledikleri

---

13 [Bowlby Notu]: Başka bir yerde (Bowlby, 1960c) bu tür davranışları ortaya çıkarabilecek bazı olası süreçleri tartışmıştım.

kafa vurma ile bağlantılı olarak tartışırlar. "Bu sıklıkla ağlamaya eşlik" ettiği için şöyle devam ederler:

> bir kimse çocuğun kafasını vurma ya da çarpmanın verdiği acı nedeniyle ağladığına inandırılabilir. Ancak daha yakın bir gözlem tam tersinin daha doğru olduğunu gösterir. Çocuk önce öfke ve hayal kırıklığının ifadesi olarak ağlar ve bu dışa vurumu daha şiddetli olan kafa vurma takip eder ... [bu] etkisiz öfkenin bir işaretidir.
>
> (Burlingham ve A. Freud, 1944, s60)

Spitz (1953, s126-138) sekiz aylık bir bebeğin farklı olsa da ilgili davranışını tarif eder. Bu bebek:

> Annesinden uzun ayrılığından sonra, saat başı kafa vurmaya benzer bir ritimle yüzünün sol tarafına yumruğuyla şiddetli şekilde vururdu. Çocuğun yumrukları hınçlandığı belirli koşullar altında yüzünün sol tarafında hep aynı noktayı hedef alırdı. Yumruklar iyi koordine edilmiş şekildeydi.

Spitz yaptığı bu ve diğer gözlemlerinden tam emin olmamakla birlikte "yoksun bebeğin dışsal bir nesneye yönlendirilemeyen öfkesi kendisine döner" çıkarımını yapar. Bu sonuca ulaşmasında bebeğin annesine döndükten sonra olanlar hakkındaki gözlemleri destekleyici olur. Artık bebek "kendisini daha fazla vurmaz ya da kendisini tırmalamaz. Artık *diğerlerini* ısırmaya, tırmalamaya ya da tekmelemeye başlar" (Spitz, 1953, italikler yazara ait).

Öznenin kendisine yönelik agresyonunun ifadesi ile büyük olasılıkla ilişkili başka bir davranış türü Robertson tarafından kaydedilmiştir (Robertson, 1953b). Bu, hastane ya da ya da yatılı bakımevindeki çocuğun kendi oyuncaklarına zarar verme eğilimidir. Örneğin, 4-5 haftalık bir yatıştan kısa süre sonra ikinci kez hastaneye geri dönen iki yaş dokuz aylık küçük bir kıza annesi tarafından parçalanmaz denilen bir oyuncak bebeğin verildiğini kaydeder. Küçük kız bir hafta içinde bebeği parçalamakla kalmadı, koğuş hemşiresi her onardığında da sistemik olarak performansı tekrarladı.

Bu tür davranışların hangi süreçlerle ortaya çıktığını bilmek zordur. Problemin değerli bir incelemesinde Cain'in (1961) vurguladığı gibi saldırganlığın "içe dönük" olması için ruhsal yapının karmaşık bir farklılaşmasının gerekli olduğunu varsaymak için hiçbir neden yoktur. Kendine saldırının tutsak edilmiş primatlarda nadir olmadığını belirtir, dahası alıntıladığı örnekler hayvanın insan deneyciyi veya diğer hoşlandığı bir hayvanın eşliğini kaybettiğinde de tetiklenme eğiliminde olduğunu gösterir. Bununla birlikte, kuram halen tartışmalı olsa bile, gerçekler makul bir şekilde güvenilirdir. İlk yılın ikinci yarısından itibaren (ve belki daha önce) annenin kaybının çocuğun kendini incitmesine yol açması nadir değildir.

Böylece, depresif hastalığın dört temel özelliği düşünüldüğünde –aşırı üzüntü, hareketsizlik ve ilgi kaybı, oral uğraşı ve özsaldırı– her biri annelerini kaybeden küçük çocukların hepsinde sık, aslında karakteristik olarak görülür. Buna ek olarak, hastalığa yatkın olanların iki kişilik özelliği –ambivalan ilişkiler kurma yatkınlığı ve narsisistik davranışlar sergileme–, anne kaybı olan ya da şimdi anneleriyle tekrar bir araya gelmiş ya da ikame olana kısmen bağlanmış çocukların da aynı zamanda karakteristiğidir. Her birini sırayla ele alalım.

Depresif hastalığın pek çok özelliği arasında hiçbiri analistler tarafından ataklar arasında hastaların nesne ilişkilerinde yoğun bir ikirciklik gösterme eğilimi, yani hem nesneye yönelik yoğun talep hem de talepler karşılanmadığında yoğun nefret gösterme eğilimi kadar evrensel olarak dikkat çekmemiştir. Şimdi, sürekli bir ebeveyn tarafından sevilmeme ya da uzaklaşılma ve terk edilme tehditlerinin dışında küçük çocuğun muhtemelen maruz kaldığı hiçbir deneyim, çocuğun ambivalansını yoğunlaştırmada yabancı ellerde annesinden ayrı bir ya da birkaç dönem kalmasından daha iyi yordamaz. Yoğun sarılma ve peşinden ayrılmama ile birlikte ortada bunu yapmasını engelleyen bir neden olmadığında yoğun öfke, genellikle bir öfke nöbeti olarak[14] ifade etme, eve dönüşlerde pratik olarak evrensel olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, anneden bir ayrılma dönemi savunma süreçlerini başlatarak geleneksel olarak narsisizme atfedilen tüm bu fenomenleri ortaya çıkarır ya da alevlendirir, yani nesne ilişkileri kurmada, özellikle de onları engellenme ve hayal kırıklığı durumlarında bunları sürdürmede güçlük çeker ve otoerotizmin de dahil olduğu aşırı kendi ile meşgul olur. Bunun gibi pek çok davranış örneği Hampstead bakımevlerinde Dorothy Burlingham ve Anna Freud (Burlingham ve A. Freud, 1944) tarafından tanımlanmıştır. Bu gözlemlerin işaret ettiği teorik sav, yani narsisizmin rahatça nesne ilişkilerindeki hayal kırıklığının sekonderi olarak anlaşılabileceğini Balint (1937) ve Fairbairn (1952) tarafından şiddetle savunuldu ve benim de pozisyonumun ayrılmaz bir parçasıdır.

Bu, depresif hastalığın ve buna yatkın kişiliklerin belirgin altı özelliğine ilişkin incelememizi tamamlar ve hakkında fikir

14 [Bowlby Notu]: Depresif hastanın sergileyemediği duygulanımı kavramsallaştırmanın yararlı bir yolu, bana göre terkeden nesneye yönelik öfke nöb-

birliğinin olduğu ve tüm psikoanalitik kuramların hedefinde olan şeyi açıklar, bunların her birinin annelerini oldukça yakın ya da uzun zaman önce kaybetmiş küçük çocuklarda düzenli ya da en azından sık sık meydana geldiğini gösterir. Bu bulgu, depresif hastaların çocukluk öyküleri ile ilgili bilgimizle birlikte, hipotezi güçlü şekilde destekler, şöyle ki, hayatın sadece ilk yılında değil sonrasında da meydana gelen kayıp deneyimlerinin ister gerçek ister sadece tehditten ibaret olsun, depresif hastalığın hiç değilse bazı formlarının temel nedeni olduğu bulunmuştur. Bu Abraham'ın birincil paratimi hipotezinin geliştirilmiş hâlidir.

Açıkça, önerilen hipotez bir taslaktan fazlası değildir ve yeterli hâle gelmesi için çok daha fazla geliştirilmesi gereklidir. Örneğin yalnızca kaybın yanı sıra erken yıllardaki geçici ya da süreğen diğer türden nahoş deneyimleri ya da kayıp tehdidini değil aynı zamanda genetik faktörleri de hesaba katan depresyon hastalığının daha geniş bir kuramını kapsamalıdır. Ancak bu incelemenin amacı depresif hatalığı açıklamak değil, erken yıllarda meydana gelen kayıpların etkisini keşfetmektir. Depresif hastalığın kuramına ilişkin bu oldukça uzun yolculuk aslında, benim inandığım hayatın ilk yılındaki olayların patolojik yasın belirleyicileri olduğu ve bu nedenle de altında yatan savunmaların da temel belirleyicileri olduğu kanıtlanmamış varsayımının zeminini açıklığa kavuşturmaktan başka şey değildir.

Savunduğum teorik pozisyonun bir güçlülüğünün patolojik yas kuramını patolojik anksiyete kuramı ile kolayca ilişkilendirmeyi mümkün kılması olduğuna inanıyorum.

Patolojik Yas ve Patolojik Anksiyete

Patolojik depresyonun patolojik anksiyete ile olan çok yakın ilişkisi uzun süredir biliniyordu. Böylece her ikisinin de bir taraftan keder ve ayrılık anksiyetesi ile diğer taraftan suçluluk ve nesne ilişkilerinde yoğun ambivalans ile bağlantısı da. Bu bağlantıları açıklayamayan hiçbir kuram tatmin edici değildir.

Burada geliştirilen kuram, Freud'un anksiyete, kaybetme tehlikesine karşı ve yasın acısı da gerçek bir kayba karşı bir reaksiyondur fikrini başlangıç noktası olarak alır. Buna ekler:

1) Kayıp ve kayıp tehdidi her zaman nesneye karşı yoğun bir ambivalansa yol açar ve böylece, Melanie Klein'ın tanıştırdığı süreçler yoluyla hem kaygının hem de suçluluğun daha da artmasına neden olur.
2) Kaybın tam kendisi, en azından erken yıllarda patolojik düzeyde savunma süreçlerine ve böylece de sıklıkla narsisistik olarak adlandırılan türde nesne ilişkilerine yol açar.

Bundan şu sonuç çıkar, erken çocuklukta kayıp süreğen olduğunda ya da tekrar tekrar tehdit oluşturduğunda birey yoğun ambivalan ve narsisistik ilişkiler kurmaya, aşırı anksiyeteden ve suçluluktan mustarip olmaya ve daha sonraki kayıplarda patolojik yas ile tepki vermeye eğilimli hâle getirilmiş olur.

Kuram hem küçük çocuğun kayba verdiği tepkiler hem de daha sonra patolojik anksiyete ve yas geliştirenlerin çocukluk hikâyelerinde sık sık ortaklaşan olaylara dair bilgimizle uyumludur. Dahası, bir dizi noktada test edilmeye açıktır.

Sonuç

Bu makalede, annelerinden ayrılan küçük çocuklarda meydana gelen ayrılmayla alakalı ampirik kanıtların incelenmesinin, ayrılmanın sadece savunma süreçlerinden kaynaklandığını değil, aynı zamanda bu süreçlerin ayrılma döneminin kendisinden kaynaklandığını da güçlü bir biçimde ortaya koyduğu gösterilmiştir. Böyle olduğu geniş çapta kabul görmese de bu sonuç Freud'un savunma ile ilgili pek çok düşüncesi ile de tutarlıdır. Bir yaşından büyük çocuklarda bu savunma mekanizmalarının yalnızca gelişimleri zaten zarar görmüş olanlarda olabildiğini savunan kuramların verilerle pek tutarlı olmadığı gösterilmiştir; bebek gelişiminin birçok noktada sorgulanmaya açık yeniden yapılanma varsayımından türerler.

Bu sonuçtan pek çok soru doğar. Bir tanesi şimdiye kadar zihinsel olarak sağlıklı kişilerde kaybın savunma süreçlerini tetikleyebileceği yaşam dönemi ile ilgilidir. Bu çalışmada çocuklarda ikinci ve üçüncü yıllarında bunu yapabileceği gerçeği vurgulanmıştır çünkü gözlemlerimiz bu yaş grubuna atıfta bulunmaktadır. Buna rağmen hem daha küçük hem de daha büyük deneklerde de, yani yaşamın ilk yılı boyunca ve üçüncü doğum gününden sonra da yapabileceğinden şüphe edilmesine neden yok gibi görünüyor. Aslında neredeyse her yaşta savunma mekanizmaları maruz kalınan kayıplar tarafından belli bir ölçüde tetikleniyor olabilir. Ancak, hayatın ilk yıllarında özellikle de ilk beş ya da altı yılda meydana gelen kayıplar bilhassa patolojik sonuçlara yol açma eğiliminde olabilir.

Buna rağmen, erken yıllarda kayba maruz kalan her birey dengesiz kişilikler geliştirmez, geliştirenler dengesizliğin çok farklı form ve şiddetlerine maruz kalırlar. Bu farklılıklar bütünüyle ya da hiç değilse ağırlıklı olarak gelişimin kayıptan önce

izlediği seyre atfedilemiyorsa eğer, hangi değişkenlere atfedilebileceği sorulabilir. Sistematik incelemeye değeceklerine inandıklarım kayıp esnasında ve sonrasında faaliyet gösterenlerdir. Bu değişkenler sadece çok sayıda değil, aynı zamanda kaybın geçici ya da kalıcı olmasına bağlı olarak farklılık gösterir (Ainsworth ve Boylby, 1954). Diğerlerinin yanı sıra ani kayıp ile ilgili olanları, ikame figürlerle ilgili olanları, örneğin aşina olup olmadıklarını ve sürekli olup olmadıklarını, çocuğun istek ve duygularının ne ölçüde anlaşılmış ve cevaplanmış olduğunu, örneğin ayrılık sürecinde ikameler tarafından ve sonrasında kendi annesi tarafından ve kaybın tekrarlayıcılığı ile ilgili olanları, içerir. Sonuçtaki farklılıkların bu ve benzeri değişkenlerin etkilerini ne ölçüde izleyebileceği şu anda bilinmemektedir. Bununla birlikte sadece psikanalitik çevrelerde yaygın olan, tüm farklılıkların çocuğun kayıp ânındaki gelişim aşaması ve durumundan kaynaklandığı varsayımı terk edildiğinden gerekli araştırma yapılacaktır. Bu nedenle en büyük ricam bu sorunun açık olarak kabul edilmesidir.

Bu makalenin temel sonucu erken yıllardaki kolayca savunma süreçlerini ortaya çıkaran deneyimler çocukluğun sonrasındaki yıllarda, yasın patolojik çeşitlerinin ve dolayısıyla pek çok psikiyatrik hastalığın başlangıcını belirleyen koşullara ilişkin geliştirdiğim hipotezler dizisinin ayrılmaz bir parçasını oluşturur. Dahası, pratik çıkarımlara ek olarak savunma kuramında birtakım konuları gündeme getirir. Kaybı takip eden savunmaların incelenmesi aslında, savunmanın temel problemlerinin çoğunun incelenmesi hâline gelir.

Kaynakça:

Abraham, K. (1924). A short study of the development of the libido, viewed in the light of mental disorders. In: K. Abraham (Ed.), *Selected Papers on Psycho-Analysis*, (1927) (pp. 418–501). London: Hogarth Press.

Ainsworth, M. (1967). *Infancy in Uganda*. Baltimore: The Johns Hopkins Press.

Ainsworth, M. D. & Bowlby, J. (1954). Research strategy in the study of mother-child separation. *Courrier de la Centre International de l'Enfance*, 4: 105–131.

Balint, M. (1937). Early developmental states of the ego. Primary object love. In: M. Balint (Ed.), *Primary Love & Psycho-Analytic Technique* (pp. 90–108). London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home life. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 25: 19–53.

Bowlby, J. (1954). Some psychopathological processes set in train by early motherchild separation. In: M. J. N. Senn (Ed.), *Problems of Infancy and Childhood* (pp. 38–90). (Proceedings of the 7th May, 1953, Josiah Macy Jr. Foundation Conference on Infancy and Childhood. New York: Josiah Macy Foundation.

Bowlby, J. (1960a). Separation anxiety. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 89–113.

Bowlby, J. (1960b). Grief and mourning in infancy and early childhood. *Psychoanalytic Study of the Child*, 15: 9–52.

Bowlby, J. (1960c). Ethology and the development of object relations. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 313–317.

Bowlby, J. (1961). Separation anxiety: A critical review of the literature. *Journal of Child Psychology & Psychiatry*, 1: 251–269.

Bowlby, J. (1962). Pathological mourning and childhood mourning. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 11: 500–541.

Bowlby, J. & Robertson, J. (1956). A two-year-old goes to hospital. In: K. Soddy (Ed.), *Mental Health and Infant Development. Vol.1: Papers and Discussions*, pp. 123–124. London: Routledge and Kegan Paul. Loss, detachment and defence 89

Burlingham, D. & Freud, A. (1942). *Young Children in Wartime*. London: Allen & Unwin.

Burlingham, D. & Freud, A. (1944). *Infants Without Families*. London: Allen & Unwin.

Cain, A. C. (1961). The presuperego 'turning-inward' of aggression. *The Psychoanalytic Quarterly*, 30: 171–208.

Deutsch, H. (1919). A two-year-old boy's first love comes to grief. In: L. Jessner & E. Pavenstedt (Eds.), *Dynamics of Psychopathology in Childhood* (pp. 1–9). New York: Grune Stratton.

Deutsch, H. (1937). Absence of grief. *The Psychoanalytic Quarterly*, 6: 12–22.

Engel, G. L. (1962). Anxiety and depression-withdrawal: The primary affects of unpleasure. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 43: 89–97.

Fairbairn, W. D. (1943). The war neuroses – their nature and significance. In: W. D. Fairbairn (Ed.), (1952) *Psychoanalytic Studies of the Personality* (pp. 256– 288). London: Tavistock Publications.

Fairbairn, W. D. (1944). Endopsychic structure considered in terms of object relationships. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 25: 70–92.

Fairbairn, W. D. (1952). *Psychoanalytic Studies of the Personality*. London: Tavistock Publications.

Freud, A. (1960). A discussion of Dr. John Bowlby's paper "Grief and mourning in infancy and early childhood." *Psychoanalytic Study of the Child*, 15: 53–62.

Freud, S. (1893a). *The Psychical Mechanism of Hysterical Phenomena*. [with J. Breuer]. S. E., 2: 3–17. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1895d). *Studies on Hysteria*. [with J. Breuer]. S. E., 2. London: Hogarth Press. [*Histeri Üzerine Çalışmalar*, Payel Yayınları, çev. Dr. Emre Kapkın, 2013.]

Freud, S. (1915d). *Repression*. S. E., 14: 143–158. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1916–1917). *Introductory Lectures on Psycho-Analysis*. 1916–1917. S. E., 15–16. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1917e). *Mourning and Melancholia.* S. E., 14: 239–258. London: Hogarth Press. [*Yas ve Melankoli*, Cem Yayınevi, çev. Leyla Uslu, 2019.]

Freud, S. (1925h). *Negation.* S. E., 19: 235–239. London: Hogarth Press.

Freud, S. (1926d). *Inhibitions, Symptoms and Anxiety.* S. E., 20: 77–174. London: Hogarth Press. [*Tutukluk, Semptom ve Kaygı*, Oda Yayınları, 2022.]

Freud, S. (1927 [1940]). Fetishism. In: *Collected Papers of Sigmund Freud* (pp. 198– 204). London: Hogarth Press.

Freud, S. (1938 [1940]). Splitting of the ego in the process of defence. In: *Collected Papers of Sigmund Freud* (pp. 372–375). London: Hogarth Press.

Freud, S. (1940). *An Outline of Psycho-Analysis.* London: Hogarth Press.

Heinicke, C. M. (1956). Some effects of separating two-year-old children from their parents: A comparative study. *Human Relations*, 9: 105–176.

Heinicke, C. M. & Westheimer, I. (1961). *Brief Separations.* London: Longmans.

Hinsie, L. E. & Shatsky, J. (1940). *Psychiatric Dictionary.* London: Oxford University Press.

Jacobson, E. (1943). The Oedipus conflict in the development of depressive mechanisms. *Psychoanalytic Quarterly*, 12: 541–560.

Jacobson, E. (1946). The effect of disappointment on ego and superego formation in normal and depressive development. *Psychoanalytic Review*, 33: 129–147.

Jacobson, E. (1957). Denial and repression. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 5: 61–92.

Klein, M. (1940). Mourning and its relation to manic-depressive states. In: M. Klein (Ed.), *Contributions to Psycho-Analysis* (pp. 311–338). London: Hogarth Press.

Klein, M. (1948). *Contributions to Psycho-Analysis.* London: Hogarth Press.

Lindemann, E. (1944). The symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101: 141–148.

Mahler, M. E. (1961). On sadness and grief in infancy and childhood. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 16: 332–335.

Rado, S. (1928). The problem of melancholia. *The International Journal of Psychoanalysis*, 9: 420–438.

Robertson, J. (1953a). Film: A *Two-year-old Goes to Hospital*. London: Tavistock Child Development Research Unit.

Robertson, J. (1953b April). Some responses of young children to the loss of maternal care. *Nursing Times*, 382–386.

Robertson, J. & Bowlby, J. (1952). Some responses of young children to separation from their mothers. *Courrier de la Centre International de l'Enfance*, 2: 131–142.

Spitz, R. A. (1953). Aggression. Its role in the establishment of object relations. In: R. M. Loewenstein (Ed.), *Drives, Affects, and Behavior* (pp. 126–138). New York: International University Press.

Winnicott, D. W. (1954). Mind and its relation to the psyche-soma. *British Journal of Medical Psychology*, 27, 201–209.

Winnicott, D. W. (1955). Metapsychological and clinical aspects of regression within the psychoanalytical set-up. *International Journal of Psychoanalysis*, 36, 16–26.

Ek

Mary Ainsworth, John Bowlby'e bu makale ile ilgili yorumlarını bir mektupla iletir.

Kayıp, Kopma ve Savunma

[Editörler:Weelcome Trust Kütüphane Arşivi PP/Bow/D.3/69-70]

7511 Club Road
Ruxton, 4, Md.,
Aralık 11,1962

Dr. John Bowlby
Tavistock Clinic,
Beaumont Street
London, W.1.

Sevgili John,
Ordudayken, her bir konunun ayrı bir bildiri ya da mektup gerektirdiğini, böylece hepsinin kendi özel dosyasında düzgünce dosyalanabileceğini öğrendim. Bu mektup aklımda pek çok konu olduğu için bu kullanışlı kuralı ihlal edecek.

Öncelikle sizi *Kayıp, Kopma ve Savunma* için tebrik etmek isterim. Bana göre *Kaybın Psikopatolojisi* kitabınız seriyi önceki versiyondan çok daha iyi tamamlıyor gibi görünüyor. Gelişmeler üzerine çok detaylı yorum yapamayacağım çünkü Jim Deese daha önceki versiyonun bendeki kopyasını aldı. Bununla birlikte genel olarak, motivasyonla ilgili genel tartışmanızı çıkarmanızın akıllıca olduğunu düşünüyorum, çünkü bu çok tartışmalı olacaktır – ve tartışmalardan kaynaklanan şeylerle

başa çıkabilmek için iki veya daha fazla bölüm eklemek zorunda kalacaksınız ve aşağı yukarı bir yıl daha!

İşe yarar bir eleştiri yapabilmek umuduyla makaleyi baştan sona dikkatle okudum ama birkaç muhtemelen tipografik ve muhakkak kaldırılacak önemsiz detayların dışında – sizin "kopma," Anna Freud'un "geri çekilme" terimleri arasındaki farka dair tartışmanızı merkeze alan sadece bir temel yorumum vardı. Fakat tekrar okuduğumda sizin "kopma" terimini davranışı ve bastırma, yadsıma ile bölme süreçlerini belirtmek için kullanırken Anna Freud'un "geri çekilme" terimini hem davranış hem de altında yatan süreci (kateksisin geri çekilmesi) tanımladığını fark ettim. Bu yine de okuyucu için biraz kafa karıştırıcı. Ben bile "kopma" ve "geri çekilme"nin *o kadar da* farklı olmadığına dair marjinal bir protestoda bulundum. Yani bence, daha sonraki tartışmanızda ve sadece 8. sayfa hariç "kopma" kelimesini insanları kafa karışıklığından korumaya yardımcı olmak için hiç değilse bazen "kopma davranışı" ile değiştirebilirsiniz.

Bu terimleri "Webster's Eşanlamlı Kelimeler Sözlüğü"nde araştıracak kadar meraklandım. Sizin de bunun gibi şeyler yaptığınıza ve terminoloji üzerine benden daha çok düşündüğünüze eminim, ama belki bu biraz alıntı yaptığım sizin pozisyonunuzu tümden desteklediğini hissettiğim kaynağa denk gelmemiş olma ihtimalinize karşı.

"kopuk" – eş anlamlılar mesafeli, ilgisiz, kayıtsız, umursamaz, alakasız

"kopma" – "biri (gerçekten ya da mecazi) olarak bir bağlantıyı, bağı, bağlanmayı kırarak bir şeyden kopması ve bu yolla yalnız kalması ya da bağımsızlaşması"

"ayrık" – "mesafeli, ilgisiz vb. kıyasla (daha talihsizce) sıklıkla önyargılardan ve kişinin bireysel çıkarlarına yönelik bencil

kaygıdan arınmasının sonucu olan takdir edilesi bir mesafeliliği belirtir."

"geri çekmek" – eş anlamlılar çekmek veya çıkarmak.

"geri almak" – "başka bir yerde duran birini ya da bir şeyi oradan almak veya uzaklaştırmayı belirtir."

Bana açıkça Anna Freud ifade etmek istediği şey için doğru kelimeyi kullanıyor gibi geliyor ve siz de –davranışsal düzeyde– doğru kelimeyi kullanıyorsunuz çünkü çocuğun annesiyle olan bağının koptuğu davranışlarından kesinlikle anlaşılıyor.

Diğer genel yorumum ise kesinlikle tenkit edici değil. En azından makaledeki argümanın bir bütün olarak bana doğru geliyor.

Şimdiki durumun ne? Hepsi tek kitap ve neredeyse bitti mi? Diğerine göre Jimmy ile durumunuz ne?[15]

İkinci olarak, çılgın yazma yılımın yayınlanan sonuçlarından çok sevindirici geri bildirimler alıyorum. Burada nadiren yayınlanan WHO raporuyla ilgili olarak çok iyi tepkiler aldım. Fikirlerine en çok saygı duyduğum kişilerden ikisi, Herry Harlow ve Julius Richmond, çok hevesliler ve makaleyi eğitim için kullanıyorlar. Üstelik tüm konu (örneğin WHO Sağlık Raporu) Leon Yarrow tarafından *Contemporary Psychology* [Modern Psikoloji] için gözden geçirilecek böylece Amerikan Psikologları söz konusu olduğunda pek de "görmezden gelinmeyecek." Bu arada, Yarrow'un yeni Çocuk Gelişimi Araştırmaları İnceleme Yıllığı [Annual Review of Child Development Research] (sanırım başlığı böyledir)

15 [Editör Notu]: Ainsworth 1950'lerin ortalarından 1960'ın ortalarına kadar revizyonlara tabi tutulmuş yayınlanmamış bir kitap taslağından bahsediyor. Kitap hastaneye yatırılmış çocuklarla ilgili bir çalışmanın bulgularını içeriyordu. Bowlby,J., ve Robertson, J.Protesto, Umutsuzluk ve Kopma, PP/BOW/D.3/38

için yaptığı bir incelemeyi gözden geçirmem istendi, yani hiç değilse birbirimize kibar olabiliriz! Bu arada diğer sekeller de geliyor – sempozyum katılım davetleri falan.

Harvard'dan John Whiting'e Afrikalı bebekler üzerine henüz yayınlanmamış bir makale gönderdim, bunun sadece Baganda ile ilgili en iyi çalışma değil, okur yazar olmayan toplum üzerine de gördüğü en iyi makale olduğunu yazdı. (Neden hâlâ böyle bir onaya ihtiyacım olduğunu bilmiyorum ancak daha geniş bir yayıma ulaşmak için elimde bir fırsat.)[16]

Len'in ortak yazar olduğu dört Kültürel Etkileşim makalesi fazla ilgi görmedi, ama çok da umursamıyorum, beni ilgilendiren bilimsel olarak saygın bir şekilde görevi yerine getirmekti. Yine de değer verdiğim eski meslektaşlarımla sıcak profesyonel etkileşimi yeniden açmaya yaradılar.

Üçüncü olarak, Baganda bebekleri ve anneleri kitabında ilerlediğimi bildiririm. Umduğum kadar hızlı ilerleyemedim, ama sanırım bu kaçınılmazdı. Ama yaklaşık üçte ikisini yazdım – ve en kötüsü bitti. John Hopkins yayınlarının yeni editörü de buna önceki ile aynı ilgiyi gösteriyor. Şimdiye kadar yazdıklarımı daktilo edip daha fazla okuyucuya dağıtmak için düzenledik. (Yayınevi resmi okuyucu olarak kimi seçerse seçsin ben fikirlerine önem verdiğim insanlara dağıtabilmek için onu daktilo etmek yerine kopyalıyorum. Ve siz kesinlikle bunlardan birisiniz). Buradaki fikir gelişimin bu aşamasında dolaşıma sokarak bir tam revizyon ile belki kurtarılır.

Size daha önce de söylediğim gibi, çeşitli okuyuculara uygun olacak şekilde yazmak niyetindeydim – çocuk yetiştirme yön-

16 [Editör Notu]: "daha geniş çalışma" sonuçta şu olmalı:Ainsworth, M. (1967). Infancy in Uganda. Baltimore: John Hopkins Press.

temleri ile ilgilenen antropologlara ve kültürler arası psikologlara; birkaç formal disiplindeki çocuk gelişimcilere ve belki de Afrika ve bebeklerle ya da sadece yakını insanlarla ilgilenen akıllı meslek dışı kişilere. Bu çabamda hatalı olabilirim. Bir ihtimal bilim insanlarının zevkine göre fazla kişisel ve günlük dilde yapmışımdır ve buna rağmen akıllı meslek dışı dediğimiz kişinin ilgisini çekmekte başarısız olabilir. Bir ihtimal çok detaylıdır – ve ben sözü fazla uzatmaya meyilli olduğum için bunu değerlendirmede kötüyümdür ve ayrıca genel olarak Baganda yaşamının tüm detaylarını ve özellikle kendi örneklemimi öyle çok etkileyici buluyorumdur ki diğer insanların da bunları aynı derecede ilginç bulmadıklarını düşünmek benim için güçtür. Daha fazla ya da daha az mı vaka malzemesi olmalı? Böyle genel şeyler bu aşamada beni endişelendirenler. Fikrinizi alabilirsem çok memnun olurum –direkt ya da JHU yayını üzerinden ya da her ikisi birden– ve umuyorum ki ilk bölüm yılın ilk gününde postada olacak.

Yeni projem[17], bu arada, Afrika kitabının gelişmiş bir taslağını hazırlayıncaya kadar ertelendi. Yeni bir projeye başlanırken, toparlamayı ve gözden geçirmeyi hayal edebiliyorum ama asıl yazma işini edemiyorum. Söylemeye gerek yok, hibe 1 Ekim'de başladığı için kendimi suçlu hissediyorum. Ama böyle şeyler daha önce de oldu.

Dördüncüsü, bilmek isteyebilirsin Çocuk Gelişimi Araştırmaları Topluluğu'nun Nisan ayında Berkeley'deki toplantısı için bir sempozyum organize etmem istendi. Bettye Caldwell ve Herry Harlow "Anne-Bebek Etkileşiminde Boylamsal Araştırmalar" üzerine makalelerin düzenlenmesinde bana eşlik edecekler. Diğer

17 [Editör Notu]: Baltimore boylamsal araştırma ev gözlemleri olabilir.

şeylerin yanısıra böylece uzun vadeli boylamsal çalışmaların yönetilmezliği kanıtlandığı için bu ülkede kötü bir üne sahip olan kısa vadeli boylamsal çalışmaları duyurmayı umuyorum.

Son olarak, Tavistock Çalışma Grubu'nun bir üyesi olmadığım için aslında üstüme elzem olmayan bir noktaya geliyorum. Ama bir konuk olarak bile önerilerde bulunacak kadar benimsediğimi hissediyorum. Bir sonraki toplantıya katılmalarıyla ilgilenebileceğin iki kişi öneriyorum.

1. Bettye Caldwell. Kendisi New York Eyalet Üniversitesi'nin Upstate Medikal Merkezi'nde anne-bebek etkileşimi üzerine boylamsal araştırma yapıyor. Benim kendisiyle tanışıklığım randevu alacak kadar yakın değil, ama konuşmasını dinledim ve makalelerini okudum. Beni sıcak, Myriam David tarzı bir kişilik ile yöntem ve meseleleri bilen sofistike bir psikolog olmanın çok mutlu bir kombinasyonu olması yakaladı ve bunun üstüne, "yetkin" ve hayvan davranışları konusunda ilgisi ve bilgisi dengede olan bir psikolog.

Araştırmasının evleri yerine sağlıklı-bebek kliniğindeki etkileşim gözlemleri üzerine yapılandırılmış olmasından biraz hayal kırıklığına uğradım, ama ev ortamında olmaması herkese iyi geliyor. Oraya girebilen için ev en iyisidir.

2. Daniel Lehrman, adını pekala duymuşsunuzdur ama ben kendisinden yeni haberdar oldum. Bana göre üç disiplini –psikoloji, fizyoloji ve etiyoloji– ustaca birleştiren bir karşılaştırmalı fizyolojik psikolog. JHU Psikoloji Sempozyumu'nda konuşma yaptı ve kendi alanında duyduğum en iyi konuşmaydı, hassas bir gözlemci olarak etkileyici, müthiş bir deneyci ve en eğlen

celi konuşmacı. Halkalı güvercinlerin üreme döngüsü üzerine konuştu, hem heteroseksüel hem de ebeveyn çocuk ilişkilerinde, kişilerarası (kuşlar-arası) yakın etkileşimi, davranış ve fizyolojik (öncelikle hormonal) süreçleri, ortaya koymasını sağlayan en ustaca ve üretken bir dizi deneyi rapor etti. Yeni baskılarını istedim ve onunla ilgili görüşüm yazılmış kelimeler tarafından azalmaz – tümünü okumamış olsam da. Harlow'un Caldwell'e de Lehrman'a da değer verdiğini biliyorum. Lehrman söz konusu olduğunda, Robert Hinde'nin fikrini almak isteyebilirsiniz, ama ikisinin birbirine saygı duymayacağını düşünemiyorum. Lehrman ve Rosenblatt yakın görünüyorlar ve Lehrman'ın Rosenblatt'tan daha üstün kabul edildiğini anlıyorum. İşte, bu ikisi ile ilgili söyleyeceklerimi söyledim, sana ve duruma bağlı. Başka şey söylemeyeceğim.

Bu mektup yeterince uzadı. Anlayabileceğiniz gibi bende işler iyi gidiyor – ve iyi gitmelerine yardımcı olan cesaretlendirme için teşekkür ederim.

En içten saygılarımla,
Her zamanki gibi

Mary Ainsworth

3. BÖLÜM

DEPRESİF BOZUKLUKLARDA SAVUNMACI DIŞLAMANIN YERİ

[Editörler: c.1978-1979.
Bölüm Bowlby'nin Kaybetme kitabı için
yazılmış ancak, dahil edilmemiştir.
Wellcome Koleksiyon Arşivi PP/BOW/K.74]

Tepkinin Neden Olan Olaydan Bilişsel Olarak Ayrılması

Bu kitapta (*Kaybetme*, Bowlby, 1980), örneğin 13, 22 ve 23. bölümlerde yasları patolojik bir seyir izleyen yetişkin ve çocukların kendilerini depresyona sokan şeyin ne olduğu konusunda net olmadıklarını hatta tamamen bihaber olma eğiliminde oldukları referanslar halihazırda var. Bu nedenle beklentilere uygun olarak depresif bozukluğun psikolojisini inceleyen analistlerin tekrar tekrar belirttiği aynı eğilimdir.

Bu kavrama dair ilk referans Freud'un *Yas ve Melankoli*'de [Mourning and Melancholia] melankolik bir hasta ile ilgili şüphesini ifadesinde bulunur:

> Ne kaybettiğini bilinçli olarak algılayamıyor...Bu melankolinin kayıpla ilgili bilinçsiz hiçbir şeyin olmadığı yasın aksine bir şekilde bilinçten çekilmiş bir nesnenin kaybı ile ilgili olduğunu gösterir,
>
> (Freud, 1917e, s.245)

Tepkinin güncel olaylardan ayrılmasına dair diğer ve daha açık referanslar, örneğin Cohen ve arkadaşları (1954), Beck (1967), Sachar ve diğerleri (1967) ve Weissman ve Paykel'in (1974) depresif bozuklukluların çeşitli sistematik incelemelerinde bulunduğu gibi daha az sistematik olan pek çok incelemede de bulunur.

Manik depresif psikoz tanısı olan, Cohen ve arkadaşları tarafından incelenen (1954) 12 hasta arasından bir adamın psikoterapistinin yazdıkları:

> Olağanüstü terapötik problem... hastayı 'ruhsal nedensellik' kavramı dahilinde düşünmeye sevk etmek; yani, diğerleri ile deneyimlediği güçlükler ile nasıl hissettiği arasında bir bağlantı olduğunu farkettirmek. Örneğin, birinin ona saygısızca bir şey yapmasının onun duygularının incinmesine neden olacağını fark edemiyordu.
>
> (Cohen, 1954, s.129)

Bir örnekte terapist Noel'den kısa süre önce henüz yarı zamanlı öğretmenliğe yeni başlamış olan hastanın nasıl seans boyunca iyi hissetmediğinden şikâyetçi olduğunu anlatır. Daha sonra önceki birkaç günün olaylarını gözden geçirdiler ve kısaca duruma atfedilebilecek şeyler arasında, diğer fakülte üyeleri gibi öğrencilerden bir hediye aldığına değindi. Sadece terapistin şans eseri bir sorusu yine de bu deneyimin üzücü bir yanını ortaya çıkardı. Daha kıdemli öğretmenler oldukça etkileyici hediyeler alırken, o, yeni gelen, beş para etmeyecek bir hediye almıştı. Ancak o zaman, hikâyeyi anlattığında bunun onu ne kadar incittiğinin fakına varmıştı.

Benzer şekilde, Beck (1967) "depresyon ile bir dizi tekrarlayan travmatik durumların eşleşmesinin farkına varmaksızın pek çok depresif dönemden geçen" bir hastaya atıfta bulunur ve aynı zamanda bir örnek verir.

Sachar'ın Kısa Psikoterapi İncelemesi

Depresif bozukluklardan mustarip hastalarda benim tepkinin neden olan olaydan ayrılması olarak kavramsallaştırdığım şeyin rolü üzerine şimdiye kadar yapılmış incelemelerden en sistematik olanı o dönem Harvard'da çalışan bir psikiyatrist ve psikanalist olan Edward Sachar gerçekleştirmiştir, (Sachar ve arkadaşları., 1967, 1968). Bu sofistike çalışmada Sachar'ın amacı psikanalitik düşünceden türetilen, depresif bozukluklarda tipik semptomların birçoğunun "hastaya acı verici bir kayıp deneyiminden kaçınmasına yardım edecek" ve özellikle hastanın hem kaybın onun için anlamından hem de etkilerinden kaçınmasını sağlayacağı hipotezini test etmekti.

Projesini tasarlarken Sachar'ın mantığı şuydu: Psikoterapi sözü edilen hipoteze göre yönlendirildiğinde terapötik görevin başlıca kısmı hastanın kayıp ve onun etkileri ile yüzleşmesine yardım etmek ya da 4. Bölümde (Bowlby, 1980) ortaya konulan dile uygun hâle getirmek gerekirse; kendisi tarafından ön kayıt yoluyla kaydedilmesine rağmen sonradan savunma amaçlı olarak dışarıda bırakılmış olan bilginin işlemlenmesi için kabul etmesine yardımcı olmaktır. Buradan tahmin edilebilir ki, hasta bu görevle meşgul olduğu süre boyunca bunu yapmasından önce ve yaptıktan sonra olacağından çok daha büyük bir duygusal stres altında olacaktır. Sachar böyle olup olmadığını test etmenin bir yolu, Hamburg'un (1962) duygusal stres durumu süresince

adrenal kortikosteroid salgı miktarının arttığını göstermiş olan güvenilir endokrinolojik bulgularını kullanmak olabilir diye belirtmiştir.

Bunun ışığında, Sachar'ın beklentisi bu stereoidlerin psikoterapinin yüzleşme aşaması süresince artacağını ve görev sona erdiğinde yeniden düşeceğiydi.

Bu beklentileri test etmek için Sachar ve arkadaşları depresif semptomlar sergileyen altı kadını inceledi. Denekler, aşağıdaki altı kritere uygun olarak seçildi:

(a) Bozukluk yeni başlamış ve net olarak tanımlanan bir olaya tepki olarak ortaya çıkmış

(b) Hastanın durumu hastaneye yatış gerektirecek

(c) Hem semptomlarda hem de hastanın önceki kişiliğinde şizofrenik özellikler olmayacak

(d) Medikal bir hastalık işaretleri de olmayacak

(e) Hasta önceki yıl boyunca ET veya hormon terapisi almamış olacak

(f) Hasta temel kişilik ve zekâ açısından kısa süreli psikoterapiye uygun görülecek.

Tetikleyen olaylar ele alındığında tüm vakalarda Sachar tarafından kayıplar olarak sınıflandırılmasına rağmen sadece bir tanesinde ölüm gerçekleşmişti. Bir hasta kendisine karşı eleştirel annesi ile tartışmıştı. Diğeri bir kız arkadaşını kaybetmişti. Üçüncüsü öğretmendi, kendisini disiplini sağlamada yetersiz buluyordu. Dördüncüsünün eşi ölmüştü. Beşinci, kızı ile yaşayan bir duldu, kızının bir ilişkisi olduğunu öğrenmişti ve altıncının eşi on dört yıllık evliliğin ardından boşanma işlemlerine başlamıştı.

Hastanede kalışları boyunca iki grup veri toplandı ve tamamıyla bağımsız olarak saklandı. Bir grup her 24 saat boyunca

hastanın idrarındaki kortikosteroid salgısı miktarını ölçümünden oluşuyordu. Diğer grup hastanın psikolojik durumu ile ilgili aşağıdaki prosedüre uygun veriden oluşuyordu.

Hastaneye yatıştan sonra her hastanın detaylı bir öyküsü bir stajyer doktor ya da bir sosyal hizmet uzmanı tarafından alındı ve bir psikolog tarafından psikolojik testler uygulandı (Rorschach ve Minnesota Multiphasic Personality Inventory, MMPI). Hastaların kalışı boyunca hemşireler günlük notlar tuttular. Haftada iki kez her hasta Sachar'ın deyimiyle "ağırlık depresyonu tetikleyen konu yani kayıp ve bunun hasta için anlamı ile yüzleştirme ve çözümleme(yi)" konu alan analitik yönelimli psikoterapi aldı. Seanslar ses kaydı ile kaydedildi. Buna ek olarak her seanstan sonra çalışılan konuların bir özeti, terapistin herhangi bir önemli olayla ilgili izlenimi ve hastanın görünümü, duygusal durumu, konuşma şekli ve iletişim kurma şekli ile beraber el yazısı olarak kayıt tutuldu.

Hastanın taburcu edilmesinden sonra ve endokrin bulgularının bilgisi olmadan Sachar ve arkadaşları psikosoyal datayı gözden geçirmek ve fikir birliği ile psikoterapinin yüzleşme aşamasının ne zaman başladığı ve bittiğine inandıklarını belirlemek amacıyla bir toplantıda bir araya geldiler. Psikoterapinin bu aşamasını "kayıp ve ilgili düşlemlerin açıklıkla ve görsel detaylarla acı verici olaylar sanki yeniden yaşanıyormuş gibi açık ve net grafik detaylarla bilinçte belirdiği" ve bu sırada ifade edilen olaylara uygun duygulanımın ve davranışın ve depresif bozukluğun karakteristiklerinin şimdiye kadar bozduğu düşünce kalıplarının olduğu psikoterapi dönemi diye tanımladılar. Bu aşamanın bitişi, hastanın depresif semptomlarının hafiflediği ve geleceğine dair oldukça gerçekçi planlar yapabildiği zaman olarak belirlenmişti.

Her hasta için yüzleşme olarak belirlenmiş günlerdeki steroid salgı düzeyi önceki ve sonraki günlerdeki streoid salgı düzeyi ile karşılaştırıldığında yüzleşmenin olduğu günlerde ölçülen düzeyler altı hastadan beşi için anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulundu. Böylece bir istisna (yetkililerin tartıştığı) dışında, başlangıçtaki beklenti karşılanmıştır.

Bu sonuçları tartışırken Sachar bazen benim kullandığımdan daha geleneksel bir dil kullansa da düşüncesinin arkasındaki kuram benimkiyle neredeyse aynıdır. Bu klinik deneyden pek çok sonuç çıkarılabilir. Öngörülmüş paterni takip eden beş hastanın her birinde Sachar tarafından depresif dinginlik olarak kavramsallaştırılan başlangıç aşamasında, duygusal olarak böyle önemli bir olayla ilgi bilginin savunmacı olarak dışlandığına, bunun sonucunda bunun anlamının işlemlenmesine imkân vermediğine ya da çok az verdiğine, ve sonuç olarak dahası ilgili duygulanımın uyanmadığına inanmak için sebepler vardır. Bu tür daha ileri işlemleme ve bundan kaynaklanan duygulanım yerine, hastanın zihni, uygun olmayan doğasına rağmen, kışkırtan olayla çok az bağlantısı olan veya hiç bağlantısı olmayan çeşitli düşüncelerle meşguldü üstelik. Bu tekrarlayan depresif düşünceler, bunlara eşlik eden davranışları Sachar savunmacı işlemler olarak ele alıyordu, yani hastanın dikkatini olay ve etkilerinden uzaklaştırmaya yarayan işlemler.

Bu formülasyona destek hastanın depresyonunu tetikleyen olayın doğası ile ilgili dürüstçe ifade edilen detayları, buna neyin yol açtığını ve onun için etkilerinin ne olabileceğini görmesine yardımcı olan terapistin çabasının sonuçlarından gelir. Bu süreç başladığında sadece her hasta farklı düşünmüyordu aynı zamanda hepsi farklı hissediyordu. Sachar'ın sözleri ile:

> Deneyimlenen duygulanımın niteliği ve yoğunluğu da değişti, en iyi ıstırap, keder, ümitsizlik, çaresizlik olarak tanımlanabilecek üzüntü ve anksiyete karışımını içeren duygusal bir duruma dönüştü. Öfke dışavurumu da üç vakada karakterizeydi. Bu duygulanımlar bir şekilde depresif dinginlik döneminden daha insanı ve harekete geçirici olarak görüldü ve çalışanların empatik tepkilerine yol açtı.
>
> (Sachar ve arkadaşları, 1968)

Üstelik bu süreç boyunca hastalar kayıp kişiyi daha gerçekçi bir açıdan görmeye başladılar ve "aynı zamanda bu dönemde terapötik figürlerle daha fazla ilgilenmeye ve farkında olmaya başladılar."

Altı depresif hastayla sonuçlar birbiriyle tutarlı değildi. Üç hasta iyileşti, birisi kısmen iyileşti ama sorunuyla tamamen başa çıktığı düşünülmüyordu, beşinci kısmen iyileşti ama depresyonu tekrarladı, on yıl önce psikotik depresyonu olan altıncı, "deneyimle mahvoldu ve ihtiyaç duyulan EKT'nin ardından iyileşti." Burada iyi olan bir hastanın özeti aşağıdadır[1].

Bayan EE 34 yaşında, boşanmış ve iki çocukluydu. Başvuruda şikâyetleri yoğun baş ağrıları ve tükenmişlik, kendisini kötü bir anne olmakla eleştirmek, geçmişini değersiz geleceğini umutsuz görmekti. Koğuş görevlilerinden yoğun talepleri oldu ve kendini sevilmez çirkin ördek yavrusundan sevilen bir kuğuya dönüştürecekleri fikirleri ile teselli ederdi. Başvuru öncesinde sarhoş olma, rastgele ilişkiler kurma ve kendine ya da çocuklarına zarar verme dürtüleri deneyimledi.

---

1 [Bowlby Notu]: Bu açıklama, yeniden yazıldı, Sachar ve diğerlerinden (1968) alıntılanarak.

Durumunu tetikleyen olayların birkaç hafta önce annesinin onun evinde kaldığı dönemde yaşananlar olduğu tespit edildi. Anne (yetkililer tarafından narsisistik ve psikopatik olarak tanımlandı) Bayan EE'den yüklü miktarda borç para almıştı, arabasına aldığı bir adamı konuk etmişti ve kızını ona karşı nazik olmadığı için azarlamış ve onu kötü bir kız evlat olmakla suçlamıştı. Bu muameleye rağmen, Bayan EE, sorulduğunda annesinin aleyhine çok az şey söyledi. Hayal kırıklığına uğrayıp uğramadığı soruldu, "Aslında biraz daha fazlasını beklerdim" diye cevapladı; başka bir olayda "Sonuçta, sahip olduğum tek şey o" diye açıkladı.

Tetikleyici olayın Bayan EE.'yi nasıl etkilediği ile ilgili hipotezlerini kurarken klinisyenler, kayıp kavramının ortaya çıkışıyla ilgiliydiler: "Çalıştaya göre hasta kaybı öncelikli olarak temel sevilebilir olma hissinin incinmesi bağlantılı gizli terkedilme ve ihanete uğramışlık nedeniyle tahammül edilemez derecede öfke olarak deneyimlemişti."

Terapinin yüzleşme aşaması 27. günde, Bayan EE.'nin annesi tarafından terk edilme ve reddedilmenin dahil olduğu pek çok acı verici çocukluk deneyimlerini hatırlamasından hemen önce başladı.

O gün Bayan EE.'den hastaneden bir iş yapması istemişti. Bu çalışanlara karşı büyük bir patlamaya yol açtı, orijinal açıklamada şöyle anlatıldı:

> "Beni umursamıyorsunuz", diye ağladı. "Bana aynı annem gibi davranıyorsunuz." "Eğer size itaat etmezsem beni atacağınızı biliyorum", gözyaşlarına boğuldu, "ama içimde bir şey 'hayır' diyor." Çalışanlar kararlılığını sürdürdükçe, hastanın üzüntüsü derinleşti; bir gece sarhoş

> oldu, başka bir gece de intiharla tehdit etti. Aynı zamanda anne ve anneannesi tarafından reddedilmesi ile ilgili pek çok erken dönem anısı çağrıştı... Terapist ve yönetici sonunda (onun için) şimdi ve geçmiş arasındaki farkı ve erken dönemdeki deneyimlerin ışığında şimdiki durumdaki çarpıtmalarını açıklayabildiler.

On gün süren bu aşamanın ardından, Bayan EE. nihayet personelin ona saygı duyduğunu hissetti:

> Hayretle, "kızmaya hakkım var" dedi, personelle uygun şekilde alıştırmaya yapmaya başladığı bir hak. Morali yükseldi, depresif semptomlarının çoğu yok oldu, kendine güveni arttı, sınırları ve gerçekçi bir işi kabul edebildi.

Klinisyenlerin tahminlerine uygun olarak kortikosteroid seviyelerinin on yüzleşme gününden üçü boyunca öncesindeki yada sonraki günlerden daha yüksekti.

Yorum

Hastaların sorunlarını Sachar'ınkine çok yakın bir perspektiften görmeme rağmen, onlarla ilgili formülasyonum biraz farklıdır. Öncelikle, onun formülasyonunda kayıp terimi benim kafamı karıştıran ve belirsiz şekilde kullanılır. Alternatif bir fomülasyon şöyle olabilir, annesinin Bayan EE'nin misafirperverliğini suistimaline ve aynı zamanda onu kötü bir evlat olarak nitelendirmesine rağmen, Bayan EE annesinin ona karşı davranışını diğerlerinin yapabileceği gibi uygunsuz olarak adlandıramıyordu ve kendisine verilen zararlardan daha çok zarar verirdi. Bunun

yerine, annesinin kendisiyle ilgili perspektifini –yani kötü evlat kötü anne– kabul eder. Bu nedenle annesine öfke hissetmek yerine, kendine öfkelenir; ve ölümcül duygularını annesine yönlendirmek yerine bunları kendisine ve çocuklarına yönlendirir. Depresif durgunluk döneminde annesinin geçmişte ona nasıl zalimce davrandığı hatıraları savunmacı şekilde eleyerek (büyük olasılıkla kendi hataları üzerinde durarak da) ilişkilerini bu modda yorumlamayı sürdürdü.

Bayan EE'nin neden her zaman annesini daha hoş kendisini ise nahoş görmeye mecbur hissetmesinin nedeni, eğer hastane personeline itaat etmezse dışarı atılacağı varsayımından anlaşılabilir. Bu beni şu sonuca götürüyor, bir çocuk olarak Bayan EE ne zaman annesine itaatsizlik edecek ya da onu eleştirecek olsa, annesi onu terk etmekle tehdit etmiş ya da gerçekten, fiilen zaman zaman bunu yapmış olabilir.

Vaka raporunda Bayan EE'nin çöküşlerinin öncülleri yalnızca aşırı sade ana hatlar olarak verilmiştir ki bu annesiyle çeşitli anlaşmazlıklarının kaynağının ne olduğunu merak etmeme sebep olur. Verilenin biraz ötesinde bir varsayım, Bayan EE'nin annesini eleştirmeye yönelik her hareketi annesi tarafından sadece onu kötü ve sevilmeyecek bir kız olmakla suçlamakla kalmayıp bir kez daha onunla yapacak daha başka bir şeyi olmamakla tehdit ettiği yönündedir.

Bu nedenle, bu hastanın deneyimlediği durumu Sachar'ın sözleri ile "temel sevilebilir olma hissinin bir incinmesi" olarak görmek yerine ben Bayan EE'nin sadece sevilemeyecek biri olarak hissetmesi değil terk edilme tehlikesi olarak görüyorum.

Kaynakça:

Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, Experimental and Theoretical Aspects*. London: Staples Press.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss-III: Loss, Sadness and Depression*. London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kayıp - III*, Pinhan Yayıncılık, çev. Nur Nirven, 2021.]

Cohen, M. B., Baker, G., Cohen, R. A., Fromm-Reichmann, F., & Weigert, E. (1954). *An Intensive Study of Twelve Cases of Manicdepressive Psychosis. Psychiatry*, 17: 103–137.

Freud, S. (1917e). *Mourning and Melancholia*. S.E., 14: 239–258. London: Hogarth Press. [*Yas ve Melankoli*, Cem Yayınevi, çev. Leyla Uslu, 2019.]

Hamburg, D. A. (1962). Plasma and urinary corticosteroid levels in naturally occurring psychological stresses. In: S. R. Korey, A. Pope, & E. Robins (Eds.), *Ultrastructure and Metabolism of the Nervous System* (pp. 169–181). Baltimore: Williams and Wilkins.

Sachar, E. J., Mackenzie, J. M., Binstock, W. A., & Mack, J. E. (1967). Corticosteroid responses to the psychotherapy of reactive depressions. I. Elevations during confrontation of loss. *Archive of General Psychiatry*, 16: 461–470.

Sachar, E. J., Mackenzie, J. M., Binstock, W. A., & Mack, J. E. (1968). Corticosteroid responses to the psychotherapy of reactive depressions. II. Further clinical and physiological implications. *Psychosomatic Medicine*, 30: 23–44.

Weissman, M. M. & Paykel, E. S. (1974). *The Depressed Woman: A Study of Social Relationships*. Chicago: University of Chicago Press.

4.BÖLÜM

DARWIN

Psikiyatri ve gelişimsel psikoloji

Britanya Psikoloji Topluluğu tarafından
Aralık, 1983'te Londra'da düzenlenen
Darwin ve Psikoloji Sempozyumu'na katkı.
[Editörler: Wellcome Koleksiyon
Arşivi SS/BOW/F./132]

Darwin devriminin en temel etkisi, daha önce sadece ikilemlerin görüldüğü doğal olgularda sürekliliğin varlığını vurgulamış olmasıdır. Bazı alanlarda perspektifteki bu değişim uzun süre önce tamamlanmıştı ya da bu değişimler hiç olmadığı kadar tamamlanmıştı: İnsan bir hayvan türüdür ve sadece kendi âleminde değildir; insan ırkları farklı türler değildir, bir türün varyantlarıdır. Ancak diğer alanlarda değişim çok yavaştır ve Darwin'in ölümünden yüzyıl sonra bile hâlâ tartışmalıdır. Bu makaledeki amaçlarım iki yönlüdür. Bir tanesi bu değişimin Darwin'in ilgilendiği iki disiplini – gelişimsel psikoloji ve psikiyatriyi nasıl etkilediği ve halen etkilemeye devam ettiğini aktarmak. Diğeri Darwinci prensiplerin bu disiplinlerle geç tanıştırılmasının nasıl umut verici bir ilerleme kaydedilmesini sağladığını göstermektir. Psikiyatri alanında Janet Browne (1985) Darwin'in dönemindeki uygulayıcılarının, ayrı ruh hastalığı kategorileri üzerinden düşünerek, her bir kategoriyi teşhis eden yüz ifadelerini tanımlamaya nasıl eğildiklerini ve Darwin'in böyle bir şeyi nasıl göremediğini zaten anlatmıştı. Gönderilen fotoğraflar, tecrübesiz

ve eğitilmemiş gözüne öfke, korku ve keder gibi sıradan insani duyguları sıklıkla yoğun bir şekilde sergileyen sıkıntılı insanları resmediyordu. Günümüzde bakış açısıyla ilgili bu çatışma halen bizimledir.[1] Kategoriciler hâlâ mental olarak hasta olanla normal olanı ayırt eden tanı kriterlerini araştırıyorlar, bugün araştırmaları herhangi bir davranışsal kriterden ziyade daha çok genetik olarak belirlenmiş biyokimyasal anormallikler üzerine gibidir. Benim gibi sürekliliğin daha verimli bir bakış açısı olduğuna inanan diğerleri, bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemindeki belirli türdeki bozulmuş aile etkileşimlerine maruz kalmanın, duygusal rahatsızlığa ve zihinsel çöküşe farklı ölçülerde yatkınlığı da hesaba katarak oynadığı rolün giderek artan kanıtına işaret ediyor. Bu farklı bakış açılarının psikiyatrideki her birine ait olan avantajları henüz belirlenmemiştir.

Freud'un hem psikiyatri hem de psikolojide yarattığı muazzam etki esas olarak süreklilikleri vurgulamak olmuştur. Sağlıklı olduğu kadar patolojik ruhsal işleyişi de kapsayabilecek, patolojik olanın normalin sadece bozulmuş bir versiyonu olarak görüldüğü bir psikoloji [bilimi] geliştirme isteğini tekrar tekrar ifade etti ve aynı zamanda erken çocukluk dönemlerinden yetişkinliğe kadar sosyo-emosyonel gelişimdeki sürekliliği oluşturmak için durmadan çabaladı.

Bu tutkulu programda Freud gelişme sağladı; yine de onunki bir başlangıçtan ötesi değildi ve maalesef üzerine inşa edilmesinin zor olduğunu da kanıtladı. Psikanalitik düşüncedeki görece durağanlık Freud'un ölümünden beri çok aşikâr-

---

1 [Editör Notu]: Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Ruhsal Bozuklujkların Tanı ve İstatiksel El Kitabı'nın dönüm noktası 3.sü (DSMIII) !983 Şubat ayında basılmış, büyük ses getirmiştir. DSM-III tanıya dayalı psikolojik pratiğin hakimiyetinin yükselmesinde önemli bir anahtar rolü olduğu kabul edilir.

dı, adaptasyon ve evrim problemleri için Darwin'in yaklaşımının gücünü yakalayamamış olması ve onun yerine uzun süredir gözden düşmüş olan biyolojik esaslar kuramına dayanması inanıyorum ki yarım yüzyıl önceden gözlemlenebilir. Böylelikle Frank Sulloway'in (1979) ortaya koyduğu gibi, kendi çocuk gelişimi resminin taslağını çizmek için, ki hiçbir ampirik temelinin olmadığı hatırlanmalıdır, Haeckel'in (Law of Recapitulation) Biyogenetik Yasası'ndan ve Lamarck'ın adaptasyon ve motivasyon problemlerine dair hiç değilse faydalı bazı fikirlerinden yararlanmıştır. Gelişiminin hassas bir dönemindeki bu yanlış hamlelerin sonucu olarak, psikanaliz şu anda sadece Freud'un libidinal aşamalar kuramını ampirik temelli sosyo-emosyonel gelişim kuramı ile değiştirmeye başlıyor ve hâlâ üzerinde fikir birliğine varılmış herhangi bir motivasyon kuramının yokluğunda mahsur kalmış hâlde: Freud'un ruhsal enerji kuramının az sayıda destekçisi olmasına rağmen, onun yerini neyin alacağına dair halen bir fikir birliği işareti yoktur.

Darwin'in Duyguları İncelemesi

Darwin'in insan ve hayvan duyguları ile ilgili araştırmasının amacı kendine ait olan, insan hayvanlar âlemi içinden bir tür olarak evrimleşmiştir tezini test etmektir. Memelilerin farklı türlerinde sergilenen çeşitli duyguların biçimlerinin özellikle insanı da içeren primatlarda bir ölçüde biyolojik yakınlığı göstermeye yetecek kadar benzer olduğundan şüpheleniyordu. Bu, diğer pek çok şeyin yanı sıra, insandaki duyguların ve ifadelerinin bir dereceye kadar genetik olarak önceden programlanmış (modern terminolojiyi kullanırsak) olduğunu ima eder.

Bu hipotezi test etmek amacıyla Darwin pek çok alandan veri topladı. Bir alan farklı ülke ve kültürlerdi. Diğer kültürlerin üyeleri de Batı Avrupalılarınki ile aynı yüz ifadesi ve jestleri mi sergiler?

Örneğin biri şaşırdığında ülkesi, ırkı ya da kültürünün ne olduğundan bağımsız aynı yüz ifadesi ve jesti mi sergiler?

Diğer alan zaten duymuş olduğumuz gibi akıl hastaneleri idi. Üçüncü alan ifadelerimizin doğduğu "basit ve saf kaynağı" gözlemlemenin mümkün olabileceğine inandığı bebeklerdi. Birkaç alan için esasen ya da tamamen dış kaynakların gözlemlerine dayanmak zorunda olsa da bebeklerin gözlemleri kendine ait olabilirdi.

1840 kadar erken bir tarihte ilk çocuğu William'ın doğumundan sonra Darwin insan yavrularındaki duygu ifadelerini gözlemlemeye başladı. Bu gözlemlerinin çoğu *İnsan ve Hayvanlarda Duygu İfadeleri (1872)* [Expression of the Emotions in Man and Animals] kitabında kayıt altına alınmış ve tartışılmıştır. William'a dair gözlemlerinin kaydı beş yıl sonra *Zihin (1877)* [Mind] bülteninde *Bir Bebeğin Biyografik Taslağı* [A Biographical Sketch of an Infant] başlığıyla ortaya çıktı.

Veri toplarken Darwin, sistemik gözleme ve doğal ortamda gerçekleştiği hâliyle davranışı kaydetmeye inanıyordu. William'ın taslağı süresince belirli bir yüz ifadesinin eşlik ettiği yaygın en az yedi duygu durumu tanımlar. Bu durumların çoğunu büyük ölçüde detaylı şekilde, belirli yüz kaslarının kasılmasına düzenli referans vererek tanımlar. Oğlu 15.5 aylık olduğunda şunların tamamını gözlemlemiş ve tanımlamıştı: öfke, korku, ilgi, korku, haz, eğlence, rahatsızlık, ve kıskançlık; ve takip eden aylarda mahcup olma, utanma, keder ve boyun eğmeyi kaydetti.

Darwin böyle bir çalışmada ortaya çıkan metodolojik problemlerin çoğunu tartışır. Örneğin, bazı ifade edici davranışlar belirsizdir ve bebeğin zihinsel durumunu anlamayı güçleştirir. Uyarıcı durum bilgisi gözlemi önyargılı hâle getirebilir. Darwin olması gerektiği şekilde dikkatliydi. Çıkarımlarını yaparken tüm etkilenmeyi hesaba kattı. Kızarmış bir yüz birçok duyguyu işaret edebilir; ama parlak gözler, sıkılmış bir ağız ve sıkılmış yumruklar eşlik ettiğinde çıkarım kısıtlanır.

Bebeğin hayatının ilk ayları boyunca farklı duyguların ifade edilme karakteristiklerinin yetişkinlerde görülen biçimlere benzer olduğunu gözlemlemekle kalmadı, gözlemleri onu aynı zamanda "Bir bebek sanırım çok erken bir dönemde belli bir dereceye kadar, ona yönelen kişinin niyet ve duygularını yüz ifadeleri yoluyla anlayabilir" (Darwin, 1877, s.294) sonucuna varmasına neden oldu.

Bu gözlemlerden olduğu kadar araştırdığı diğer alanlardan toparlananlardan vardığı sonuç insanda hem duygusal ifade hem de anlamanın tüm yaş ve kültürler boyunca sürekliliği olduğu ve bir ölçüde türler boyunca da süreklilik olduğudur. İfade edici insan davranışları insanın evriminin ürünleridir ve bu nedenle biyolojik olarak belirlenmiş niteliklerdir.

Darwin'in bu sonuca ulaşmasından beri psikolojik köprülerin altından çok sular aktı. Bir süre için radikal davranışçılık, Darwin'in görüşlerini önyargılı bir geçmişe sürgüne göndermiş gibi görünüyordu. Bir bebeğin zihni öğrenme yoluyla üzerine yazılan ve sönme yoluyla üzerinden silinen tabula rasadan biraz fazlası olarak kabul edildi. Herkes bu görüşte değildi; ama üç çeyrek yüzyıl boyunca duygusal ifade ile ilgili ampirik araştırmanın olmaması dikkat çekiciydi.

Alanın şimdiki durumu ne?

Duygular Üzerine Güncel Araştırma

Kısa cevap basit. Bebeklik ile çocukluk dönemi süresince ve pek çok farklı ırk ve kültürden insanların duygusal ifadeleri üzerine çoğu Silvan Tomkins (1962,1963) tarafından teşvik edilen son yirmi yıldaki araştırmalar daimi olarak Darwin'in sonuçlarını destekledi. On yıl önce Paul Eckman'ın (1973) baskıya soktuğu Darwin'in kitabının yüzüncü yılını kutlamak için derlenen kıymetli bir ciltte Charlesworth ve Kreutzer (1973), Darwin'in bebeklerle ilgili gözlemlerini, o zamanlar yakın zamanda yürütülen ve çok daha titiz metodoloji kullanan çalışmaların ışığında gözden geçirir. Vardıkları sonuç o zamana kadar Darwin'in gözlemleri fazlasıyla doğrulanmışken, "şaşırtıcı derecede az" ekleme yapılmış olduğuydu. Bu sözler yazıldığından beri, yine de, modern video teknolojisini kullanarak çok daha detaylı gözlemler yapıldı ve pek çok yenilik keşfedildi. Farklı duygusal ifadelerin öncülerinin yanı sıra diğerlerinin duygusal ifadelerinin kökensel olarak tanınmasının, bildirilenden çok daha önce güvenilir şekilde gözlemlenebildiği tespit edilmiştir. Duygulanımlar hayatın ilk gün ve haftalarında ancak kısa süreli sergilendiğinden, geçerli sonuçlar elde edebilmek için uzun süreli gözlem nöbetleriyle uğraşmak şarttır.

Birkaç örnek vereyim.

Edinburgh'daki Colwyn Trevarthen araştırmaların yeniden canlanmasının öncülerinden biridir. İki aylık bir bebeğin kişilere ve cansız nesnelere verdiği tepkilerde belirgin fark olduğunu fark ettikten sonra, annenin bebeği ile yüz yüze sosyal etkileşimde bulunabileceği sırada, bir ayna yardımıyla bir sinema kamerası ile hem anne hem de bebeğin yüz ifadelerini aynı karede olacak şekilde fotoğraflarının çekileceği bir düzen dizayn etti. Bu tek-

nikleri kullanarak hayatın ikinci ayı boyunca "geniş kapsamlı duygu durumlarını ve duyguları, konuşma öncesi ve jestleri, açıkça konuşma iletişimi ve hareketli işaretleşme için sergilediğini gösterebilmiştir. İki üç aylık bebeklerin ifadelerinin "cümlelere benzeyen birkaç saniye uzunluğunda bölümler hâlinde düzenlendiğini bildirmiştir. Bunlar anneleri tarafından 'konuşma' olarak yorumlanır" ve iki ortağın tepkileri arasında etkileyici yakın bir eşgüdümün olduğu canlı bir alışverişe yol açar. Bu çalışmaların sonucu olarak Trevarthen "duygusal durumlar tek başına bireyin varsayılan duygu durumları olarak değil bireysel etkileşim içinde tanımlanmalıdır" (Trevarthen, 1979) hükmüne varır.

Birleşik Devletler'deki karşılaştırılabilir çalışmalar benzer sonuçlara yol açmıştır. Örneğin henüz dört aylıktan küçük, istismar ve ihmal edilmiş Jenny üzerine yaptığı çalışmada, Thomas Gaensbauer (1982) duygusal ifadelerin erken yaşam süresince nasıl geçici olduğunu ama aynı zamanda nasıl esnek, anlık ve duruma ve özellikle de farklı insanlara özel olduğunu vurgular. Duygunun ifadesi genellikle aşırı derecede kısa süreli olmasına rağmen, bunun gibi ifade edici epizotlar tekrarlanma eğilimindedir. Bu, yüz ifadesindeki değişikliklerin ancak aralıklı göstergeler olduğu, altta yatan bir duygusal durumu işaret eder.

Gaensbauer (1982), yaygın yüz ifadelerinin her birini betimlemek için kullanılan Caroll Izard'ın (1982)[2] tanımladığı detaylı kriterden faydalanarak dört aylık Jenny'nin üzüntü, korku, öfke, ilgi ve mutluluk duygularını nasıl gösterdiğini belirtir. Her biri başka tipik davranışla bağlantılıydı ve belirli durumlar tarafından ortaya çıkarıldı. Örneğin, yüzü korku ifade ettiğinde Jenny bedensel olarak geri çekildi, gözlerini kaçırdı ve annesine doğru

2 [Bowlby Notu]: Daha önceki baskılarının referansı için bakınız Izard (1982).

döndü. Bu kadının değil erkeğin yaklaştığında yaptığıydı: uğradığı fiziki istismar babası tarafından gerçekleştirilmişti, annesi tarafından değil. Benzer olarak, ilgi-merak ifadesine artmış hareketlilik ve çevreye dikkat etme eşlik ederdi, aynı zamanda öne doğru eğilirdi. Bu döngüler ancak bir erkeğin olmadığı durumda yabancı bir kadınla etkileşim hâlinde gerçekleşirdi.

Tüm bu çalışmaların önerdiği gibi yüz ifade kalıplarının önceden programlanmış olduğu hipotezi, kahkaha attıkları, gülümsedikleri, somurttukları, ağladıkları ve şaşkınlık, öfke gösterdikleri gözlenen doğuştan görme engelli bebeklerde gerçekleştiği bulgusuyla daha da desteklendi. Dahası, aynı motor kalıplar şimdiye kadar araştırılmış tüm kültürlerin üyelerinde görüldü (örn. Eibl-Eibesfeldt, 1972).

Öğrenmenin hiç rol oynamadığı anlamına gelmez bu. Örneğin görme engelli bebekler gören bebeklerden daha az sıklıkla ve daha az yoğunlukta duygu ifadesi sergilerler. Bir kültürde bir duygunun ifadesi belirli dar şekilde tanımlanmış durumlarla sınırlı olabilirken diğer kültürde görece olarak daha geniş bir yelpazedeki durumlara tepki olarak görülebilir.

Dahası herhangi bir kültürde farklı bireylerin temel duyguların her birini gösterme sıklık ve yoğunluğu büyük ölçüde farklılık gösterir ve elbette çocuklarda bu ebeveynlerinin onlara davranış şekliyle ilişkilidir. Yani, Jenny'nin deneyimlerinden daha mutlu deneyimleri olan bebeklerin Jenny'den daha sık neşe, ilgi ve şaşkınlık gibi olumlu duygular sergilemesi şaşırtıcı değildir. Artık, araştırmacılar farklı duyguları tanımlayabilecek metotlara sahipler, boylamsal araştırmalar gösteriyor ki, en azından yaşamın ilk dört veya beş yılında çocukların en istikrarlı özelliklerinden biri, farklı günlük durumlara maruz kaldıklarında sergiledikleri duygu dengesi olduğudur (Sroufe, 1983).

Yalnızca anneler bebeklerinin ifade ettiği farklı duyguları gayet iyi tanımaz ve her birine uygun yanıtı vermez, Darwin'in şüphelendiği gibi, birkaç aylık bebeklerin de bir yetişkinin yüz ifadesini ayrıştırma becerisine sahip oldukları kanıtlanmıştır. Aslında, deney yeni doğanların bile üç duygusal yüz ifadesini –gülümseyen, şaşırmış ve üzgün– her birine verdikleri belirgin tepkiler yoluyla ayırt edebildiklerini gösterir (Field & Walden, 1982; Demos,1982 içinde).

Böylece, uzun bir karanlık dönemin ardından gelişim psikolojisi şimdi sadece Darwin'in bir asır önce bıraktığı konumu geri kazanmakla kalmadı, hiç değilse onun ötesine geçiyor. İnsan yavrusunun sosyal etkileşimlerin duygusal iletişim yoluyla parçası olmaya önceden uyumlandırılmış ve genetik olarak anne partnerinin makul derecede yardımcı bir rol oynaması koşuluyla işbirlikçi sosyal ilişkiler geliştirmeye eğilimli şekilde doğduğu kabul edilir. Bebekliğin bu görüntüsü öğrencilere akademisyenler ve klinisyenler tarafından uzun süredir sunulan görüntülerden bambaşkadır.

Psikiyatri ve Psikanalize Yansımaları

Perspektifte tanımladığım bu değişim şüphesiz ki büyük ölçüde Darwin'in davranış araştırmalarının doğrudan soyundan gelen ve Darwin'in ilkelerine sıkı sıkıya dayanan bu kuram, davranış bilimlerine ilk kez sağlam bir biyolojik temel sağlayan etolojinin etkisinden bağlıdır. Etolojinin getirdiği pek çok avantajın arasında, kendi özel dünyasında var olmasının yerine psikanalizi şimdi psikoloji ve psikiyatrinin ve diğer biyolojik bilimlerin ana gövdesine entegre olabilecek şekilde yeniden formüle etmeyi mümkün kılmasıdır.

Psikanalizin büyük bir kısmı kendilerini kronik anksiyöz ya da depresif bulan veya sevmekten aciz, belki de öfke ile dolu insanları anlamak ve yardım etmekle ilgilidir. Freud'un zihin ile ilgili orijinal kuramı uyaranı azaltmak için dizayn edilmiş izole bir sistem modeli olsa da klinik deneyim sağlandıkça, hastaların şikâyetçi olduğu duygusal yaşamın rahatsızlıklarının en iyi, bozulmuş kişiler arası ilişkiler açısından anlaşılabileceği kanıtlanmıştır. Bu kabul, Britanya'da Melanie Klein, Ronald Fairbairn ve Donald Winnicott isimleriyle özdeşlemiş olan psikanalizin nesne ilişkileri okulunun ve Amerika'da Erich Fromm, Karen Horney ve Harry Stuck Sullivan isimleri ile bağlantılı Neo-Freudyen okulunun gelişmesine yol açtı. Bunların ileriye yönelik büyük adımlar olduğuna inansam da yine de, bazıları çok karmaşık ve spekülatif olan ve aralarında seçim yapmak için üzerinde anlaşmaya varılmış hiçbir yolu olmayan, birbiriyle örtüşen ve rekabet eden, şaşırtıcı bir dizi kuramla sonuçlandılar. Nesne ilişkilerindeki "nesne" terimi hatta, kendi başına, Freud'un kuramlaştırmasının başlarından arta kalan, bireyin uzun süredir etkileşimde bulunduğu canlı bir insanın imajına değinmek için uygun değildir.

Çelişkilerin olduğu birçok kilit konu arasında, geleneksel olarak bağımlılık olarak adlandırılan davranışın nasıl anlaşılacağı, ayrılıkla ilgili anksiyete ve depresyon ile kayıp arasındaki ilişki yer almaktadır. Bütün bunlar birkaç yıl önce kendisini yabancı bir yerde yabancı insanlarla bulan ve bu deneyimin tekrarlayacağına işaret eden herhangi bir şeye akut anksiyete tepkisi vermeye eğilimli küçük bir çocuğun sergilediği yoğun stresi açıklamaya çalıştığım sırada ilgilendiğim konulardır. Yapılacak ilk işin çocuğun annesi ile olan bağının doğasını anlamak olduğu sonucuna vardım.

O zamanlar, ellilerin başında bunun nasıl açıklanacağıyla ilgili bir görüş birliği yoktu. Freud'un geliştirdiği ve yaygın olarak kabul gören baskın kuram, annesi onu beslediği için çocuğun annesiyle ilgili olduğuydu. İki tür güdü varsayılır, birincil ve ikincil. Besin birincil olarak kabul edilir; bağımlılık olarak ele alınan kişisel ilişki ise ikincil. Bu kuram bana göre gerçeklere uymaz. Örneğin doğru olsa, bir ya da iki yaşındaki bir bebeği kim beslerse kolayca onu götürürdü ve durum açıkça böyle değildir. Melanie Klein'ın (1948) geliştirdiği alternatif kuram da besinle yakından ilişiklidir ve kişisel ilişkilerin ikincil güdü olarak ele alındığı bir kuramdır. Gelişimdeki farklılıklar daha erken aylarda meydana gelen olaylara ve memelere ve oraliteye daha fazla vurgu yapılarak besleme ilişkisinin sınırlılığına atfedilmiştir. Yine bu kuramın de gerçeklere uyuşma sorunu olduğunu düşünüyorum: gelişimdeki farklılıklar annenin çocuğuna yönelik genel tavrından ve ona nasıl davrandığından basitçe besleme sırasından ne olduğundan çok daha fazla etkileniyor gibi görünür.

Eğer hâkim kuramlar yetersizse, alternatifleri neydi?

Etolojiyi ve Lorenz'in anneleri ile besin aracılığı olmaksızın bağ kuran kaz yavrularının takip etme tepkileri üzerine deneylerini ilk o zaman duydum. Bu, insana uygun görünen bir dizi özelliğe sahip alternatif model sağladı. Verilerimiz üzerinde iyice düşündükten sonra, insan yavruları genetik olarak uygun ortam sağlandığında onunla kim ilgileniyorsa ona karşı az ya da çok yakınlığını korumasıyla sonuçlanacak davranış paternleri seti geliştirmeye eğilimli olarak dünyaya gelir; ve dahası yakınlığı korumaya yönelik bu eğilim, hareket hâlindeki bebeği ve büyümekte olan çocuğu aralarında yırtıcıların başlıca tehlike olduğu insanın evrimsel adaptasyon ortamında çeşitli tehlikelerden korumaya hizmet eder hipotezini geliştirmek mantıklı göründü.

Bir çocuğun annesiyle yakınlığını korumasına hizmet eden çeşitli davranış şekilleri o hâlde rahatlıkla bağlanma davranışı kavramı altında gruplandırılabilir (Bowlby, 1958, 1969).

Bu görüş açısından ayrılık anksiyetesini yeni bir gözle görebilmek mümkün hâle gelir. Ayrılığın kendi başına neden anksiyeteye sebep olduğu uzun zamandır muamma idi. Freud problemle uğraştı ve birçok hipotez geliştirdi (Freud, 1926d). Diğer öncü analistlerin hepsi de aynısını yaptı. Bunlar değerlendirilmeksizin pek çok farklı düşünce ekolleri çoğaldı ve birçok tatsız tartışmaya yol açtı.

Problem bence, sadece psikanalistler tarafından değil daha çok geleneksel psikiyatristlerin de oluşturduğu test edilmemiş bir varsayımda yatar; korku zihnen sağlıklı insanda ancak herkes tarafından gerçekten acı verici ya da tehlikeli olarak algılayacağı durumlarda ortaya çıkar ya da onlara karşı bu şekilde şartlandırılmış olan birey tarafından böyle algılanır. Ayrılık ve kaybetme korkusu bu formüle uymadığından analistler korkulan şeyin gerçekten başka bir durum olduğu sonucuna varmışlardır; buna rağmen geleneksel düşüncedeki psikiyatristler hastanın anksiyetesinin bazı biyokimyasal ve hormonal dengesizlikten kaynaklandığını öne sürmüşlerdir.

Ancak etolojik yaklaşım benimsendiğinde güçlükler ortadan kalkar. Çünkü o zaman, insanın diğer hayvanlar gibi yüksek derecede acı ve tehlike riski taşıdığı için değil, riskin yükseleceğine dair bir işaret oldukları için belirli koşullara korku ile yanıt verdiği açıklığa kavuşur. Yani, tıpkı birçok türden hayvanlar gibi insan da ani bir harekete ya da ses ve ışık düzeyindeki fark edilir değişikliğe yaşamsal değeri olduğu için korku ile tepki vermeye eğilimlidir, insanın da dahil olduğu birçok türün potansiyel olarak bakım verici figürden ayrılmaya aynı sebeplerden korku ile yanıt vermeye eğilimli olduğu gibi. Bu perspektiften görüldüğünde sorun çözülür (Bowlby, 1973).

Kayıp keder ve yasa yol açar, psikanalistlerin uzun süredir ilgilerinin merkezindeki ama yine üzerinde fikir birliği olmayan bir alan. Bununla birlikte, Darwin'in kendisinin önemli katkılarda bulunduğu, yeniden keşfedilip uygulandığında en büyük klinik değeri kanıtlanan, sorunlardır.

Darwin, yetişkin yasının yüz ifadelerinin, bir yandan terkedildiğinde bir çocuğun çığlık atma eğilimi ve diğer yandan bu çığlığın bastırılmasının bileşkesi olduğu sonucuna varmıştır (1872). Ağlama ve çığlık atmanın ikisi de şüphesiz çocuğun kayıp annesini çağırma ve geri dönmesi anlamına gelir. Yetişkin yasında bunların gerçekleşmesinin aynı motivasyona bağlı olduğu bulunmuştur, yani kaybolan kişiyi geri döndürmek için şiddetli bir arzu. Bilinçli ya da bilinçdışı olabilen bu şiddetli arzu şimdi daha iyi tanınıyor ve varlığını bilgisi hem sağlıklı hem de hastalıklı yasın birçok kafa karıştırıcı özelliğinin açıklanmasına yardımcı olmaktadır (Bowlby, 1961; Parkes, 1969). Aynı zamanda hakkında uzun süredir anlaşmazlığın sürdüğü başka bir konu olan çocuk ve yetişkinlerin keder tepkilerinin bir süreklilik gösterdiğinin belirlenmesine de yardımcı olur (Bowlby, 1980).

Bu fikirleri daha fazla sürdürmenin zamanı değil. Etolojik bir yaklaşımı benimsemenin psikanalizin klinik verileri dahilinde –disiplinin gerçek çekirdeği– yeniden anlaşılabileceği ve yeniden incelenebileceği yeni bir kavramsal çerçeve kurmayı mümkün kıldığının kanıtlandığını söylemek yeterlidir. Bu yeni çerçeveden nedensellik ve işlev arasındaki ayrımlar ve içgüdüsel davranışla ilgili güncel fikirler, uyum ve çevrenin etkisi hepsi merkezi rol oynar. Hem gelişimsel hem de klinik ampirik araştırmaya ivme kazandırması meziyetleri arasındadır.

Kaynakça:

American Psychiatric Association. (1983). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-III). Washington, DC: American Psychiatric Association.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 39: 1–23.

Bowlby, J. (1961). Processes of mourning. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 42: 317–340.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss-I: Attachment*. London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme* - I, Pinhan Yayıncılık, çev. Tuğrul Veli Soylu, 2013.]

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss-II: Separation*, Anxiety and Anger. London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme-II*, Pinhan Yayıncılık, çev. Müge Günay, 2021.]

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss-III: Loss, Sadness and Depression*. London: Hogarth Press. [*Bağlanma ve Kaybetme-III*, Pinhan Yayıncılık, çev. Nur Nirven, 2021.]

Browne, J. (1985). Darwin and the face of madness. In: W. F. Bynum, R. Porter, & M. Shepherd (Eds.), *The Anatomy of Madness: Essays in the History of Psychiatry, (Vol. 1)*, People and Ideas (s. 151–165). London: Tavistock Publications.

Charlesworth, W. R. & Kreutzer, M. A. (1973). Facial expressions in infants and children. In: P. Ekman (Ed.), *Darwin and Facial Expressions: A Century of Research in Review* (s. 91–168). New York, NY: Academic Press.

Darwin, C. R. (1872). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. London: John Murray.

Darwin, C. R. (1877). A biographical sketch of an infant. *Mind: A Quarterly Review of Psychology and Philosophy*, 2: 285–294.

Demos, V. (1982). Affect in early infancy: Physiology or psychology. *Psychoanalytic Inquiry*, 1: 533–574.

Eckman, P. (1973). *Darwin and Facial Expression: A Century of Research in Review*. Cambridge, MA: Malor Books.

Eibl-Eibesfeldt, E. (1972). *Love and Hate: The Natural History of Behavior Patterns.* New York: Holt, Rinehart, & Winston.

Field, T. & Walden, T. (1982). Production and perception of facial expressions in infancy and early childhood. In: H. Reese, & L. Lipsitt (Eds.), *Advances in Child Development and Behavior* (*Vol. 16*, s. 169–211). New York: Academic Press.

Freud, S. (1926d). *Inhibitions. Symptoms and Anxiety.* S.E., 20: 77–174. London: Hogarth Press. [*Tutukluk, Semptom ve Kaygı,* Oda Yayınları, 2022.]

Gaensbauer, T. J. (1982). The differentiation of discrete affects: A case report. *Psychoanalytic Study of the Child*, 37: 29–66.

Izard, C. (Ed.) (1982). *Measuring Emotions in Infants and Children.* Cambridge: Cambridge University Press.

Klein, M. (1948). *Contributions to Psycho-Analysis*, 1921–1945. London: Hogarth Press.

Parkes, C. M. (1969). Separation anxiety: An aspect of the search for a lost object. In: M. H. Lader (Ed.), *Studies of Anxiety* (s. 87–92). (British Journal of 112 Darwin Psychiatry Special Publication No. 3.). London: World Psychiatric Association and the Royal Medico-Psychological Association.

Sroufe, L. A. (1983). Infant-caregiver attachment and patterns of adaptation in preschool: The roots of maladaptation and competence. In: M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota Symposium in Child Psychology* (*Vol. 16*, s. 41–83). Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.

Sulloway, F. (1979). *Freud, Biologist of the Mind: Beyond the Psychoanalytic Legend.* New York: Basic Books.

Tomkins, S. S. (1962). *Affect Imagery Consciousness: (Cilt I), The Positive Affects.* London: Tavistock.

Tomkins, S. S. (1963). *Affect Imagery Consciousness: (Cilt II), The Negative Affects.* London: Tavistock.

Trevarthen, C. B. (1979). Communication and cooperation in early infancy: A description of primary intersubjectivity. In: M. Bullowa (Ed.), *Before Speech: The Beginning of Interpersonal Communication* (s. 321–348). Cambridge: Cambridge University Press.

KISIM 2

SUÇLULUK, ANKSİYETE VE ÖZDEŞİM ÜZERİNE İLK YAZILAR

5. BÖLÜM

TAHLİYE EDİLMENİN PSİKOLOJİK PROBLEMLERİ

[Editörler: c. 1939-1942.
Wellcome Koleksiyon Arşivi
PP/BOW/C.5/4/1]

Normal günlük rutin işleri nedeniyle aile hayatının psikolojik sorunları, zor çocuklar ve koruyucu evlerle günlük olarak temas edenler için tahliye edilmenin yıkıcılığı şaşırtıcı değildir ama kısmi başarısı şaşırtıcıdır. Çünkü tıbbi psikoloji ve çocuk danışmanlığı çalışması deneyiminin kişiyi etkilediği bir şey varsa o da ev ve aile hayatının muazzam duygusal önemidir. Maalesef kötü evlerin olumsuz etkileri normal evlerin olumlu etkilerinden çok daha fazla dikkat çekmektedir. Gerçekten de bazı coşkulu amatörler, modern psikolojinin çocukları evlerinden uzakta yetiştirmenin daha iyi olduğu sonucuna varmıştır. Bu, kötü gıdalar hazımsızlık yaptığı için hiçbir şey yemememizin daha iyi olduğunu söylemekle aynı şeydir.

Gerçek şudur ki yeni doğmuştan yaşlısına her insan onun evini teşkil eden az sayıda insandan duygusal olarak beslenir ve güç alır. Sevgi ve arkadaşlık insan için hayatidir, özellikle çocuk için ekmek ve su gibidir.

Bu basit insani ihtiyaçların ekonomik stres ve politik çekişmelerle meşgul dünyada yeniden ifade edilmesi gerek. Yeniden ifade edilmesi aynı zamanda tahliyenin duygusal sorunları için

temel arka plan olduklarının görülmesi için de gereklidir. Çünkü tahliye ülkenin her yerinde aile hayatını alt üst etti.

11-16 Yaş Adölesanlar

Normal adölesanlar yabancı oldukları bir yatıda çoğunlukla çok ev özlemi çekerler ama daha derin duygusal bozukluklara dair çok az kanıt var. Bu ev özleminin çoğu, çocuğun ebeveyni ya da ebeveynin çocuğu ziyareti ile ortadan kalkar. Ziyaretlerin kötü sonuçlandığı az sayıda olay ziyaretlerin genel olarak yararlı etkilerini gizlemiş gibidir. Çocuklarla temas içinde çalışanların hepsi buna tanıklık eder.

Açıklama, çocukların evlerine kavuşma, ebeveynlerinin güvende ve iyi oldukları ve de kendilerinin hoş karşılandıklarının ve sevildiklerinin güvencesinin verilmesinde yatar. Böyle kaygılar aşırı derecede yaygındır ve genellikle dile getirilmezler. Londra'nın bombalanıp evlerinin zarar görmesi korkusu, sonuç olarak evden ayrılmalarının asıl nedeni bu beklenti olduğunda şaşırtıcı değildir. Evinin ve ailesinin iyi olduğuna dair bunun gibi kaygılar çocukluk çağı için normaldir, aynı anne veya babanın olmadığı durumlarda normal olduğu gibi. Dengede bir çocuk bu tür kaygılarla başa çıkabilir ancak yeterince stabil olmayan bazıları çöker.

Adölesanların huzursuz olmalarının diğer bir sebebi okuldan ayrılma sabırsızlıklarıdır. Doğal olarak bu yarım yamalak bir eğitimden yeterince faydalanmadıklarını ve çalışsalar daha iyi olacaklarını hisseden 14-15 yaşındakileri etkiler.

6-10 Yaş Arası Çocuklar

Adölesanlar dünyada belli ölçüde kendine güvene ve bağımsızlığa sahiptirler. Kendilerini değerlendirmeleri diğerlerinin onlarla ilgili ne düşündüklerine tamamen bağımlı değildir. Belli bir dereceye kadar huysuz geri kafalıya ve evde kalmış dırdırcı teyzeye gülüp geçebilirler. Ancak daha küçük çocuklar kendilerine ait daha az kaynağa sahiptirler. Büyük ölçüde toplumsal fikirlerin özellikle de ebeveynlerinin ya da koruyucu ebeveynlerinin fikirlerinin insafına kalmışlardır. İyi bir izlenimi olmak mutlu olmaktır, kötü bir izlenimi olmak istenmediğini ve güvende olmadığını hissetmektir. Çok az sayıda çocuk bu dönemi onu hiç kimsenin sevmediğini düşündüğü günler ya da yaramaz ve itaatsiz olduğu için evden ve kalpten atılacakları gibi fantastik korkuların musallat olmadığı günler olmadan atlatır. Bu korkular normaldir ama neyse ki ortalama bir evde onlara karşı sürekli bir güvence var.

Ama çocuk bir koruyucu eve gönderildiğinde işler çok değişebilir. Her şeyden önce evden uzağa yollanmıştır. Bunun onun güvenliği için olduğu doğrudur ama çocukların hepsi gerçeğe inanamayabilir. İstenmediğini hisseden çocuğun, bu gerçekten böyle olsun ya da onun imajinasyonu olsun, uzağa gönderilişini ebeveynlerinin ondan kurtulmak arzusu olarak yorumlamaması çok zordur. Çocuk danışmanlığı çalışmasında biri, bu inancı hastaneye ya da bakım yurduna gönderilmiş çocuklarda tekrar tekrar bulacaktır. Genellikle bu yalnızca ya yarı ifade edilmiş ya da yarı inanılmıştır. Ancak bu karanlıktaki öcü korkusu kadar gerçek bir korkudur – aynı zamanda yarı inanılmış ve büyük olasılıkla yarı yarıya kabul edilir. Evinden uzak olduğu dönemde küçük çocuğun mustarip olduğu büyük mutsuzluğun arkasında-

ki bu korkudur. Bunun gibi duygusal deneyimler ister annesinin tutumu nedeniyle haklı olsun ister tamamıyla hayal gücünün ya da yanlış anlamasının sonucu olsun çocuğu perişan ve güvencesiz bırakabilir, uzak gelecekte ebeveynlerine ve genel olarak topluma kin beslemesine neden olabilir. Yani sonuç pek çok insanın beklentisinin tamamen zıddıdır. Kendi evinde mutlu ve güvende hisseden çocuk koruyucu eve de en iyi uyum sağlayandır. Evinden ayrılması en zor olan evinde güvencesiz ve mutsuz hisseden çocuktur.

İstenmeme korkusu çocuğun evindeki duygusal koşullara bağlı olarak çok çeşitlilik gösterir ve çocukların sadece çok küçük bir azınlığı ciddi olarak etkilenir. Yine de oldukça normal çocuklar bunu bir ölçüye kadar hissedebilirler ve bu, ebeveyn ile arkadaşların güvenliği ile ilgili kaygı ile birlikte tahliyenin ilk günlerinde yatak ıslatmanın ortaya çıkışının esas nedenlerinden biriydi. Yatak ıslatma vakalarının dörtte üçünün hiçbir şekilde kronik olarak yatak ıslatmayan çocuklardan oluştuğu konusunda genel bir fikir birliği var gibi görünüyor. Evden ayrılmanın duygusal acısı, yeni insanların yabancılığı, yanlış bir şey yapma korkuları, az sayıda vakada soğuk bir karşılama, bunların hepsi bir çocuğu mahcup ve huzursuz hissettirebilir. Biz de bu dertlere derme çatma yatakları ve garip tuvalet çeşitlerini eklediğimizde çoğu çocuğun mesane kontrollerini kaybetmesi sürpriz değildir.

Çocuklarla deneyimi olanlar yatak ıslatmanın çoğunun geçici olduğunu ve bu sorunla en iyi nasıl başa çıkacaklarını biliyorlardı. Problem çocuklarla baş etmede deneyimli bir kadın, başka yerleşkelerden çıkan on yatak ıslatan çocuğu aldı ve onları evlerinde hissettirerek, onlara sıcak yataklar sağlayarak ve gece boyunca yataklarından çıkmalarını kolaylaştırarak bir haf-

tada sekizinin yatak ıslatmasını sonlandırdı. Diğer iki tanesinin evden uzaklaşmalarından önce kronik yatak ıslattıkları anlaşıldı. Durumun ciddi olduğu neredeyse tüm vakalarda inceleme, evden uzaklaşmanın öncesinde var olduğunu göstermiştir.

Tüm duygusal örselenme vakalarında önemli faktör çocuğun evinden ve annesinden zorla alınmışlık duygusu ve o ya da bu nedenle onları asla tekrar göremeyeceği korkusudur. Bu nedenle bu yeni ortamda en çok evinde gibi hissettirilen çocukların en az sorun yaşayanlar olmaları doğaldır. Çocukları sıcak karşılayan, sevildikleri ve istendikleri hissettirilen koruyucu ailelerin olduğu evlerde çocukların çoğu oldukça mutlu olur. En başarısız örneklerin bazıları büyük evlere alınan ve hizmetkârlarla yaşatılan çocuklardır. Hizmetkârlar her zaman onlara çok kibar davranmamışlar ve kendilerini evsiz ve istenmemiş hissetmişlerdir. Dahası gerçek bir ev atmosferi yaratılan evler hariç, bir düzine ya da daha fazla çocuğun topluca büyük bir eve yerleştirildiği vakaların neredeyse tümü başarısız olmuştu. Çocuklar vahşi, asi küçük holiganlara dönüştüler, bu tutum bir dizi gösterişsiz koruyucu aile yanına yeniden yerleştirildiklerinde hızla değişti. Bu nedenlerle psikolojik görüş 11 yaştan önce kampları hiçbir şekilde desteklemez. Bu konudaki en son popüler oylama bir nevi kandırmacaydı. Halk bakıcı ailelerin kabul edilen dezavantajlarını biliyor ancak kampların, deneyimin kolayca çok daha büyük olduğunu kanıtlayabileceği dezavantajları hakkında hiçbir bilgisi yoktur.

Bebekler ve Küçük Çocuklar

Belki de tahliyenin hiçbir alanında cehalet ve kuruntunun etkileri bazı çevrelerde, küçük çocukların normalde anneleri işteyken her gün birkaç saat gittikleri gündüz bakımevleri ve kreşlerin geniş çaplı tahliyesi için gösterilen coşkudan daha belirgin olmamıştır. Çünkü küçük çocuklar evden uzaklaştırıldığında ve uzun süre yabancı oldukları bir çevrede yabancıların bakımına verildiklerinde tüm karakter gelişimleri ciddi tehlikeye atılmış olabilir.

Kendi çocuğu olan herkes küçük çocukların annelerine ya da alışık oldukları diğer bir iki kadına yönelik aşırı bağımlılığı ve bağlanmayı fark edecektir. Buna rağmen yaygın inanış çocuk küçük olduğu için ona incelikle yaklaşan kim bakarsa baksın fark etmeyeceğidir. Şüphesiz küçük çocukların yabancılar tarafından bakıldıklarında çoğunlukla ne kadar mutlu göründükleri dikkate değer. Ama şimdi bu mutluluğun aldatıcı olduğuna çok sayıda kanıt var. Küçük çocuklar uzun süre boyunca yabancı ellerde olduğunda, özellikle bu yabancılar gelip gidiyorlarsa, giderek çok daha fazla duygusal olarak izole olurlar, ta ki bazı vakalarda herhangi birine bağlanmaktan vazgeçinceye kadar. Bu yavaş ve sinsi bir süreçtir, öylesine yavaş ve sinsidir ki ağır duygusal hasar oluşuncaya dek ilerleyişi fark edilmeyebilir.

Çocuklukta tekrarlayıcı suçluluğun kökenlerine ilişkin araştırmalar, son zamanlarda bu soruya daha çok dikkat çekerek daha belirgin hâle getirdi. Suçlu çocukların büyük kısmı muhtemelen haylazlık yapmış normal çocuklardır. Ama elbette bunlar ciddi sorun değildir. Esas sorun, elini koyduğu herhangi bir şeyi çalan, boş yere yalan söyleyen, okuldan kaçan, başıboş ve hiç sosyal duyarlılığı olmayan kronik ve tekrar eden suçlulardır. Şimdi

bu vakaların büyük kısmında çocuğun kötü karakteri, kesin olarak erken çocukluk döneminde annesinden (ya da anne yerini tutandan) uzun süre ayrı kalmasına kadar izlenebilir. Bazıları uzun süre hastanede, diğerleri bir dizi koruyucu evde kalmış, bir diğerinde ise yine anne hasta olmuş, bebek ise pansiyonda kalmıştır. Yine de ortak bir noktaları uzun bir süre boyunca –altı ay ya da daha fazla– aşina oldukları insanlardan ayrılıp yabancı bir ortamda tamamen yabancı insanlar tarafından bakılmış olmalarıdır. Örneğin yakın zamanda Londra Çocuk Danışmanlığı Kliniği'nde yapılan bir araştırmada kırk dört çocuk hırsızın kayıtları incelendi. Kırk dört çocuktan otuz birinin düzenli ve tekrar tekrar çalan çocuklar oldukları kanıtlandı. Bu otuz bir ciddi vakanın on yediden fazlası yaşamlarının ilk beş yılı boyunca altı veya daha fazla ay boyunca evlerinden uzak, yabancılarla kalmışlardı. Bu yüksek oran, hırsızlık yapmayan kırk dört sorunlu çocuktan oluşan bir kontrol grubundan sadece üçü ile çelişmektedir. Küçük bir örneklem olmasına rağmen fark istatistiksel olarak anlamlıdır. (Rastlantısal olarak diğer araştırmacılar genel popülasyondaki çocukların sadece %1'inin böyle bir ayrılıktan mustarip olduğunu vurgulamışlardır). *Sonuç olarak, küçük çocukların evlerinden uzun süreli ayrılıkları suçlu bir karakter gelişiminin önde gelen sebeplerinden biridir.*

Küçük çocukların evden tahliyesi için bu gerçeği göz ardı eden hiçbir plan dikkate alınmamalıdır. Bu arada, şu anda geleceklerini ciddi olarak tehlikeye atacak koşullara istekleri dışında yerleştirilmiş binlerce küçük çocuğun var olduğunu da aklımızda tutmalıyız. Yaşadıkları deneyimlerin sonucunda sadece bazıları suçlu kimliği geliştirmeye yatkın olmakla kalmaz, aynı zamanda bir kısmının da kronik anksiyete ya da depresyona veya görünüşte fiziksel olan belirsiz ağrı ve hastalıklara

yatkınlık geliştirmeleri beklenebilir. Doyumsuz, kıskanç ve küçük aldatmacalardan pek fazlası olmayan yarı-suçlu karakterler izleyebilir.

Bu çocukların ebeveynlerini de hatırlamak önemlidir. Uzun süreliğine yalnız başlarına tahliye edilmiş küçük çocukların anneleri çatışmaların sonunda kendilerini, onları tanımayan, bakıcı veya hemşirelerinden ayrıldığına pişman, itaatsiz ve isyankâr olacak, zor ya da suçlu karakterler olarak kalacak çocukları evde karşılarken bulacaklar. Bu gerçeklerle yüz yüze gelinirse, beş yaş altı çocukların güvenliğinin sağlanmasının son derece ciddi ve zor bir sorun olduğu görülecektir.

Tahliye Edilmiş Çocukların Ebeveynleri

Tahliye edilmiş çocukların ebeveynleri üzerinde çok az durulmuştur. Var olan referanslar neredeyse evrensel olarak aşağılayıcı olmuştur. Çocuklarını temiz tutmamışlar ya da onları doğru düzgün eğitmemişlerdi, ziyaretleri ile çocukları üzmüşler, pazar günleri koruyucu evlerini işgal etmişlerdi, her şeyden ötesi hem çocukları göndermedikleri hem de yeniden evlerine getirdikleri için kötü ve bencildiler.

Ancak hadi soruyu bir kez de ebeveynlerin bakış açılarından ele alalım. Gerçekten sanıldıkları kadar kötü ve pervasızlar mı?

Çoğu evli kadının hayatının merkezi eşlerine, çocuklarına ve evlerine bakmaktır. Birçoğu için bu, amaçları ve hayatlarının sonudur, umutlarının ve heveslerinin tüm nesnesi, enerji ve istekleri için araçtır. Aniden bu kadınlara çocuklarından vazgeçmelerinin teklif edilmesi işine düşkün bir doktorun mesleğinden ya da deniz kaptanına gemisinden vazgeçmesini istemeye benzer. Çok sıkkın ve mutsuz hissedeceklerdir.

Sonuç olarak çocukları tahliye edilmiş tehlikeli bölgelerdeki pek çok ev kadını hem yalnız hem de sıkkın hissetmekte. Bombalar düştüğünde çok azının çocuklarının Londra'da olmasını isteyecekleri doğru. Ancak bu onlarsız mutlu oldukları anlamına gelmez. Şunu unutmamalıyız ki çok sayıda insan bir evde yalnız bırakılmayı büyük bir zorlanma olarak görür. Çaresizce yalnız ve korkmuş hissederler. İrrasyonel olabilir ama bundan yakınanları ne inkâr edebilir ne de suçlayabiliriz. Bir çocuğun varlığı neşeli bir aktivite ve endişeli depresif yer silme arasında her şeyi değiştirebilir. Ve babalar unutulmamalı. Kırk yaşında bir adam küçük kızı evden uzaklaştırıldığında besinsiz kaldı. Hiçbir şey yemedi ve giderek daha depresif oldu. Bundan bir iki hafta sonra eşinin çocuğu geri getirmesi şaşırtıcı değildi.

Çoğu ebeveyn bunların çocuklarını eve getirmelerinin sebepleri olduğunu kabul etmeye hazırdırlar. Diğerleri, çocuğun mutsuz ya da kötü durumda olduğuna dair daha az kınanacak gerekçeler uydurur ve rasyonalize eder. Ama bunlar çoğunlukla bahane bile olsa, bazı çocukların gerçekten çok mutsuz ve kötü koşullarda olduklarını kabul etmemiz gerekir. Ebeveynlerin korkularının yersiz olduğu doğrudur. Ama hangi ebeveynin bazı yersiz korkuları yoktur?

Ebeveynlerin çocuklarını yeniden eve almalarının diğer yaygın bir nedeni yabancılaşmaları korkusudur. Bebek ve küçük çocuk vakalarında daha önceki bölümde açıklandığı gibi bu korku tamamıyla haklıdır. Daha büyük çocuklarda daha az haklı olabilir ama öyle bile olsa, endişeli bir anne için hazinelerinin koruyucu evlerini ve annelerini tercih etmelerinden endişe duymaması imkânsız olabilir. Yaşam standardının ve ebeveynlerin çok iyi olduğu için koruyucu evlerden uzaklaştırılan çoğu çocuğun kendileriyle ilgili olumsuz kıyaslama yapmalarından korkulur. Bu durum hoşumuza gitmeyebilir ama çok doğal ve anlaşılırdır.

Burada vurgulamak istediğim nokta insan doğasının irrasyonel ve çelişkili olduğudur. Karşılaştığım bir anne dönüşümlü olarak çocuğuna kötü bakıldığından, bu yüzden acı çekeceğinden ve o kadar iyi bakıldıklarından ve ona geri dönmek istemediklerinden şikâyet etti. Bu gibi korkular absürt ve temelsiz olabilir ama kişilerin bu endişelere sahip olması sadece insanidir ve bunların göz ardı edilmesi ve bunlarla alay edilmesi hiçbir fayda sağlamaz.

Çocukları tahliye edilen ebeveynlerle ilgili sorunun tamamen farklı bir yönü annenin çocuğunu geri istememesidir. Çok yoksul bölgelerden çocukları kabul eden bir ortaokulun müdürü pek çok çocuğun annesinin çalışma ve aile gelirine katkıda bulunma şansı elde ettiklerini ifade ediyor. Bir kısmı çocukların sorumluluğundan her zaman rahatsızlık hissetmişler ve bundan kurtulduklarına memnundurlar. Çocukların mecburen geri dönme zamanı geldiğinde duygusal ve ekonomik problemlerin bu çeyrekte baş göstermesi beklenmelidir.

Aynı zamanda koruyucu ailelerin de pek çok psikolojik problemleri vardır ama bu kısa incelemede bunları göz önüne almaya yer yoktur.

Öneriler

Şimdi tahliyenin sonucunda oluşan hem de oluşabilecek duygusal sorunların kısaca incelemesinden edindiklerimizle bazı pratik önerilerimiz olabilir. Her şeyden önce problemin sadece fark edilmesi onu çözmenin yarısıdır. Bir çocuğun ebeveynleri için endişelendiğini fark edersek şehirde gerçekte ne olup bittiğini onunla tartışmanın ona çok faydası dokunabilir. Fazla yatak ıslatma, itaatsizlik, öfke nöbetleri ile anksiyete ve ev özleminden

kaynaklanan diğer sorunları fark edersek, cezalandırıcı tedbirlerden kaçınır ve çocuğa yeniden güven verebilecek şeyleri yaparız. Yine, kınamak veya zorbalık etmek yerine koruyucu annenin ya da yaslı ebeveynin gözünden bakabilirsek, onlara kendilerini buldukları bu tuhaf zor koşullara uyum sağlamaları için daha yardımcı olabiliriz.

İkinci olarak, kamplarla ilgili bir uyarı notu ifade etmek şarttır. İşletmek için çok sayıda deneyimli çalışmacı bulundurulmazsa daha küçük çocukların şüphesiz ihtiyaçları olan ev ortamı sağlanamayacaktır. Dahası, Cambridge araştırmasının göstermiş olduğu gibi koruyucu evlere yerleştirilen çocukların büyük kısmının durumu gayet iyi. Okul raporlarının ve dostane ziyaretçilerin çocukların kaldıkları yerlerde nasıl geçindikleri üzerine raporlarının analizi yaklaşık dörtte üçünün oldukça mutlu ve hâllerinden hoşnut olduğunu gösterdi. 300 çocuktan sadece yirmi beşinde çocuk ve koruyucu anne ilişkisi ciddi olarak kötüydü.

Koruyucu evlerde tolere edilemez olduğu kabul edilen çocuklar için küçük evler kurulmalıdır. Yirmi çocuğa kadar gruplar oluşturulabilir ve ev basit düzende işleyebilir. Zor çocukların idaresinde deneyimli olan birinin süpervizyonu altında olmaları ve kadrosu, bu gibi çocukların yol açacağı zorluklara karşı hazırlıklı kibar, duyarlı insanlar olmalıdır.

Sıradan konaklama yerlerinin çoğu amatör çalışanlar tarafından devam ettirilebilir.

Yine de çocukların koruyucu evlere başarılı şekilde yerleştirilmesinin beceri, eğitim ve deneyim gerektirdiğinin farkında olunmalı. Bunu üstlenen bazı gönüllü çalışmacılar bu deneyime sahiptir ama çoğu değildir. Bu nedenle Devlet Tahliye Planına yönelik ciddi eleştiri, barış döneminde meslekleri bu tarz problemleri ele almak olan sosyal çalışmacıların hizmete kaydolması

için hiçbir girişimin yapılmamış olmasıdır. Cambridge Tahliye Komitesi İncelemesi[1] konaklama organizasyonuna yardımcı olmaları için halihazırda çoğu boşta olan eğitilmiş profesyonel sosyal çalışmacıların atanmasını şiddetle önerdi. Her 500 çocuk için bir sorumlu kişinin tam zamanlı olarak hazır olmasını önerdiler.

Güç ve gergin çocukların idaresi çok daha fazla beceri ve deneyim gerektirir. Belirli alanlarda akıl sağlığı üzerine özel olarak eğitilmiş sosyal çalışmacılar görevlendirilmektedir ve daha fazlasının sağlanması umut edilmektedir. Sağlık Bakanlığı bu atamalara sıcak bakıyor ve onları görevlendiren yerel yöneticilerin masraflarının karşılanmasını düşünüyor.[2]

Son olarak, beş yaşın altındaki küçük çocuklar için düzenlemeleri –en zor ve tartışmalı konulardan biri– ele almalıyız.[3] Küçük çocukların annelerinden alınıp uzun süre yabancıların bakımına verilmesinin ciddi tehlikeleri zaten vurgulanmıştı. Öyleyse, önce çocuklarıyla birlikte gitmek isteyen anneler için şehir dışında uygun kalma imkânları yaratalım. Eşleri orduda olan, bombalama ciddi hâle gelirse uygun barınma imkânları sağlandığında bebekleri ile tahliye edilecek çok sayıda anne olacak. Onları başka insanların evlerine yerleştirmenin tamamen hata olduğu biliniyor, ama boş ev imkânı yaratıldığında tatmin edici düzenlemeler yapıldı. Tabii ki boş evler çok az, ama iki değişik olanak daha var. Öncelikle güvenli bölgelerdeki büyük evler

---

1 [Bowlby Notu]: Pratik Öneriler Üzerine Bildiri, 21Mart,1940, Tahliye Araştırma Komitesi Onursal Sekreterliği'nden temin edilebilir, 30, Causewayside, Cambridge.

2 [Bowlby Notu]: Uygun çalışmacıların adları Akıl Sağlığı İlkyardım Komitesi'nden sağlanabilir, 24, Buckingham Palace Road, S.W.1

3 [Bowlby Notu]: Bu ve diğer psikolojik problemler daha ayrıntılı olarak tartışılmıştır şurada "Savaş Zamanında Çocuklar," Mart 1940, New Era, 29, Tavistock Square, W.C.1., fiyatı 7?

devralınıp küçük aileler topluluğunun kalması için kullanılmak üzere uygun hâle getirilmesi mümkün olabilir. Anneler işleri yapar ve çocuklara bakarlar. İkinci olarak, geçici kamp alanlarının inşası düşünülebilinir – Dostluk Derneği'nin[4] savunduğu bir politika.

Annelerin küçük çocuklarıyla birlikte tahliye edilemediği durumlarda sadece tamamıyla zorunluluksa çocuklar tahliye edilmeli. Bu vakalarda kuruma atanmış hemşireler yerine, *belirli çocuklara koruyucu anne olmak üzere* özel olarak işe alınan hemşire ya da yardımcılar atanmalıdır. Onlar koruyucu anne olarak atandığında gerçek bir ilişki anlamına gelecek ve çalışmacı çocuğun refahından sorumlu olmaya teşvik edilecektir. Bu koşullarda çocukla çalışmacı arasında kalıcı duygusal ilişkiler beklenebilir. Böyle olsa bile iki yaşın altındaki hiçbir çocuk kişisel yakın arkadaşları olmadıkça, annesiz tahliye edilmemelidir. Bu görüş şimdilerde resmi çevrelerde kabul edilmiştir çünkü, içerdiği büyük psikolojik tehlikelerin yansıra, fizik bakıma dair ve çok sayıda bebeğin idare edilebilmesine dair de büyük problemler vardır.

Sonuç

Sonuçta çocukların ve diğerlerinin tehlikeli bölgelerden tahliyesinin duygusal büyük problemler kadar ekonomik problemler de taşıdığını ve bu problemlerin basitçe diğerlerini mantıksızlıkla suçlamakla karşılanamayacağının farkına varalım. Önce insan doğasını anlama ve ona hoşgörü gösterme zahmetine katlanmalıyız. Ebeveynlerinden ayrılmaları uygun olmayan bazı çocukların var olduğunun, başkalarının evine yerleştirilmesinin uygun olmayan diğerlerinin bulunduğunun;

4 Society of Friends isimli bir sosyal kuruluş. *(çn.)*

çocuklara bakmamaları gereken koruyucu aileler olduğunun ve çocuklarının onlardan alınmaması gereken aileler olduğunun farkına varmalıyız.

Yine de deneyimler bu vakaların istisna olduğunu ve nitelikli çalışma, koruyucu annelerin akıllıca seçilmesi ile çocukların büyük çoğunluğunun koruyucu evlerde oldukça tatmin edici şekilde konaklayabildiklerini öne sürer. Pek çok hata olduğu için hiç başarının olmadığını düşünmek yanlıştır. 12 yaşın altındaki çocukları kamplara yerleştirmek iyi bir çözüm değil ve koruyucu ev yerleşimlerini başarılı hâle getirmek için her şey yapılmalı. Bu konuda eğitimli çalışanlar mevcut ve hizmetlerinden geniş ölçüde yararlanılmalı, özellikle de sağlık bakanlığı onlara ödeme yapmaya hazırken.

Beş yaşından büyük çocukların uzaklaştırıldıklarında zaten stabil olmayan çocuklar daha kötüye gitseler de ya da normal çocuklar mutsuz ve ev özlemi içinde olsalar da ciddi psikolojik zarardan mustarip olduklarına dair kanıt yok.

Buna rağmen beş yaşın altındaki çocukları evlerinden uzaklaştırmaktan korkmak için ciddi sebepler vardır, uzun aylar boyunca o anda tamamen yabancılar tarafından bakım verilmesi ciddi duygusal sorunlara neden olabilir. Bu nedenle beş yaşın altındaki hiçbir çocuğun ciddi baskınlar zorunlu kılmadıkça annesi olmadan tahliye edilmemesi savunulur. O zaman bile iki yaşın altındaki hiçbir çocuk gitmemeli. 2 ve 5 yaş arasındaki çocuklar anneleri olmaksızın tahliye edildiklerinde onlara bakanın onlarla kalmasına en büyük özen gösterilmelidir. Bu önlem alınmadığında çocuğun ciddi antisosyal ve suçlu karakteri geliştireceği tehlikesi vardır.

Yatak Islatma

Yatak ıslatma büyük olasılıkla tahliye edilmiş çocuklar arasında en yaygın karşılaşılan ve koruyucu anneyi neredeyse kesinlikle en çok uğraştıran davranış bozukluğudur. Bazı bölgelerde çocukların %60 kadarının bu sıkıntı verici belirtiyi geliştirdikleri tahmin ediliyor.

Problemle başa çıkmada *tahliye edilişlerinden sonra bu alışkanlığı geliştirmiş çocukla yıllardır bu sorunu yaşayan çocuk arasında dikkatli bir ayrım yapılmalıdır.* İkincisi genellikle okul yöneticileri tarafından iyi bilinen, genellikle uzun zaman alan özel ilgi ve tedavi gerektiren ve cesaret kırıcı yine de sonuçta neredeyse her zaman başarı elde edilendir.

Buna rağmen çoğunluk, sadece evden uzaklaştığından beri yatağını ıslatmaktadır ve şunu söylemek doğrudur ki bu bozukluk çoğunluğunun düşünme eğiliminde olduğu gibi çok nadiren eğitim eksikliğinin sonucudur. Sadece tembellik de değildir, birkaç istisna haricinde "yaramazlık," "zayıf" mesane ya da böbreklerin veya gece çok sıvı tüketmenin temel sebep olduğu bir durum da değildir. Bu vakalarda sebep neredeyse her zaman ya çocuğun fiziksel çevresinde ya da utangaçlık ve ev özlemi duygularında yatar.

Bazı belirgin faktörler boy gösterir: yabancı bir evdeki gergin bir çocuk için tuvalet karanlık ve korkutucu olabilir ve yatmaya gitmeden önce oraya gidememiş olabilir, ya da gece yataktan çıkmaya korkuyor olabilir. Hayal gücü kuvvetli yabancı çevrelerde güvensiz hisseden bir çocuk, anlayışsız yetişkinler tarafından hikâyeler anlatılmasa bile etrafındaki karanlığı en korkunç sakinlerle dolduracaktır. Koruyucu annesinden çekiniyor ve kendisini yatak için doğru düzgün hazırlayamamış olabilir. Yine yatakta üşüyor ve kendisini rahatlatmak için soğukta kalkmaktan hoşlanmıyor olabilir.

Ama bu türden bir tek sebebin bulunmadığı çok çocuk var. Çocuk tüm çabalarına rağmen yatağını ıslatır. Bunu ele almanın bir yolu bebekliğe dönüş olarak düşünmektir. Küçük çocukları kendileri büyütmüş olanlar tuvalet eğitimi aldıktan sonra yeni bir bebeğin ya da yabancı bir çocuğun eve gelişi, taşınma ya da onunla ilgili yetişkinlerde değişiklik veya okula ilk başlama gibi durumlarda nasıl tekrarlayacağını hatırlayacaktır. Şöyle yorumlanabilir, bebekliğe geri dönerek annesinin ilgisinin odağına yeniden yerleşebilir. Bilinçli bir düşünce olarak bu, o da eğer varsa, çok nadirdir ve çocukların çoğu bu düşüncelerden aşırı derecede utanır ve kendilerine bile itiraf etmezler. Yeniden yatak ıslatma bazen üzüntünün ifadesidir ve pek çok tahliye edilmiş çocuğun başkalarının bilmesine izin verdiklerinden çok daha fazla ev özlemi içinde oldukları hatırlanmalıdır.

Akılda tutulmalıdır ki, koruyucu anne fazladan çamaşır yıkama, şiltelerin berbat olması, bir şeyler ciddi şekilde yanlış gidiyor diye endişelenmenin sıkıntısını yaşıyorken, duyarlı bir çocuk tekrarlayan kirliliğin utancından, yetişkin kınamasının farkındalığı ya da korkusundan kıvranacaktır. Bu doğal olarak çocuğun zihninde zaten var olan çatışmayı artırır.

Yatak ıslatmanın en yaygın sebepleri ile ilgili açıklamaları akılda tutarak, çocuklarla bireysel olarak uğraşmanın genel prensipleri çok açıktır.

1) En önemlisi anlayışlı ve sakin görevleri için gerçekten sevgi hissedebilme kapasitesine sahip bir koruyucu anne seçilmesi ve kalıcı başarı için sadece ailesinden aniden koparıldığından beri çocuğun eksikliğini hissettiği sevgi ve güvenliğin sağlanması hayatidir. Böyle bir koruyucu anne disiplinli tutumun akılcı olmadığını sadece çocuğun güçlüklerini artıracağını görecek cesaretlendirici olacaktır ve tavrıyla ço-

cuğun er ya da geç iyileşeceğini umduğunu gösterecektir, pisliği nedeniyle şefkatinden yoksun bırakmaz. Koruyucu annenin kendisinin bu tutumu için destek ve cesaretlendirmeye ihtiyacı var çünkü onunki zor ve uğraştırıcı bir görev. Koruyucu anne göreve misyoner coşkusu ruhuyla yaklaştığında başarılı olması olası değil. Kolayca hayal kırıklığına uğrar ve keyfi kaçar ve duygularını çocuklara belli eder.

2) Yatağa gitmeden bir saat önceden sıcak çay ya da sütten kaçınılmalıdır. Öğleden sonraları sistemik olarak herhangi bir sıvının kısıtlanması gereksiz hatta acımasızdır.

3) Çocuğun yatakta gerçekten sıcak ve rahat olmasına özen gösterilmelidir. Ekstra battaniyeler ve sıcak su şişeleri pek çok sorundan kurtarabilir.

4) Çocuğun tuvalet ya da banyo kullanımı için hem öncesinde hem de gerekliyse gece boyunca basit tedbirler alınmalı. Çocuğun tuvalete gitmesi bekleniyorsa, bir gece lambası yanık bırakılmalı ya da lambanın düğmelerinin nerede olduğunun gösterilmesine özen gösterilmelidir. Bir odacık sağlanmışsa, üzerinde diz çökmek veya ayakta durmak için biraz hasır, işlemi daha rahat hâle getirir.

Bu önlemlerin alındığı belirli bölgelerde yatak ıslatma vakalarının dörtte üçü ortadan kalktı.

Özellikle iki durumdan kaçınılmalıdır.

1) Koruyucu evlerin sürekli değişimi her seferinde yatak ıslatmaya neden olan koşulları yeni baştan türetir. Utangaçlık, lamba düğmelerinin yerini bilmeme ve her şeyden önce oradan oraya sürüklenmenin belirsizliği her konaklamada ilk birkaç gün kaçınılmaz hâle getirir.

2) Yatak ıslatan çocukların büyük özel evlerde diğerlerinden ayrılmaları bazı çocukları daha kötüleştirir. Kronik vaka olmayan ancak tahliyenin getirdiği büyük değişikliğin sonucunda yatağını ıslatmaya başlayan bir çocuk büyük bir evde aradığı güvenlik ve rahatlamanın hiçbirini bulamayacaktır. Çok daha perişan olacak ve yatak ıslatma devam edecektir.

Kronik Vakalar

Tahliyeden önce de yataklarını rutin şekilde ıslatan çocuklar azınlıkta. Erkek ve kız kardeşlerin veya öğretmenlerin sempatik soruları genellikle kimliklerini belirleyecektir. Bu vakalar için basit bir tedavi yoktur. Bunlar sadece bu belirtiye katlanmak zorunda olduğunu gelişme görmenin memnuniyetini elde etmelerinin pek mümkün olmadığını açıkça anlayan koruyucu anneler tarafından üstlenilmelidir. Yalnızca tek bir özel tür kadından böyle bir görevi üstlenmesi istenmelidir. Böyle çoğu çocuk tehlikeli bölgede bile olsa evinde güvende ama uygun olmayan koruyucu annelerle olduğundan daha iyi olmayacaktır.

Köklerinden Koparılmış Küçük Çocuk

Bir ev içi karışıklığın ya da aile trajedisinin çocuklar üzerindeki etkileri ne zaman tartışılsa, çoğunlukla şunların söylendiği duyulur: "Ooo, o sadece küçücük bir çocuk – neyse ki bu onu etkilemeyecek" ya da "Kesinlikle o daha çok küçük, anlamaz." Bu ifadelerde ima edilen çok küçük çocukların aile içi olaylardan üzülebileceği ve dert edebileceği beklenen abla ve ağabeylerinden çok daha az etkileneceğidir. Bu görüş çoğunlukla sorgulanır ve günümüzde çocuk psikologlarının büyük bir çoğunluğu tarafından söz konusu görüşe karşı çıkılmıştır. Küçük çocuklar bu

olaylardan etkilenmemiş gibi görünmenin çok yanıltıcı bir yoluna sahiptirler. Çok sevdiği hemşire bırakabilir ve onu bir daha anmaz bile. Anne uzağa gider ve çocuk başka biriyle mutlu ve coşkuyla kabullenmiş görünür. Kesin olarak böyle kanıtlar çocuğun etkilenmemiş olduğunu gösterir. Niye tersi düşünülsün ki?

Öncelikle hatırlanmalıdır ki küçük çocukların tamamı, kastettiğim 12 ay ve beş yaş arasındaki çocuklar, anneleri ya da hemşireleri onları terk ettikten sonra mutlulukla kabullenmezler. Gerçekte bazen, o kadar çok üzülüp o kadar az yerler ki anne ya da hemşire geri çağırılır. Bazen de baş belası ve güç hâle gelirler, hiç kimse bu tatlı huylu çocuğun nasıl bu denli rahatsız edici ve yorucu olduğunu anlayamaz. Bu apaçık mutsuzluk ve rahatsızlık belirtileri gösteren çocukların yanında dikkatli bir gözlem, etkilenmemiş görünen birçoğunun neşeli dış görünüşlerinin altında gerçekten çok dert ettiklerini gösterir. Bazen hemşirenin onu terk ettiğinden hiç bahsetmeyen çocuk, hemşirenin bebeğini terk eden acımasız ve korkunç bir insan olarak görüldüğü bir oyun oynar. Annesi yurtdışına gitmiş bir çocuk annesi ölmüş küçük bir çocukla ilgili oyunlar oynar. Genellikle empatik biri için bu yolla çok miktarda mutsuzluk ve kaygı ifade edilir. Gerçek şudur ki, yabancılarla sakin kalan bir çocuk genellikle kaderine razı gelmekten daha fazlası anlamına gelmez. Kimsesiz olduğuna inanır, sevdiği ve güvendiği kişiler tarafından sonsuza dek terk edilmiştir. Onları bulma veya onların yanına dönme çabaları bu nedenle faydasızdır. Umudunu kaybeder ve elinden gelenin en iyisini yapar. Bu umutsuz düşünsel çerçeve hayat boyu sürebilir. Buradan baktığımızda küçük çocuğun bu kadar kolay boyun eğmesinin bir talihsizlik olduğunu görebiliriz çünkü daha şiddetle protesto etseler pek çok incitici şey yapılmayacaktır. Çünkü yetersiz beslenmenin etkilerinin ortaya çıkmasının aylar hatta yıl-

lar sürebileceğini, benzer şekilde bir bebeğe ve küçük çocuğa o zamanlar fark edilmeden birçok zararlı şey yapılabileceğini yeni yeni öğreniyoruz.

Çocuk danışmanlığı kliniğinde çalışan ve çok sayıda saldırgan, zor ve suçlu çocuk görenlerin hepsi genellikle bu uzun ayrılıkların sonraki etkileri ile karşılaşırlar. Bu çocukların dikkat çekici çoğunluğunun hayatlarının ilk birkaç yıllarında en çalkantılı ev koşullarına sahip oldukları bulunmuştur. Bazen anneleri hasta ya da ölmüştür ve art arda başka insanlar tarafından bakılmışlardır. Bazen ebeveynleri yurtdışındadır ve yabancı teyzeler ile hemşirelerin ellerine terk edilmişler, bazen ebeveynler ayrı, bazen çocuğun kendisi hastanededir. Ama sebebi ne olursa olsun, bu çocukların hayatına dair çarpıcı olan şey uzun aylar boyunca çocukların çoğunun olduğu gibi bir ya da iki tanıdık kadının stabil bakımı yerine tamamen yabancıların ellerinde olmalarıdır.

Bu vakaları daha da incelersek genellikle, bu değişikliklerin ve uzun ayrılıkların sonucunda çocuğun annesine tamamıyla yabancılaştığını görürüz. Örneğin 15 aylıktan iki yaşa kadar hiç ziyaret edilmeden hastanede bulunan küçük bir oğlan eve döndüğünde annesini tanımamıştı.

"Hemşire" diye seslenmekte ısrar etti ve birkaç gün yemek yemeyi reddetti. Çocuğa etkilerinin yanı sıra böyle bir durum doğal olarak anne için de çok üzücüdür. Şüphesiz bu deneyimlere maruz kalan çocukların çoğu sonradan aileleriyle bağlantıyı yeniden sağlarlar, ama çoğunun da sağlayamadığından şüphe edilemez. Çocuk buna maruz kaldığında kopuk ve zor bir ergene dönüşmeye ve sonraki yaşamında kronik sosyal uyumsuz olmaya yatkın olur. Çünkü bir çocuk kendi ailesi ile mutlu değilse ve arası iyi değilse, genellikle başkasıyla da mutlu olmaz ve arası iyi olmaz. Bir uyarı olarak, Goering'in görünüşe göre üç yaşın-

dayken bu tür bir deneyim yaşadığı belirtilebilir. Onun şimdi bildiğimiz saldırgan ve acımasız bir karaktere dönüşmesinden bu olayın sorumlu olduğunu varsaymak hiç de gerçek dışı değil.

Çok sayıda küçük çocuğun tahliyesini planladığımız bu günlerde en uygununun bu tür yansıtmalar olduğu açık. Tehlikelerle doğrudan yüzleşirsek üstesinden gelmemek için sebep yok ama eğer problem yokmuş gibi yaparsak ve "anlayamayacak kadar küçük" olduğunu düşündüğümüz sürece ne düzenleme yaparsak yapalım kesinlikle uzun menzilli hatalar yaparız.

Öyleyse bununla ilgili ne yapalım? Söz konusu risklerden kaçınmak hiç değilse riskleri azaltmak için hangi pratik adımları atalım?

Öncelikle annelere tehlikeli bölgeleri çocuklarıyla birlikte terk etmek için her türlü teşvik sağlanmalıdır, böylece onlara kendilerinin bakmaya devam etmesi sağlanabilir. Çocuğun açısından bunun ideal yöntem olduğuna şüphe yoktur, bununla birlikte şimdi hepimizin bildiği gibi üstesinden gelinmesi gereken pek çok pratik güçlük vardır. Evlerini terk edecek bile olsalar bebekli anneler istihkam subayları için büyük problem teşkil ederler. Dünyada en iyi niyetle çok az kadın evini diğeriyle paylaşabilir. Küçücük şeyler üzerine sürtüşme olur ve birbirlerinin sinirlerini zıplatırlar. Bir anne ve bebeğinin başka birinin evine yerleştiği neredeyse tüm örnekler evlerine dönmüşlerdir. Kalan az sayıda annelerinse neredeyse hepsi boş kulübe ve evlerin ek binalarına yerleştirilmiş olanlardır. Bunlarda çok mutlu oldukları belli ve bunun gibi konaklama yerleri sağlanabilirse küçük çocuklu annelerin büyük bir kısmının tekrar tahliye edilmeye istekli olacaklarını ummak makul görünür.

Ama maalesef boş kulübe ve evler az bulunur. Yine de mümkün olan yerlerde büyük boş evler devralınıp tahliye edilen anne

ve çocuklardan oluşan bir grup tarafından kullanılacak şekilde düzenleyecek şekilde makul bir deney yapılabilir. Bir bekçi büyük olasılıkla şart olacaktır ama evin tüm işleri ve çocukların bakımı annelerin ellerine bırakılacaktır. Hükümetten de anne ve çocuklar için okul kampları yerine kulübe kampları inşa etmeleri talep edilmelidir, ama bu öneri bu makalenin konusu dışındadır.

Önce her şeye rağmen çocuklarına eşlik etmek isteyen annelere kalacak yer ayarlamak için elimizden geleni yapalım. Tabii ki hem anne hem çocuklara kalacak yer sağlamak daha zor ve çok daha sıkıntılı, ama şüphe yok ki bunu yapmak çocukların çıkarınadır.

Ancak elbette çok sayıda, o veya bu nedenle küçük çocuklarına eşlik edemeyecek anne var. Çoğunun bakması gereken eşleri ve evleri var, bazılarının ihtiyaçlarını karşılamaları gereken daha büyük ergen çocukları var. Bırakamayacaklarını hissediyorlar. Yine de iki, üç ve dört yaşındaki çocuklarını tehlikeli bölgeden çıkarmak da istiyorlar.

Bu problemin bir çözümü ebeveynlerin çocukları için birlikte gidebilecekleri ya da birlikte kalabilecekleri arkadaş veya aile yakınları bulmaktır, böylece küçük çocuğun bildiği biri tarafından bakılması tamamen yabancı biri tarafından bakılmasından daha az şok edici olur. Eğer halihazırda güvenli bir bölgede yaşayan bir teyze, büyükanne ya da eski bir aile yakını çocuğu alacaksa çok daha iyi olur. Bu mümkün değilse anneler tahliye edilen ve fazladan bir bebeğe bakacak bir arkadaş ya da komşu bulmaya teşvik edilmeliler. Bu bir dereceye kadar geçen Eylül'de yapıldı. Bazı durumlarda ailenin arkadaşı olan bekâr kızlar küçük çocukların bakımını üstlendi. Bu plan, şehirleri terk etmeye hazırlanan annelerin kendilerininkinin yanı sıra arkadaşlarının üç yaşındaki çocuklarına da bakmak için kullanılması yoluyla en

azından duygusal problemlerin bazılarından kaçınılabileceği için daha fazla araştırılabilir. Yine de bu plan konaklama bölgelerinde yeterli ve uygun kalma imkânlarının sağlanmasına bağlıdır.

Son olarak geldik kritik soruna. Annelerinin ne kendileri ile birlikte tutabileceği ne de onları alabilecek arkadaş ya da akraba bulabildiği binlerce küçük çocukla ilgili ne yapılacak?

Önce şunu söyleyelim iki yaş altı bebeklerin hiç gitmemesi çok daha iyi. İki yaştan küçük herhangi bir bebeğin yakın ve güvenilir arkadaşlarla olmayacaksa annesinden uzağa gönderilmesi oldukça uygunsuz. Bu görüş şimdi resmi çevrelerde ele alınıyor gibidir ama doğru olanın bu olduğundan şüphe edilemez.

Dahası, hava saldırıları olmadığı sürece, iki, üç ve dört yaşındaki çocukları tehlikeli bölgelerde anneleri ile birlikte bırakmak için güçlü nedenler var. En ciddi zarar görmeyen ve deneyimlerinden büyük kazanç sağlayan daha büyük çocukların aksine, yabancılarla birlikte aylarca annelerinden uzak kalan çok küçük yaştaki çocuklar günün birinde ağır psikolojik hasara maruz kalabilirler. Bombalama yokken bu riski almak saçma görünüyor. Bizi silahlara karşı koruması için aldığımız önlemler daha çok zarara neden olursa bu trajik olacaktır.

Buna rağmen pek çok insan bu görüşe katılmaz. Üstelik hava saldırıları her an başlayabilir ve bizim net bir hareket tarzımız olmalı. Çocukların büyük gruplar hâlinde tahliye edilme ve kreş planları bir grup çocuğa hâlâ bu yolla bakılmasına rağmen şükür ki terk edildi. Bunun yerine çocukların koruyucu evlere yerleştirilmesi düşünülüyor. Gönüllü koruyucu annelerin bulunabildiği yerlerde yeterli sayıda yerleştirme bu yolla zor olsa da bunun en iyi politika olduğuna şüphe yoktur.

Eğer hepsi başarısız olursa bazılarını eğitimli çalışmacıların bakımı altında tahliye etmek şart olabilir. Ancak çocuklara ba-

kan ister taşralı bir kadın ister eğitimli bir çalışmacı olsun, en kötü sonuçlardan kaçınmak için belirli hayati önlemlerin alınması şarttır.

Çocukların her zaman resmi koruyucu annelik unvanını taşıması gereken tek kadının bakımında kalmasına çok ciddi bir dikkat gösterilmelidir. Onu böyle tanımlayarak uygun duygusal ilişki teşvik edilmiş olur ve o da çocukları bir dereceye kadar kendi çocukları olarak görmeye teşvik edilir. Çocukların geleceği ile ilgili sorumluluk hissetmesi ve böylece savaş süresince özel görevinde kalması daha olasıdır.

Küçük çocukların yabancı insanların vesayetinde bakılmasının çok kötü olduğu tekrarlanmalı. Eğer küçük çocuklar yabancı bir ortamın ortasına yabancıların bakımına gönderilmeliyse onu alan yabancının onunla kalması için insani olarak mümkün olan her şey yapılmalıdır. Anneden koruyucu anneye ve tekrar savaş sonunda koruyucu anneden anneye değişimlerin küçük çocuğun gelişiminde iki büyük duygusal yıkım yarattığı hatırlanmalı. Bu iki büyük değişiklik kaçınamayacakları hâlde yeterince kötü. Ama çocuk yatılı bir bakımevinde kaldığında ve önce bir kişi tarafından sonra başkası tarafından bakıldığında, sürekli tek kişi tarafından bakım verilmediğinde, o zaman oluşma ihtimali olan zarar son derece yükselecektir. Aynısı tabii ki çocuk sıklıkla bir koruyucu evden diğerine gönderildiğinde de doğrudur. Bu nedenle kaçınılabilinecek ve kaçınılması gereken şey küçük çocuğu bir başhemşire ve durmadan değişen ast hemşirelerin bakımı altındaki büyük grupların içine yerleştirmektir. Böyle bir ekip işinde çok harika ve çocuklara karşı gerçekten nazik olabilir. Ama az sayıda çocukla özel bir ilişki içinde olmayan hemşireler, eğer mutlu ve sosyal insanlar olarak büyüyeceklerse küçük çocukların çok ihtiyaç duyduğu o sağlam kişisel geçmişi sağlayacak konum-

da değillerdir. Aynı sebeplerle bir koruyucu anneden diğerine geçişlerden de her ne pahasına olursa olsun kaçınılmalıdır.

Bunun aksine bir organizasyon, bir kuruma hemşire olarak değil de belirli çocuklara koruyucu anne olarak yardımcı kadınlar görevlendirilecek şekilde planlanırsa üzerinde durduğumuz tehlikelerden büyük ölçüde kaçınılabilir. Koruyucu anne normal bir annenin yapacağı gibi gün içinde küçük ailesiyle birlikte olur. Onları kaldırır, giydirir, yemeklerini verir, onlarla oynar, banyo yaptırır. İşte bu günlük aktiviteler sırasında bir yetişkin ve çocuğun arasında duygusal bağlar oluşur. Doğal olarak koruyucu anne çok sayıda küçük çocuğu olan diğer anneler gibi bir bakıcının yardımını isteyecektir. Bakıcı oldukça deneyimsiz ve eğitimsiz olabilir ama ağır işlerin çoğunu yapabilir ve rehberlikle koruyucu anne dinlenirken çocuklara bakabilir. Hatta, farklı bölgelerde kurulan yeni çocuk yuvaları, ister kırsaldaki evli bir kadın olsun ya da özellikle atanmış görevliler olsun koruyucu annelere gün içinde biraz dinlenme imkânı vermelidir.

Son olarak annelerin ziyaretleriyle ilgili soru önemli. Bazı hastanelerde ayrılırken dökülen göz yaşları nedeniyle anneler küçük çocuklarını ziyaret etmeye teşvik edilmezler. Bu kesinlikle hemşireler için uygunsuz ve çocuklar için sıkıntı vericidir ama onlar için kötü olduğu anlamına gelmek zorunda değildir. Gerçek deneyim gösterir ki, ziyaret edilmeyen ve ebeveynlerini unutan çocuk uzun vadede en kötü bedeli öder. Çocuk ne kadar küçükse ziyaretler o kadar sık olmalı, üç yaşında bir çocuğun bile ziyaretleri ayda birden daha az sıklıkta olmamalı. Bu düzenli ziyaretler çatışmalar sona erdikten sonra sadece eve dönüş yolunu kolaylaştırmaz, anne ve çocuk arasındaki çocuğun iyiliği için çok büyük önemi olduğuna inanılan normal duygusal bağı korumakta da çok işe yarayacaktır.

Özetleyecek olursak bu nedenle tavsiyelerimiz:

1) Küçük çocuklarıyla gitmeye istekli anneler için kabul alanlarında uygun konaklama sağlanmalıdır. Bu konaklama diğer insanların evlerinde değil, tahliye edilmiş annenin kendisine tahsis edilmiş ya boş bir evde ya da anne ve çocuklar topluluğunun bir parçası olarak büyük bir evde küçük bir yuva sağlanmalıdır. Köy kampları da bunun için hizmete alınmalıdır.

2) Anneleri tehlikeli bölgeyi terk edemeyen çocuklar için, halihazırda güvenli bölgede olan ya da kendileri tahliye olan arkadaş ve akrabalara gitmelerinin ayarlanması için elden ne geliyorsa yapılmalıdır.

3) Bu ayarlanamadığında çocuğun güvenli alanda bir yabancı ile olmasının tehlikeli alanda annesi ile kalmasından daha iyi olup olmadığı değerlendirilmelidir. İki yaş altı bebekler her ne olursa olsun yabancıların bakımına bırakılmamalıdır.

4) Eğer küçük çocuklar anneleri ya da arkadaşlar olmaksızın tahliye edilirlerse, tahliyesi boyunca tek bir insanın bakımı altında kalmasına mümkün olan tüm özen gösterilmelidir. Bu amaçla mümkün olduğunca çok sayıda çocuk gönüllü koruyucu annelerin olduğu ailelere yerleştirilmelidir, ama özel çalışanların görevlendirildiği durumlarda bu çalışanlar büyük bir çocuk grubuna atanmış hemşireler gibi çalışmak yerine belirli çocuklara koruyucu anne gibi atanmalılar. Bu yolla umulan, yardımcılar arasında bireysel olarak çocuğa kişisel bir yakınlık duygusunun ve sorumluluğun teşvik edileceğidir.

5) Annelere küçük çocuklarını düzenli olarak en azından ayda bir kez ziyaret etmeleri için her türlü teşvik verilmelidir.

6. BÖLÜM

FREUD VE SÜPEREGO

[Editörlerin Notu: Tarihsiz, el yazısı metin,
1933-1936 yıllarından olabilir.
Wellcome Kütüphane arşivi PP/BOW/D.2/49]

Ego karmaşıktır. Çekirdeği, nihai özü gibi kendi bedeniyle bağlantılı özel duyularla –kinestetik duyular– algı-bilinçliliktir. İşlevi gerçekliği test etmektir ve bunu yaparken dış dünyanın tüm yönleriyle ilgili anılarını kendi içinde depolar. Öyleyse bir kişinin egosunun dış dünyanın duyusal deneyimlerinden meydana geldiği söylenebilir. Bu günlük görüngü bana, Freud'un libidonun nesnesi ile içe atım sürecini sınırlandırdığına inandığım özümseme süreci ile aynı özelliklere sahipmiş gibi görünüyor.

Doğal olarak libidonun nesnesi özellikle önemli, ve egonun içinde yapılandırıldığında diğer nesnelerden çok daha büyük bir etkisi var. Nesne ve izlenimlerin yapılanma süreci egoyu yeni durumlara belirli şekillerde tepki vermeye yönlendirir. Ama bu nesnelerin bazıları diğerleri ile uyumsuzdur ve bu da tepkilerin çatışmasına ve bazılarının duvara çarpması eğilimine neden olur.

Ebeveynler özellikle uyumsuz ve sindirilemeyen bir içselleştirmedir. Oedipus Kompleksi ile bağlantılı duygular çok kuvvetli ve daima çatışmalıdır; onlardan belli bir miktar tatmin sağlanır ve sevilirler de, ancak tatmin sağlamadıkları sürece açıkça ya da üstü örtülü olarak nefret edilirler. Bundan gelişen reaksiyon dizileri süperegonun özünü şekillendirir. Egonun içinde ebeveynle-

rin eleştirilerinden kaçınmak amacıyla düzenlenmiş bir savunma mekanizmasıdır. Bunu, gerçekleştirilemeyecek ve kalkışıldığında cezaya neden olacak tüm duygu ve arzuları tabulaştırarak yapar. Bu nedenle tabiatıyla ebeveynlerin izin ve kısıtlamaları üzerine modellenir ve onların karakterlerinden pay alır. Bu ebeveynlerin içselleştirildiğini söylemenin başka bir yoludur.

Şimdi bu süperego tuhaf şekilde insafsız bir biçimde davranır ve onunla uyumlu olmayan bilinçli duygu ve arzulardan kaynaklanır. Bastırma mekanizmasıyla bilinçdışı hâle gelmekle kalmazlar, süperego bilince girmelerine sürekli direnmekle meşguldür. Süperego ve bir parçası olduğu ego hareketliliği kontrol ettiği için, egonun kendisi öğelerinin uyumsuzluğu nedeniyle bölünmediği sürece arzu onu eyleme dönüştürebilecek egonun sempatik bir parçasını bulamaz.

İşte egodaki bu bölünme karakterin gelişiminde çok önemlidir. Eğer süperego egonun eskiden tatmin sağlayan diğer parçaları ile bu denli uyumsuzsa, süperegonun kendisi bilinçlilikten bastırılır, ama yine de çoğu zaman işlevini sürdürür. Böyle olduğunda bir dış güç olarak hissedilir ve bu nedenle yansıtılır.

Libidinal arzuların bastırılması çocuklukta süperegonun bilinci domine ettiği zamanlarda gerçekleşir ve ancak daha sonra, bilince egemen olan yeni yapılar tarafından yasaklamaları dayanılmaz olarak hissedildiğinde kendisi bastırılıyor gibi görünüyor. Eğer böyleyse, direnç bilinçdışı malzemeden ortaya çıkarken bastırma bilinçliliğin bir fonksiyonudur. Libidonun hatalı bir gelişimi kısıtlamalar süper ego tarafından nesne seçimi imkânsız hâle gelecek kadar engellenip tatmin imkânsız hâle gelecek denli dayatıldığında gerçekleşir. Bu gerçekleştiğinde libido ya dolambaçlı yollarla tatmin elde etmeye çalışır ya da daha önceki kanallardan elde etmeye zorlanır.

Psikanaliz kişiliği büyük ölçüde libidonun bu ilgisinin bastırılması ya da saplanma ile açıklar ve bu saplanmaların nedenlerini hatalı ego gelişiminde bulur.

Süperego

İşlevleri

1) Diğer insanların ben ile ilişkide nasıl davranmalarının beklenebileceğine dair egoya veri dizisi sağlamak.
2) Ben'i tehlikeden korumak için egoya bu insanlara karşı nasıl davranacağının talimatını vermek.
   (a) id tarafından teşvik edilen belirli davranış biçimlerine karşı egoyu protesto ederek ve egoyu böyle eylemleri sergilemekten korumak için ceza ile tehdit ederek. (Ben'e uygulanacak bu cezalardan süperego mu sorumlu yoksa ego mu?)
   (b) egoyu diğer belirli eylem ve ideallere teşvik ederek.

Süperegonun ebeveynlerin kimliklerini içerdiğini söylemek şu anlama gelir:

1) Söz konusu veriler esas olarak ebeveynlerin neye benzediğine inanıldığına dayandırılır.
   (a) Yasaklanan davranış "kötü" ebeveynlerinkine benzer olacak ve karşı gelme ve tehditler ebeveynler tarafından "kullanılan"lara benzeyecektir.
   (b) İstenilen davranış "iyi" ebeveynlerin davranışlarına benzeyecektir.

Ego ve Id'de [The Ego and the Id] Freud süperegonun kökeni olduğuna inandığı şeyi (Freud, 1932b, s.44) egonun özel bir

modifikasyonu olarak tanımlar – bir şekilde birbirine kaynaşmış egonun Oedipus özdeşleşmelerinden oluşur ve işlevini "Oedipus kompleksinin bastırılmasını gerçekleştirme" (Freud, 1923b, s.45) olarak tanımlar.

Bu doğru olabilir, fakat kökeni Bayan Klein iki yaş çocuklarında suçluluk ve kendini cezalandırma gibi faaliyetlerin tartışmasız belirtilerini bulduğu için Freud'un varsaydığından daha erkenmiş gibi görünüyor.

Sonuç olarak Oedipus kompleksini baskılama süperegonun önemli bir işlevi olsa da, ne onun kökeni ne de tek amacı olarak ele almak artık mümkündür.

Bayan Klein sonuçta ilk kez Freud'un "İçgüdüler ve Değişkenlikleri"nde (Freud, 1915c) öne sürdüğü yani, çocuğunun sadizminin kontrolcüsü olarak şekillendiği alternatif hipotezi ortaya koydu.

Bunu başlangıç noktamız olarak almak bana randımanlı geliyor.

Şimdi egonun işlevi id dürtülerinin gerçeklik ilkesi ile uyumlu olacak şekilde deşarj olabileceği bir dizi yol oluşturmaktır. Bu işlevin önemli bir parçası koşullar uygun oluncaya dek deşarjın bir süreliğine ertelenmesidir. Bu sistem çocuğa ebeveynleri tarafından açıkça ya da örtük şekilde öğütlenen belirli kalıplara göre yapılandırılmıştır. Böylece, bunun gibi bir sistem sorunsuz çalıştığı sürece bir süreliğine bilinçdışı olur ve bilincin faaliyetleri uygunluğu şüpheye daha açık olan tepkilerle başlar.

Şimdi, egonun ertelemek zorunda olduğu ilk güdülerden biri bana basit şekilde organizmanın hayal kırıklığına gösterdiği doğal bir tepki olarak kabul edilir gibi görünen agresyondur. Bu gecikmenin ebeveynlerin saldırganlığın tüm belirtilerini uygunsuz kabul edişlerinden mi yoksa içsel nedenlerden mi kaynaklandığından şu anda emin değilim.

Yine de çok erken yaştaki çocuk sevgi nesnelerine yönelik kendi agresyonundan korkar hâle gelir ve bunun dışavurumundan kaçınmayı öğrenir. Şimdi bu, yetişkin bir egonun daha büyük bir tatmin için daha az bir tatminden vazgeçeceği ile aynı şekilde *ego*nun kendi içinde mükemmel bir tipik eylemidir. Soru şu hâle gelir, neden esasen egonun sıradan işlevleri için çok tipik görünen bu belirli tepkisi sıradan egodan bu kadar kopuk hâle gelir ve kendisini böyle tuhaf bir gelişime tabi tutar?

Normalde, ertelenmiş dürtüler ifade için bir fırsat beklerken, bilinçli şekilde egoda bekletilir. Örneğin işeme ve dışkılama dürtüsü ebeveynler tarafından doğru ve uygun kabul edilecek bir zamana kadar ertelenir. Bu denli uzun süre ertelenen cinsel arzular bile, yetişkinlerin tatmin edebileceği şekilde çocuk tarafından takdir edilir.

Ancak agresyon tüm bunlardan farklıdır.

Her şeyden önce, birçok ebeveyn tarafından evrensel olarak kötü kabul edilir. İkincisi, çocuk nesnesini yok etme dürtülerinin diğer arzularının tatmin edilmesini engelleyeceğini kavrar. Büyük olasılıkla bu dürtüyü tatmin etmesinin açıkça imkânsız olması nedeniyle, diğer tüm kesinlikler gibi, bilinçdışına sürülür ve diğer çoğu id dürtülerinin ego yoluyla yaptığı gibi ifade edilişini uygun hâle getirmekte başarısız olur. Bu süperego tepkilerinin egodan ilk ayrışmasının olası açıklamasıdır. Nasıl gelişir?

Süperegonun çarpıcı bir özelliği çocuğun onu ebeveynleri ile özdeşleştirme şeklidir. Bunun kökenleri üç mekanizmada gibi duruyor:

1) Süperego kısmen ebeveynlerin buyruğu ve onlara itaat üzerine yapılandırılmıştır. Çocuğun belki bir faktörü faktörlerin toplamıyla karıştırması şaşırtıcı değildir.

2) Bu hata çocuğun kendini diğerlerinden ayırt etmedeki erken dönemdeki güçlükleri tarafından desteklenir. Bu yanlış özdeşleşme (içe atım) sayesinde kendi koyduğu yasakları dışarıdan gelmiş gibi sayar, özellikle de dışarıdan gelen çok sayıda yasak olduğu için.

3) Aslında ebeveynleri içe atma arzusunda olduğu için hissettiği baskılamanın oral bütünleşmeden hemen sonra ortaya çıktığını hayal etmesi şaşırtıcı değildir.

O zaman bu çeşitli yollarla süperego bir yandan tüm diğer içgüdüsel engellemelerin bilinçsiz prototipi hâline gelir ve aynı zamanda ebeveynlere atfedilebilen tüm özelliklerle donatılır. Eğer bu görüş doğruysa süperego öncelikle idin belli bir kısmının şiddetle baskılanması, ikinci olarak da kendisi bilinçdışı kalmaya devam ettiği için gelişemediği ve ebeveyn otoritesinin izini sürdürdüğü gerçeği nedeniyle dikkat çeken bir alter ego gibi ele alınabilir.

Yani id ile ilişkisi ego ile olan ilişkisine benzer. Dahası bana, ebeveynlerle benzerliğinin infantil ego ile pekâlâ paylaşılabilmesi mümkün görünüyor. Bu nedenle tüm infantil ego örgütlenmesinin büyük kısmının olduğu gibi, ebeveyn örneğinden ve ilkesinden elde edilen bir ebeveyn niteliğine sahip olması ve normalde bu özel ebeveyn niteliği yavaş yavaş gerçek egoda dönüştürülürken bilinçsiz kalan süperegonun bu niteliği yaşamın ilerleyen yıllarında muhafaza etmesi pek mümkün görünmüyor.

Özetlersek:

1) Sevgi nesnesine yönelik öfke dürtüleri bilindik ego yolları ile engellenir.

3) Bu erken yapılanma özellikle ebeveynlerle özdeşleşir.

Ego, süperego ve ego ideali

Bu terimler *İŞLEV* bakımından değerlendirilmelidir.

İD = (hayvani ihtiyaçlar) daha düşük seviyedeki canlılarla ortak biyolojik ihtiyaçlar. Bu ihtiyaçlar kişinin yaşam dönemine *ve* çevresine göre çeşitlilik gösterir.

Biyolojik ihtiyaçların *olgunlaşması* örn., cinsel davranışta değişimler
iştahta değişimler
davranışlardaki değişimler
karşılaşılan düşmanlar
(boyun eğme, agresyon)

Çevresel etki örn., cinsiyette – eş ve çocukların varlığı
öz-savunmada – düşmanların doğası

cinsiyet
beslenme } çocuklukta ebeveynlerle ittifak yapmaya yol açar
öz-savunma } " "
çocukların savunulması } " "

SÜPEREGO = sosyal ilişkilerin korunması
–temel fonksiyonu ebeveynlerle doyurucu ilişkiler sağlamak üzere tasarlanmıştır– bebeğin çaresizliği nedeniyle bir zorunluluktur. Sosyalleşmiş toplumumuzda işlevi daha sonraları sosyal grup ve Tanrı ile iyi ilişkiler kurmaktır.

Olgunlaşma
süperegonun doğası çocuğun yaşına ve ebeveynlerine daha sonra da topluma olan bağımlılığının derecesine göre değişir.

Çevresel etki – gerçek ve düşlemsel

a) ebeveynlerin talepleri (bilinçli ya da bilinçdışı)
b) ayrılık, ani ölüm vb. gibi travmalar
c) sosyal grubun talepleri, örn., farklı sınıfsal talepler
d) belirli sevilen bireylerin talepleri örn.,okul yetkilileri.

Süperegoyu aslında egonun sosyal ilişkileri korumakla meşgul parçası olarak düşünmek yararlıdır. Nesnenin sağladığı faydalara (yiyecek, koruma, seks vb.) yönelik, bu faydaları kaybetmenin korkusu (sevilenin kaybının korkusu) ile bütünleşen arzu ve ikinci olarak nesne ile özdeşleşmeyle yakından bağlantılı olan özgeci sevgi tarafından motive edilecektir.

Eşitlik, adalet, dürüstlük, demokrasi vb. tümü iyi sosyal ilişkileri korumak ve grup içi gerilimleri azaltma teknikleri olarak ele alınabilir. Öyleyse, organizmaların verimli bir şekilde yaşamaları için başkalarıyla dostane ilişkilere sahip olması gerektiği önermesinden çıkarsanabilirler.

Her toplum belli erdemlere değer verir – bir ölçüye kadar sadakat hepsinin ortak değeridir. Bu değerli erdemler insanlar tarafından sosyal uyumu sağladığına inanılanlardır. Bazen gerçekten böyledir, bazı durumlarda da değil. Bir erdem iyi bir sebeple olsun olmasın,değer kazandığında, belirli bağımsız bir statüye sahip olur ve *kültürel bir ideal* hâline gelir ve ayrıca bireye bağımsız bir statü sağlayabilir.

EGO-İDEALİ = organizmanın uzun dönem amaçları

Uzun dönem amaçları normalde organizma tarafından yeteneklerle ve eğilimlerle ve süperegonun beklentileri ile uyumlu olacak şekilde seçilir (Önemli not: Eğer bu talepler çok ağır ya da organizmanın yetenekleri ile uyumsuzsa, tatmin edici bir ego ideali oluşmaz).

Olgunlaşma

(a) hayvan ihtiyaçlarında, (b) becerilerinde ve (c) sosyal beklentilerdeki değişimle uzun dönemli amaçların doğası değişecektir.

Çevresel etki

(a) grubun kültürel ideallerinden etkilenme

(b) üye kişilerden etkilenme, örn.,makbul yüksek gayeler üzerine öğütler veren ebeveynler, okul yetkilileri

(c) imkânlar

İçsel etkiler değerlendirme olanakları

(a) kendi doğası ya da becerileri ile ilgili fantezi-inanışlar (bilinçli ya da bilinçdışı, gerçekçi ya da gerçekçi olmayan)

(b) süperegonun doğası

Çevresel etkilerin işleyişi organizmanın seçici eylemine bağlıdır. Zeki bir çocuk başka bir çocuğun donup kalmasına neden olacak tekliflere cevap verebilir.

Süperego ve ego ideali bireyin kısa vadeli ani dürtülerini kontrol eden işlevlerdir. Biri bunları iyi sosyal ilişkileri korumak adına, diğeri kişisel uzun vadeli amaçlarına ulaşmak adına kontrol eder.

Ego

Motor aktiviteyi kontrol eden işlev. Hangi dinamik sistemin herhangi bir zamanda motor aktiviteye erişimi (düşünce süreçleri dahil) olacağına karar verir. Kararın yükü rutinler tarafından büyük ölçüde azaltılır.

Bilinçli, "özgür irade" örn., egoya aittir. Egonun seçici ve kontrol işlevlerinin çoğu bilinçdışı gerçekleşir.

Kaynakça:

Freud, S. (1915c). *Instincts and their Vicissitudes*. S. E., 14: 111–140. London: Hogarth Press. [*İçgüdüler*, Kırmızı Ada Yayıncılık, 2024.]

Freud, S. (1923b). *The Ego and the Id*. S. E., 19: 3–66. London: Hogarth Press. [*Ego ve İd*, Oda Yayınları, çev. Selin Ceylan Gülsay, 2019.]

7. BÖLÜM

SUÇLULUK VE AİLE ANTLAŞMALARI

[Editörlerin Notu: Tarihsiz, el yazısı metin,
1937-1939 yıllarından olabilir.
Başlık editörler tarafından eklenmiştir.
Wellcome Kütüphane Arşivi PP/BOW/D.1/2/13]

Uygarlığın Huzursuzlukları'nda Freud [Civilisation and its Discontents] (1930a, s.105-109) suçluluk sorununu detaylı olarak ele alır. İnsanlar kötü olarak bildikleri bir şey yaptıklarında suçluluk hissederler önermesi ile başlar. Ardından neyin kötü olduğunu nasıl bildiğimiz sorusunu sorar ve egoyu tehlikeye atacak şey her zaman kötülük olmadığından, bazı dıştan gelen etkiler olması gerektiği sonucuna varır. Bu etkinin sevgiyi kaybetme korkusu olduğuna inanır. Buradan kötülüğün doğasını tartışmaya geri döner ve "Kötü olan, o hâlde, öncelikle, kişinin sevgi kaybıyla tehdit edilmesine neden olan şeydir" der. Bunun eylem de dilek de olabileceğini vurgular. Ama bu noktada bunu suçluluk duygusu olarak adlandırmanın uygun olmadığına inanır. Bu "sadece sevginin kaybı korkusu 'sosyal' anksiyetedir." Ama, "süperegonun gelişimi ile otorite içselleştirildiğinde büyük bir değişimin gerçekleştiğini" ileri sürer. "Bu noktada keşif korkusu ortadan kalkar" ve vicdan ve suçluluk terimleri tamamen uygundur.

Freud'un argümanlarını daha fazla tartışmadan önce çok daha fazlasını içeren bu sonuçları tartışmak istiyorum. Öncelikle, Freud'un kendisinin de kabul ettiği gibi, sevgiyi yitirmemize

neden olabilecek şeyler yapmış olduğumuz için suçluluk duyduğumuzu söylemek doğru değildir. Tam tersine onaylanmamaya sebep olan bazı şeyler yapmanın doğru olduğunu hissettiğimiz durumlar vardır. Ve eğer böyleyse onun, kötünün kişinin sevginin kaybı ile tehdit edilmesine neden olan şeyler olduğu ifadesi açıkça yanlıştır. Bu bazı koşullarda doğru ve diğerlerinde değildir ve sonuç olarak kötünün ne olduğunu tanımlamayacaktır. Yine de Freud'un ifadesinde daha sonra tartışılacak önemli bir doğruluk payı vardır. Şu an için bunu neyin kötü olduğunun tanımı olarak hatta yaklaşık bir tanımı olarak bile kabul edemeyeceğim. Sonuç olarak, suçluluk duygusunun içselleştirilmesinin tanımı yetersizdir ve yeniden değerlendirilmesi gereklidir.

Bununla beraber Freud kitapta daha sonra filogenetik kuramlarını göz önüne aldıktan sonra farklı bir kuram öne sürer. Suçluluk duygusunun ilk kez erkek çocukların öz babalarını öldürüp ardından pişman olmalarıyla ortaya çıktığını iddia eder. Bu şu sonuca götürür, suçluluk ikircikliğin çatışmasının, sevdiğini yok etme korkusunun ifadesidir. Öz babanın ölümünün ardından bir ceza beklenmediğini, suçluluk duygusunun yalnızca içsel olduğunu, dışsal değil öz-kınamaya bağlı olduğunu vurgular.

Suçluluğun ikircikliğin sonucu olduğu genel kuramının geçerliliğini tartışmadan önce, bir hastanın kendisi ikirciklik hissettiği birinin ölümünden sonra, hayaletlerinin onlara musallat olmak için geri döneceğine dair çok gerçek bir beklentiyle düzenli olarak karşılaştığımızı belirtmekte fayda var. Yine de hiç şüphe olmaksızın, hiçbir intikam beklentisi olmasa da insanlar suçluluk hisseder, bu araştırma gerektirecektir.

Suçluluk her zaman ikircikliğin çatışmasının ifadesi midir? Öyle olduğunu sanmıyorum. Öncelikle –ne sevgi ne de nefret– ikirciklik olmadığında da suçluluğun hissedildiği durumlar

vardır. Varsayalım ki taşrada bir yabancıyla tanıştım ve yabancı benden onun için bir mektubu postaya vermemi istedi. Bunun benim için pek sorun olmayacağını ve ona yardımı olacağını düşünerek yapacağıma söz verdim. Pek sevgi olarak adlandırılmayı hak etmeyecek bir his; doğrusu o benim için biraz itici bile olabilir. Bir hafta sonra mektubun hâlâ cebimde olduğunu fark ediyorum. Bu beni sözümde durmadığım için suçlu hissettirir, sevdiğim birine sıkıntı verdiğim için değil.

Dahası, sanırım suçluluğun deneyimlenmediği bilinçli şekilde ikircikli etkileşimler de söz konusu. Birinin bir yönünden hoşlanıp diğer yanlarından hoşlanmayan, olasılıkla günden güne değişen pek çok kişi var. Bununla ilgili dürüst olması ve onları kandırmaması şartıyla suçluluk hissedileceğini sanmıyorum.

Sonuç olarak Freud'un suçluluğun "ikircikliğin çatışmasının ifadesi" (Freud, 1930., s.121) olduğu kuramını, ikircikli bir ilişkide suçluluğun aşırı derecede sık hissedildiği tartışmasız olsa da kabul edemiyorum. Durum şöyle görünüyor, suçluluk nefretin *yokmuş gibi* yapılıp sevgi *vaadi örtük şekilde* var olduğunda hissediliyor. Bu, tabii ki ikircikli bilinçdışı olduğunda yaygın bir durumdur. Bu nedenle bana göre, suçluluk için zemini oluşturan ikircikliğin kendisi değildir ancak suçluluk yalnızca yapmayı taahhüt ettiğimizi yerine getirmediğimizde deneyimlenendir. Bilinçdışı ikircikli daha genel kuramın özel bir örneğidir: Eğer bir kişiye sevgi taahhüt edersek, kendimizi ondan nefret ederken bulursak doğal olarak suçlu hissederiz. Bu, taahhüdümüzü yerine getirmediğimizde suçluluk hissederiz kuramı bana pek çok gerçeği açıklıyor gibi geliyor.

Kötü olduğu konusunda her zaman herkesin hemfikir olduğu herhangi bir belirli edim keşfetmenin imkânsız olduğunu biliyoruz. Cinayet ve hırsızlık çoğunlukla kınanır ama

savaş zamanı iyi kabul edilirler. Neden barış zamanı değil de savaş sırasında iyi kabul edilirler? 1914'te bu ülke haklı bir öfke ile ayaklandı çünkü Almanya imzaladığı resmi bir anlaşmayı bozdu. Anlaşmaların kutsallığı, milyonlarca insanın hayatından daha çok ahlaki bir önem taşıyordu ve yine kullanmaktan kaçınmaya söz vermemiş olmamız şartıyla hiçbir eylem bu suçu cezalandırmak için çok kötü sayılmadı. Örneğin, zehirli gaz kullanmamaya söz vermiştik, zehirli gaz kullanmanın *yanlış* olduğunu düşünürdük. Anlaşma ancak düşman tarafından bozulduğunda kullandık. O hâlde kullanmak *doğruydu.* Savaş yıllarının moral değerlerinin karmaşası boyunca bir prensip değişmez olarak kaldı – *anlaşma ve kontratları bozmak yanlıştı.* Doğru olan başka ne olursa olsun bu evrensel olarak yanlış kabul edildi.

Bu iyi ve kötünün genel kuramını temsil etmek için yetersiz bir malzeme. Ama bana göre suçlu hissettiğimiz iki koşul kümesini tanımlamak artık mümkündür.

1) Bir sözü tutmadığımızda ve bunun tartışılacağı ve takip eden belli sonuçlarının olacağı korkusu.
2) Sahip olduğumuz bir ideale uygun yaşamakta başarısız olduğumuzda.

İlk koşullar kümesi Freud'un dış suçluluk ya da sosyal anksiyete olarak adlandırdığı duruma, ikincisi ise otoritenin içselleştirilmesi olarak tanımladığı duruma karşılık gelmektedir. Freud, bu içselleştirmenin dış suçluluğun deneyimlendiği koşullara bağlı olduğunu öne sürdü ve sonuç olarak öncelikle dışsal koşulları ele almak arzu edilmektedir.

"Dış" suçluluk

Cezalandırılmaktan korkabileceğimiz, ama bunun haksızlık olduğunu hissettiğimiz durumlar vardır. Şöyle ki bir çocuk ona kimsenin yapmamasını söylemediği bir şeyi yaptığı için dayak yediğinde bunu haksızlık olarak görür. Suçlu hissetmez, cezalandırılmaktan korkar. Eğer ebeveynler çocuğun yaramazlık yaptığını ve cezayı hak ettiğini iddia ederlerse adaletsizlik duygusunu tetikleyen budur.

Yine, ağır sonuçlar meydana getiren ama suçluluk hissetmediğimiz durumlar vardır. Savaş zamanı düşmana saldırmayı tehlikeli bulabiliriz ama bundan suçluluk duymayız. Dış suç sadece bir sözü tutamadığımızda kaçınılmazdır.

Bu noktada, rasyonel ve irrasyonel dış suçluluğu birbirinden ayırmak isterim. İnsanlar bazen gerçekleri bilen başka biri böyle düşünmeyeceği hâlde suçluluk hissederler. Dış suçluluk benim düşünceme göre sadece gönüllü bir anlaşma bozulduğunda rasyoneldir. Ahlaki ceza ya da basit bir intikam bazen eylemlerimizi takip eder ama eğer bir anlaşma söz konusu değilse suçluluktan söz edilemez. İnsanlar herhangi bir söz vermediklerinde de sadece cezalandırılma *korkusu* ve suçluluk hissedebilmelerine rağmen dış suçluluğun tek rasyonel ve objektif görüşünün bu olduğuna inanıyorum. Eğer haklıysam, bu durumda neden insanların realistik olmayan şekilde suçluluk hissettiği sorununu anlamak gerekecek.

Gerçek ve gerçekdışı suçluluk sorununu ele alırken şu an sadece dış suçluluk ile ilgili olacağım. Gerçek olan ve olmayan iç suçluluk daha da zor bir problem. Yapmaya çalıştığım ayrım gerçek ve gerçekdışı inanç arasında sürekli yapmaya çalıştığımız ayrımın tıpkısıdır. Şöyle ki, eğer bize bir Alman Musevinin işkence

gördüğü söylendiğinde bunu gerçek olarak kabul ederiz çünkü doğru olduğuna dair ezici bir fikir birliği vardır. İngiliz Musevisi tarafında benzer bir inanışı ise büyük ölçüde temelsiz, gerçekçi olmayan olarak kabul ederiz.

Gerçek dış suçluluğun en basit örneği gönüllü olarak yaptığımız bir anlaşmayı kasten bozduğumuz zamandır. Bir evi istiyorum ve kira kontratı imzalıyorum ve orada yaşama ayrıcalığı elde etmek için şu kadar kira ödeyeceğimi vadediyorum. Bu gönüllü bir anlaşmadır. Diyelim ki şimdi kiramı ödemeden ortadan kayboluyorum, böylece sözleşmeyi bozuyorum. Çok az sayıda insan beni suçlu bulmayacaktır.

Şimdi Freud'un ilk sorularının yanıtlanmasında biraz ilerleme kaydedebiliriz – neyin kötü olduğunu nasıl biliriz? Kiramı ödememiş olmamın kötü olduğunu biliyorum çünkü, kontratı yaparken ödemeyi *kabul ettim.* Başka bir deyişle dış ahlak bir sosyal mutabakat konusudur. Eğer iki kişi bir şeyin kötü olduğunu kabul ederlerse bu sınırlar dahilinde bu kötüdür. Bunu iyi olarak kabul etmek konusunda hemfikir olurlarsa bu iyidir.

Öyleyse gerçekdışı suçluluk duyguları nasıl doğar? En genel ve olası tek yol bir tarafın diğerine dayattığı anlaşmalardır. Dayatılan anlaşmalardan dikkate değer örneği elbette 1918 Versay'dır. Müttefikler Almanya'ya "Bunu imzalamazsanız, size daha çok zarar veririz" dediler. Sonuçta Almanya imzaladı. Uluslararası hukuka göre hâlâ belirsiz görünse de hukuka göre dayatılan anlaşmalar geçersizdir. Katolik kilisesi bile taraflardan birine baskı uygulandığı kanıtlanırsa evliliği bozar. Bu nedenle genel olarak fikir birliğine varılmıştır ki dayatılmış bir kontratı bozan kişiye *gerçekten* hiçbir ahlaki kusur ya da suçluluk yüklenmez. Ama insanlar bu koşullar altında sürekli suçlu hissederler, özellikle çocuklar.

Bir anne çocuğa "reçeli dolaptan alırsan seni sevmeyeceğim" derse ve böylece çocuktan bir söz alırsa bu dayatılmış bir kontrat örneğidir. Çocuk sonra reçeli aşırabilir ve büyük olasılıkla suçluluk hisseder ve adil olduğunu düşündüğü cezalandırılma korkusu hisseder. *Bunun gibi bir suçluluk duygusu gerçekdışıdır.* Bu yolla önemli vicdani çarpıtmaların gerçekleştiğine inanıyorum.

Dış suçluluk üzerine sonuçlarımızı özetleyelim. Yetişkinlerin çok büyük bir kısmı ve muhtemelen çocukların hepsi ister gönüllü ister dayatmayla olsun bir çeşit kontrata dahil olduklarında ve bu kontratı bozan kendileri olduğunda suçlu hissediyorlar.

"İç" Suçluluk

İç suçluluk dış suçluluktan hiçbir şekilde bir ceza beklentisi olmaması nedeniyle farklılaşır. Suçluluk tamamıyla içseldir çünkü *kendi* ideallerimize erişemediğimiz için *kendimizi* suçlarız. Ama hiçbir ideal bu sonuca aynı derecede sebep olmaz. Özellikle iç suçlulukla ilgili idealler ilginç bir özelliğe sahiptir ve bu onların ölümsüz nitelikte olmalarıdır. "*Her zaman* doğruyu söylemek" böyle bir idealdir. Şimdi bu idealleri nasıl ediniriz ve onları neden sahipleniriz? Bana onları sahiplenmemizin kabaca dört yolu var gibi geliyor.

1) Ebeveynlerimizi öyle sever ve onlara gıpta ederiz ki onlar gibi olmak isteriz ve onların gerçek ya da hayali özelliklerini kendi ideallerimiz olarak benimseriz. Yani eğer babam doğru söylemenin iyi bir şey olduğunu söylediyse ona inanabilir ve öyle yaparım. Böyle bir ideal herhangi bir tehdit korkusu olmaksızın tamamıyla gönüllü olarak kabul edilebilir. Sonuçta her zaman vazgeçilebilir ya da değiştirilebilir.

2) Gönüllü kontrat yoluyla. Çocuk ebeveynini o kadar çok sever ki gönüllü olarak süresiz bir kontratı sürdürmeyi taahhüt edebilir. Pratikte bu gönüllü durumun ebeveynlerin çoğunlukla iddia ettiklerinden daha az gerçekleştiğine inanıyorum.
3) Dayatılmış bir kontratla. Ebeveynlerin sevgisini kaybetme tehditi altında ölçüyü aşmama taahhüdü gibi en iddialı sözünü verebilir. Bu çocukların, bu kontrat dayatılmış ve gerçekte hiçbir suç hak edilebilir olmasa da bu kontrata uymadıklarında sürekli suçlu hissettikleri görülebilir. Çocuk ve ergenlerin hissettiği gerçekdışı suçluluğun bu kaynaktan geldiğine inanıyorum.
4) Son ideal kategorimiz doğrudan çocuklukta ebeveynlerden kopyalanan ideallerle ilgili, kategori 1 ile çok ortak noktaya sahiptir. Ama şimdi, hayatta işe yarayan bilinçli ve akılla seçilmiş, uzun vadede bize en çok mutluluk ve doyum sağlayacak davranışları belirleyen diğerlerinin bizimle ilgili sahip olabilecekleri fikirlerinden tamamen bağımsız olanları ele almak istiyorum. Şöyle ki, hayatımız boyunca belirli bir görevi yerine getirmemiz gerektiğini, bundaki başarının mutluluk getireceğini ancak bunun çok sıkı çalışma gerektirdiğini hissedebiliriz. (Elbette bu her zaman bilinçdışı bir önem de taşıyor olabilir, ama realistik bir önemi olabileceğine de inanıyorum ve şimdi üzerinde durduğum şey bununla ilgili). Eğer tembelsek ve gerekli olan sıkı çalışmayı tamamlayamadıysak belirli realistik ideale ulaşamayız. Dışarıdan gelecek hiçbir ceza beklentisi yoktur. Tembelliğimizin tek sonucu emeğimizin bize getirmesini beklediğimiz meyvelerini yiyememektir. Başka bir deyişle, kendimizle olan gizli kontratı bozmuşuzdur. Yalnızca ampirik gözlem gösterecektir ama benim inan-

cım, görevle ilgili duygularımız gerçekçi olduğu ve bilinçdışı bir önem içermediği müddetçe, suçluluk hissedilmeyecektir. Duygu daha çok kendimize yönelik hayal kırıklığı ve üzüntüye benzer olacaktır. Sanırım bu kontrat bozulduğunda suçluluğun hissedilmemesinin nedeni sonuçlardan kaçınmaya çalışma çabasının olmamasıdır. Muhtemelen bu durumda kendimizi sonuçlar konusunda kandırırsak suçluluk hissedilebiliriz.

Bu spekülasyonu daha fazla uzatmayı önermem. Yine de ortaya çıkan ego-ideallerinin üç büyük bölüme ayrılabileceğidir:

A Tipi - Çocukluk ya da yaşamın daha sonraki yıllarında gönüllü olarak tercih edilen en çok mutluluk getirecek davranışa dair genel kurallar (grup 1 ve 2'nin bir kısmını içerir)

B Tipi - Bilinçli irademiz dışında baskı karşısında ve sözünü vermediğimiz idealler (grup 2).

C Tipi - Gönüllü ya da gönülsüz şekilde dahil olduğumuz kontratların parçası olarak şekillenen idealler, kontratın bir kısmı ucu açık bir özellik taşır.

Yalnızca (C)'ye uymamak suçluluğa neden olur.

Kontratlar

Gönüllü olarak benimsenen idealler

Her ne kadar ideallerimizin çoğunun geçmişimizdeki koşullara bağlı olarak belirlendiği gösterilebilse de hepsinin böyle belirlendiği anlamına gelmez. Özgür irade sorusunu gündeme getirecek ya da bu ideallerin tartışılmasının gerektireceği diğer birçok etik soruna değinmek istemiyorum. Etik ve psikanaliz arasına sınır çekmek yararlı olmasına rağmen.

Gelecekte, etik idealler için bilimsel ve tarafsız bir çalışma umut etsek de açıktır ki şu anda yalnızca kişisel yargılar ve epey bilinçdışı taraflı önyargılar meselesidir. Öğretilen davranış kurallarına dayalı terapi değerli olabilir de olmayabilir de, ancak hastanın isteyerek ya da istem dışı şekilde geçmişinden getirdiği isteklerini ve pek çok idealini anlamasını sağlayan kendi etik *Weltanschauung*'nu oluşturabilmeye oldukça yeterli olduğunu inanan terapiden tamamen farklıdır. Bence yapmamız gereken kendisini hangi *kontratlar* altında olduğunu hissettiğini ve keşfedebildiğimiz ölçüde sınırlı mı sınırsız mı olduklarını, gönüllü mü dayatılmış mı olduklarını (sonraki bölüme bakınız) ortaya çıkarmaktır. Ama sınırsız ya da dayatılmış kontratların günümüzde bağlayıcı olup olmadıkları sorusuyla ilgilenmiyoruz. Eğer bir hasta diyelim ki iki yaşında dayatılan bir kontratın onun için hâlâ bağlayıcı olduğunu düşünüyorsa, genel ahlak ve hukuk bizden yana bile olsa analist olarak karşı görüşte olmak bize düşmez: Onun yerine hasta büyük olasılıkla hayal meyal de olsa kendini bildiğinden, bununla ilgili bir görüş bildirmek şart değildir.

Psikanalitik terapi özellikle bu yargılamalar ve gönüllü kabul edilen ideallerle ilgilenmekten kaçınır. Bu nedenle daha fazla ele alınmaları gerekli değildir, etikçilere ve didaktik eğitmenlere bırakılır.

Sınırlı ve sınırsız kontratlar

Bu ayrımların vakayı anlamak konusunda bize yardımı olup olmayacağı henüz kanıtlanmamıştır. Şu an için suçluluğun hissedileceği koşulların teorik bir incelemesine devam etme niyetindeyim. Şu âna kadar tartışmam suçluluğun bir kontrat yapılıp sonrasında bozulduğunda hissedildiği sonucuna ulaştı. Gönüllü ve dayatılmış kontratların farkına dönmeden önce, sınırlı ve sınırsız kontratların farkını daha fazla incelemek istiyorum.

Şu âna kadar dış suçluluk duygusu olarak adlandırdığım şeyin sınırlı kontrat olgusu ile örtüştüğü görülür. Mesele açık. Eğer kontratı bozarsam, dış dünyadan gelecek belirli bir ceza bekleyebilirim. Her iki taraf da ne bekleyeceğini bilir ve genellikle neden bunu beklediklerini hatırlar.

Sınırsız kontratlarda farklı olma eğilimindedir. Her zaman doğruyu söyleyeceğine söz veren çocuk büyüdüğünde bu sözünü unutabilir. Sözleşmenin tüm şartları da unutulabilir, ama kontrat bozulduysa huzursuzluk hissiyle sonuçlanır. Bu, bilinçdışı suçluluk duygusuna yol açar. Elbette sınırsız kontratlar her zaman unutulmaz. Örneğin, bir kişi çocukken katı bir ölçülü olma anlaşması imzaladığını hatırlayabilir, ancak büyüdüğü zaman baskı altında yapıldığını fark eder ve sonuç olarak hükümsüz olabileceğini ve iptal edebileceğini kabul eder.

Kontratların genel çeşitleri kolaylıkla aşağıdaki şekilde tasnif edilebilir.

I. GÖNÜLLÜ

Eğer bozulursa suçluluk duygusu gerçektir.

(A) Sınırlı

Sıradan legal kontrat.

(B) Sınırsız

Etkileri nedeniyle çok sık yapılmaz. En bilineni evliliktekidir, kişi benzer avantajlar karşılığında diğer kişiyi seveceğine ve onun çıkarlarını koruyacağına söz verir.

II. DAYATILMIŞ

Eğer bozulursa yaşanan suçluluk realistik değildir.

(A) Sınırlı

Versay Antlaşması'nın tazminat maddeleri böyledir.

(B) Sınırsız

Antlaşmanın bölgesel hükümleri. Bir kişi tarafından yapıldığında bir ideal olur.

Şimdi önemli psikolojik sonuçları olan bazı kontratları ele almak enteresan olacak.

Gönüllü kontratlar

Gönüllü sınırlı kontratlarla ilgili söylenecek çok az şey var. Bana öyle geliyor ki, ahlakın temeli olduğu ve değeri o denli sorgulanamaz ve o kadar kolay anlaşılabilir olduğundandır ki çok az duygusal güçlüğe neden olması gerekir. Eğer tüm kontratlar böyle olsaydı dünyada inanıyorum ki çok daha az sorun olurdu.

Gönüllü ama sınırsız kontrat öyle ciddi sonuçlara sahiptir ki kullanıldığı birkaç durum var. Biri ancak durumun tüm

gerçeklerini bildiğinde makul bir kontrat yapabilir. İmzasının içeriğinden iyice emin olmadığı müddetçe kimse evin kira kontratını imzalamaz. Eğer iyice emin olmak için yasal hükümleri inceleyecek bir avukat ve evi teftiş edecek bir bilirkişi tutacak kadar akıllıysak bu uygundur. Ancak o zaman makul bir karara varılabilir. Sınırsız kontratlar bilinmeyen unsurlar barındırmaya o kadar müsaittirler ki tehlikeli olmaları kaçınılmazdır. Evlilik, modern zamanlarda büyük olasılıkla bu duruma ait en bilinen örnektir. Yeterince bilgi olmadan sıklıkla girilen tek şeydir ve evlilik yeminlerini ciddiye alanlar için büyük duygusal çatışmalara yol açabilir. Elbette evlilik yemini bu bilgi meselesinde çok açıktır. Güçlükler ve sıkıntılar bilhassa belirtilmiştir, "hastalıkta ve sağlıkta." Böyle bir vaatte üzerimizdeki etkisini vurgulamak için samimi bir girişimde bulunulur.

Hukuk bu soruları ele alır. Nasıl dayatılan bir sözleşme yasal değilse, etkileri hakkında tam bilgi sahibi olmadan verilen bir vaat de yasal değildir. Şu anda gerçekte bu kontratların doğrusu ya da yanlışı ile ilgilenmiyoruz. Sadece farklı insanlar arsında değil, bir bireyin içinde de bir çatışmanın var olduğunu göstermek yeterli. Bir filozof, hukukçu ve din adamı sınırsız kontratların geçerliliğine dair farklı görüşler bildirebilirler. Hastanın zihninin farklı parçaları da aynısını yapmaya eğilimindedir. Filozof, hukukçu ve din adamının doğru ve yanlışla ilgili farklı standartlara sahip olmaları gibi, birey de kendi içinde farklı standartlar barındırır ve burada çatışmanın gelişmesi için verimli bir zemin oluşturur.

Sınırlı ve sınırsız kontratların arasındaki fark kuramda yeteri kadar net olsa da, pratikte bulanıklaşma eğilimindedir. "Her zaman" anne için büyüyünceye kadar anlamına gelebilirken, çocuk söyleneni olduğu gibi anladığından küçük oğlan için harfi harfine sonsuza kadar anlamına gelebilir. Buna benzer bir karmaşanın

belirli bir alanın bir vaat tarafından kapsandığında olma olasılığı daha bile fazladır. Beş yaşında bir çocuk için "her zaman" iyi olma vaadi, diğer pek çok şeyin yanı sıra ebeveynlerine ve diğer tüm otorite konumundakilere itaat etme ve seksüel aktiviteden kaçınmayı içerebilir. Ama annelerin çoğu çocuklarının bu şekilde sonsuza kadar "iyi" olmalarını istemez. Oğlan bir yetişkin olduğunda seksüel aktiviteye belli koşullar altında izin verilmesi gerekirken itaat de önemsizleşir. Buna rağmen çocuk annesinin zihninde yaptığı bu değişimlerin farkına varmakta güçlük çekeceğinden, orijinal vaadin gizli şartları tarafından kolayca sınırlandırılmış hissedebilir.

Bu çatışmaların çok sıklıkla gerçekleştiğine ve çok önemli olduklarına inanıyorum. Fakat kontrat ne dayatılmış ne de gönüllü olduğunda, ancak ikisi arasında işgal edilen alanın sınırı kötü tanımlandığında ve kasten gizli bırakıldığında çatışma sonuçları açısından çok daha sinsi ve netamelidir. Karakteristik dehasıyla Freud, bunu meselenin özü olarak kabul etti ve suçluluk kuramını bunun üzerine inşa etti. Sonuç olarak onun suçluluk kuramı benim düşünceme göre çok kısıtlıdır, ama en önemli pratik problemleri ele aldığı için çok değerli olduğunu kanıtladı. Bu belirsiz alana etraflıca bakmadan önce, dayatılmış kontratları daha detaylıca tartışacağız.

Dayatılmış kontratlar

Çocuklarına iyi olma sözü verdirmek ebeveynlerin her zaman menfaatlerine olmuştur. Eğer çocuk söz vermezse ebeveynin cezası basitçe şahsi intikamdır ve çocuk tarafından böyle hissedilir. Eğer çocuk iyi olmaya söz vermeye ikna edilebilirse ciddi bir anlaşmanın altına girmiştir. Şimdi eğer kontrata uymazsa, çocuğu

cezalandırmak ebeveynin hakkıdır. Antlaşmaların kutsallığı ilkesinin tamamı tehlikededir ve ebeveyn, ahlaki öfke için tamamen *haklı* bir zemine sahiptir.

Böyle kontratların nasıl yapıldığını da hesaba katarsak iyi olur. Görmüş olduğumuz gibi iki çeşit kontrat vardır, gönüllü olarak kabul edilen ve dayatılmış olan. Ebeveyn çocuk ilişkisi özellikle dayatılmış kontratların yapılmasına müsaittir. Ebeveynler 1918'de Müttefiklerin olduğu gibi daima güçlü olduğundan her zaman çocuklara şartları dikte edebilirler. Versay anlaşması imzalanmazsa Müttefiklerin Berlin'e yürümekle tehdit ettikleri gibi ebeveyn de iyi olacağına söz vermezse ya da söylenileni yapmazsa çocuğu tehdit eder. Ebeveynin kullanacağı tehditler nedir aslında? Genelde söylenen çocuğa gözdağı vermenin iki yolu vardır:

1) Eğer çocuk söz vermezse fiziksel şiddet kullanılacağı tehdidiyle.
2) İlgiyi geri çekme tehdidiyle.

Fiziksel şiddet, elbette, ilginin geri çekilmesini gerektirir ama ancak sınırlı ölçüde ve sınırlı bir zaman boyunca sürer. Ama ebeveyn "Eğer iyi olacağına söz vermezsen seni sevmem" dediğinde tehdit çok daha endişe verici ölçüdedir. Çocuk için bu, ebeveyninin onu bir daha hiç sevmeyeceği ve sonuç olarak ilgi, sevgi, yiyecek, barınma ve hayatın tüm konforunun tehlikeye girdiği anlamına gelebilir. Ölüm ihtimali çok uzakta değildir.

Bu nedenle bu tehdit bir çocuk için tam olarak dehşet verici ve sonuç olarak muazzam etkilidir. Üstelik ebeveynler bunu kullanmakta oldukça haklı hissederler. Karşılığında benim istediğimi yapmazsa çocuğuma neden ilgi ve bakım vermem gereksin.

ebeveynin duygusudur. Bunun silah zoruyla elde edilmiş bir söz değil, adil bir pazarlık olduğunu söylerler. Yine de çocuğun bakış açısından bu tehdit ihmal edilme ve ölüm tehdidi ile eşdeğerdir ve bu nedenle dayakla aynı şeydir ve sonuç olarak insafsız ve adaletsizdir.

Ahlak ne olursa olsun, çok açıktır ki çocuk çok güç bir durumdadır. Hayatını sürdürmek için hayattan zevk almasına çok önemli sınırlar getirebilecek şekilde davranmayı taahhüt etmesi gerekir. Sonuç olarak bu, kişilik üzerinde ciddi bir baskı oluşturabilir.

Bu ilkel olanların yanı sıra kontrat dayatma yolları çok çeşitlidir. Örneğin bazı insanlar, diğerlerini basitçe hediye yağmuruna tutarak ağır borç altına sokarlar. Bu tarz ilgi çoğunlukla karşılığında bir şey almak amacıyla ebeveynler tarafından çocuklara ve tabii ki aşıklar tarafından sevgililerine verilir. Saf özgeciliğin imkânsız olduğunu iddia etmiyorum ama bu özgecilik bazen karşıdakini karşılık verme zorunluluğunun altına sokmanın kılıfıdır. Genellikle insanlar bu lütufların anlamını sezerler ve eğer kabul ederlerse, kabul ettikleri takdirde ima edildiğini bildikleri sözleşmeyi yerine getirmek konusunda kendilerini ağır bir zorunluluk altında hissederler.

Çocuklara "şerefleri üzerine" söz verdirmek bunun özel bir çeşididir. Bu çocukların ebeveynlerini (ya da öğretmenlerini) sevme ve itaat etme yükümlülüğü altında olduklarını varsayar. Eğer bu yükümlülük gönüllü olarak kabul edildiyse itiraz edilmemesi için hiçbir neden yoktur. Şöyle ki, eğer arkadaşıma bir işi belirli bir süre boyunca yapacağıma gönüllü olarak söz vermişsem, yükümlülüğü yerine getirme konusunda şeref duygusuna güvendiğini söyleyerek bana bu sözü hatırlatmaya oldukça hakkı vardır. Bir öğretmen sınıftan ayrıldığında, öğrencilerine

iyi olacaklarına ve sözünü dinleyeceklerine söz verdiklerini ve bu sözlerinin yerine getirilmesini beklediğini hatırlatır. Ama yukarıda verilen örnekten farklı olarak çocuklar gerçekte onlara ustaca dayatılmış bunun gibi yükümlülükleri olsa da ona itaat etme anlaşmasına gönüllülükle girmemiş olabilirler. Vakaların büyük çoğunluğunda çocuklara "şerefleri üzerine söz verdirmek" onlara dayatılmış bir yükümlülük olduğu anlamına gelir.

Freud'un İkirciklik Suçluluk-Anksiyete Kuramı

Bu makalenin başında Freud'un suçluluk kuramının daha sonraki formülasyonunun ikircikliğin çatışmasının, kişinin sevdiğini yok etme korkusunun ifadesi olduğuna değinildi. Bana öyle geliyor ki *sevgi duygusu gizli bir kontratı içeriyor olabilir.*

İstiridyeleri "sevdiğimizi" söyleyebiliriz, bize çok fazla içgüdüsel tatmin verecekleri anlamına gelir. Ama *Walrus and the Carpenter* [Ayı Balığı ve Marangoz] hikâyesi (*Ek,* s. 366) bize bu tür bilinç dışı duyguların çok da uzak olmadığını hatırlatsa da normal olarak kendimizi onlara karşı hiçbir yükümlülük altında hissetmeyiz, onları yedikten sonra suçluluk hissetmeyiz. Bu iki kahraman istiridyelerini insan olarak görüyordu ve tabii ki insanları sevdiğimizde onları yok ettiğimizde ya da yok etmeyi dilediğimizde suçlu hissederiz. Ayı Balığı ve Marangoz istiridyelerine karşı yükümlülük altındaydılar; onlara hislerini ifade ettiler ve onları acımasızca kandırdılar, istiridyeler onların iyi niyetine güvendi ve bununla ilgili çok çok suçlu hissettiler. Bu genellikle insan ilişkilerinde de olan şeydir. Biri diğerini duygu-

larına ve ona verdiği öneme güvenmesini sağlar ve her birinin diğerini el üstünde tutacağı ve diğerine yardım edeceğine dair gizli bir kontrat gelişir. Ne kadar süre ve ne kadar yardım olacağı böyle bir yükümlülükte hiçbir zaman açık değildir ama genellikle ikisinden de çok büyük bir miktar anlaşılır. Şimdi ikisinin arasında herhangi bir nedenle düşmanlık doğarsa sevgi kontratı otomatik olarak bozulur ve suçluluk yaşanır. Böyle bir durum ambivalan bir ilişkide sıkça meydana gelir ve süreğen, akut çatışmaya neden olur.

Ancak muğlak ama geniş kapsamlı kontratlar içeren sevgi ilişkileri dışında da, eski hem karnım doysun hem pastam dursun sorunları mevcuttur. Burada, inanıyorum ki, daha sonra çok daha detaylı olarak değinme amacında olmama karşın, suçluluk ve anksiyete arasına bir çizgi çizmeye başlayabiliriz.

Nefret duygularıyla bir aşk sözleşmesini bozmanın yol açacağı suçluluk dışında, her zaman bir hiddet ânında sevilen kişinin yok edildiğinin hayal edilmesi tehlikesi vardır. Sevilen nesnenin imhası karısına şiddet uygulamak gibi bir öfke nöbetinde gerçekleştiğinde de hayal edilebilir, sevgi nöbeti sırasında da – mesela yemek yemek gibi. İkincisi önemlidir. Nefret ve agresyonun nasıl yok etmeye yol açabileceğini anlamak kolay; ancak sevginin aynı sonuca yol açması beklenmez. Bu anlamıyla sevdiğimiz bir yiyeceği imha etmek mümkün olsa da ve sıklıkla seksüel sevgi özellikle kadınlar tarafından oral kavramlarla hissedildiği için, cinsel nesneyi yok etme *korkusu* yeterince gerçek gibi görünse de aslında yapılamaz. *Aşkın kendisi yok edici olabilir* ve bu sebeple korkulabilir.

Bir aşk ilişkisinden kaynaklanan çatışmaları şöyle sınıflayabiliriz.

(A) Bir başka kişi dahil olduğunda

(1) Aşkın Paradoksal Doğasından kaynaklanan çatışmalar

a. kontrat mevcut değil

örn. Bebeğin meme emmesi

→ ANKSİYETE

b. gizli kontrat mevcut

örn. bilahare erotik ilişki

→ SUÇLULUK

(2) Sevdiğimizi yok etme ya da soğuma ihtimalini içeren ambivalanstan doğan çatışmalar.

a. kontrat mevcut değil

örn. Bebeğin annesine karşı kızgınlığı

→ ANKSİYETE

b. kontrat mevcut

örn. ambivalan aşk ilişkisi

→ SUÇLULUK

(B) Başka biri yoksa

(1) Çatışmalar – Aşkın paradoksal doğası

örn. çocuğun şekerleme yemesi

→ ANKSİYETE

(2) Çatışmalar ambivalanstan kaynaklanıyor

örn. çocuğun oyuncaklara kızması

→ ANKSİYETE

Suçluluk, Anksiyete ve Korku

Artık suçluluk ve anksiyete arasındaki ayrımı detaylıca tartışmak mümkün. Burada fark edilmesi gereken belirli duygu farklılıkları olduğuna inanıyorum, fakat bunların isimlendirilmesi büyük ölçüde bir terminoloji meselesi. "Suçluluk" göreceli olarak sınırlı bir anlamda kullanılmaktadır, kullanımı üzerinde fikir birliğine varmakta zorluk olmamalı, ama "anksiyete" çok geniş olarak kullanılmakta ve sonuçta kullanımını boş yere sınırlandırmaya yönelik itirazlar olabilir.

Şimdiye kadar varılan sonuç, suçluluğun sadece bir taahhüt altına girildiğinde deneyimlendiğidir. Eğer taahhüdümüzü yerine getiremezsek biliriz ki bize zarar veren belirli sonuçlar takip edecek. Bu suçluluğun neden bilhassa felç edici ve izole edici etkisi olduğunu kısmen açıklar. Ne olurlarsa olsunlar gizli günahlarımız için diğerleri bize karşı sempati duyabilirler, daha önce yapmamayı kabul ettiğimiz şeyi kasten yaptığımızda merhamet beklenmez. Kimseden koruma bekleyemeyeceğimizi tahmin ederiz. Dünyaya karşı tek başınayızdır ve sonuçlarından kaçmaya çalışmak faydasızdır. Suçumuzu paylaşan başka birini bulduğumuzda gelen büyük rahatlama bu kuramla açıklanmalıdır.

Suçlu hissettiğimizde korktuğumuz cezalandırılma ve dezavantajdır. Özgün niteliği dışsal ve aynı zamanda içsel bir kaynaktan da türer, yani hiçbir sempati ya da yardım görmeyeceğimiz beklentisi. Yapmayacağımıza söz verdiğimiz bir şeyi yaptığımızda *içsel bir çatışma* olması gerektiği açıktır. Bunun tartışmasını süperegonun sistematik analizinin yapılabileceği başka zamana bırakmayı öneriyorum.[1]

---

1 [Editör Notu]: Bowlby, iç çatışma ve özellikle süperego hakkında doğrudan bir çalışma yürütmüş gibi görünmüyor. Onun süperegoya dair önemli ifadeleri bu cildin 5. Bölümünde yer almaktadır.

Halihazırda davranışlarımızın sonuçlarından korkabileceğimiz ancak hiçbir yükümlülük veya kontratın olmadığı başka durumlar da söz konusudur. Bu en açık şekilde insanlar ya da uluslararasında bir savaş durumu olduğunda görülür. Saldırılarımızın bir misillemeye sebep olacağından korkabiliriz ama tüm dostlarımızı her zaman seveceğimize söz vermediysek suçluluk hissetmeye gerek yoktur. Yine haksız yere suçlanan ve ceza ile tehdit edilen bir çocuk büyük anksiyete hissedebilir ancak suçluluğun aksini hissedecektir. Aslında içsel anlaşmazlık olmadığı sürece çocuk müttefikler kazanabileceğini umar – kazanmaması için genel bir sebep yoktur. Cezanın yanlış olduğundan baya emindir ve bu doğrultuda kendini savunmaya hazırlanır.

Bu duygular için *"korku"* terimini kullanmayı öneriyorum. Yaşamımız ve refahımız tehdit edildiği zaman, korku hissederiz. Bir çılgının araba kullanmasından korkarız, depremlerden korkarız, zorbanın tehditlerinden korkarız, ama suçluluk hissetmeyiz.

Suçluluk ve korku arasındaki ayrım basittir. *Anksiyete* terimi hangi durumlara uyarlanabilir? Sıklıkla uyarlandığı endişenin hissedildiği çok farklı iki durum vardır.

(1) Benlikte herhangi bir kontratın olmadığı bir çatışma hissedildiğinde. Bir çocuk büyük olasılıkla da iyi bir sebepten annesine karşı öfkesine hâkim olamadığında, onu yok etmek ister. Ama aynı zamanda sonuçta kendisine ne olacağından korkar. Annesine zarar verebilir ve ona karşı o kadar nefret hissedebilir ki onu terk edebilir. Bu altın yumurtlayan tavuğu öldürme meselesidir. Benzer bir durum, daha az yoğun olsa da çocuğun oyuncaklarına sinirlendiğinde ortaya çıkar, ancak bu öfkenin ebeveynlerden oyuncaklara yer değiştirmesiy-

le karmaşıklaşır. Dahası yeme ve böylece yok etme tehlikesi benzer bir çıkar çatışmasını uyandırır. "Anksiyete" terimi bu durumları tanımlamak için kullanılır ve ben böyle kalmasını öneriyorum.

(2) Bazen hasta gök gürültüsü gibi kişisel olmayan bir şeyden dehşete düşebilir. Yine de korkusu tehlikenin gerçekçi algısıyla açıklanamayacak kadar büyüktür. Gökyüzü ile yapılmış bir anlaşmanın bozulması söz konusu değildir. Yine de böyle vakalarda genellikle yoğun suçluluğun gerçekten var olduğu bulunsa da hiçbir korunmanın beklenemeyeceği Tanrı'dan gelecek cezadan korkmak yerine, tehlikeden korunmak için masanın altına girerek "saklanmanın" mümkün olduğu ve başa çıkmak için diğerlerinin sempati ve yardımının alınabileceği gerçeği gök gürültüsü ile yer değiştirmiştir.

Süperego, suçluluk ve anksiyete

Organizmanın güvenliği bir dizi farklı tehlikeye uygun şekilde çok çeşitli faaliyetlerle korunur. Karşılaştığımız başlıca tehlikeler, rahatlıkla aşağıdaki iki başlık altında gruplanabilir:

1. Diğer insanların eylemlerinden doğan tehlikeler.
2. Hayvanlar, bitkiler ve diğer doğal güçlerin insan dışı dünyasından kaynaklanan tehlikeler.

Betimsel amaçlar için bu iki grup açıkça tanımlanmış olsa da birçok insanın zihninde çok karmaşıktır.

Şimdi vahşi ya da medeni insanları, olmayan ya da sanki olma ihtimali taşıyan sorun beklentisine sevk eden şey neydi? Önceki durumlarda her zaman nazik ve düşünceli olan yönetici tarafından çağırıldığında aşırı derecede endişeli olan çalışan buna bir örnektir. Gerçekte maaşında bir artış beklemek için haklı sebepleri

olabilir, ama içindeki bir şey onu tehlike sezmeye iter. Psikanaliz çalışanın yaşadığı anksiyetenin onun süperegosundan doğan bir şey olduğundan söz eder ve tehlike öngörüsünün nedeni olarak çocukluktan itibaren diğer insanların doğasıyla ilgili olarak sahip olunan inançlardan kaynaklandığını göstermiştir. Çocukluk süresince ebeveynlerin onlara, aynı kendilerinin ebeveynlerine davranmak istedikleri vahşi şekilde davranacakları korkusuna sahip olurlar. Bu beklentiler oldukça yanlış olsa da çeşitli sebeplerden hiçbir zaman düzelmez ve akılda daha sonraki ve daha gerçekçi inanışlarla birlikte kalmaya devam ederler. Sonuç olarak, diğer insanlardan beklenen davranışların (en azından) iki standardı ele alınmış olur. Kolaylık olması açısından bir standardı "çocuksu," diğerini "gerçekçi" olarak adlandırmayı öneriyorum, tabii ki yetişkin standartları sadece gerçekçiliğe yakındır.

Şimdi bu, diğerlerinin nasıl davranacaklarının beklentisine dair standart ya da teoriler benlik tarafından amaçları doğrultusunda kullanılır. Bir yandan libidoyu doyurmak için tasarlanan eylemler gereksizce yüksek veya düşük olabilen böyle standartlar tarafından düzenlenir, diğer yandan kendini koruma eylemi onlardan önemli ölçüde etkilenir ve çoğu zaman gerçekte olmayan tehlikelerden kaçınmak için insanüstü çaba gerektirebilir.

Neyin beklenebileceğine dair aynı anda iki farklı standart ya da teori kazanılırsa, bir çatışma ortaya çıkacaktır. Şöyle ki, bir hasta gerçekçi olarak analistin ona yardım etmeye çalıştığına inanabilir, ama çocuksu teorileri ona diğer insanların hepsinin onun hatalarını yakalamaya ve onu cezalandırmaya çalıştıklarını söyleyebilir. Çatışma analiste gitmeye devam etme ya da ondan sakınmak şeklinde ortaya çıkabilir. Bu meseleler çocuksu teorilerin çocuklukta nereden geldiğini ve yetişkinlik hayatında neden süregittiği sorusunu doğurur.

Çocuksu kuramların yapılanması

İnsanların belli bir şekilde davranmalarını beklememizin ana nedeni daha önce böyle davrandıklarını gözlemlemiş olmamızdır. Her bireyin kendine has özellikleri vardır ve bir süre sonra onları öğrenir ve buna göre davranırız. Çocuklar diğerlerinin nasıl davrandığını gözlemekte çok hızlıdır ve sadece tüm insanların nasıl davrandığını değil bireylerin nasıl davrandığının işleyiş kurallarını da hızlıca edinirler. Bizi esas ilgilendiren diğer insanların bize karşı nasıl davrandıklarıdır. Küçük bir kız belli şekilde davranması şartıyla, babasının ilgisinden emin olabileceğini öğrenebilir. Aynı şekilde annesinden kıskançlık beklemeyi de öğrenebilir. Bu beklentilere bilinçli olarak karar vermek şart değildir, ancak suyun ıslak olduğunu bilmemiz kadar doğrudan bir yolla ulaşılır. Ancak insan zihninin başlıca hatalarından biri yetersiz veriden genelleme yapmaktır. Bu genelleme basitçe bilimsel teorinin ilkel bir çeşididir ve bu nedenle bu türden bir beklenti için gerçekle çok az bağlantısı olan ya da hiç olmayan "fantezi" yerine "teori" terimini kullandım.

İnsanlar teorileri kolayca değiştirmezler. Zihinleri etkilenebilecek insanları bulmak oldukça nadirdir. İster ilkel ve çocukça ister nispeten yetişkin ve gerçekçi olsun, insanların genellemelerine bağlılığı en çarpıcı özelliklerimizden biridir. Hâliyle bastırma gibi faktörlerden oldukça farklı olarak anlaşılmalıdır ki, bir kere bir genellemeye ulaşıldı mı uzun ve yavaş bir süreç olmadığı takdirde değiştirilebilmesi pek mümkün değildir. Bu teorilerin bazıları bir şekilde bastırıldığında ve yeni deneyimin meyveleri bunlarla ilişkilendirilemediğinde, hiçbir değişiklik beklenemez.

Bu teorilerin yeni deneyimden neden –bastırılmış– yalıtılmış olması gerektiğini sorgulamaya geçmeden önce bu tarz teorilere ulaşmanın diğer iki yöntemi akılda bulundurulmalı.

Örneğin diğer insanlar tehdit ya da baştan çıkarma yoluyla nasıl davranmalarının beklenebileceğini açıklayabilirler. Eğer böyle yaparsan sana şeker vereceğim, eğer başka bir şey yaparsan sopa. Bu tehdit ve vaatler, çabucak insanların davranışlarıyla ilgili teorilerimize işler.

O hâlde çok çeşitli formda sözleşmeler var. Eğer iyi çocuk olacağıma söz vermişsem ve babam öyle olmadığımda beni döveceğini vadettiyse belirli beklentiler için açıkça tanımlanmış sebeplerim vardır. Bu tür kontratların detayları, gördüğümüz gibi" "unutulabilir" ama genellikle "bilinçdışı" teorilerimize işlemiş olur ve geçerliliklerini yitirdikleri sanılandan sonra da çok daha uzun süre etkisini sürdürür.

Beklentilere ulaşmanın daha sonraki iki yolunun örneği olarak aklıma son zamanlardaki bir vaka geliyor. Kız çok katı, asla ebeveynlerini eleştirmeyecek, onlar hakkında şikâyetçi olmayacak şekilde yetiştirilmişti. Bunu kısmen kabul etmiş ve buna annesinin ilgisini sürdürmek için söz vermişti, ancak bence tam anlamıyla ceza tehdidi altında sözünde durmuştu. Aslında şikâyet edeceği çok şey vardı, ailenin bütün üyeleri tarafından köleymiş gibi davranıldığı için ve annesi sürekli orada bulunmasını talep ettiği için dışarı çıkamıyor ve eğlenemiyordu. Ama şikâyet etmek kendini tehlikeye atmak anlamına gelirdi ki annesinin tehditleri ve kendi vaatleri böyle bir beklenti için ona iyi bir sebep teşkil ediyordu. Bu beklentiler annesinin ölümünden sonra bile geçerliliğini sürdürdü ve kalbindeki acı şikâyetleri dile getirirse, annesinin onu cezalandırmak için mezardan çıkacağı beklentisini gösteren iyi kanıtlar vardı.

Bu hasta aynı zamanda çocuksu kuramların oluşmaya başlaması için dördüncü ve çok önemli olan yolun fikrini verir. Diğer insanlarla ilgili fikrimiz büyük ölçüde kendimizle ilgili

fikrimizi temel alarak şekillenir. Çocuklar bu nedenle yetişkinlerin aynı kendilerinin olabildiğini bildikleri gibi, tamamıyla hırslı ve öfkeli oldukları beklentisine girebilirler. Az önce sözünü ettiğim hasta annesinden "akılcı" bir ceza beklemekle kalmayıp, diğer tüm şeylerin arasında annesi gibi kanserden öleceğinden, benim tarafımdan sırtından bıçaklanacağından da korkardı, her ikisi de tam olarak misilleme niteliğinde bir ceza beklentisinin sonucu.

Diğer insanların bize yönelik davranışlarını hesaba katmayı öğrendiğimiz farklı beklenti grupları olarak dört yol listelenebilir:

Grup 1 - Genel gözleme dayalı beklentiler
Grup 2 - Belirli tehdit ve vaatlere dayalı beklentiler
Grup 3 - Anlaşılmış bir kontrata dayalı beklentiler
Grup 4 - Kendi duygu ve isteklerimizin bilgisine dayalı beklentiler

Ortaya çıkan teoriler insanların kendi aralarında nasıl davrandıklarına ilişkin genel önermelerden çok, üreteceğimiz belirli özel durumlarda bize karşı nasıl davranacaklarına ilişkin kehanetlerdir. Bilmek istediğimiz şey, öfkemizi kontrol edemezsek annenin ne yapacağı ve eğer bebeğe vurursak hemşirenin ne yapacağıdır. Eğer teorilerimiz bize bunlardan herhangi birini yaptığımızda ceza beklememizi söylüyorsa, herhangi birini yapmaya yönelik bir istek hissettiğimizde kaygılanırız.

Diğer insanların an be an nasıl davranacaklarına dair beklentilerimiz de o andaki kendi isteklerimize ve bu istekleri kontrol edebileceğimize dair kendimize olan güvenimize bağlı olacaktır.

Kendi isteklerimizi kontrol etmeye dair bu güven büyük önem taşır. Açıktır ki eğer eylemlerimizi kontrol edebilirsek kay-

gı hissetmeye gerek yoktur, çünkü eğer etrafta insanlar varsa ve fark etmeleri mümkünse bebeğe vurmaktan kaçınsak iyi olur. İstekleri kontrol edememe, özellikle bastırmadan kaynaklanır. Bir isteğin çok tehlikeli ya da ahlaki olarak kötü olduğu (örneğin kontratlarla çatışma) hissedildiğinde iç huzuru ancak hiç böyle hissetmemişiz gibi davranarak kazanılır. İnkâr ederek kasten onunla ilgili daha fazla bir şey yapmayı reddederiz ve sonuçta üzerinde hiçbir kontrolümüz olmaz.

Bastırmanın oluştuğu belli koşullar daha fazla irdeleme gerektirir. Bence hep *ahlaki* kınamanın sonucu olması mümkün.

İsteklerin dışındaki eylemlerin değerlendirilmesine dönelim. Açıktır ki halihazırdaki davranışımız teorilerimize dayalı olacak ve teorilerimizin doğru ya da yanlış olduğu ölçüde uygun ya da uygunsuz olacaktır. Dahası, her şeyi her seferinde yeni baştan düşünmek zorunda kalmamak için, organizmanın durumlara karşı genel ve düşünmeksizin tepkisi olacak bu teorilerden *davranış kuralları* ortaya çıkacaktır. Bu davranış kuralları bize üç tip ego-idealini hatırlatır:

A Tipi - Büyük mutluluğa sebep olacak davranışın kuralları olarak çocuklukta veya sonraki yaşamda gönüllü olarak seçilenler (grup 1 ve 2'nin bir kısmını içerir)

B Tipi - Gönüllü irademiz dışında benimsenen, zorlamayla ve hakkında hiçbir söz vermemiş olduğumuz idealler (grup 2).

C Tipi - Gönüllü olsun olmasın dahil olduğumuz bir kontratın parçası olarak şekillenen idealler, kontratın bir parçası ebedi niteliktedir.

Şimdi, A tipi ego ideallerinin etkisi altındaki kuralların sanki daha çok Grup 1'deki kuramlar üzerine, yani genel gözleme

davalı beklentiler üzerine yapılandırıldığı görülecektir. B tipi ego idealllerinin etkisi altındaki kurallar Grup 2'deki kuramları takip eder. Ve C tipi olanlar Grup 3'tekileri takip eder. Tüm idealler Grup 4'ün işleyişlerinden, kendi duygularımızı diğer insanlara atfetmemizden etkilenecektir.

Bu farklı davranış kodları arasında çatışma olasılığı çok büyüktür, sadece daha yetişkin olanların yanı sıra ısrarcı çocuksu kuram ve davranış kurallarına sahip olduğumuz için değil, A Grubu ideallerinin B ve C grubundakilerle çatışma ihtimali olduğu için. Grup A hepsini kapsayabileceği için aralarında bir çatışma olmasına gerek olmadığı doğrudur. Oxford'da saatte 30 milden daha hızlı araba kullandığımızda cezalandıracağımızı biliyorsak ya kanuna uymayıp sonuçlarına razı olmaya ya da kanuna uymaya karar verebiliriz.

Aklı başında bir kişi yerine getirilmesi güç ya da imkânsız hiçbir yükümlülüğü üstlenmez, başka bir deyişle genel davranış kuralları ile çatışacak yükümlülüklerden kaçınacaktır. Her zaman annesine bakan ama sonra evlenmeyi isteyen kız çocuğu vakası özellikle karar vermesi güç bir yükümlülüğe örnektir. Böyle bir durum herkesin bildiği gibi çok güç olsa da hiçbir şekilde çözümsüz değildir. Ana fikir şudur. Eğer diğer insanların çeşitli davranış kural ve teorileri birbirleriyle karşılaştırılabilseydi ikilemler çözülebilir ya da orta yol bulunabilirdi. Çeşitli sebepler nedeniyle ayrıldıklarında ve birinin varlığı bilinçli bir zihin tarafından inkâr edildiğinde birbiriyle çelişen niyetleri çok daha kesin ve yıkıcı şekilde çatışır. Sıradaki konumuz neden iki kişisel davranış kuralı ya da diğer insanların davranışlarıyla ilgili iki kuramın böyle ayrışması gerektiğini bilmek.

Çocuksu kuramların yetişkin kuramlarından ayrılması

Hepimizin yükümlülükleri "unutmak"tan elde ettiği büyük fayda zaten aşikâr. Bir yükümlülüğü gerçekten unuttuysak bize biraz anlayış gösterilir; bu kasti kötülük olarak görülmeyecektir. Bir alternatifi, yükümlülüğümüzü kabul etmemize rağmen, bozduğumuzu inkâr etmektir. Ben sekiz yaşlarındayken bana erkek kardeşim tarafından bir saat motoru emanet edildiğini hatırlıyorum. Ödünç alırken dikkatli davranacağıma ve eğer kırılırsa sorumluluğu alacağıma söz verdiğimi varsaydık. O uzaktayken onunla deney yaptım ve kırdım. Kendimi onun çok zayıf bir motor olduğuna ikna etmeyi başardım. Bu küçük kendi kendini kandırma erkek kardeşimi ve annemi motorun "elimde parçalanıverdiğini" ikna etmemde yeterince başarılı oldu.

Kendimizi bağışlayabildiğimizde çoğunlukla yaptığımız budur. Olayı tamamen unutmak bizi bu şüphelerden kurtarır. Böyle düşünüyoruz. Analitik deneyim, olayın unutulmasına rağmen belirsizliğin devam ettiğini ve suçluluğun devam ettiğini gösteriyor. Gerçekten yükümlülüğü kasti olarak bozduk ve muhtemelen bu fark edilecek, önce değilse de son yargılamadan sonra ceza gelecektir. Diğerlerinin bize nasıl davranacağı ile ilgili beklentimiz böyle küçük günahlardan, bastırmış olabileceğimiz hatıralardan ciddi olarak etkilenir.

Bastırma çeşitli şekillerde görülür:

1. Bir yükümlülüğe dahil olduğumuz bilgisini tamamıyla inkâr edebiliriz.
2. Ne olursa olsun bozduğumuzu inkâr edebiliriz.
3. Bozmaya yönelik duygu ve isteğimizi inkâr edebiliriz örn. kin

4. Bizi bir yükümlülük içine sokabilecek duygu ve istekleri inkâr edebiliriz. örn. libidinal istekler

Tamamı inkâr edilebilir, unutulabilir ve bilinçli zihin sonuç olarak cezalandırılma korkusu ve suçluluktan kurtulur. Belli bir dereceye kadar dürüstçe, suçlu olmadığımızı söyleyebiliriz. Cezalandırılma adaletsiz, bizi koruyacak yandaşlar bulunmalıdır.

Buna rağmen bastırma çoğunlukla yetersizdir. Bazen tüm duygular kaybolur ama, hastanın eylemleri öyledir ki, sadece geçmişte suçluluk duyuyormuş ve ancak şimdi yaptığını gördüğümüz telafi eylemleriyle bundan kaçınabiliyormuş varsayımıyla açıklanabilir. Diğer hastalar tehlikenin her çeşidinden korkarlar ve bu yine, sürekli cezalandırılmaktan korktukları varsayımıyla açıklanabilir. Bu tür hastaların bilinçdışı suçluluk duyguları olduğu söylenir.

Bu şekilde, insanların nasıl davranması beklenebileceğine dair iki standart aynı anda ele alınır. Suçluluk ve cezalandırılma korkusu hissederiz ama ikisini de reddederiz. Çocuksu teoriler ve davranış kuralları daha yetişkin olanlarla birlikte var olur. Bastırma süreci onları birbirinden ayrı tutar, hiçbir kontrolün sürmesine izin verilmez ve çocukluğun eskimişliğine rağmen davranışı çeşitli şekillerde etkilemeye devam eder.

Ego ve süperego

Ego ve süperego kavramları bu farklı organizasyon çeşitlerini tanımlamak için öne sürülmüştür. Ego kavramı insan davranışının bilinçli, yetişkin ve görece gerçekçi teorilerini ve bu teorilere dayalı kasti eylemlerimizi yönlendiren gücü tanımlamak için kullanıldı. Dolayısıyla kabaca Grup 1 teorileri ve A tipi ego idealleri ile örtüşür. A tipi ego ideallerine dahil ettiğim özdeşleş-

me süreci tarafından karmaşık hâle getirilir, ama bana öyle geliyor ki bu idealler gönüllü olarak benimsendiği ve bilinçlilikle çok yakından ilişki kurduğundan dolayıdır ki ego ideali terimine rağmen egonun altına dahil edilmelidir. Uzun vadeli ego ilgileri ve kısa vadeli ego ilgileri arasındaki ayrım bir dereceye kadar çünkü bunlar "normal" insanlarda birlikte ve sıkı sıkıya organize olabilirler. Sonuç olarak aynı kavramı onları kontrol eden organizasyonu kapsayacak şekilde kullanmak uygundur.

Süperego kavramı oldukça belirsiz şekilde kullanılmıştır. Freud bunu şunları teşvik eden organizasyonu kapsamak için kullanır.

1) Uzun vadeli ego ilgileri (ego-idealleri).
2) İnsanlara karşı sorumluluk duygularını (vicdan).
3) Yükümlülüklerimizi bozduğumuzda duyduğumuz pişmanlık.
4) Günah işlediğimizde kendimizi cezalandırma eğilimimiz.

Kökeni ile ilgili teorilere geçmeden önce kavramın günümüzdeki kullanılışına dikkat çekmek istiyorum. James Strachey yakın zamanlı "Psikanalizde Terapötik Aksiyonun Doğası" [The Nature of the Therapeutic Action in Psycho-Analysis] (Strachey, 1934) makalesinde süperegonun tedavi sırasında uğradığına inandığı değişimleri tartışır. Kavramı tanımlamaz ya da tarif etmez ancak bana göre baştan sona ve tutarlı şekilde anlattığı şey, basitçe diğer insanların neden hoşlandığı ve dünyayla geçinebilmek için nasıl davranmamız gerektiğine dair bir kişinin çocuksu teorileridir (kendini korumak ve libidinal doyum sağlamak). Aslında Strachey'nin savunduğu şudur; çoğunlukla bilinçdışı olan bu çocuksu teorilerler analizde gün yüzüne çıkarılır, yeniden

değerlendirilir ve sonuçta değiştirilir. Bayan Klein da bence bu kavramı Strachey'ninki ile aynı kullanıyordu.

Süperegonun çocuksu teorilerle özdeşimi bana göre en aydınlatıcıdır. Bence bu, Freud'un kendisininkinden daha iyi bir tanımlama. Çocukluk teorleri ve yetişkin teorileri arasındaki ayrım, pratikte her zaman saptamak kolay olmasa da en azından net kuramsal bir ayrımdır. Bana göre başlıca avantajı çocuksu ve yetişkin ego idealleri ve vicdanı birbirinden ayırması olabilir. Freud bu ayrımı yapmadı, sonuçta onları süperego başlığı altında grupladı. Böyle bir süperegonun büyük kısmı çocuksudur ama bir kısmı da şüphesiz gerçekçidir ve Freud bu zorluğun olduğunu fark etse de çok net olarak gördüğünü düşünmüyorum.

Strachey'nin makalesindeki gruplama bana çocuksu ve yetişkin vicdanı arasındaki ayrımı öneriyor gibi geliyor. Sonra ikisini egoya bölüştürür çünkü daha önceden tartışıldığı gibi, iyi organize olmuş bir kişilikte ego gönüllü olarak yükümlülükleri ve kendi vicdanını üstelenebilir.

Yetişkin ve Gerçekçi

KISA VADELİ EGO İLGİ VE İSTEKLERİ	UZUN VADELİ EGO İLGİLERİ=EGO İDEALİ

Çocukluktan Kalma

KISA VADELİ -EGO İLGİ VE İSTEKLERİ	UZUN VADELİ EGO İLGİLERİ=EGO İDEALİ

Şematik gösterim kolaylık sağlayabilir.

Sağ taraftaki sütun aklın Freud'un süperego olarak adlandırdığı bölümlerini içerir. İkinci sıradakiler benim süperego olarak adlandırmayı önerdiklerim ve aslında Strachey ve Bayan Klein'ın kastettiklerine inandıklarımdır.

Şu anda Freud'un kuramlarını detaylı olarak irdelemeyi önermiyorum, çünkü onları takip etmeyi ve anlamayı aşırı derecede zor buluyorum. Ama, bana göre süperegonun gerçek gözlemden çok çıkarımın doğasında olan diğer daha fazla özelliğini not etmeliyiz. Freud vicdan ve ego idealinin kökenini egonun ebeveynlerle belli güçlü ve önemli özdeşimler kurduğunu varsayarak açıklar.

"Eğer üstünlük kazanır ve sayıları çok artarsa, aşırı derecede yoğun ve bir diğeri ile uyumsuz hâle gelirlerse, patolojik sonuç çok uzak olmayacaktır."

Ego-idealinin kökeni hakkında şöyle yazıyor: "ego idealinin ardında özdeşimlerin hepsinden önce ve en önemli olan babayla özdeşim gizlidir" (Freud, 1923b, s38).

Bayan Klein tabii ki bu konuda detaylı inceleme gerektiren çok sayıda çalışma yapmıştır.

Özdeşim sorunu

Daha önce yazdıklarım süperegonun kökeninin ne olabileceği ile ilgili kuramlarımı belirtmeye yöneliktir.

Tartışmamın sonucu şudur ki, süperegonun işlevleri egonun işlevlerinden farksızdır. Bunlar şöyle tanımlanabilir:

1) Diğerlerinin kendine nasıl olduklarının bilgisini depolamak, böylece gelecekte nasıl davranacaklarının beklenebileceğini belirtmek.
2) Libidinal amaçlara katkıda bulunacak eylemler üzerinde karar vermek ve eylemleri gerçekleştirmek, kendini tehlikelerden korumak (özellikle diğer insanlardan).

   Bunu

   (a) kişiyi tehlikeye sokacak belirli arzuları (id arzularını) baskılayarak

(b) bu amaçlara daha çok katkısı olacak diğer eylemleri teşvik ederek (ego-idealleri-kontrat altına girme vb.) yapar.

Bence ego ve süperego arasındaki tek fark süperegonun arkaik, egonun ise görece güncel bir veri seti ile çalışıyor olmaları. Bu ikisi ters düşüp biri diğeri kadar güçlü olduğunda ciddi çatışma kopar.

Öz cezalandırma

Öz cezalandırma kavramı Freud'un dikkatini egoda normalde bildiğimizin ötesinde bir özelliğe çeken ilk gözlemlerden biridir. Süperego kuramı öz cezalandırma gözlemi ile çok yakından ilişkilidir ve süperego kuramında bunu hesaba katmayacak hiçbir değişiklik düşünülemez.

Freud'un kendi açıklaması hem *Uygarlık ve Hoşnutsuzlukları*'nda [Civilisatin and its Discontents] (Freud, 1930a) hem de *Yeni Psikanalize Giriş Dersleri*'nde [New Introductory Lectures on Psychoanalysis] (Freud, 1933a) bulunur.

"Bu bilinçdışı cezalandırılma ihtiyacı... süperego tarafından içselleştirilmiş ve yüklenilmiş bir parça saldırganlığa karşılık gelecek" (Freud, 1933a, s141). Çocuğun ebeveynlerine yönelik sevgi saplantısı nedeniyle, onlara agresyon yönlendirilemez. O zaman agresyon süperego tarafından "üstlenilir" ve egoya karşı yönlendirilir.

Çocuğun ebeveynlerine yönelik agresyonunu ifade etme korkusu ve hoşnutsuzluğunu anlamak kolay. Agresyonun açığa çıkmasını önlemek için egonun bir bölümü bununla başa çıkmak üzere ayrılır (bu egonun id-dürtüleri ile onları düzenleyerek, yavaşlatarak, koşulların kabul edeceği şekilde yönlendirerek duyarlı şekilde başa çıkma işlevidir. Ebeveynlerin sebep olduğu agresyonla başa çıkmada sadece sıradan işini yapıyor). Egonun bu

özel parçasını Freud süperego olarak kavramsallaştırır. Bu rahatsız edici agresyonlarla ne yapar? Ebeveynlerin dışındaki insanlara yönlendirebilir ya da (mümkünse) tamamen baskılayabilir. Freud'un yaptığını iddia ettiği şey, onların bazen belli bir ölçüde içe yansıtıldığıdır – yani egonun kendisine yönlendirildiğidir. Süperego o andan itibaren "egonun diğerlerine karşı yapmak üzere olduğu aynı acımasız agresyon eğilimini egoya karşı icra eder" (Freud, 1930a, s.105). Diğer bir deyişle, egonun özel işlevi agresyon dürtülerini düzenlemek olan bir parçası, bunu yapmanın en iyi yolunun kendine yöneltmek olduğunu keşfeder.

Bu açık ve anlaşılırdır ama neden kendini yaralama yerine *öz cezalandırma* olarak hissedilmesi gerektiğini açıklamaz. Ahlaki unsur açıklama gerektirir ve Freud bunu suçluluğun her zaman ambivalan duygular olduğunda deneyimlendiğini söyleyerek verir. Sonuç olarak agresyonun bu "*içe yansıtması*" sadece ambivalansı çözerek suçluluk duygularından kaçınmaz suçlu tarafı da gerçekten cezalandırır.

Durumun çok daha karmaşık olduğunu düşünme eğilimindeyim. Freud'un suçluluk kuramında değişiklik yapma arzumun nedenlerini ifade etmiştim. Sadece ambivalansın var olması suçluluğun ortaya çıkmasında yeterli değildir. Bir çeşit vaadin olması da şarttır. Dahası ceza basitçe agresyonun sarf edilebileceği başka bir yer olmadığı için kişinin kendine yönelmesinden daha amaç yönelimlidir. Agresyon neden var olduklarında dışarıdaki diğerlerine yönelmez? Neden her zaman kendi üzerine yönelir?

Bu öz cezalandırma sürecinin üç öğesi bence ayrıştırılmalıdır. Bunların çok sıklıkla karıştırıldığından şüpheliyim ve Freud, her zaman olduğu gibi genel ve önemli klinik belirtiyi yakalamıştır. Ama açık bir teorik analiz ancak bu elementler ayrı ayrı ele alındığında mümkündür.

Öncelikle, agresif dürtünün seksüel dürtü gibi ifadesi için hiçbir nesne olmamasındansa herhangi bir nesneden faydalanacağını gösteren pek çok kanıt vardır. Öfkemizi işverenlerimize kusamıyorsak, çalışanlarımıza kusarız. Yer değiştirme çok tatmin edici olmayabilir, ama hiç yoktan iyidir. O yüzden şunu bulmak şaşırtıcı değildir, kimse olmadığında agresyon kendi üzerine yönelir. İfade edecek herhangi bir şey! Böyle bir kuram ilginç şekilde maymunlardan doğmuştur. Zuckerman (1932) maymunlar kafeslerinde yalnızlarsa ve ziyaretçiler onları kızdırırsa kendilerini nasıl yaraladıklarını anlatır. Bunun oluşunu açıklayacak en basit kuram agresyonun orijinal nesneden var olan yegâne nesneye yani kendisine yer değiştirmesidir.

Artık insanlar nadiren demir kafeslerdedirler. Her zaman bu öfkeyi kusacak diğerleri vardır, öyleyse neden kendilerini tercih ederler? *Demir kafeslerde olmasalar da insanlar çoğunlukla baskılama kafeslerindeler.* Agresyonun herhangi birine karşı, herhangi bir aleni dışavurumunun evrensel intikamla karşılanacağını *hissediyorlar.* (Bu çocuksu teorilerin sonucudur). Sonuçta, diğerlerine saldırmak çok tehlikelidir ve geri kalan yegâne obje kendidir. Bu faktör nadiren tek başına bulunur, ama bazı kişilerin kendilerine yönelttikleri saldırıların şiddetini açıklar.

İkinci bir unsur da elbette, kişinin incitmek istediği, ancak engellemelerin açık saldırıdan koruduğu kişileri incitmeye yönelik basit arzusudur. "Öldüğümde çok üzülürler." Diğerlerine bu dolaylı saldırı başka yoldan da gerçekleştirilir. Eğer bir hasta düşmanının içinde olduğunu (onları içe yansıttığını) hissediyorsa kendine yönelik bir saldırı aynı zamanda içe yansıtılmış düşmana da yönelik bir saldırıdır.

Üçüncüsü ahlaki öğedir. Bir kişi feci suçlu hissediyorsa bununla başa çıkmak ve üstesinden gelmek için cezalandırılmak ister.

Cezalandırılmayı beklemek için bir nedenimiz olduğunda cezayı beklemek kadar *tüketici* hiçbir şey yoktur. En kötüsünü bilmek isteriz, büyük ölçüde çocuksu teorilerimiz bizi şok edici yoğunlukta cezalar ummaya ittiği için ve (yetişkin teorilerimiz böyle söylediği için) gerçekte hiçbir şeyin bu denli kötü olmayacağını biliriz. Çocuk bir hata yaptığı ve cezalandırılmayı beklediği sürece ebeveynlerinin sevgisini beklemez. Dayak sona erer ermez, ebeveynlerin çoğu bitmiş gitmiş olarak kabul ederler. Çocuk yine sevilmektedir. Diğer yandan fiziksel incinme hatta finansal kayıp gibi sonu olan bir talihsizlik, sevilmemenin neden olduğu sonsuz cezaya ne kadar tercih edilir? Bir çocuk için hiçbir ceza ebeveynlerinin artık onu sevmediğini söylemesinden daha ciddi ve korkutucu değildir. Tekrar hemen, ne kadar şiddetli olursa o kadar tercih edilen ceza; bu yine suçluyu cezayı kendi elleriyle vermesine yönlendirir.

Nörotik ya da psikotik gerçekten dahil olduğu ya da hayli küçükken dahil olmayı istediği günahları için sürekli cezalandırılmayı bekler. Nefret ve agresyon duyguları çok sayıda anlaşmayı bozdukları için çocuksu teorileri tarafından korku olarak kabul edilir. Ama bu duygular bazen uyarılır akut suçluluk duygularıyla sonuçlanır. Hastalarımdan biri bunu çok net sergiledi. 25 yaşlarında birkaç yıldır bir kızla çıkan genç bir adamdı. Kızın ofisinde başka erkeklerle flört ettiğine dair kesin olmayan algıları nedeniyle, onu incitme dürtüleri olmaya başlamıştı. Yoğun şekilde depresifleşti ve bu dürtüleri hakkında oldukça açık suçluluk duyguları oldu. Bir görüşmede bana eğer bir arkadaşı –ağır sıklet bir boksör– onu yere serse iyi olacağını düşünüp düşünmediğimi sordu. Açıkça bunun olabileceğini hissetti ve çok kötü olduğunu düşündüğü dürtüleri için kasten ceza talep ediyordu. Bu adamın sadece ölümün onun berbat düşüncelerini telafi edeceğini hissettiğinden kuşkulanıyorum. Ama bunun yerine yere serilmenin telafi edebileceğini umdu.

İncindiğimizde insanlar kural olarak daha az zalimdir ve cezaların hafifletilmesini bekleyebiliriz. Ciddi bir intihar araştırmasının kesinlikle klinik olması gerekse de devreye giren üç mekanizmaya ve işlenmesi muhtemel üç intihar türüne değinmeğe değer.

1) İçsel bastırmalar açık saldırıya engellediği için kendine yönelik basit saldırı.
2) İçselleştirilmiş objeyi hedef alan kendine yönelik saldırı. Bu saldırıların ikisi de silahla vurma ya da boğaz kesme gibi şiddetli ve aktif saldırılar olabilir.
3) Kendini kurban etme. Önemli kişilerin sevgisinin ancak ölümle yeniden kazanabileceği duygusu. Bunun daha pasif olması muhtemeldir ve özellikle başka bir kişiyi zarar vermeye davet etmeye eğilimlidir, bir kişinin kendini trenin altına atması şeklinde gerçekleşir.

Tabii ki tüm faktörler genellikle iç içe geçmiştir, ama birinin ya da diğerinin baskın olduğundan şüpheleniyorum.

Kaynakça:

Freud, S. (1923b). *The Ego and the Id.* S. E., 19: 3–66. London: Hogarth Press. [*Ego ve İd*, Oda Yayınları, çev. Selin Ceylan Gülsay, 2019.]

Freud, S. (1930a). *Civilisation and its Discontents.* S. E., 21: 59– 145. London: Hogarth Press. [*Uygarlık ve Hoşnutsuzlukları*, İdea Yayınevi, çev. Aziz Yardımlı, 2016.]

Freud, S. (1933a). *New Introductory Lectures on Psycho-Analysis.* S. E., 22: 3–182. London: Hogarth Press.

Strachey, J. (1934). The nature of the therapeutic action in psycho-analysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 15: 127 159.

Zuckerman, S. (1932). *The Social Life of Monkeys and Apes.* London: Routledge.

KISIM 3

STANFORD VE TAVISTOCK SEMİNERLERİ

BÖLÜM 8

ÇATIŞMA VE DÜZENLENMESİNE PSİKANALİTİK BİR YAKLAŞIM

Stanford Çatışma Semineri Üyelerine Seminer, Ocak, 1958

[Editörlerin Notu:
Wellcome Kütüphane
arşivi PP/BOW/H.67]

Gönderen: John Bowlby
Alıcı: Çatışma Semineri Üyeleri

Ekteki notlar 10 Ocak Cuma günündeki toplantıdan önce yayınlanmıştır ve konumu nasıl tartışacağımın bir göstergesi olması amacındadır.

1. Planım Kasım'da yayınladığım Bayan K[1] vakasının önemli noktalarının kısaca özetlemek olacak. Bunlar:
   (a) Başlıca problemlerinin merkezi annesine yönelik ambivalansın yoğun çatışmasıdır,
   (b) Hastalığı çatışmayı düzenlemek için edindiği zararlı modların sonucudur,
   (c) Tedavideki ilerlemesi düzenlemenin daha uygun yöntemlerini benimser hâle gelebilmesi nedeniyledir.

1 [Editör Notu]: Kasım sunumunun hiçbir kaydı bulunmamıştır. Tanımlama nispeten geneldir-pek çok hastaya uyabilirdi. Yine de kulağa sanki Bowlby'nin Bayan Q örneği gibi geliyor, Bowlby'nin en çok tartışılan hastası. Yayında ilk kez Bowlby, J. (1963)'de sözü geçmiştir.

2. Bu vaka tezimin şu temel noktalarını örnekler:
   I. İçsel çatışma kaçınılmazdır ve her yerde bulunur.
   II. Bir kişiliğin ruh sağlığı durumunu değerlendirmek için temel kriter o kişiliğin içsel çatışmalarını düzenleme modlarının niteliğinde yatar. Bu önermelerden şu sonuç çıkar:
   III. Ruh hastalığının gelişimini önlemek için önemli bir nokta çocuklara gelişimleri sırasında çatışma düzenlemesinin daha uygun yöntemlerini benimsemelerini mümkün kılacak şekilde davranmakta yatar.
   IV. Tedavinin esas görevi hastaya içsel çatışmayı düzenlemek için şimdiye kadar sahip olduklarından daha iyi yöntemler edinmesine yardım etmektir.

Bu noktaların her birine dair bir şeyler söylemek isterim.

I. Nokta: İçsel çatışma kaçınılmazdır ve her yerde bulunur.

3. Psikanalitik kuram ve pratiğin tarihindeki yerini kısaca belirteceğim.
4. Kendisi ile büyük ölçüde fikir birliği içinde olduğum Ralph Dahrendorf[2] tarafından ifade edilen bakış açısı ile kıyaslama yapacağım. İlk notlarının VII. Bölümünde, kendi görüşünü şöyle özetlemiştir:

"Bu notlardaki esas amacımız çıkar grubu çatışmasının düzenlenmesinin altında yatan ilkelerin bazılarının araştırılmasıdır. Önceki değerlendirmelere dayanarak şimdi bazı geçici genellemeler sunabiliriz:

2 [Editör Notu]: Ralph Dahrendorf 1957-58 yıllarında Stanford'ta Gelişmiş Çalışmalar Merkezi'nde Bowlby'nin arkadaşıydı. Dahrendorf (1959) *Endüstriyel Toplumlarda Sınıf ve Sınıfsal Çatışma.*

1) Otorite yapısına sahip olan sosyal organizasyonların olduğu her yerde çatışma için sebepler olması anlamında sosyal çatışma evrenseldir.
2) Çatışmanın düzenlenmesi ancak ifadelerin düzenlenmesine uygulanabilir, çatışmanın nedenlerine değil.
3) Çatışmanın nihai olarak ortadan kaldırılması anlamında çözülmesi gerçekçi olarak mümkün değildir.
4) Çatışmanın nihai olarak ortadan kaldırılması anlamında baskılanması gerçekçi olarak mümkün değildir."

5. Bana öyle geliyor ki bir sistemde (sistemin türünden bağımsız olarak) ayrışmanın olduğu her durumda sistem içi çatışmanın olması kaçınılmazdır. O nedenle sanırım sosyolog ve psikanalistler birbirine benzemeyen sistemlerdeki benzer sorunlarla uğraşıyorlar.
6. Dahrendorf'un ikinci görüşüne gelince, bir eleştirim var. Bir miktar çatışmanın kaçınılmaz olduğunu daima kabul etmek şartıyla, her zaman herhangi belli bir çatışmanın sebeplerini değiştirebilecek böylece çatışmayı daha idare edebilir hâle getirecek yolları göz önünde bulundurmak bana mantıklı geliyor. Bu nedenle hep iki görev olduğuna inanıyorum:
   (a) çatışmanın nedenlerini değiştirmek için harekete geçme istekliliği ve uygulanabilirliğini göz önünde tutmak.
   (b) düzenleme yöntemlerini iyileştirecek adımlar atmak.

Dahrendorf'un vurguladığı gibi genellikle bunlardan ilkine çok fazla ikincisine çok az önem verilir.

II. Nokta: Bir kişiliğin ruh sağlığı durumunu değerlendirmek için temel kriter o kişiliğin içsel çatışmalarını düzenleme modlarının niteliğinde yatar.

7. Tüm sağlık ve hastalık konularında olduğu gibi burada da değer yargılarına geliyoruz. İntraruhsal çatışmayı düzenleme modlarının daha iyi ya da kötü olduklarının yargısı için kriterin şu satırlarda bulunacağını sanıyorum
   (a) kişiliğin doyumunu en üst noktada dengeleyebilme derecesi,
   (b) kişiliğin duygusal stres hâlinde işlevini bozulmadan koruyabilme derecesi.
8. Sadece kabaca farklılık ile ilgilenmemiz koşuluyla, (a) ölçütünü kullanmak oldukça kolay: bastırmalar veya kendini ketleyici eylemlere eğilimi nedeniyle makul doyuma ulaşamayanlar sağlıksız olarak sınıflandırılır. Diğer yandan kişilik tarafından makul derecede bir doyum sağlanabilir olduğunda ölçütü etkili şekilde kullanmak mümkün değildir, çünkü doyumu ölçecek veya kıyaslayabilecek rafine yöntemlere sahip değiliz.
9. (b) ölçütü de böyle bir stresin yokluğunda kişiliğin duygusal stres koşullarında ne ölçüde sağlam kalacağını tahmin etmek zor olduğundan sınırlıdır. Yine de her iki ölçütü uygulama becerilerimizi kademeli olarak geliştirebileceğimizi ummak mantıklı.
10. Çatışma düzenlemenin hangi modlarının bu kriterleri karşıladığını bulmak açıkça deneysel bir görevdir. Psikanalizdeki pek çok klinik kanıt, denge hâlinde, çatışmanın baskılanmasına çalışan modlar yetersiz ve tam farkındalık sağlayan modların daha iyi olduğunu öner sürer. Bu bize yine Dahrendorf'un görüşlerini anımsatır:
    1) Çatışma ancak taraflar çatışmanın evrenselliğini kabul ederlerse etkili şekilde düzenlenebilir. Bu etkili düzen-

lemenin temel değerine ve bugün birçok endüstriyel toplumda yaygın olan değerlerden ayrılan bir önermeye işaret eder. Sosyal hayatın bir elementi olarak çatışmanın kabul edilmemesinin aslında birçok toplum ve sosyal organizasyonun çatışmayı başarılı şekilde düzenleyememesinin ana nedenleri olabileceği iddia edilebilir.

III. Nokta: Ruh hastalığının gelişimini önlemek için önemli bir nokta çocuklara gelişimleri sırasında çatışma düzenlemesinin daha uygun yöntemlerini benimsemelerini mümkün kılacak şekilde davranmakta yatar.

11. Bu Freud Yüzyılı sırasında verdiğim konferansın konusu, "Çatışma ve çatışmanın düzenlenmesine psikanalitik bir bakış açısı" başlığı altında, seminerde konuştuğum ilk seferden önce büyük bir kısmı oluşturulmuş ve dolaşıma sokulmuştur. Burada zorluğa neden olan iki koşul çeşidi tanımladım:
    (a) ikircikliğin her iki bileşenini de büyük ölçüde yoğunlaştıran etkiye sahipmiş gibi görünen anne-çocuk ayrılığı ya da ebeveyn reddi gibi deneyimler,
    (b) bilinçli ya da bilinçdışı çocuğun ebeveynine yönelik gerçek düşmanca duygularını ifade etmesini hatta şakasını bile yasaklayan ebeveyn tutumları.

Bu iki koşul çeşidi tarafından yapılandırılan süreçler muhtemelen oldukça farklıdır, her ne kadar onları sistematik olarak incelemeye henüz başlamamış ve kısaca ne olabileceklerini düşünüyor olsam da.

12. Sonraki olgunun ilk olarak ele alınması büyük olasılıkla daha kolay, burada pek çok farklı süreç karışmış olabilse de. Örneğin ebeveyn tutumları şunlara yol açabilir:

(a) sevdiklerimize kızgın ya da kaba olduğumuzda hepimizin hissettiği suçluluk en yüksek hâle gelir,

(b) benzer durumlarda hepimizin hissettiği anksiyete sevilen kişinin zarar göreceği ya da yabancılaştığında en yüksek hâle gelir (bkz. Bayan K. vakası),

(c) cezanın çocuğun herhangi bir ifadenin sonuçlarından ya da düşmanca isteklerini eğlenceye vurmaktan bile korkutacak şekilde kullanıldığında.

Tüm bu vakalarda çocuk giderek bu tarz isteklerinin gerçekten farkında olmadığı bir ruh hâli geliştirir.

13. Çocuğun kontrolünün bu üç yöntemi (ve bunların çeşitli kombinasyonları) çocuk ve ebeveynler arasındaki çatışma bastırılabilir ve istenilen budur ortak inancına sahiptir. Üçünün de çocuğun farklı derecelerde içsel ruhsal çatışmalarını halının altına süpürücü etkisi vardır. Çatışmanın bir bileşeninin (genellikle nefret ama bazen de sevgi) baskılanmasına ek olarak, çocuk çoğunlukla yer değiştirme (bkz BayanK.), yansıtma ve diğerleri gibi savunmalara başvurur.
14. Örneğin, ayrılık deneyimleri tarafından çatışma iyice yoğunlaştığında devreye giren süreçler oldukça farklı olabilir, ancak sonuç yine çatışma bileşenlerinden birinin ya da diğerinin ya da her ikisinin bilinçten uzaklaştırılmasıdır. Psikanaliz uzun süredir bilinçten gelen bir dürtünün bölünmeye yol açan farklı süreç türlerini kabul eder – örneğin, birincil ve ikincil bastırma, inkâr vb. Zannediyorum ki, bu konudaki ne düşünce ne de terminoloji çok açıktır, ama henüz sistematik okuma yapmadım.).
15. Bu süreçlerin doğasını anlamaya çalışırken stres durumlarında kısıtlanan entegrasyon aralığı ile ilgili görüşlerin geçerlili-

ğini araştırmak istiyorum. Örneğin, stres altındayken organizmanın davranışlarının stres olmadığı zamandan daha az belirleyici tarafından etkilenme eğilimde olduğuna çok kanıt vardır, ben bunun *davranışın hem içsel hem de dışsal belirleyicileri* için doğru olduğundan şüpheleniyorum. Eğer öyleyse, süreğen ve ağır stres altında olan bireyin eylemlerinin her biri ile ilgili olarak işlemesine izin verebileceği belirleyicilerin sayısını sınırlamaya devam etme eğilimi pekâlâ olabilir. İçsel belirleyicilerin daha az düzeyde sürekli sınırlanması (diğerlerinin sürekli dışlanması ile aynı şeydir) bastırmanın doğasına dair bir ipucu olabilir.

16. Stres hâllerindeki belirleyicilerin bu sınırlanmasını olağan koşullarda etkisiz, tehlike anlarında işe yarayan bir acil durum cihazı gibi tasvir ediyorum. Eğer bu doğruysa, sağlıklı işleyen kişiliğin, karşı karşıya olduğu koşullara göre izin verdiği eylem belirleyicilerinin sayısını değiştireceği sonucu çıkar ve bu tür bir esneklik eksikliği hastalığın işaretidir.

17. Klinik deneyim bebeklik ve erken çocuklukta çatışmaları çözmek için benimsenebilecek modlarla bağlantılı olarak çok daha fazla esnekliğin olduğunu, ama benimsenenlerin istikrar kazanma ve kalıcı olma eğiliminde olduklarını güçlü şekilde ortaya koyar. Yani böyle gelişimde kritik dönemler varmış gibi görünüyor.

IV. Nokta: Tedavinin bariz amacı hastanın içsel-ruhsal çatışmalarını düzenlenmesinde daha iyi yöntemlere sahip olmasına yardımcı olmaktır.

18. Geleneksel olarak psikanalitik terapi süreci "bilinçdışı olanı bilinçli hâle getirmek" olarak düşünülür. Ampirik olarak, bireyin her zaman bir dereceye kadar birbirleriyle çatıştığı iddia

edilen kendi motivasyonlarının ne kadar farkındaysa sonuçta oluşan çatışmaları da o kadar etkili şekilde düzenleyebildiği doğru gibi görünüyor. Bu pek de şaşırtıcı değil çünkü ancak çatışmalı konuların farkındaysak doyumu en üst düzeye çıkaran eylemleri gerçekleştirebiliriz. Geleneksel açıklama doğru olsa da ben psikanalitik terapinin daha iyi bir tanımlamasının hastayı (a) içsel ruhsal çatışmanın kaçınılmaz ve her yerde olduğunun net bir farkındalığı ve (b) herhangi bir zamanda mevcut tüm motivasyonların doğasının mümkün olduğunca açık bir şekilde tanınması ile karakterize bir çatışma düzenleme yöntemi kullanabilmesinin çaresini aramak olduğuna inanıyorum. Tüm aktif motivasyonların "masaya samimiyetle serilmesi" sürecine alışıldığında tabii ki artık bilinçli olarak yapılmasına gerek kalmaz.

19. Bunlar Dahrendorf'un sosyal organizasyonlarda grup çatışmalarının etkili şekilde çözmek için şart olduğunu düşündüğü niteliklerle net olarak benzerdir yani, çatışmanın evrensel olduğu ve "çatışan grupların formelleşmiş tanımlanabilir organizasyonlar" olduğu kabul edilir.

Dahrendorf'un üçüncü şahsın çatışmanın düzenlenmesindeki rolüne ilişkin tablosunu ele alırsak (bkz. İkinci notu, s.5), psikanalistin rolünün o arabulucu rolü olduğu ileri sürülebilir (B Rolü). Onun yardımı gönüllü olarak istenmiş ve gönüllü olarak kabul edilmiştir. Görevi kişiliğin tüm alt sistemlerinin her birinin varlığının ve doğasının farkına varmasına, fazla anksiyete ve suçluluk olmaksızın birinin diğerini tolere etmesine ve bütün sistemin parçaları olarak birbirleriyle yaşamalarına yardımcı olmaktır.

Kaynakça:

Bowlby, J. (1963). Pathological mourning and childhood mourning. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 11: 500–541.

Bowlby, J. (1979). By ethology out of psychoanalysis: An experiment in interbreeding. *Animal Behaviour*, 28: 649–656.

Bowlby, J. (1984). Violence in the family as a disorder of the attachment and caregiving systems. *The American Journal of Psychoanalysis*, 44: 9–27.

Dahrendorf, R. (1959). *Class and Class Conflict in Industrial Society*. Stanford: Stanford University Press.

9. BÖLÜM

STANFORD ÇATIŞMA SEMİNERİ KATILIMCILARINA SEMİNER

Şubat, 1958

[Editörlerin Notu:.
Wellcome Kütüphane
arşivi PP/BOW/H.67]

Gönderen: John Bowlby, Ralph Dahrendorf[1]

Çatışma seminerinin kapanış oturum(lar)ında tartışmayı kolaylaştırmak için, kapsanan daha genel yönlere odaklanarak önceki tartışmaların kısa bir özetini yapmaya karar verdik. Özellikle tekrarlayan üç problem kümesi dikkat gerektirir:

I. Pek çok yönden "sadece terminolojik" olmaktan çok daha fazlası olduğu ileri sürülen terminolojik problemler var.

II. Sunulan makalelerde açık ya da örtük olarak yer alan bakış açısı biraz daha incelemeye tabi tutulabilir.

III. Seminer "disiplinlerarası" olarak planlanmıştı ama henüz böyle bir yaklaşımın doğasında olan sorunlara doğrudan değinmedik. Takip eden notlar tartışmanın temeli olarak düşünülmeli, ne gidişatı ne de sonucu belirlemeyi amaçlamıyor.

---

1 [Editör Notu]: Ralph Dahrendorf 1957-58 yıllarında Stanford'ta Gelişmiş Çalışmalar Merkezi'nde Bowlby'nin arkadaşıydı. Dahrendorf (1959) *Endüstriyel Toplumlarda Sınıf ve Sınıfsal Çatışma.*

I. Terimler

Seminer tartışmalarında iki farklı çatışma kavramı ortaya çıktı ve bunların arasındaki farklılık her zaman yeterince açık değildi. Bir kavrama göre, çatışma yalnızca ama yalnızca toplumların, toplumsal kurumların, sosyal ilişkilerin ve kişiliklerin barışçıl işleyişleri bozulursa ve az ya da çok karşıtlık ya da ambivalansın şiddet içeren ifadelerine yol açarsa var olur. Bu şekilde tanımlandığında grev süresince endüstride, çöküntü sırasında kişilikte çatışma var ama "normal şekilde işleyen" işletme ve kişiliklerde çatışma yoktur. İkinci kavram –öncelikle John Bowlby ve Ralph Dahrendorf tarafından geliştirilen– ilgi, amaç ya da duyguların karşıtlığının olduğu her alanda, ifadelerinin açıkça savaş hâlinde olmasından bağımsız olarak çatışmadan söz eder. Böylece, çatışma bir işletme ya da kişilikte grevler ve çöküşler olmasa da bulunur. Çatışma ile ilgili genel önerilerin formüle edilmesi için bu tanımlardan hangisinin kabul edildiğinin önemi görülecektir.

Çatışmanın iki boyutu vardır ve bunların ayrımı yararlı görünür. Çatışmalar *yoğunlukları* açısından farklılaşabilir, örneğin çatışan güçler tarafından harcanan enerji miktarı bu güçlerin belirli konulara atfettikleri önem, zafer ya da yenilginin "bedeli." Çatışmalar ifadesindeki *şiddet* açısından da farklılaşabilir, örneğin çatışmanın ifadesi için tercih edilen araçların saldırganlığı. Bu ikisi arasındaki ayrımın net olması önemlidir.

Çatışma düzenlemesi ile en genel anlamıyla anlaşılan çatışmayla başa çıkmanın herhangi bir modudur. Düzenleme bu manada arzu edilirlik ya da etkililiği konusunda hiçbir değer yargısı ima etmez.

[2]***Çatışma çözümü*** düzenlemenin bir çeşididir, yani çatışmayı köklerini yok etmek için tasarlanmış ve böylece onu tamamen ortadan kaldıran düzenleme. Çatışma bu şekilde çözüldüğünde sadece geçici bir süre için yatışmaz, bir kez tamamıyla yatışır.

Çatışmanın bastırılması ile anladığımız çatışan güçlerin dile gelmesini kasten ya da bilinçdışı engelleme girişimidir, grevlerin ya da politik muhalefetin yasaklanması ya da "duyguların" bastırılması gibi (yani güçlü duygunun karakterize ettiği motivasyon).

[3]***Uzlaşma*** ile kastettiğimiz çatışma düzenlemesinin çatışan taraflar ya da güçler için "çözümleyecek" kurumlar ve mekanizmalar sağlayan bir modudur, örneğin, çatışan ilgilerini, amaçlarını, duygularını ve ifade etme ve üçüncü kişilerin hiçbir müdahalesi olmadan kararlara varma. Uzlaşma müdahil olan tarafların çatışmayı otonom olarak düzenlemeleridir. Kararlarda hem fikir olmaya neden olabilir de olmayabilir de. ("uzlaşma" kelimesinin belli uygunsuz bir anlam taşır. Eğer daha iyi bir terim bulunabilirse, memnuniyetle değiştiririz.)

Diğer yandan ***arabuluculuk*** çatışma düzenlemesinin arabuluculuk kapasitesi olan üçüncü bir katılımcının dahil olduğu bir şeklidir, yani bağlayıcı kararları veren bir otorite yoktur. Endüstriyel bir çatışmada "arabulucu," ve kişilik çatışmasında psikanalist bu şekilde üçüncü bir katılımcı olarak rol oynar ve iletişim ile karşılıklı anlaşmayı artırmaya çalışır.

Son olarak ***hakemlik,*** çatışma düzenlemesinin çatışmalı konuların göreceli değerleri ile ilgili bağlayıcı kararları verme yetkisi ve/veya gücü ile üçüncü bir katılımcının yetkilendirildiği (çatışan taraflar ya da dış bir kurum tarafından) şeklidir.

---

2 [Editör Notu]: Sayfanın sağ üst köşesine el yazısı ile yazılmış not: "Anlaşmazlık" ve "Yeniden yönlendirme".

3 [Editör Notu]: El yazısıyla kenar notu: "pazarlık".

Oyunun kuralları ile anladığımız çatışan güçler tarafından kabul edildiği ölçüde, çatışma düzenlenmesinin resmi çerçevesini sunan bu tür normlardır. (Birtakım koşullarda oyunun kuralları olarak işleyen normlar değişen koşullar altında tartışmacılardan birinin davası için zarar verici olabilir. Bu daha fazla incelenmeye değer bir deneysel problemdir.)

II. Önermeler

1) Çatışma kaçınılmazdır. Bütün farklılaşmış sistemlerde çatışma hep mevcut. Tabii ki bu ifade sadece çatışmanın yukarıdaki ikinci tanımlaması için mantıklıdır; bu açıdan, terminolojik kararların önemini ortaya koyar. Elbette, çatışmanın kaçınılmaz olması şiddet içeren çatışmanın kaçınılmaz olduğu anlamına gelmez; burada kastedilen daha çok tüm farklılaşmış sistemlerin bir noktada düzenlenmesi ve saldırgan gereken gerginlikler ve anlaşmazlıklar içermesidir. "Farklılaşmış sistemler" ifadesi çok geneldir. Sosyal organizasyonlar için Ralph Dahrendorf söz konusu farklılaşmanın türünü çatışmanın kaçınılmaz olduğu "sistemlerin" özellikleri olan kısıtlama (otorite yapısı) ilişkilerine odaklanarak belirlemeyi önermiştir.
2) Çatışmanın yoğunluğu şunun gibi belli faktörlere bağlı olarak değişir:

   (a) Çatışma içindeki kişilerin müdahil olma derecesi.
   (b) Çatışma düzenlemesinin etkili olma derecesi.

   Sanki, kişilikte çatışmalara müdahil olma, çatışmaların yönlendirildiği ilişkilerin yakınlığı ile artar, yani ebeveynlere yönelik ambivalansın iş arkadaşlarına yönelik ambivalansdan

daha yoğun çatışmalar yaratması muhtemeldir. Sosyal çatışmada, müdahil olma benzer şekilde sosyal bağlamın doğrudan öneminin bir işlevi olarak görünecektir, yani, insanların hayatlarını kazandığı işteki bir çatışma, satranç kulübündeki bir çatışmadan daha yoğundur.

3) Çatışmanın ifadesinin şiddeti çatışma düzenlemesinin etkinliği ile ters orantılıdır. Çatışma daha iyi düzenlendikçe daha az şiddetli olması muhtemeldir.
4) Çatışmanın çözümlenmesi gerçekçi olarak mümkün değildir. Çözümlenmesi yukarıda tanımlandığı gibi çatışmanın ortadan kaldırılması anlamına gelir. Önerme 1'den çıkan sonuca göre farklılaşmış sistemlerde bu mümkün değildir. Belli çatışma konuları (belirli bir ücret talebi gibi) kesin olarak çözülebilirken, bu sorunlara yol açan çatışma böyle "çözülmez" ancak devam eder. Bu anlamda tüm çatışma çözümü girişimleri mantık dışıdır.
5) Çatışmanın bastırılması düzenlemenin etkili bir yolu değildir; uzun vadede başarılı olmaz. Bu önerme çeşitli yönlerden aşikâr olmasına rağmen, diğer yönlerden yine de problemlidir ve daha çok tartışılması gerekir. Çatışmanın baskılanmasının birkaç sonucu olabilir. Yasak duygu ve istekleri geçici olarak susturabilir, sadece daha sonra iki kat şiddetle geri gelmesine neden olabilir. Aynı zamanda çatışan güçlerin yönünü değiştirebilir, böylece beklenmedik yerlerde yeniden canlanırlar ve bazılarının "gerçekçilik dışı çatışma" olarak adlandırdıkları şeyi ortaya çıkarır. Her halükârda, bastırma çatışmayı etkin şekilde dindirmez, ancak ifade edilmesini geciktirir ya da çarpıtır.
6) Sosyal politika ve psikolojik terapi, sosyal organizasyonların ve kişiliklerin nispeten tatmin edici bir şekilde işleyişini hedefliyorsa, etkili ve elverişli çatışma düzenleme biçimlerinin tanı-

tılmasını ve düzenli olarak kullanılmasını gerektirir. Bu ifade açıkça bir değer yargısını ve hakkında anlaşmazlığın mümkün olduğu bir yargıyı vurgular. Bu nedenle –özellikle sosyal çevrede– "nispeten tatmin edici işleyiş" ile vurgulananın tam olarak ne olduğu halen yanıtlanmamış bir sorudur. Bazı koşullar altında şiddet içeren çatışmanın bile sosyal (ve kişisel?) gelişmenin sürmesi açısından arzu edilir olduğu öne sürülebilir. Her halükârda, açıkça görünüyor ki eğer nispeten barışçıl ve güvenilir koşullar istiyorsak, doğası gereği çatışmalar çözüm ve baskılama dışındaki yollarla düzenlenmek zorundadır.

7) Başarılı çatışma düzenlemesinin asgari gereklilikleri şunlarmış gibi:

   a) Çatışmanın varlığının ve çatışan güçlerin gerçek doğasının farkındalığı,
   b) Çatışan güçlerin ifadesi (gerekirse, kuruluşlar yoluyla),
   c) Oyunun belirli kurallarının oluşturulması.

8) Asgari gerekliliklere ek olarak bir dizi koşul etkili çatışma düzenlemesi için faydalı gibi görünüyor. Bu koşulların arasından ikisine daha önceki tartışmalarda özel önem atfedilmişti. Bir tanesi kendi kararını onlara dayatmaksızın her iki taraf ya da güç arasında karşılıklı anlayışa ön ayak olan bir arabulucunun varlığıydı. John Bowlby bunun aynı zamanda analistin de rolü olduğunu öne sürdü. Diğer koşul Frank Newman tarafından ayrıntılarıyla tartışılmıştır, bir çeşit pek çok vakada bir duruşmayı da içeren "yargı sürecine" bağlı kalmaktır. Şüphesiz çok daha fazla koşul belirtilebilirdi.
9) Çatışma düzenlemenin çeşitleri çatışmanın koşullarına bağlı olarak etkililikleri açısından değişir. Bu koşullardan biri daha çok ya da az aciliyetidir.

Ne kadar az acilse, karara varmadan önce birçok konuyu dikkate almak o kadar uygundur; ne kadar acilse eylemin belirleyicilerini sınırlamak o kadar iyidir. Bkz. John Bowlby'nin stres durumlarında entegrasyon aralığının kısıtlanması kavramı (Ocak ayı başındaki belgenin 15-16. paragrafları),[4] ve Frank Newman'ın acil durumlarda "yargı sürecinin" kısıtlılığı tartışması.[5]

III. Disiplinler Arası Tartışmaların Sorunları

Disiplinler arası tartışmalar hem cazip hem de tehlikeli. İstenmeyen sonuçlardan kaçınmak amacıyla bu çatışmayı düzenlemek için belki de en iyisi bu tartışmaların cazibe ve tehlikelerini açıkça ortaya koymak ve tartışmaktır. Burada sorulacak soruların bazıları şunlar olabilir:

Sosyal organizasyonlar ya da kişilikler gibi aynı kelimeler farklı konularda kullanıldığında ne ölçüde aynı anlamları korur? Duyguların ambivalansı ve endüstrideki çıkar çatışmalarını aynı "çatışma" kelimesi ile adlandırıyorsa, aynı şeyden mi bahsediyordur?

Analoji (disiplinler arası tartışmaların kaçınılmaz sonuçlarından biri gibi görünüyor) ile düşünmenin tehlikeleri nelerdir? Örneğin "sağlık" fikri organizasyonlar için, "uzlaşma" ya da "arabuluculuk" fikirleri kişilikler için meşru şekilde kullanılabilir mi?

Farklı alt dallara uygulanması beklenen kuramlar ne kadar spesifik olabilir? Psikolojik ve sosyolojik problemlere eşit derecede uygulanabilen önermeler formüle etmek istiyorsak çok genel bir analiz düzeyinde kalmak zorunda değil miyiz?

---

4 [Editör Notu]: Bir önceki bölüme bakınız.

5 [Editör Notu]: Daha sonra Newman olarak yayınlandı (1961).

Disiplinler arası tartışmaların temel amacı karşılıklı esinlenmek mi, ya da bu tartışmalar meşru olarak spesifik hipotez ve kuramların formüle edilmesine kadar devam edebilir mi?

Kaynakça:

Dahrendorf, R. (1959). *Class and Class Conflict in Industrial Society*. Stanford: Stanford University Press.

Newman, F. C. (1961). The process of prescribing "Due Process." *California Legal Review*, 49(215): 227–231.

BÖLÜM 10

BÜYÜK PSİKO-SOSYAL BİR DÖNÜŞÜMÜN NEDEN OLDUĞU PSİKOLOJİK SÜREÇLER

Tavistock Araştırma Çalıştayı'na sunulan tamamlanmamış taslak – Mart 1974 John Bowlby tarafından

[Editörler: Wellcome
Kütüphane arşivi, PP/BOW/F.3/90]

Bu, Parkes'ın Şubat 1974 tarihli notuyla başlayan tartışmaya bir katkıdır:

Dönüşüm Reaksiyonunun[1] unsurları. Bilgi işleme konusundaki son çalışmalardan türetilen problem kavramlarımıza uygulama girişimidir, örn. Gregory (1970), Broadbent (1973), Treisman (1974).

Kişi, psiko-sosyal çevresinde büyük bir değişik gerçekleştiğinde bu durumla başa çıkabilmek için tamamen yeni bir planlar seti geliştirebilme yükümlülüğü ile yüz yüze gelir. Bunu yapabilmenin zorunlu bir adımı dünyasının gündem dışı kalmış modelinden ve buna dayanan planlarından vazgeçmesi ve yeni bir model geliştirmesidir. Biliyoruz ki bunu yapmak kolay değildir ve yerine getirilememesi psikiyatrik hastalıkla sonuçlanabilir.

Böyle bir değişimi etkileyen problemleri beş başlık altında ele alalım:

A. Bilişsel aygıtın özellik ve sınırlılıkları
B. Eski bir model ve ona dayalı planlardan vazgeçmeyi ya da yeni bir model ve yeni planlar seti ile değiştirmeyi güçleştiren veya kolaylaştıran koşullar

---

1 [Editör Notu]: Bkz. Parkes, C.M.(1975). Psiko-sosyal dönüşümler:Bir uzuv ve bir eşin kaybına verilen tepkilerin karşılaştırılması

C. Değişim, kısmen ya da tamamıyla bir bağlanma figürünün kaybını içeriyorsa karşılaşılan özel güçlükler
D. Çocukların karşılaştığı özel güçlükler
E. Kırılgan bireylerin karşılaştığı özel güçlükler.

A. Bilişsel aygıtın özellik ve sınırlılıkları

Bilişsel aygıtın iki özelliği problemimizle büyük ölçüde ilgilidir:

(a) İçsel modellerin konservatif doğası
(b) İşlem kanallarının başlıca kanalın çoğunlukla o an geçerli olan veriden başka bir şeyle başa çıkamaması ile sonuçlanan sınırlı kapasitesi.

Gregory (1970), içsel modeller geçmiş deneyimlerden inşa edildiği için kaçınılmaz olarak geçmişi yansıtırlar, içinde bulunulan zamanı değil, "esasen konservatiflerdir" (bkz. Marris, 1974) ve değişimle karılaştıklarında "atalete sürüklendikleri" görüşünü ileri sürer. İçsel modeller stabil bir çevre ile başa çıkmada bize yardımcı olmada olağanüstü etkili olsalar da kişi önemli bir değişimle yüz yüze geldiğinde en kötü hâllerindedirler.

Kişinin başa çıkmak zorunda olduğu değişimin türünden bağımsız olarak modelini ve buna bağlı planlarını değiştirmek bu nedenle yavaş ve zor olacaktır. Bilgiyi işlemleme kapasitemiz üzerindeki yoğun sınırlamalar daha da zorlaştırır.

Broadbent (1973), Treisman (1974) ve diğerlerinin çalışması göstermiştir ki, bize iki ya da daha fazla mesaj ulaştığında kendimize isimle veya tehlikeyi ifade eden unsurlarla referans vermek gibi basit kriterleri benimseyen diğerlerini izleyebilmemize rağmen etkili şekilde sadece biriyle ilgilenebiliriz. Böylelikle bilinçli olarak ilgilenilenler dışındaki tüm bilgileri ne-

redeyse tamamen dışlamak bir kuraldır. Ancak zaman yeterli olduğunda bir modeli uzun süreli bellekten çıkarmak, üzerinde düşünmek ve yeni bilgiler ışığında az ya da çok değiştirmek mümkündür. Büyük bir psikososyal dönüşümün modellerimiz ve planlarımıza etkisi ile başa çıkmanın ancak yavaş ve parça parça olmasına şaşırmamalıyız.

Ayrıca, modellerimizin muhafazakâr doğası nedeniyle, modellerimizi değiştirme görevini üstlenmeden önce her türlü çabanın öncelikle büyük bir çevresel değişimin gerçekleşmeyeceğini göstermek ve bu başarısız olduğunda değişimi tersine çevirmek için mümkün olan her yolu denemek için gösterileceğini beklemeliyiz.

Eğer bir kişi önemli bir değişimle yeni bir çevresel model ve yeni planlar geliştirerek başarılı şekilde başa çıkacaksa yeni durumuyla ilgili büyük ölçüde bilgi edinmesi şarttır. Hamburg, başarılı olduklarını kanıtlayanların tam olarak yaptıkları şeyin bu olduğuna dikkat çekiyor. Bir kişinin değişimle başarılı şekilde başa çıkamadığının işaretleri (a)yerleşik modellerin yeniden revize edilmesi amacıyla yeniden gözden geçirilmesinde başarısızlık (b) zorunlu yeni bilgiyi aramakta başarısızlıktır, Murphey ve diğerleri (1963).

B. Eski modellerden vazgeçmeyi ve onları yenileriyle değiştirmeyi destekleyen koşullar

Eski modellerden vazgeçmeyi ve onları yenisiyle değiştirmeyi kolaylaştıran koşullardan ikisi:

(a) Durumu bilgili ve yakın bir arkadaşla tartışma imkânı.
(b) Görevle mücadelede güvenilir bir yakının (bağlanma figürü) destek ve cesaretlendirmesi.

Bu iki koşul pratikte birbiriyle kaynaşabilse de mantıken ikisi farklıdır ve ayrı ele alınması daha iyi olur.

Bilişsel modeller sembolik yapılar olduğu için değişen koşulla ilgili bilgiyi var olan modelle kıyaslamak, o modeli gözden geçirmek ya da yenisiyle değiştirmek için farklılıkların vb. sistematik şekilde analiz edilmesini gerektirirler. Bu nedenle, bu tür herhangi bir durumda ister olumlu ister olumsuz olarak değerlendirilsin, bir kişinin bir arkadaşıyla yeni gerçekleri kontrol etme, olası alternatif modelleri gözden geçirme ve olası yeni planlar çizme fırsatına sahip olması büyük avantajlar sağlar.

Bu nedenle bir yakın ile tartışmak tamamen bilişsel ve mantıklı bir bakış açısından avantajlıdır. Duygular açısından da durum benzerdir. Algılanan bir çevre değişikliği, eğer üzerinde yeterince düşünülmediyse ve boyutu ne olursa olsun en iyi ihtimalle rahatsızlık verici ve biraz korkutucu, en kötü ihtimalle yoğun olarak korkutucu ve acı verici olarak hissedilir. Değişikliği hesaba katmak her zaman bilinmeyeni keşfetmemizi gerektirir ve bu en kolay bir bağlanma figürü tarafından desteklendiğimizde yapılır. George Brown'un yakın bir ilişkinin büyük bir psikososyal değişimi deneyimleyen bir bireyi klinik depresyondan koruduğu bulgusu bu durumla tutarlıdır (Brown diğerleri., 1973).

Bu açıdan bakıldığında bir kişi klinik depresyondan (a) eski modellerine dayalı, var olan bütün planlarının bozulması ile sonuçlanan kendi başına yeteri kadar deprese edici büyük bir dönüşüm deneyimlediğinde (b) plan ve modellerini yenileriyle değiştiremeyeceği ile ilgili umutsuz hissettiğinde mustarip olur. Hiçbir değişiklik yaratamayacağı çaresizliği ile, daha fazla girişimde bulunmaktan vazgeçer ve gelişigüzel şekilde eski modele ve ona dayalı planlara geri dönebilir.

Bu belki depresyonda azalmış öz saygının rolünden bahsetmek için doğru zaman olabilir. Buna şöyle bakmak mümkündür:

(i) Birisi kendini bir durumla baş edemez bulduğunda öz saygısı düşme eğilimde olur, böylece model ve planlarında değişiklik yaratamayan herhangi biri öz saygısında azalma yaşayacaktır.
(ii) Öz saygı kişinin bağlanma figürlerinden halihazırda sağladığı destek ve cesaretlendirme miktarından büyük ölçüde etkilendiği için, böyle desteğin yokluğunda değişim yaratma umutsuzluğu ve özsaygı düşüklüğü birlikte gitme eğiliminde olacaktır.
(iii) Öz saygı aynı zamanda kişinin çocukluğu süresince bağlanma figürlerinden elde ettiği destek ve cesaretlendirme miktarından da etkilendiği için, çocukluğunda bu destekten mahrum kalanlar, çocuklukları boyunca güçlü desteğe sahip olanlara göre yalnızca düşük öz saygıyla başlamayacaklar, bu nedenle mevcut destek anlamında daha az beklenti içinde olacaklar ve var olandan daha az faydalanabileceklerdir. Bir kişi için sevilmediğine inandığında ne yardım ve destek bekler ne de bu yardım ve destek sunulduğunda fark edip cevap uygun yanıtı verebilir.

C. Dönüşüm bağlanma figürünün kaybıyla ilgili olduğunda ortaya çıkan özel güçlükler

Bir dönüşüm esas bağlanma figürünün kaybıyla başa çıkılmasını içerdiğinde, sevilen birinin kaybında olduğu gibi, sorun üç kat karmaşıklaşır. Birincisi, dönüşüm kişinin dünya modelinin temel parçalarını içeren büyük boyutlardadır. İkinci olarak değişimin yönü nahoştur ve özellikle acı veri-

cidir. Üçüncüsü yakınını kaybetmiş kişi, başka herhangi bir değişim durumunda esas desteği olacak kişinin kendisinden çalınmış olandır.

Maddison'un yas en iyi, kişi anlayışlı yakın ve arkadaşlarından yardım ve destek sağladığında işlemlenir bulgusu burada geçerlidir. (Maddison, 1968; Maddison ve Viola, 1968; Maddison ve diğerleri., 1969; Maddison ve Walker, 1967) (bitirilmemiş)

C. Çocukların karşılaştığı özel güçlükler

(taslaklaştırılmamış)

D. Kırılgan bireyler ve onları kırılgan hâle getiren koşullar

(taslaklaştırılmamış)

Kaynakça:

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss-II. Separation: Anxiety and Anger.* Harmondsworth: Penguin. [*Bağlanma ve Kaybetme-II*, Pinhan Yayıncılık, çev. Müge Günay, 2021.]

Broadbent, D. E. (1973). *In Defence of Empirical Psychology.* New York: Methuen.

Brown, G. W., Harris, T. O., & Peto, J. (1973). Life events and psychiatric disorders, Part 2: Nature of causal link. *Psychological Medicine*, 3: 159–176.

Gregory, R. L. (1970). *The Intelligent Eye.* London: Weidenfeld and Nicolson. Psycho-social transition 181

Maddison, D. (1968). The relevance of conjugal bereavement to preventive psychiatry. *British Journal of Medical Psychology*, 41: 223–233.

Maddison, D. & Viola, A. (1968). The health of widows in the year following bereavement. *Journal of Psychosomatic Research*, 12: 297–306.

Maddison, D., Viola, A., & Walker, W. L. (1969). Further studies in bereavement. *Australia & New Zealand Psychiatry*, 3: 63–66.

Maddison, D. & Walker, W. L. (1967). Factors affecting the outcome of conjugal bereavement. *British Journal of Psychiatry*, 113: 1057–1067.

Marris, P. (1974). *Loss and Change*. Hove: Routledge & Kegan Paul.

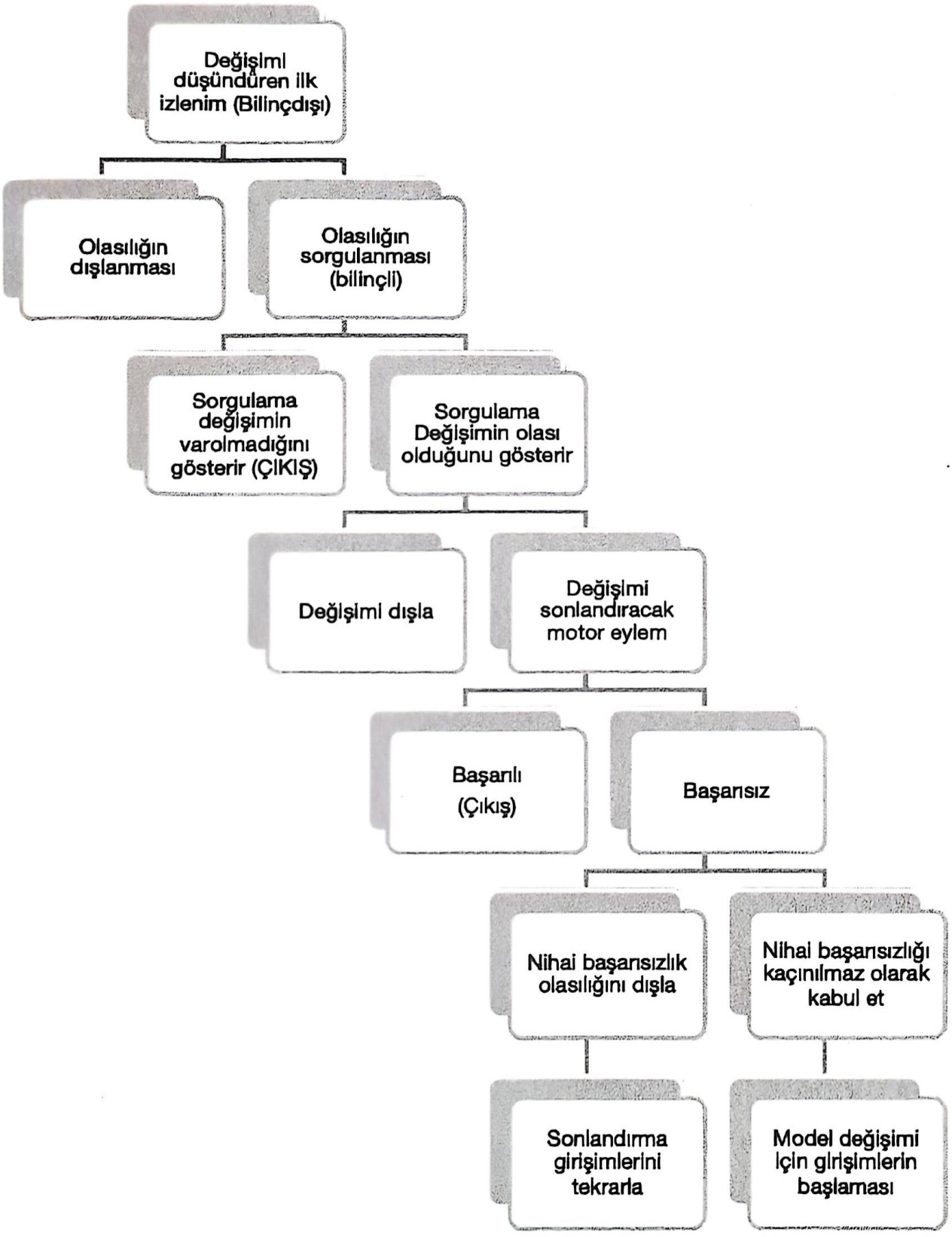
Murphey, E. B., Silber, E., Coelho, G. V., Hamburg, D. A., & Greenberg, I. (1963). Development of autonomy and parent-child interaction in late adolescence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 33: 643–652.

Parkes, C. M. (1975). Psycho-social transitions: Comparison between reactions to loss of a limb and loss of a spouse. *The British Journal of Psychiatry*, 127: 204–210.

Treisman, A. M. (1974). Selective attention in man. *British Medical Bulletin*, 20: 12–16.

Ek

Değişim Reaksiyonunun Bileşenleri, Colin Murray Parkes, Mart 1974



KISIM 4

GERİYE DÖNÜK YANSIMALAR

BÖLÜM 11

ALICE SMUTS İLE RÖPORTAJ

[Editörler: Wellcome Kütüphane arşivi, PP/BOW/A.5/2]

Röportaj – 6 Haziran 1977

S[1]**:** İngiliz çocuk doktoru, Hector Cameron (1918), 1918 yılında yayınlanan *The Nervous Child* [Sinirli Çocuk] adlı kitabını yazdı, Amerika'da oldukça etki yarattı.

B: Bu ülkede de oldukça etki yarattı. Bir çocuk doktorunun bu problemleri ele almaya başlamasına en yakın şeydi. Yönelimi-nin ne olduğunu bilmek için tekrar okumam gerek.

S: Sizin yaptığınızın üzerinde bu kadar etkisi olan şeyi hatırlamıyor musunuz?

B: Hayır, yaptığım şeyin üzerinde etkisi yoktu. İzin verin size yaptığım şeyin üzerinde neyin etkisi olduğunu anlatayım. Tıp okumak için Cambridge'e gittim, tıbba çok meraklı olduğumdan değil, başka ne yapabileceğimi pek bilmiyordum; büyük olasılıkla bildiğiniz gibi babam cerrahtı. Ve beni çok da etki altında bırakmadan, tıp okumamı önerdi. Ve Cambridge'de tıp okuyorken şimdi gelişimsel psikoloji dediğimiz şey ilgimi çekti. 1925'ten 1928'e kadar Cambridge'deydim,

1 [Editör Notu]: Alice Smuts, arşiv araştırma ve röportajları çocuk çalışmalarını dönüştürmek için bir araya gelmiş ilişkili –sosyal ve bilimsel hareketleri– ortaya çıkarmak için kullandı. Çocukları incelemek için yeni yollarla yeni kurumlar kuran John Bowlby de dahil olmak üzere sosyal reformcuları, hayırseverleri ve ilerici biliminsanlarını belirledi, Smuts, A. (1995-2008).

üçüncü yılımda, ilk iki yılımda doğa bilimlerini bitirmiştim, üçüncü yılımda psikoloji okudum. Ve bunun peşine düşmeye karar verdim – ne anlama geliyorsa.

1928 yazında tıptan vazgeçme aşamasına geldim ve muhtemelen kademeli eğitim diyeceğiniz şeyle ilgilenmeye başladım ve böylece takip eden 12 ayı kademeli okullarda geçirdim. İkinci iki dönem... [Editörler: yazı eksik] ...analitik yönelimliydi.[2] Orada altı ay geçirdikten sonra, okulun idari ve finansal karışıklıkları halen ciddiydi, John Alfrod[3] "Bak, burası senin kalacağın bir yer değil, senin yapman gereken tıp eğitimini tamamlayıp sonra çocuk psikiyatrisi eğitimi almak," tam olarak bu sözleri mi kullandı emin değilim ama kastettiği buydu – "ve aynı zamanda psikanalitik gelenekte eğitim al. Londra'da böyle bir eğitim alınacak iki yer vardı; biri Tavistock Kliniği diğeri de Psikanaliz Enstitüsü." Sanırım hiçbirini duymamıştım aslında, belki sadece duymuştum. O an için hiç makul bir tavsiye değildi; geri dönüp tıp eğitimimi bitirme isteğim yoktu. Ama neyse ki, sözünü dinledim, gerçekten o sonbaharda University College Hastenesi'nde klinik eğitimine başladım. Ve analitik eğitimle ilgili olarak sanırım muhtemelen şöyle dedi, "Pekala, Tavistock grubu biraz amatör, bence psikanalitik grup daha profesyonel; her şeyi hesaba kattığımızda belki orası eğitim için daha iyi bir yer olabilir." Her neyse, gerçekten psikanalitik grup ile anlaşma yaptım, Tavistock ile değil. Alana gördüğünüz gibi uyumsuz çocuklar için olan bir yerden geldim. John Alfrod bu çocukların günümüze ait problemlerini geçmişleri açısından gör-

2 [Editör Notu]: Bu Norfolk'taki Priory Gate okuluydu.

3 [Editör Notu]: John Alfrod Priory Gate okulunun müdürüydü.

dü. İlginç olduğunu düşündüğüm tüm şeyler için beni ilk o alarma geçirdi. Sanat Tarihi'nde doktora yaptı ve Toronto'da görev yaptı, sonunda bir Amerikan vatandaşı oldu. On yıl önce öldü. Çok yakından takip ettiğim çok hoş bir insandı; çok yetenekli biriydi ve üzerimde büyük etkisi vardı. İşte böyle başladım, görüyorsunuz pediatri ile alakası yok.

S: Uyumsuz çocuklar için çok sayıda yatılı okul var mıydı burada? Çünkü Birleşik Devletler'de yakın zamana kadar kurulmadı.

B: Birkaç tane vardı.

S: Mental retarde olanlar için okulları vardı ama uyumsuz olanlar için yoktu.

B: Birkaç tane vardı. Örneğin, 1913-1918 yılları arasında bu ülkede okul işleten Amerikalı vardı, Homer Lane.[4] Adı Little Commonwealth idi ve özellikle Neill'e[5] Summerhill'e kurma ilhamı verdiği için çok etkili bir girişimdi. Bu okullardan baya vardı, her zaman etrafına birkaç istekli kişiyi toplamış zeki bir kişi tarafından işletilir, işler belli bir yönde gittiği sürece devam ederdi.

S: Amerika'da ilerici eğitimden söz ettiğiniz anda aklınıza John Dewey[6] gelir. Burada da aynı şekilde mi etkili?

B: Buradaki etkisi çok daha azdı, sanıyorum ki burada adını kimse duymamıştı.

---

4 [Editör Notu]: Lane H. (1928) Talks to Parents and Teachers, Bowlby'i en çok etkileyen alıntı yaptığı on kitaptan biri. Bowlby, J. (1979) Düşüncemi en çok etkileyen on kitap, 24 Ekim 1979, PP/BOW/A.1/8

5 [Editör Notu]: Neill, A. S. (1960): Erich Fromm'un ön sözünü yazdığı Summerhill: A Radical Approach to Child Rearing

6 [Editör Notu]: Dewey, J. (1938). Experience and Education.

S: Sizin gittiğiniz okul?

B: Dewey'den açıkça etkilendiğini sanmıyorum, hayır.

S: Öyleyse, ilerici eğitimden söz ettiğinizde, bu geleneği kastetmediniz.

B: Bu ülkede, ilerici eğitimde farklı gelenekler vardır. Eğer vurguyu ilerlemeye yaparsanız genellikle A.S. Neill aklına gelir. A.S. Neill'in, bu ülkede cezalandırmanın sınırlılıkları ve zor çocukların başka bir yolla ele alınması ihtiyacına dikkati çekmede çok etkisi vardır. Çünkü, tanımı gereği, hepsi disiplin yönteminin hatasıydı. Yani böyle devam edemezdiniz, başka yollar bulmanız gerekliydi. Bu tür ilerlemeci eğitim için A. S. Neill öncüsü olan Homer Lane dışında bu ülkedeki en etkili figürdü. Birbirlerini etkilemişler miydi, bilmiyorum. Ama ikisi de 20'lerde faaliyet gösteriyorlardı.

Şimdi hakkında konuştuğum her şey bu iki insandan doğdu. Psikanalizi epeyce dahil ettiler ama aslında yeni, değişik bir gelenek başlattılar. Belli bir bakış açım varsa (ve 1936'da çocuk psikiyatrisine girdiğimde ne güncel çocuk danışmanlığı ne de psikanalitik olan belli bir bakış açım vardı) onu bu gelenekten aldım.

S: Sizinki, sanırım Milton Senn'in[7] röportaj yaptığı diğer tüm çocuk psikiyatrlarından çok farklı bir özgeçmiş.

B: Kendi zihnimde her zaman tüm fikirlerimin başladığı yerin burası olduğu konusunda çok net oldum. Canonbury'ye

7 [Editör Notu]: Milton Senn, disiplinlerarası çalışmanın değerini vurgulayan, sosyal çalışmacıları, erken çocukluk eğitimcilerini ve çocuk gelişim uzmanlarını bir araya getiren bir çocuk psikanalisti ve çocuk psikiyatrıydı. Bowlby'nin de dahil olduğu tanınmış çocuk psikiyatrları ile bir dizi röportaj gerçekleştirdi. Senn, M. (1977).

(Londra Çocuk Rehberlik Kliniği) öğrenci olarak gittiğimde, bu bakış açısına ek olarak önceki beş yıl boyunca özümsediğim psikanalitik bakış açısını da getirdim.

S: Ve sonra orada öğrendiklerinizin psikiyatristlerden ziyade psikiyatrik sosyal hizmet uzmanlarından geldiğini söylediniz.

B: Evet.

S: Ya eğitim psikologları? Sizin üzerinizde etkisi olduğunu söylediğiniz Lucy Fildes'den[8] başka, onlardan da çok şey aldınız mı?

B: Dürüst olmak gerekirse, pek etkilendiğimi düşünmüyorum. Onlar öğrenme güçlükleri ve buna benzer şeylerle ilgileniyorlardı ve ben şimdi aile ilişkileri dediğimiz bireysel ilişkilerle ilgileniyordum. Onlarlar öyle değildi, gerçekten ve gerçekten onlardan fazla bir şey almadım. Onlardan hoşlanıyorum, saygı duyuyorum, ama oldukça farklı bir işle uğraşıyorlar.

Röportaj - 23 Temmuz 1977

Aslında röportaja başlamadan önce Dr. Bowlby ile, kızım Barbara'yla yapmış oldukları, araştırma geleneği ve klinik gelenek arasındaki farkları her iki dünyada da çalışmanın güçlüklerini ele alan söyleşiyi gözden geçiriyorduk. Dr. Bowlby'nin atıfta bulunduğu söyleşi budur. – A. Smuts.

B: Şimdi düşünüyorum da Barbie ile konuştuğumda klinisyenin ve araştırmacının mental bakış açısının oldukça farklı, tamamen farklı olduklarıydı. İkisinin husumetinden bahsetmiyorum, düşüncem bu değildi; sözünü ettiğim şey birbir-

8 [Editör Notu]: Lucy Fildes 1928'de kurulan ilk Çocuk Danışmanlık Kliniği'nde psikologtu.

leriyle uyuşmazlıkları, iki referans çerçevesi oldukça farklıdır ve belli anlamlarda uyumsuzdur. Çok az insan bu ikisinin ayrı dünyalar olduğunun ve birinde çalıştığında bir referans çerçevenin sahip olmanın uygun olduğunun, yolun karşısına geçtiğinde ve diğer dünyada çalıştığında oldukça farklı bir referans çerçevesine sahip olmanın münasip olduğunun farkındadır.

Şimdi bu formülü kendime uyguladığımda –1947 ya da 1948 yılları civarı gibi tarihlerdi, savaştan kısa süre sonra, ama yanılıyor olabilirim– çok işime yaradı. "Yolun öbür tarafı" dediğimde kastettiğim... Tavistock Kliniği Beaumont Caddesi'ndeydi. Eskiden bir binadan diğerine gitmek için köşeyi dönerdim, araştırma bölümü oradaydı. Bir sabah araştırma konferansına, başka sabah klinik vaka konferansına katılan biri. Bu iki konferanstaki düşünme ve iş yapma şekli tamamen farklı. Ortalama bir araştırmacı klinisyenin bulanık kafalılığını, klinisyen de araştırmacının uzak duruşunu anlayamaz. Her biri diğer dünyayı tuhaf bulur.

Çok az sayıda insanın bu ikisini birleştirmesinin nedeni aslında referans çerçevesini değiştirmek zorunda olduklarını fark etmemeleridir. Klinisyen olarak çalıştığında bütün özgünlükleri ve bireysel özellikleri ile tekil bir vaka ile ilgilenirsiniz. Göreviniz tüm problemi anlamak ve bununla ilgili bir şey yapmaktır. Sahip olduğunuz bilimsel anlayış ya da fikir neyse ondan faydalanırsınız; ama bu belirli klinik bir problemi asla çözmez. Karanlıkta pek çok deneme yapmak, sahip olduğunuzu düşündüğünüz deneyim, varsayımınız neyse onu kullanmak, tahminle ve Tanrı ile çalışmak zorundasınız. Aksiyona geçmek, bir şey yapmak zorundasınız. Bu

aynı zamanda bir uygulayıcı olarak çiftçi için de geçerlidir sahip olduğu toprak parçasından hayatını kazanma sorununu çözmek zorundadır. Tarım araştırmacısı tamamen farklı şeydir. Aynı ilişki mühendis ve metalürji uzmanı arasında da geçerlidir.

Şimdi, bilim insanı alanın özellikle sınırlı bir parçasına ait problemleri çözümlemeye çalışır, ilgili olduğu için seçtiği kısımla, akıllı cevaplar üretebilmesine imkân sağlayan bazı araçlarının olduğu düşündüğü kısımla. Ama bu her zaman alanın bir parçasıdır; küçük bir parçası. Önemli bir parça ya da aşırı önemsiz bir parça da olabilir; ama nihayetinde sadece bir parça. Yani bir rolde biri karman çorman bir bütün ile, diğeri göreceli olarak net küçük bir parça ile uğraşır. Araştırma görevlisi olarak çalıştığınızda veriyi tablolaştırma, datayı incelemede, kuram ile veri arasındaki ilişkiyi ve tersini sorgulamada, bunun gibi tüm şeylerde kesin ve titiz olmaya çalışırsınız – sınırlı bir cephede.

Klinisyenseniz buna vaktiniz yoktur. Bu tamamen uygunsuz, yararsızdır. Elinizden gelen en iyi şekilde hastanın problemleriyle başa çıkar, bunları halledersiniz. Sık sık şunu fark ederim; klinik alanda çoğunlukla, araştırma alanında doğru olup olmadığını bulmak üzere test ettiğiniz bir kuramı uygularsınız. Vurgulamak istediğim her iki bakış açısı da kendi alanlarında tamamen yerinde ve diğerinde tamamen uygunsuzdur. Bunun farkına varmaksızın iki alanda da işlev göremezsiniz. Bu benim için çok basit fakat çok az kişinin anladığı bir ders...ya da makul sayıda insan anlıyor ama pek çoğu her ikisinde de çalışmayı uygun bulmuyor.

S: Sizin neden veya nasıl yapığınızı anlatabilir misiniz?

B: Şey, bilmiyorum. Kişisel hayatımda her modelin temsilcileri mevcut. Babam cerrahtı, pratisyen cerrah. Gençliğinde biraz araştırma yaptı ve pek çok kez basılan cerrahi patoloji kitabını yazdı ama esasında araştırmacı değildi. O dönemde Cambridge'de araştırma geleneğine maruz bırakılırsınız tabii, ama sonrasında Cambridge'den ayrıldım, tıp okumaya Londra'ya geldiğimde, bunu anlatmış mıydım emin değilim, Camden Town'da genç bir ekonomist ile kaldım.

S: Hayır, anlatmadınız.

B: Tamam, bu çok önemli. Maalesef, 1948'de bir tatil sırasında geçirdiği kazada boğuldu. İsmi Ewan Durbin idi, benden bir yaş büyüktü, Oxford'daki kardeşimin arkadaşıydı aslında. Zooloji okuyordu ve sonradan ekonomi ve siyasete geçti. Benimle aynı yıl Londra'ya geldi, önce University College'da alt düzey bir işle meşgul oldu daha sonra da London School of Economics'e geçti. Savaşa kadar London School of Economics'teydi. 1929'dan 1939'a kadar çoğu zaman aynı evde yaşadık. Artık akademisyen olacaktı ama hayattaki amacı politikacı olmak olan bir akademisyen. Aslında 1930'larda işçi partisi adına iki seçimde mücadele etti; 1931 ve 1935'te mücadele etti. 1945'te bir koltuk kazandı ve Atlee İşçi hükümetinde 1946'dan 1948'e kadar devlet bakanıydı.

Evan –çok yakın arkadaşımdı– pek çok kişinin onaylayacağı gibi fevkalade bir akademi üyesi idi. Benim aile geleneğime göre klinisyen olur, üniversitelerin şu fildişi kulelilerine sırtını dönerdin. Evan Durbin diğer tarafı temsil ederdi. Ayrıca şunu da belirtmeliyim ki küçük kız kardeşim Evan'ın kendisi de ekonomist olan o zaman New College (Oxford)

akademi üyesi arkadaşı ile evliydi, yani oldukça güçlü akademik etkiye maruz kaldım.

Yirmilerde Cambridge'deyken eskiden Oxford'a giderdim, o zamandan savaşa kadar uzun tartışmalarımız olurdu. Benim için her zaman psikanaliz "ve tüm bunların" neden önemli şeyler hakkında olduğuna dair iyi nedenler sunmak mecburiydi. Yaşadığım entelektüel iklim kişinin titizlikle düşünmek ve ifadesi için iyi kanıt ve sebepler sunmak zorunda olduğu türdendi. Aklımda akademisyen olma fikri hiç yoktu, sanırım hiç öyle bir fikrim olmadı. Böylece, klinisyen olup babamın ayak izlerini takip ettim diyebilirsiniz. Ama benim sahip olduğum yaşam, akademisyenlerle birlikteydi, onların da büyük etkisi oldu.

Üç bölüm var. İlki Evan Durbin. Beni kendimi bir akademisyen olarak düşünmeye teşvik etti, bir akademisyen olmaya değil ama akademik bir yönelime sahipmişim gibi düşünmeye. Bu çok önemli çünkü aksi hâlde sahip olmayacaktım. Beni University College'da doktoraya kaydolmaya teşvik etti ki öyle de yaptım ama bölümü hiç tamamlamadım. Savaştan önce birlikte bir kitap yazdık, duyduğunuzu sanmıyorum.

S: Bana ondan bahsedin.

B: Edeyim, 1936, 1937 gibiydi, savaşın yaklaştığı kesindi. İngiliz bir akademisyen, politik bilimci –George Catlin– ve Evan Durbin bir sempozyumda bir araya geldiler. Kitabın adı *War and Democracy*[9] [Savaş ve Demokrasi] idi. Pek çok diğer sempozyum gibi iyi ve çok da iyi olmayan katkıları oldu. Kitabın yaklaşık yarısı Evan ve benim tarafımızdan bir veya bir

9 [Editör Notu]: Catlin, G ve Durbin, E. F. M. (eds9 1938). *War and Democracy.*

iki katkı ile oluşturuldu. Aslında 150 sayfa. Eleştirmenlerin hepsi bunun çok ilginç ve geri kalanının olmadığını söylediği için bizimki ayrı basıldı. Daha sonra *Personal Aggressiveness and War*[10] [Kişisel Saldırganlık ve Savaş] Durbin ve Bowlby olarak çıktı. Sana bir kopyasını verebilirim. İlginç bir kitap. Evan elli sayfasını yazdı, elli sayfalık bir makale ve ben 100 sayfalık ek yazdım, baya alışılmışın dışında. Benim yazdığım ek, kanıtı inceliyor. Buna gönderme yapma sebebim, Evan'ın bu tür bir şeyi başlatması ve beni de, şöyle de diyebilirsiniz, onun içine sürüklemesinin çok tipik olmasıydı. Yarı akademik türde ilk makale deneyimimdi. Her neyse, bu Otuzlardı.

Şimdi, savaş sırasında çok şanslı olduğumu söyleyebilirim çünkü, 1940'ta askere alındım, savaş öncesi Tavistock'un tıbbi direktörü J.R. Rees ordunun psikiyatri danışmanı olduğu için Tavistock odaklı bir askeri psikiyatri grubuydu. Birkaç Tavistock'lu orduya girmişti ve kısa süre sonra benim gibi analist ya da analitik yönelimli bu türden makul sayıda insan da Askeri psikiyatriye alındı. Neyse kısa keselim, hemen subay seçimine bulaştım; aslında ilk denemelerden birini yaptım. 1942'de Subay Seçim Kurulları açıldı ve takip eden üç buçuk yıl subay seçimindeydim. Bir operasyon biriminde yaklaşık altı ay geçirdikten sonra araştırma ve eğitim birimine katılmak için çıkarıldım.

Seçim prosedürünü doğrulama ile görevlendirildim. Bunun için benim vasıflarım yetersizdi ama üç akademik psikologla çalışıyordum. Bir tanesi tıp lisansına sahipti ve bu nedenle psikiyatrist olarak sınıflandırılmıştı ama aslında

10 [Editör Notu]: Durbin. E. F. M., ve Bowlby, J. (1939). Personal Aggressiveness and War.

Edinburgh Psikoloji Bölümü'nde asistanlık yapıyordu – bu Jock Sutherland'dı.[11] Diğeri eğitim psikoloğu, Ben Morris'ti;[12] ve üçüncüsü klinik psikolog Eric Trist'ti.[13] Şimdi dördümüz –ikisi tıpçı, iki değil– 1942 sonbaharından savaşın sonuna 1945'e kadar Araştırma ve Eğitim Merkezi'nin teknik kısmından sorumluyduk. Yani gördüğünüz gibi akademik merkez olmayan ama pratik yönelimli bir araştırma merkezinde tam üç yıl çalıştım. Benim için paha biçilmez bir deneyimdi. Gerçekten bir çeşit psikolojide lisans üstü eğitimdi.

En borçlu olduğum kişi Eric Trist'ti, listemde ikincidir. Bir numara Evan Durbin, Eric Trist ise iki numara, tarihsel konuşursak. Eric Trist o dönemde hayatımda çok ama çok önemli bir figürdü. En büyük düşmanı kendisi olan zeki bir kişiydi. Herkese karşı, tüm meslektaşlarına son derece cömert ve bütün ürettiklerinde inanılmaz yardım eder ama kendi ilgilerini ihmal etme eğilimdedir. Her neyse, ben yardım ettiği insanlardan biriyim. Ona çok şey borçluyum... psikolojide ne biliyorsam ona borçluyum. Ve görüyorsunuz 1942'den beri onun etkisi altındayım. Savaştan sonra dördümüz de Tavistock'a katıldık, böylece birlikte bir yerden diğerine doğruca geçtik.

S: Öyle mi?

---

11 [Editör Notu]: John ("Jock") Sutherland Tavistock Kliniği'nin 1947-1968 yılları arasında Klinik Direktörüydü. Stherland, J., ed. (1971)

12 [Editör Notu]: Ben Morris daha sonra Bristol Eğtim Ensitütüsü Profesör olan eğitim psikoloğu. Morris, B. (1971).

13 [Editör Notu]: Eric Trist organizasyonel sosyo-teknik kavramını geliştirdi Tavistock Beşeri İlişkiler Enstitüsü Başkanı oldu. Trist, E., ve Bamforth, K. (1951).

B: Oh, bu çok önemli evet. İşte ordu hizmeti süresince psikiyatrist, psikanalist ve klinik psikolog birlikte çalışıyorlardı; önce subay seçiminde ve sonra da eski savaş mahkûmlarının yeniden yerleştirilmesinde. Buna bulaşmadım ama Eric Trist bulaştı. Bu isimlerini söylediğim dörtlüye ek olarak orduda operasyonel alanda birlikte çalıştığımız bir düzine daha vardır ama araştırma bileşeniyle savaş sonrası Tavistock'u biz olduk. Bu grubun tek yetkin analisti bendim. Yine de orduda kesinlikle etkili başka analistler de vardı, bunlardan biri yakından tanıdığım, Virginia Wolff'un kardeşi Adrian Stephen.

Savaş sonrası Tavistock ile ilgili olarak bütün alakalı isimlere değinmedim. Sözünü ettiğim dördümüz, savaş sonrası Tavistock'un gelişiminde etkisi olan yedi sekiz isimden dördüdür. Bana kalırsa, ben bu insanlarla orduda çalışmıştım ve şimdi yine onlarla çalışıyordum. Bu çok doğrudan bir değişimdi, –açıkça orduda yaptığımız türden şeyleri sivil hayatta yapma niyetiyle– doğrudan üniformalardan sivil hayata. Pekâlâ, sadece klinik bir hizmet değil ama aynı zamanda araştırma tarafını da geliştirme nosyonu bize göre çok doğaldı, yapılacak en kesin şeydi çünkü bu orduda yapmış olduğumuz şeydi. Subay seçiminde, örnek verecek olursak, bir taraftan subay seçme konusunda pratik bir tekniğe öncülük etmiştik, diğer yandan teknikleri ve prosedürün uygunluğunu izlemek için düzenlenmiş bir Araştırma ve Eğitim Merkezi kurduk. Yani iki bileşene de sahiptik. Her şeyden önce alanda çalıştım ve sonra araştırma merkezine döndüm; bildiğim kadarıyla çalışmanın doğal yolu buydu.

Sonuç olarak 1946'da Tavistock'a katıldığımda önceliklerim şunlardı: Birincisi doğru düzgün bir klinik servisimiz olmalıydı çünkü düzgün bir klinik servis olmadan eğitim ve

araştırma yapamazdık yani ilk öncelik: klinik servis. İkinci öncelik eğitim, çünkü söylediğim gibi, hükümet politikası, bu tür bir hizmetin yurt çapında sağlanmasıydı ve çok az sayıda değerli eğitilmiş insan ve eğitim programı vardı. Yani ikinci meselem bu tür eğitimi kurmaktı. Noel Hunnybun[14] 1946'da bana katıldı ve 1946 sonbaharından beri klinik hizmet ve eğitim programı sağlıyorduk. Üçüncü şey araştırma düzenlemekti. Ve bunu 1949'da başlatabildim. Evan Durbin'den 1930'lar boyunca, Eric Trist'ten 1940'lar boyunca çok önemli bir figür olarak belirttim ve 1954'ten itibaren Robert Hinde[15] vardı, etolojist. Elliler boyunca ve altmışların başında benim için önemli bir figürdü. Üç oldular ve ikinci kitabımı bu üç kişiye adadım.

S: Evet, Hinde'yi farketmiştim ama diğer iki isim bana tanıdık gelmiyor. İlk kitabı Ursula'ya adadığınızı fark ettim. Hinde hakkında konuşmak bizi sizin de konuşmayı isteyeceğinizi gerçekten umduğum sıradaki şeye götürüyor, yani etolojiden etkilenmeye nasıl başladınız?

B: Görüyorsunuz ya, 1948, 1949'da toparlayabiliyorum, bu ayrılık hikâyesine savaştan önce başlamıştım, sanırım bununla ilgili diğer kayıtta anlatmıştım size.

S: Hayır, anlatmadınız.

B: Anlatmadım mı? Biraz daha geriye gitmem gerekti, sanırım.

S: Hay hay.

---

14 [Editör Notu]: Noel Hunnybun psikiyatrik sosyal çalışmacıydı, Tavistock'ta çalıştığı gibi Çocuk Danışma Kliniklerinin gelişmesinde de etkiliydi.

15 [Editör Notu]: Robert Hinde, araştırması primatlarda sosyal bağların gelişimine yeni bakış açıları sağlayan ünlü, etolojist. Hinde, R. (1970). Animal Behaviour; A Synthesis of Ethology and Comparative Psychology.

B: Sanırım size şundan bahsediyordum, çocuk danışmanlığı çalışmasına geldiğimde birbiriyle zıt iki teorik bakış açısı vardı. Sosyal çalışmacılar temel olarak çocuğun sosyal durumuyla; psikanalistler çocuğun içsel fantezi dünyası ile ilgiliydiler. Kimsenin ilgilenmediği şey, çocuğun kişiliği ile bir bakıma harmanlanan ve güncel duruma tepki verme şeklini etkileyen, daha önceki hayatı boyunca sahip olduğu gerçek deneyimlerinin etkisi diye düşündüm. Hep, bireyin nasıl işlev gördüğünü anlamak için daha önceki çevrenin büyük önemi olduğu fikrine takılmıştım. Sadece düşlemler değil, gerçek deneyim.

Okulda çalıştığımda, ilk kez bu tarz düşünceyle karşılaşmıştım. En azından bir oğlan vardı, şimdi onu "hissiz hırsız" diye kategorize ettiğim bir çocuktu. Çok suratsız, mesafeli, akıllı, daha önce iyi bilinen bir okuldan çalma davranışı nedeniyle kovulmuş ve kesinlikle eli hafif yankesici bir oğlandı. Okulun geleneksel bilgeliği mevcut durumunu önceki deneyimlerine atfetmekti; gayri meşru bir çocuktu, o güne değin iddiaya göre çok katı bir hemşire tarafından büyütülmüştü, şimdi söyleyebilirim ki anne figürü yoktu, gerçekte. Neyse, bu tarz deneyimleri sonuç olarak ele almaya uyandım. Sonuç olarak, Çocuk Danışmanlığı Kliniği'nde çalışmaya başladığımda böyle şeylerle ilgiliydim.

Özellikle sekiz yaşlarında başı devamlı derde giren övgü ya da suçlamalara duyarsız küçük bir oğlanı hatırlıyorum. Suça çok eğilimliydi ve önceki hayatı felaketti. On sekiz aylıktan iki yaş üç aylık olana kadar dokuz ay hiç ziyaretçisiz hastanede kalmıştı ve ondan sonra ebeveynleri ile asla duygusal bir ilişkisi olmamıştı. Mevcut durumuna bu deneyi-

min sebep olduğunu söyleme eğilimindeydim. Ve sonra çok benzer durumda ve çok benzer bir hikâyesi olan başka bir çocuk –küçük bir kız– ortaya çıktı. Böylece iki kişilik bir örneklemden genelleme yaparak, sebebin bu olduğu sonucuna vardım. Tabii, bu fikir o zaman çılgınca bulundu. Ama ben, diğer vakaları toplamaya başladım.

Personal Agressiveness and War kitabına ek olarak gerçekten Evan Durbin'in dileklerini yerine getirmek için *Forty-four Juvenile Thieves*[16] adlı bir monografi üzerinde çalışıyordum. 1944'e kadar basılmadı ama ben 1940'ta taslağını tamamlamıştım. Kitapta, klinikte görülen hırsızlık yapan kırk dört çocukla aynı zamanda klinikte hasta olan ama çalmayan kırk dört çocuk karşılaştırılıyordu. Ve ben dikkati önemli bir değişken olarak ayrılık deneyimlerinin, beş yaş öncesi aileden uzun süreli ayrılıkların sıklığına çektim. Bununla ilgili özet bir sunuyu 1939'da sundum [İngiliz Psikanalitik Topluluğu'na] epey bir şüpheyle karşılandı. Makalenin tamamı *Uluslararası Psikanaliz Dergisi'nde* 1944'te yayınlandı. Monografi olarak 1946'da yeniden yayınladım. Şimdi bu aralarında Ronald Hargreaves'in de bulunduğu profesyonel meslektaşlarım arasında biraz yaygınlaştı. Savaş öncesi Tavistock'ta idi, tam olarak çağdaşımdı ve buna ek olarak onu tanıdığımda orduydaydı. Savaştan sonra Tavistock grubu olarak adlandırdığımız grubumuzdan biri olmasına rağmen Tavistock'a dönmedi ama Cenevre'de Dünya Sağlık Örgütü Akıl Sağlığı Bölümü'nün başı pozisyonuna getirildi. Çok yetenekli adamdı.

Şimdi 1949'da orada oluşunun üzerinden sadece bir yıl kadar geçmişti – beni çocuk suçluluğu üzerine bir rapor

16 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1944)

yazmak için Dünya Sağlık Örgütü ile kısa süreli bir anlaşma yapmaya davet etti. Bunun üzerine düşününce, özellikle çocuk suçluluğu üzerine yapmak istemediğime karar verdim, ona cevap yazdım ve "Bak, bu bana pek uygun değil, ama çocuklarla ilgili başka bir şey yapmak istersen, ilgimi çekebilir." Bir veya iki ay içinde cevap yazdı ve evsiz çocukların akıl sağlığı ile ilgili bir çalışmayı yapıp yapamayacağımı sordu. Evet dedim. 1950'nin yaklaşık 6 ayını rapor hazırlamak için kısa süreli bir anlaşma üzerine Cenevre'de çalışarak geçirdim. Sonunda onlar için bu monografiyi tamamladım, *Maternal Care and Mental Health.*[17]

Kıtada materyal toplamak için altı haftayı seyahat ederek ve beş haftayı Birleşik Devletler'de geçirdim. Çocuk psikiyatrisi ve çocuk bakımı ile ilgilenen çok sayıda kişi ile tanıştım ve literatürün büyük kısmı için referanslar aldım. Daha önce okuyamadıklarımı okudum çünkü ordu ve Tavistock'ta bir bölüm geliştirme işleri nedeniyle literatürü takip edecek imkânım olmamıştı. Bir sonraki yıl sunulan ve büyük olasılıkla sizin de bildiğiniz gibi en çok satan hâline gelen raporu yazdım.

S: Sonra dünya konferansları düzenlendi ve...

B: Evet, gerçekten etkili oldu. Pekâlâ, şimdi size koşulları anlatacağım. Dünya Sağlık Örgütü'nde çalışıyordum ve belirli türden erken deneyimlerin olumsuz etkileri olduğu görüşünü sunmak için bana göre iyi bir fırsattı. Çünkü bu kimsenin inanamayacağı bir şeydi. Yetişkin psikiyatrisindekiler bunu zırvalık olarak gördüler, psikanalistler bunu saçma buldular.

S: Öyle mi?

---

17 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1952)

B: Hepsi değil ama çoğu.

S: Çünkü ebeveynlerinden ayrı, kurumlarda olan çocuklarla ilgili çalışmalar mevcuttu...

B: Oh, evet. Ve benim değirmenimin tahılları da bunlardı. Psikanalistler özellikle bu ülkede Ernest Jones ve Melanie Klein'ın altındakiler karşı bir görüşe sahipti. Neredeyse, gerçek ebeveynlerle uğraşmamamız gerektiği, asıl meselenin çocuğun ebeveynine dair düşlem ve imajları ile ilgili kavrayışının olduğu görüşü bir dogma idi. Ve 1939'da şunu söylemek çok da abartılı değil, ben bir makaleyi okuduğumda,[18] İngiliz Psikanalist Birliği'nde genel kabul gören görüş, gerçek deneyimin önemsiz olduğu ve dikkati gerçek deneyime vermenin neredeyse sapkınlık olduğuydu çünkü eğer gerçek deneyime önem verirseniz çok daha önemli olan fantezilere dikkatinizi vermezsiniz. Ve ben buna karşı olan çok güçlü görüşlere sahiptim. Şimdi, her analistin benim görüşüme karşı olduğunu söylemek istemem, bu doğru değil, ama azınlığın duruşuydu bu şüphesiz. İngiltere'de çok yakın bir zaman kadar azınlık olarak kaldığını söylemek isterim. Yani, bu bana göre her şeyi ortaya koymak ve savunmak için altın bir fırsattı.

Yani, insanları oturtup dikkate almalarını sağlamak bakımından başarılı oldum. Ayrılığı, sınırların bozulmasını, parçalanmasını bile bile seçmiştim – bu deneyimleri bile bile seçmiştim, bunların en önemli ya da en genel geçer olduklarını düşündüğüm için değil, bunlar en az tartışmalı olanlar olduğu için; bu olaylar gerçekleşmiş olsun ya da olmasın, prensipte iyi belgelenmişlerdi. Buna rağmen, kısmen fikir ikliminden dolayı ve kısmen yeterli araştırma tekniklerinin

18 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1940) olabilir.

olmayışından o zamanlar yapamayacağın şey, ebeveyn tutumlarını veya ebeveynlerin çocuklarına davranış şekillerini değerlendirmekti.

Şimdi çok sayıda insan bana şununla ilgili vaaz veriyor: "Ebeveynlerin çocuklarına davranış biçimlerinin ayrılıkla ilgili tüm bu konulardan daha önemli olduğunu düşünüyoruz" Ben de diyorum ki, "Evet, bunu 40 yıl önce düşündüm ama söylemeye iznim yoktu." O dönemde bir ebeveynin çocuğunu reddediyor olduğunu söylemek korkunç bir önyargı olarak görülüyordu. Dürüstçe söylemek gerekirse, psikanalistlerle yaptığım bazı tartışmalarda, dövülmüş bebek diye bir şey olmadığını, ebeveynlerin çok tatlı ve naif olduklarını ya da çocuğun başına gelen tüm olumsuzlukların çocuğun kendi zor davranışlarının sonucu olduğunu düşünebilirdiniz. Her neyse gördüğünüz gibi ben başka bir bakış açısı edindim.

Şimdi, şu yayın *"Maternal Care and Mental Health"* [Anne Bakımı ve Ruh Sağlığı] benim için son derece önemli. İki bölümü var. Birinci bölüm bu şeylerin önemli olduğunun kanıtı; ikinci bölüm pratik olarak, bunlarla ilgili ne yapıldığı. Bu monografide tamamen eksik olan, –neredeyse tamamen eksik– bunun nasıl olduğuna dair tartışma – hangi psikolojik süreçler vasıtasıyla bu deneyimlerin bu etkileri yaptığıdır. Winnicott tarafından yapılan bir değerlendirmeyi hatırlıyorum. Bu değerlendirmede hikâyenin bu kısmının eksik oluşuyla ilgili olarak eleştirmekten de öteye geçmişti. Cevabım, raporu yaklaşık üç ayda yazdığımdı, bu yüzden daha fazlasını yapmamı nasıl bekleyebilirdi ki? Neyse, ben bilmiyordum ve başkasının da bildiğini sanmıyordum. Yani kısa keselim, raporu ortaya çıkarmıştım (gerçekten 1951 baharında baskı-

daydı), ama hâlâ doldurulmamış büyük bir boşluk vardı. O zamana kadar bunu biraz düşündüm.

Şimdi şöyle ifade edilebilir: eğer bir bağın bozulması önemliyse bozulan bağın doğası nedir? Bunun kesin bir yanıtı olduğunu düşünmemiştim. O zamanlar genel geçer kanı bebeklerin sadece anneleriyle alakadar oldukları çünkü annelerinin onları beslediğiydi. İçtenlikle bundan etkilenmemiştim – bunun sadece doğru olmadığını düşünmüyordum, bunun doğru olmadığını *biliyordum*. Emzirmek, biberonla beslemek ve bunlarla ilgili bir sürü süslü püslü konuşmalar vardı: Bana göre hepsi çöp. Klinik deneyimime tamamen zıttı, klinikte karşılaştığım bebeklerini biberonla besleyen çok sevgi dolu anneler ve bazen de bebeğini çok reddedici anneler, bebeklerini emzirse de açıkça düşmanca tutum gösteren kadınlar vardı. Bu bana besleme değişkeninin tamamen ya da neredeyse tamamen bağlantısız olduğunu düşündürdü. Böylece genel kanıdan etkilenmedim, ama onun yerine koyacak özellikle bir şeyim de yoktu. O zamanlar ve size ne zaman olduğunu söyleyebilirim, 1951 Temmuz'uydu, London School of Economics'ten Norman Hotoph adında genç bir psikolog, hakkında daha önce hiçbir şey duymadığım Lorenz'in çalışmasının baskıda olduğunu bildirmişti. Sonunda onun gayet bilinen kuşların dünyasında eşlik üzerine Almanya'da 1935'te[19] yayınlanan makalesi elimize geçti, *Auk* isimli Amerikan ornitoloji dergisinde ortaya çıkan bir çevirisi. Bir yerlerden bir kopyasını ele geçirdik. O zamanlar ne teksir, fotokopi makinesi ne de başka şey var, çoğunu daktiloyla yazmak zorunda kaldık çünkü, anca kütüphaneden ödünç alabildik. Tamam, bu a) güçlü bir bağ, b) yemekle ilgisi

19 [Editör Notu]: Lorenz, K. (1937).

olmayan, c) çok hızlı ve kesin bir şekilde gerçekleşen bir şey olarak zihinlere yerleştirmeye dönük ilgimin başlangıcı buydu. Bana doğru olan buymuş gibi geldi.

Üstüne, o yaz, yaz tatilimizi İskoçya'da orada yaşayan ve ornitolog olan kayınpederimin, Ursula'nın babası Wester Ross'un yanında geçirmiştik. Bunların yanı sıra, Julian Huxley ile keşif gezileri olurdu ve Julian Huxley ve eşi bir hafta için orada kalıyordu. Julian Huxley ile daha önce tanışmıştım ama bu vesileyle onu daha sık gördüm. Çok çekinerek Lorenz ya da etoloji ile ilgili bilgisi olup olmadığını sordum. Bu onu çok iyi tanıyan ve alanda kendi işini yapmış olan Huxley'nin çok coşkulu bir şekilde takdirine yol açtı. Ayrıca kışın çıkacak olan *King Solomon's Ring'in*[20] [Kral Solomon'un Yüzüğü] İngilizce çevirisine önsöz yazmıştı; geldiğinde deneme baskısını usulüne uygun şekilde bana gönderecekti, ki tam Ekim'de bana ulaştı. O sonbaharda herkesten üç ay önce *King Solomon's Ring* elimdeydi. Huxley aynı zamanda bana Tinbergen'in yeni basılmış olan *The Study of Instinct*[21] [İçgüdü Çalışmaları] kitabının adını vermişti. Tüm bunların arkasında Julian Huxley'nin muazzam coşkusu vardı. Bunları okudukça daha da etkileyici buldum. Hakikaten bütün 1951–1952 kışını etoloji inceleyerek geçirdim. O günden sonra etolojiye tamamen kapıldım.

1952 ilkbaharında –Mart 1952– Oxford'da Akıl Sağlığı Araştırma Fonu'nun düzenlediği bir konferans vardı. Ülkedeki akıl sağlığı araştırmalarının durumunu değerlendirmek için elli katılımcı davetliydi, çoğu psikiyatristti ama belli bir bölümü

20 [Editör Notu]: Lorenz, K. (1952).

21 [Editör Notu]: Tinbergen, N. (1952).

de nörofizyolojist, nöroanatomist ve biyokimyacıydılar. Çeşitli kişiler bildiri sunmak, diğerleri de tartışma açmaları için davet edilmişlerdi. Tartışma açmak üzere davet edilmiş olabilirim, hatırlayamıyorum. Her neyse bildiri sunmaya davet edilmedim. Ama kısa keseyim, diğer makalelerle birlikte dağıtıma giren etolojinin psikiyatri ile ilgisi üzerine bir makale gönderdim.[22] Eh, çok büyük başarıydı. Kısmen tamamen yeni olduğu ve kimse daha önce etolojiyi duymadığı için çok büyük bir başarıydı. Diğer her şey az çok bilinen şeylerdi, bu oldukça farklı bir şeydi.

S: Bir atılım, gerçekten.

B: Evet, yani küçük önemsiz bir makaleydi, ama yine de yeni bir pencere açtı. Burası Ronald Hargreaves'in tekrar sahneye çıktığı yer, şu Tavistock kişisi, Dünya Sağlık Örgütü'nde olan. Konferanstaydı ve iki makale dikkatini çekmişti, biri benimkiydi, biri Grey Walter[23] diye bir adamın elektro-ensefalogramlar üzerine makalesiydi. Dünya Sağlık Örgütü'nün bu konular üzerinde bir çalışma grubu oluşturması gerektiğine karar verdi. Bununla ilgili ne bildiğinden emin değilim, bu WHO çalışma grubuyla ilgili?

S: Bu Macy'nin finanse ettiği değil, daha sonra üç kitap yayınlandı...

B: Tanner ve Inhelder[24] tarafından dört kitap yayınlandı, evet.

---

22 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1953a). The contribution of studies of animal behaviour.

23 [Editör Notu]: Walter Grey, W. (1953) The Living Brain.

24 [Editör Notu]: Tanner ve Inhelder, (1953-1956) Dünya Sağlık Örgütü *Çocuk Psikobiyolojik Gelişimi Çalışma Grubu Toplantıları* 1 ila 4, Cenevre, (Tanner ve Inhelder, 1953-1956). Üyeler John Bowlby, Konrad Lorenz, Margaret Mead, Jean Piaget and Grey Walter ve konuk olarak Erik Erikson, Von Brtalanffy ve Julian Huxley ile oturumlara katıldılar.

S: Evet, onları okumuştum.

B: İşte Dünya Sağlık böyle başladı. Lorenz oradaydı. Lorenz oradaydı çünkü, ben önceki yıl Ronald Hargreaves'in dikkatini çalışmaları üzerine çekmiştim. Lorenz ile dört yıl üst üste Cenevre'de olmak benim için çok önemliydi. Piaget ve diğer insanlardan bahsetmiyorum bile. Bana Hinde'den söz eden Lorenz'di.

S: Hinde o sırada Cambridge'de miydi ve siz bilmiyordunuz bu işte çalıştığını...?

B: Hinde o zaman çok genç bir adamdı. Şimdi 55 yaşında ve ben 1952'den bahsediyorum, yani o zaman 32 yaşındaydı. Madingley[25] daha yeni başlamıştı. Hinde savaş sırasında Hava Kuvvetleri'ndeydi – Kıyı Komutanlığı'nda deniz uçaklarına pilotluk yapıyordu. Savaştan sonra Cambridge'e gitti ve Zooloji lisansı ve ardından Oxford'da doktorasını yaptı. Yani 1954'te daha Cambridge'e yeni dönmüştü – 1-2 yıldır oradaydı belki. Şubat 1954'te tanıştık. Benim işi başlatmam sayesinde, şimdiki Royal College of Psychiatrists (eskiden Royal Medico- Psychological Association idi) etoloji ve psikiyatri üzerine bilimsel bir toplantı planladı. Konuşmaya ilk davet edilen iki kişi Lorenz ve Tinbergen sanırım gelemediler, böylece Hinde ve ben onların yerine geldik. Her birimiz bir makale sunduk, tamamlayıcı makaleler ve sonra birlikte öğle yemeği yedik. Bu onunla ilk tanışmamızdı ve tabii ki çok etkilendim. İlerleyen zamanlarda birbirimizden çok yararlandık. Bu karşılıklı bir süreçti, çünkü ben ona çok şey borçluydum ve aynı derecede o da bize, Tavistock'a çok şey borçlu olduğunu iddia eder. O

25 [Editör Notu]: Cambridge Üniversitesi zooloji Laboratuvarı.

zaman eskiden her hafta yaptığımız araştırma seminerlerine katılırdı ve –daha geçen gün bundan bahsediyordu– gelip klinisyenlerle temas kurmak onun için büyük bir deneyimdi. Yani 1954'ten itibaren etolojik fikirlerden yararlandığım süre boyunca Robert'dan rehberlik aldım ve düzeltildim. O noktadan sonra uzun yıllar boyunca, ne yayınlarsam yayınlayayım onun fikrini sorardım.

S: Çok ilginç, o şimdi çocukları gözlemliyor, değil mi?

B: Ah, evet. Gördüğünüz gibi bunlar hep destanın parçası. O dönemde tamamen kuşlar üzerindeydi. Sonra 1957 ilkbaharında ya da yaz başında Birleşik Devletler'de birkaç ay geçirdi ve 1957 Haziran'ında bir konuşmamız oldu. Madison'a gittiğini ve Harry Harlow'un[26] çalışmasını gördüğünü, çok heyecan verici olduğunu, onu ziyaret etmem gerektiğini söyledi. 1957-1958 Eylül'de merkeze gitmem gerekiyordu, gitmem gerekliydi bu nedenle tarihi çok iyi hatırlıyorum. Birleşik Devletler'e gitmeden önce Harry'nin görülecek adam olması konusunda Robert tarafından uyarılmıştım. Bu Hinde için çok önemli çünkü onu maymunlar üzerinde çalışmaya yönlendirdi; maymunlarla çalışmaya o zaman orada karar verdi, büyük ölçüde işimize olan başlangıçtaki ilgisinden dolayı ve sonra...

S: Harlow'dan mı bahsediyorsunuz?

B: Hayır, Hinde'den söz ediyorum.

S: Hinde.

B: Harlow'un çalışmasının ilham kaynağı tamamen başkaydı. Bizim ne yaptığımızı duyduğunu bile sanmıyorum. Onun

26 [Editör Notu]: Harlow, H.F.(1958) *The Nature of Love.*

çalışması, anladığım kadarıyla, Rene Spitz'in çalışmasından[27] ilham almıştı. Bunu daha önce de söylemiş olabilirim, bence coğrafyanın önemine çok fazla vurgu yapılamaz. Biliyorsunuz Birleşik Devletler'de çok önemli olan geleneklerin burada hiç önemi yok; burada çok önemli olan geleneklerin Birleşik Devletler'de hiç önemi yok. Ve anne yoksunluğu ve bunun gibi şeylerin bu ülkede benim adımla ve Birleşik Devletler'de ise çoğunlukla Spitz'in adıyla ilişkilendirildiğini söylemek uygun olur. Harlow, Spitz'den etkilenmiştir ve maymun çalışmasına 1956-7-8'de başlıyordu; evet, 1957'de sadece bir yıldır ya da o civarda bunu yapıyordu. Böylece Robert Hinde oradayken, hem Harlow'un bulgularını hem de bizim bulgularımızı benimsemesi ve kendine şunu söylemesi çok doğaldı: "Maymunlarla çalışacağım, ama bunu Harry'den farklı yapacağım." Ki kesinlikle tamamen farklı olarak yaptı. Robert'in alana gelmesinde etkim olmasından oldukça gurur duyuyorum – maymun konusuna, primat alanına –ve ben bir şekilde biraz araştırma parası edinmesinde de etkili oldum, çünkü Frank Fremont-Smith– onunla hiç tanıştınız mı?

S: Hayır, ama adını biliyorum.

B: O günlerde hayatımızda çok önemli bir figürdü, çok heyecanlı, hevesli, zihinleri bir araya getirici.

S: Macy de, Larry Frank'in belki de Rockefeller Grup'ta oynadığı rolün aynısını oynamış gibi görünüyor. Bilmiyorum, bu uygun bir karşılaştırma mı..?

---

27 [Editör Notu]: Renee Spitz, 1930'ların ortalarından itibaren anne yokluğu ve duygusal yoksunluğun bebekler üzerindeki etkisi ile ilgili gözlemleri ve filme almasıyla ünlüdür, buna çığır açıcı bir film (1952) ve kitap (1965) dahildir.

B: Oldukça benzer. Biliyorsunuz, Macy küçük bir vakıftı, yıllık bütçelerinin ne olduğunu bilmiyorum –çoğu standarda göre küçük– bunu büyük ölçüde disiplinler arası konferanslar düzenlemek için kullandı. WHO Çalışma Grubu Frank'in Macy konferanslarından esinlendi. Ronald onları biliyordu, katılmıştı – model direkt Macy konferanslarından yola çıkmıştı ve Frank şahsen başkanlık etti. Ronald Hargreaves Frank'in başkanlık etmesinde ısrarcıydı, çünkü çok iyi bir başkandı. Frank'ın çok sessizce yaptığı diğer şey yaptığı konferanslarda tanıştığı bazı insanlara araştırma desteği vermekti. Sanırım Lorenz'e önemli meblağlar verdi o zaman. Tavistock'ta bize de fonlar verdi. Ben Robert'a yönlendirdim ve maymun çalışmasına başlaması için biraz fon verdi – sanırım doğrusu bu. Ona biraz para verdiğini biliyorum, sanırım bu maymun çalışmasına başlamasına yardımcı oldu, tam emin olamıyorum. Böylece maymunlarla işe koyulmasını destekledim. Bu noktadan itibaren çalışmasının uçuşa geçtiğini söylememe gerek yok. Bu ellilerdeydi. Sonra 1957-1958'de merkezde kalışım sırasında, Harry'i ilk kez duydum ve tanıştım, çünkü Nisan'da...

S: Harry Harlow mu?

B: Evet, Nisan 1958'de Monterey'de Amerikan Psikoloji Derneği Batı Şubesi'ne –sanırım böyle deniyordu– bir bildiri sunuyordu. Oraya gitmem önemliydi ve sunduğu bildiri daha önce Amerikan Psikoloji Derneği Başkanı iken sunduğu şu küçük bildiriydi – "The Nature of Love" [Sevginin Doğası].[28] Önceki yıl sunmuştu sanırım. Konuşmasını dinledim ve üzerimde çok güçlü etkisi olan filmlerini izledim. Sonra İngilte-

28 [Editör Notu]: Harlow, H. (1958).

re'ye dönerken onu Madison'da ziyaret ettim; Haziran'da iki gün kaldım orada. İşte etolojiye nasıl girdiğimin hikâyesi bu.

S: Bu tam bir hikâye.

B: Diyebilirim ki, aynı dönemde Mary Ainsworth'ün de etoloji ile ilgilenmesini sağladım.

S: Bu işbirliği nasıl oldu diye soracaktım ben de size?

B: 1950'de başladı çünkü, küçük araştırma hibeleri almıştık; biri bu ülkeden, Jimmy Robertson'ı[29] atamamızı sağlayan, biri WHO'nun Avrupa Bölümü'nden, diğeri de Fransız bir kaynaktan ve şaşırtıcı şekilde yeterliydi. Ardından, Macy'den hibe aldık ve daha sonra Ford'dan. Ama yine de, bu Fransız parasını aldığımızda, ki oldukça eğlenceli bir hikâyesi var, iki araştırma psikoloğu için ilan verebildik; biri kıdemli, biri daha az kıdemli. Mary Ainsworth, kendinden daha genç olan ve University College'da doktorasını yapan eşiyle birlikte henüz Londra'ya gelmişti; o yüzden boştaydı ve işe başvurdu. Tavistock'tan biri onu önceden biraz tanıyordu ve iyi biri olduğunu söyledi. Kanada Ordusu Psikolojik Hizmetler'de bulunmuştu, onu oradan tanıyordu. Neyse uzatmayalım, onu bu göreve atadık; üç yıllık bir görev. Tavistock'ta bizimle çalıştı –1951-1953– birbirimizi böyle tanımış olduk. Sonra Uganda'ya gitti. Eşi Uganda'da Makerere College'da iş buldu ve orada bir ya da iki yıl kaldılar, çok uzun değildi. Bizimle üç ya da dört yıl çalıştığı için, bütün bu bağlanma ve ayrılma konularıyla haşır neşir olmuştu. Ve elbette o zamandan beri de böyle devam ediyor. Uganda'dayken yerli insanların evlerinde bir çalışma yaptı ve sonuçları 1967'de *Infancy in*

29 [Editör Notu]: Robertson, J. (1952).

Uganda[30] [Uganda'da Bebeklik Dönemi] olarak ortaya çıktı. Bilmiyorum, bu kitabı gördünüz mü?

S: Hayır, biliyorum ama okumadım.

B: Hayır, bu sürpriz değil. Alan çalışması 1954-1955'te yapıldı, muhtemelen 1956'da on yıl boyunca ortaya çıkmadı. Çok iyi bir kitap, aslında, bir klasik. İki sebepten klasik. Öncelikle, Batılı olmayan bir toplumda yapılmış en iyi bebeklik çalışması; ve diğeri Afrika'da ilk bebeklik çalışmalarından biri olması. Mary Afrika'da bir konferansa gidip pek çok Afrikalı psikologla tanıştığında, orada ünlü olduğunu anladı çünkü böyle bir çalışma yapan tek kişiydi ki bu ona oldukça komik geldi. Neyse, bu çalışmayı yaptı ve Baltimore'a döndü ve Johns Hopkins'te iş buldu.

O zamandan beri, elbette, merdiveni tırmandı. Bu da Mary Ainsworth ile hikâyemiz. Ve mesele şu: buradayken oldukça yakınlaşmıştık ve o Afrika'dayken iletişimi, yazışmayı sürdürdük. Ona etoloji ile ilgili yazardım. Eh elbette gitmeden önce de bununla ilgili biraz biliyordu çünkü o buradayken 1951-1952'de ben bununla ilgili çok hevesli hâle gelmiştim, çok ilgisini çekmiş olmalı. Ama daha temel fikirlerin çoğunu daha sonra kavradım. Kâğıt üzerinde belli şeylerle ilgili uzun tartışmalar yaptığımı hatırlıyorum, çünkü benim ilerlemiş olduğum oldukça genel geçer etolojik noktalar, onun için tamamen yabancıydı ve çok açıklama gerekiyordu. Bu şekilde coşkulu bir etolog ya da etoloji yönelimli biri oldu.

S: Bugün kaç psikiyatrist bilgi sahibi ya da en azından kabul ediyor – özür dilerim bunlar iki ayrı soru. Kaçı bilgi sahibi?

---

30 [Editör Notu]: Ainsworth, M. D. (1967).

B: Bilgi sahibi çok az bence. Birkaç çalışma arkadaşım dışında yeterince bilgi sahibi olduğunu düşündüğüm birini adını söylemekte gerçekten çok güçlük çekiyorum. Eminim ki bazıları vardır ama oldukça nadirdirler. Biri elbette Birleşik Devletler 'de, sizin iyi bildiğiniz biri, Dave Hamburg. Ama hayır, cevabım çok az, çok çok az.

S: William Kessen hiç bu konuda sizinle yazıştı mı? Bir şeyler söylüyor gibiydi...

B: Evet, ama Kessen psikolog; siz psikiyatristleri sordunuz.

S: Doğru.

B: Eğer psikiyatristlere yoğunlaşırsam, yanıtım son derece azdır. Gerçekten kim olabilirdi bulmakta zorlanıyorum. Ama ilginç ve saygın bulan şimdi oldukça fazladır. Şimdi kabul edildi ama, bence hâlâ birçoğu için muamma bir alan. Şu an Royal Society üyesi olan Robert Hinde gibi saygıdeğer kişiler bu alanda çalıştığı ve benim gibi diğer insanlar bunun değerli olduğunu düşündükleri sürece – şöyle diyorlar, "Her şey tamam da gerçekten tam olarak nasıl bağdaştığını göremiyoruz, yine de pek karşılığını bulmuşa benzemiyor." Bu benim izlenimim. Bunların saçma olduğu fikri artık kesinlikle güncel değil.

S: Artık antropologlar arasında bile değil.

B: Öyle mi?

S: Eh, değişiyorlar.

B:İnsanlar değişiyor, ama yavaşça değişiyorlar. Ama etolojinin psikiyatriye ne öğretmesi gerektiğini anlayan çok az psikiyatrist söyleyebilirim, çok az. Canberra'da çok hoş bir adam var

–bir İskoç– Scott Henderson,[31] onu sayabilirim, etolojinin neyle ilgili olduğunu anlar.

S: Bakıma neden olan davranış üzerine makalesi olan mı?

B: Evet.

S: Onu okudum.

B: Görüyorsunuz, ne hakkında olduğunu biliyor. Yarım düzine daha olmalı ama benim izlenimim çok az. Psikologlar arasında, eminim çok daha fazlası vardır. Muhtemelen etoloji hakkında bilgi sahibi olan oldukça çok psikolog vardır. Pek çok insan bunu bilse bile anlamıyorlar.

S: Blurton-Jones hakkında konuşuyorduk...

B: Nick Blurton-Jones, bir etolog, psikolog değil. O bir etolog. Doktorası için kuşları çalışıyordu. Jim Tanner ile çocukları incelemek için geldi, on yıldan daha uzun süre önce. Onun parlak, orijinal bir zihin olduğunu düşünmüyorum; yetenekli bir eleman ve iyi bir etkiye sahip. 1972'de *Ethological Studies of Child Behaviour* [Çocuk Davranışları Üzerine Etolojik Çalışmalar] başlıklı çok yararlı bir makale koleksiyonunun editörlüğünü yaptı;[32] ama bunun bir avuç psikiyatristten daha fazlası tarafından okunduğunu sanmıyorum. Fakat zaman değişiyor. Örneğin, Robert birkaç yıl önce Emanuel Miller konferansı vermek üzere Çocuk Psikologları ve Psikiyatristleri Derneği'ne davet edildi.[33] *Journal of Child Psychology ve Psychiatry*'de [Çocuk Psikolojisi ve Psikiyatrisi Dergisi] birçok maymun çalışmasını yayınladı. Yine, sanırım çocuk

31 [Editör Notu]: Henderson, S. (1974).

32 [Editör Notu]: Blurton Jones, N. (1972).

33 [Editör Notu]: Hinde, R. (1976).

psikiyatrisindeki insanlar etolojiye oldukça aşinadırlar ve hakkında pek bir şey bilmeseler de onu ilginç ve belki de çok önemli bulurlar. Yetişkin psikiyatrisindekilerin bununla ilgili çok kararsız olduklarından kuşkulanıyorum.

S: Bu ilginç bir nokta; fark etmemiştim.

B: Tahmin ediyorum.

S: Derneğin birkaç toplantısı vardı –tabii yine psikoloji, psikiyatri değil– ama Çocuk Gelişimi Araştırmaları Derneği'ndeki toplantılar bu konu üzerineydi. Analistleri 1920-1930 yıllarında psikiyatristlerden ayrı tutmanız gerek.

B: Bu ülkede bugün de durumu böyle yani.

S: Ve bugün de.

B: Ah evet. Psikologlar da ayrıdır. Yok, bunlar oldukça farklı gelenekler.

S: Elbette, bunu biliyorum.

B: Tamamıyla farklı. Etolojinin psikiyatri ile ilişkisi bugün meşru, muhtemelen ilginç kabul ediliyor. Ama "Tamam da ne faydası var?" şüpheciliğinin genel bir tutum olduğunu düşünüyorum.

S: Maudsley konferansınızda değindiğiniz bazı noktaları kayda dahil etmek isteyip istemediğinizi merak ediyorum, çünkü bu Amerikalı dinleyicilere yönelik ve onların kaçı bu makaleye aşina bilmiyorum. Özellikle şu noktaları düşünüyordum, bana çok anlamlı geldi. Kitaplarınızda da var ama kitaplarınızı henüz okuyamamış genç Amerikalı öğrencilere ulaşmanın başka bir yolu olduğunu düşündüm.

B: Bunu yapmaktan hiç çekinmem. *Maternal Care & Mental Health*, WHO formatında 1951'de çıktı. Bunu elde etmenin

her zaman zor olduğunu söyleyebilirim, çünkü bu ülkede resmi basımevleri (H. M.S.O) ve Birleşik Devletler'de Columbia Üniversitesi Yayınları tarafından ele alındı ve hiçbiri stokta tutmadı. Yanı, aslında dağıtımı çok zayıftı. Ama kısaltılmış karton kapaklı versiyonu[34] daha tanındı. Marjorie Fry savaş yılları arasındaki muhteşem kadınlarımızdan biriydi. 1958'de seksen yaşında ya da o civarlarda öldü. Fry ailesinden ressam Roger Fry'ın kız kardeşiydi. Kendisi hiç üniversitede bulunmamasına rağmen, Oxford kolejlerinden birinin başkanlığına davet edildi, sonra Üniversite Burs Komitesi'ndeydi, ülkede büyük güç hâline geldi. Aynı zamanda çocuk mahkemesi hakimiydi – çok çekici, çok eğlenceli, çok zekiydi. Onu savaş patlak verdiği sırada biraz tanıdım, çünkü yaşamak için Cambridge'e gelmişti. Londra Çocuk Danışmanlık Kliniği de Cambridge'e taşınmıştı, orada rastlaştık. Benim *Forty-four Juvenile Thieves* [Kırk Dört Çocuk Hırsız] çalışmamla bir çocuk mahkemesi hakimi olarak çok ilgilendi. Ve *Maternal Care and Mental Health* çıktığında ona hemen bir kopya gönderdim. Çok heyecanlandı. Beni aradı ve "Bu halka daha uygun ve daha basit bir şekilde olmalı: ciltsiz olarak yayınla" dedi. Tamam dedim – bunu sen yapmak ister misin? Çok mütevazi bir şekilde deneyeceğini, üstesinden gelebileceğinden emin olmadığını söyledi. Bana bazı kısaltmalarının örneklerini gönderdi. Pek üzerinde durmadım. Yaklaşık bir hafta sonra, örnek geldi, harikaydı. Böylece kısaltmayı yaptı, bazı ufak düzeltmeler yaptım ve Penguin'den çıktı. Yeni bir başlık gerekiyordu. Birleşik Devletler'de Penguin'in çok zayıf bir dağıtımı olması nedeniyle – hiç olmadı, hâlâ yok, Pengu-

34 [Editör Notu]: Bowlby J. (1953b). Child Care and the Growth of Love.

in'e Amerika haklarını vermedim çünkü orada da basılmasını istiyordum. Ve Nina Ridenour, bu ismi biliyor musunuz?

S: Evet, evet.

B: Eh, o da çok hevesli oldu ve Marjorie Fry kısaltmasını aldı ve Amerikan İngilizcesi'ne çevirdi, çünkü o dile uygun olmayan kısımlar vardı. Bunu yaptı ve Amerikalı yayıncılardan biri tarafından basılacaktı.

S: Basılacaktı?

B: Basılacaktı, ama basılmadı. Yayınevi, şimdi hangisiydi unuttum, hevesini kaybetti. Ve basmadılar. Sonrasında, Penguin'in Amerika yayın haklarını almasına izin verdim, ama birkaç bin civarında kopyadan fazla satmadı Birleşik Devletler'de. Sanırım Amerika'da toplam satışı 20.000 kopyadır, dünyanın geri kalanındaki yarım milyona kıyasla. Bir satış hikâyesi var a) İngiliz bir yazar, b) İngiliz bir yayıncı – sonuçta Birleşik Devletler için çok küçük bir tiraj.

S: Amerika'da Washington okulunun çalışmalarınıza çok sempati duyduğunu okudum bir yerlerde. Bu nasıl oldu? Acaba hangi okuldan bahsediyorlar? Washington Üniversitesi mi ya da...?

B: Hayır, sanırım Washington psikanalitik grubunu kastediyorlar. Şimdi Washington psikanalitik grubu hep biraz çizgi dışıdır. New York Topluluğu diyebilirsin ki bir çeşit Mekke'dir, gerçeği, tüm gerçeği öğrenebileceğin, gerçeğin dışında hiçbir şeyin New York'a ait olmadığı yer. Chicago liberal eğilimlerini Franz Alexander ile edindi. Washington hep çok daha açık görüşlü ve liberal ve çok daha sosyal yönelimli olagelmiştir. Harry Stuck Sullivan Washington'da idi. Oradaki etkisi güçlüydü – burada daha az. Washington psikanaliz okulu her

zaman benim ilgilendiğim tür şeylere daha odaklı olmuştur. Ama her zaman Amerikan Psikanalitik Derneği merkezinden uzak görülür. New York topluluğu ortadadır ve diğerleri ise uçlardadır. Ve Washington uçtadır.[35]

[John Bowlby Eklemeleri]

Kayıt cihazının bozulması nedeniyle kayıtlardan silinen konuştuğumuz üç konu var. Bu eklemeler Eylül 1979 tarihlidir.

Aile terapisi ile ilgili biri

Londra Çocuk Rehberlik Kliniği'ne gittiğim ve Molly Lowden ve Nance Fiarbairn ile çalıştığım ilk andan itibaren ebeveynlerin kendi duygusal problemlerinin çocuklarının sergiledikleri problemlerde büyük rol oynadığını fark ettim. Son makalede bazı tarihsel örnekler vermiştim (*Psychoanalysis as Art and Science*) [Sanat ve Bilim Olarak Psikanaliz].[36] Bu nedenle ebeveynlerin problemlerinin tedavisini çocuğun problemlerini tedavi etmek kadar önemli gördüm. O zaman, ebeveynleri hep değerlendirme görüşmeleri sırasında görmeme rağmen, psikiyatrik sosyal hizmet uzmanları tarafından onlarla terapötik çalışma yapılması adettendi. Bununla beraber, babalar bir kriz çıkmadığı sürece tamamen dışarıda bırakılma eğilimindeydi.

1946'da Noel Hunnybun Tavistock'ta bana katıldığı zaman savaştan öncekiyle aynı modeli izleyerek başladık. Ancak çok geçmeden, ziyarete gelen Amerikalı bir psikiyatrik sosyal hizmet uzmanının açıklaması sayesinde başlangıç görüşmelerine babaları dahil etme ve onlarla çalışma noktasına geldik. Psikiyatrik sosyal hizmet uzmanlarının bazıları ebeveynlerle analitik çizgide

35 [Editör Notu]: Metin burada kesiliyor, geri kalanında çoğunlukla Smuts Bowlby'e konuştuğu için

36 [Editör Notu]: Bowlby J. (1979).

çalışma konusunda çok yetenekliydi ve öğrencileri ebeveynlerin duygusal sorunlarıyla başa çıkma konusunda gidebilecekleri kadar ileri gitmelerine cesaretlendirmek için elimden gelen her şeyi yaptım.

1947 yılı boyunca yine de hiç kimse ailenin birden fazla üyesini bir arada görmeyi hayal etmezdi.

İlk aile görüşmem 1948'in başlarında gerçekleşti. 14-15 yaşlarında zeki bir oğlanla haftalık düzenli görüşmeler yapıyordum. Ailesine tamamen karşıydı ve okulda başarısızdı. Genel olarak suratsız ve iletişimsizdi. Ne olduğunu hatırlamadığım sebeplerle ebeveynlerinden hiçbiri, bir sosyal hizmet uzmanı tarafından görülmüyordu ama evde çok fazla sürtüşme olduğu açık olduğundan, bir cumartesi sabahı her iki ebeveynle görüşme ayarladım. Bekleme odasına gittiğimde orada üçünü birlikte gördüm ve ani bir karar vererek onları birlikte odama davet ettim, nasıl devam edeceğime dair hiçbir planım yoktu. Ancak tartışma kısa sürede canlandı ve annenin oğluna sürekli dırdır etmesi çok belirgin bir hâl aldı. Kendisinin nasıl bir çocukluğu olduğunu sorduğumda gözyaşlarına boğuldu ve sonraki üç çeyrek saat boyunca bir dizi uzun üzücü olay anlattı. Kocası önceden biraz biliyordu ve oğlu hiçbir şey bilmiyordu. Yaklaşık 100 dakika sonra seans ailenin her üyesinin öncekinden daha iç görülü ve diğerlerinin problemlerine daha anlayışlı olmasıyla sona erdi. Daha sonra çocuğu kendi başına görmeye devam ettim. Ama o andan sonra ortak aile görüşmelerinin değerine ikna oldum ve gördüğüm her vakanın değerlendirme aşamasında böyle bir görüşme yapmayı alışkanlık hâline getirdim.

1948 yazında Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu Londra'da savaştan sonra bu tür ilk etkinlik olan uluslararası bir konferans düzenledi. Diğer birçok faaliyetin yanı sıra hastane ve kliniklere

ziyaretler düzenlendi. Tavistock ziyaretçileri ağırladığında, personel üyeleri Grup Gerilimleri ve bunları ele alma yolları teması hakkında bir dizi kısa bildiri sundu. Örneğin, bir bildiri endüstride grup gerginlikleri üzerineydi. Programı oluşturmak için Ailede Grup Gerginlikleri üzerine doğaçlama bir konuşma yapmayı kabul ettim ve örneğimi önceki kış gerçekleştirdiğim başarılı aile görüşmesinden seçtim. Daha sonra konuşma, diğerleri ile birlikte 1949 tarihli *Journal of Social Issues*'un bir dizi sempozyumunda yayınlanmak üzere hazırlandı.[37]

Sonraki on yıl boyunca Çocuk ve Ebeveyn Departmanı'ndaki arkadaşlarımı ortak aile görüşmelerinin değeri konusunda ikna etmeye çalıştım ama ciddi ölçüde muhalefetle karşılaştım, özellikle Klein yönelimli ekip üyelerinden. İçlerinden birinin, beni katılan çocuğa acımasızlıkla suçladığını hatırlıyorum. Ekipten beni aktif olarak destekleyen tek üye çocuk psikiyatristi ve psikanalist Molly Mackenzie idi. Ama 1960'a kadar bir şey değişmedi. O yıl Kanadalı bir psikiyatrist, Freda MacQueen (daha sonra Martin),[38] asistan olarak bize katıldı. Hızla ortak görüşme tekniğini benimsedi ve kıdemli asistan ve personel statüsüne ilerledikçe birkaç personel üye üzerinde güçlü bir etki sahibi oldu. Onu Molly Mackenzie gibi çok cesaretlendirmeme ve yapabileceğim tüm yardımı yapmama rağmen, ona daha fazla katkıda bulunmamı engelleyecek kadar çok işim vardı.

1952 veya 1953'te gerçekleşen bir olay ilginizi çekebilir. Kıdemli uzmanlığa yeni terfi etmiş bir çocuk psikiyatristi, çocuk psikiyatrisinin hangi alanını özel ilgi alanı olarak benimsemesi gerektiğini bana sordu. İki tane önerdim. Biri etolojik görüşlerin

37 [Editör Notu]: Bowlby J. (1949). Bu şimdi *Journal of Human Relations*

38 [Editör Notu]: Martin, F., & Knight, J. (1962).

çalışmamıza uygulanmasıydı; diğeri ortak aile görüşmeleriydi. Her ikisinin de büyük potansiyeli olduğuna inanıyordum ama bunlardan hiçbirini kendim geliştirmeyi tahayyül edemedim. Ne kadar araştırma zamanım varsa ayrılığa ayrılacak dedim. Ne yazık ki genç danışman fikirlerimin hiçbirini benimsemedi. Bu durumda, etoloji tarafını kendim geliştirdim, aile terapisi tarafının geliştirilmesi Freda Martin – ve tabii ki başka yerlerdeki pek çok kişiye– bırakıldı.

Kayıtlarda atlanmış olan ikinci konu çocuk psikiyatrisinin pediatri ile ilişkisine dair görüşümdü.

Bir tıp öğrencisi olarak klinik çalışmaya başladığım andan itibaren amacım, mümkün olduğunca çabuk bir psikanalist ve çocuk psikiyatristi olarak kalifiye olmaktı. Çocuk psikiyatrisinde Commonwealth Bursu almanın şartlarından biri yetişkin psikiyatrisinde bir miktar deneyim olduğundan, tıptan mezun olduğumun ertesi günü doğruca Maudsley'ye gittim. Pediatri yapma niyetim hiç olmadı. Hatta Aubrey Lewis'in şiddetle tavsiye ettiği bir M.R.C.P için çalışmak için zaman harcamaya sırt çevirdim ve o zamanlar tek psikiyatrik yeterlilik olan D.P.M yapmaktan bile kaçındım. Böylece kestirmeden gittim ve bir tıp öğrencisi olarak formalite gereği bir iki ayın dışında hiç pediatri çalışmadım. Doğru ya da yanlış bunun eksikliğini hiç hissetmedim. Mezuniyetten sonra genel tıp çalışmamakla suçlandığımda karşı cevabım hep, beni eleştirenlerin benim öğrenciliğimde fizyoloji ve tıp çalıştığım kadar psikoloji ve psikiyatri çalıştıkları takdirde benim de biraz daha genel tıp çalışağım şeklinde oldu. Benim görüşüm analitik yönelimli çocuk psikiyatrisinin, yetişkin psikiyatrisi ya da pediatri kadar kendi başına bir disiplin olduğuydu ve de çocuk psikiyatrisinin başka bir şeyin alt uzmanlığı olarak görüldüğü ve adayların en iyi yıllarını çocuk psikiyatrisine gel-

meden önce başka alanları çalışarak geçirdiği sürece gelişmeyeceğiydi. Kraliyet Hava Kuvvetleri benzetmesini sık sık kullandım. Elbette Hava Kuvvetleri, Kara Kuvvetleri ve Donama ile iş birliği yapmak zorundaydı ama diğerlerine bağımlı bir birim olduğu müddetçe bu hiçbir zaman doğru düzgün işlev göremezdi. Kraliyet Hava Kuvvetleri, Kara Kuvvetleri ve Donanmaya eşit ayrı bir hizmet olarak kurulmasaydı Donanma 1940'ta Britanya Savaşı'nı asla kazanamazdı.

Üçüncü bir (sadece röportajlarda değinilen) konu İngiliz Psikanaliz Derneği ile ilişkimdi. 1937'de otuz yaşında (çoğundan çok daha genç yaşta) yeterliliğimi aldım ve doğruca çocuk analizi trenine bindim. Bayan Klein süpervizörümdü. Görevlendirildiğim ilk vaka aşırı anksiyöz ve hareketli üç yaşında bir oğlan çocuğuydu, işçi sınıfından annesi ise ajite ve depresifti. Bir çocuk analistinin ebeveynleri asla görmemesi sadece bir uygulama değildi, aynı zamanda Bayan Klein da bu zavallı kadınla ilgili yapmış olabileceğim yorumlara karşı son derece ilgisizdi. Çocuğun babası ya da diğer aile üyeleri ile ilgili hiçbir şey bana ulaşmadı. Üç ay sonra anne ruh ve sinir hastalıkları hastanesine kaldırıldı ve çocuğun tedavisi sona erdi. Süpervizörüm tarafından bu eğitimim talihsiz bir biçimde yarıda kesilmiş olarak kabul edildi ve yeni bir vaka arandı. Bana yönlendirilen ikinci çocuk hâlâ gece ve gündüz altını ıslatan ve yeni bebeği kıskanan 2.5 yaşında küçük bir kızdı. Yine bırakın babayı anneye hiç ilgi gösterilmedi; ama anne ara sıra söz almakta ısrar etti. O da sorunluydu ve bana söylediği şeylerden biri görüştüğüm çocuğa hamile olduğu sırada kürtaj girişimi olduğuydu. Birkaç ay sonra savaş araya girdi. Bittiğinde ve eğitimime devam etme özgürlüğüm olduğunda bunu yapmayı istemedim, her halükârda küçük çocukları tedavi etmek ve ebeveynlerini boş vermek saçmalığı benim için çok fazlaydı.

Yine de 1937'de analist olmaya hak kazandığım andan itibaren Psikanalitik Dernek'te aktif rol oynamaya hevesliydim. Bilimsel toplantılarda yer aldım ve 1939 yazında "Nöroz ve Nörotik Karakter Gelişiminde Erken Çevrenin Etkisi"[39] [The Effect of Early Environment on Neurosis and Neurotic Character Development] üzerine uzamış ayrılığın olumsuz etkilerini içeren, çocuk rehberlik deneyimimden klinik kesitler içeren görüşlerimi özetlediğim bir makale sundum. Dostça bir ilişkim olan ve görüşlerime katılan Melanie Klein'ın kızı Melitta Schmideberg beni önceden ne konunun ne de tezin popüler olacağı konusunda uyardı. Ancak buna rağmen ve bir hastanın analizini ayrıntılı bir şekilde anlatarak üyelik sunumu geleneğine uymamış olmama rağmen, usulüne uygun şekilde tam üyeliğe seçildim. Savaşın ilk iki yılı için derneğin faaliyetleri askıya alındı. Ernest Jones Batı Sussex'teki kır evinde oturmaya başladı ve özellikle 1942-1943'ün kış aylarında düzenlenen bir dizi özel toplantıda başkanlık etmek için ortaya çıkmasına rağmen; sonrasında Londra'da hiç yaşamadı ve derneğin işlerinde daha fazla yer almadı.

1938'de Viyana Dernek üyelerinin gelişinden bu yana Melanie Klein'ın grubu ile Anna Freud'un grubu arasındaki yirmili yılların ortasında başlayan sürtüşme, İngiliz Derneği'nin birliğini tehdit etti. 1943'ün başlarında Hampstead'a tayin edildim ve daha sonra derneğin daha demokratik bir tüzük kabul etmesinde ve aynı zamanda parçalanmamasını sağlamaya çalışmakta aktif rol oynadım. Bu çabada Adrian Stephen'ı bir memurun üç yıldan fazla aynı görevde kalmasını engelleyen kuralı getirmesinde destekledim ve ardından Sylvia Payne'in Eğitim Sekreteri olmam yönündeki talebini kabul ettim. 1944'ten 1947'ye kadar onun başkanlığında bu

39 [Editör Notu]: Bowlby J. (1940).

nza yetkisini taşıdım ve dernek tarafından desteklenen iki paralel eğitim kursunun tamamlanmasında rol oynadım. O zaman tam ya da yarı zamanla analitik uygulamaya gitmiş olsaydım şimdi eğitimci analist olurdum, ama bunu yapmayı istemedim.

Ellili yıllar boyunca dernekte aktif rol almaya devam ettim ve en az dört kez bilimsel makale sundum. Biri *A Two Year Old Goes to Hospital*[40] [İki Yaşındaki Bir Çocuk Hastaneye Gidiyor] filmi ile bağlantılıydı; diğeri etolojik fikirlerin psikanaliz ile ilişkisini özetlediğimde; üçüncüsü 1957 yazında özellikle Klein'cıların çığ gibi eleştirisiyle karşılanan *The Nature of the Child's Tie to His Mother*'ı[41] [Çocuğun Annesiyle Olan Bağının Doğası] verdiğimde ve dördüncüsü 1958 sonbaharında dokuz ay Davranış Bilimleri Merkezi'nde bulunuşumun ardından döndüğümde, *Seperation Anxiety'i*[42] [Ayrılma Anksiyetesi] sunduğumda. Bu, iki toplantı daha devam eden çok canlı ve çoğunlukla eleştirel bir tartışmaya yol açtı. Bir kez daha Klein'cılar benim pozisyonuma organize şekilde saldırdılar.

1956-57 ve yine 1958-61 döneminde Sylvia Payne tarafından Donald Winnicott'ın başkanlığında Başkan Yardımcısı olarak Dernek ve Enstitü idaresine yardım etmem istendi. Bu görevde konseye başkanlık ettim. Bir sonraki başkan seçilebilirdim, ama çok fazla itiraz olacağı belli olmuştu ve benim de fikir birliğimle beni destekleyenler beni önermediler. O zaman fikirlerimin psikanaliz için değerli olduğuna azınlık üyeden fazlasını ikna etmekte başarısız olduğum, ve başkan seçilsem bile bunun mutsuz ve verimsiz bir düzenleme olacağı aşikârdı. Bundan sonra Dernek ile ilişkilerim daha az yakın oldu. Üyeler ile samimi

40 [Editör Notu]: Bkz Rebertson, J.(1952).

41 [Editör Notu]: Bowlby J. (1958).

42 [Editör Notu]: Bowlby J. (1960).

ilişkiler içinde olmama, herhangi bir etkinliğe katılmama veya davet edildiğimde gruplara bildirimler sunmama rağmen, düzenli bilimsel toplantılara katılmayı bıraktım.

Geçen bir düzine yıl boyunca, yurtdışında birçok psikanaliz derneği beni konuşmaya davet etti ben de mümkün olduğunca her zaman kabul etmeye özen gösterdim. Örnekler; İtalyan Derneği, San Francisco Derneği, Güney Kaliforniya Derneği, Avustralya Derneği ve Akademik Derslerini vermek üzere beni 1978'de davet eden Kanada Derneği'dir. Hemen bütün bu sözlerim ilgiyle ve bazen de coşkuyla karşılandı. 1975'te Londra'da düzenlenen Uluslararası Psikanaliz Kongresi'nde aile üzerine bir oturumda küçük bir rol aldığımda da durum buydu. Bu etkinlikte panel konuşmacısı ya da tartışmacılarından biri olarak davet edilmedim ama tartışmanın kendisi sırasında kürsüdeki ekibe katılmaya davet edildim-psikanalitik hareketle olan müphem ilişkimin iyi bir örneği.

Bir diğer nokta yayınlarla ilgili. Bağlanma ve Kayıp çalışmamın önce *International Journal of Psychoanalysis'de* [Uluslararası Psikanaliz Dergisi] bir dizi makale ve daha sonra *International Library of Psychoanalysis'de* [Uluslararası Psikanaliz Kütüphanesi] bir cilt olarak yayınlanmasında istekliydim. *1958'den 1968'e kadar hem Journal'ın hem de Library'nin* editörü, işimi her zaman ciddiye alan arkadaşım Jock Sutherland olduğu için bunda bir zorluk çıkmadı. İlk makaleleri yayınlamaktan memnundu ve editörlüğü bırakmadan önce Library için ilk cildi de kabul etmişti. Daha sonraki editörler de ikinci ve üçüncü cilde sahip olmaktan memnundular. Bu yıllar boyunca odağım, analistlerle psikanalitik kuramın yeniden formüle edilmesi için çalışmak ve geleneksel kuramı eleştirmekle zaman ve enerji harcamaktan kaçınmak oldu. Yokuş yukarı tırmanmak gibi bir iş olmasına rağmen, stratejinin yavaş yavaş işe yaradığına inanıyorum.

Kaynakça:

Ainsworth, M. D. (1967). *Infancy in Uganda: Infant Care and the Growth of Love*. Baltimore: The Johns Hopkins Press.

Blurton Jones, N. G. (Ed.). (1972). *Ethological Studies of Child Behaviour*. London: Cambridge University Press.

Bowlby, J. (1940). The influence of early environment in the development of neurosis and neurotic character. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 21: 154–178.

Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home-life. *The International Journal of Psychoanalysis*, 25: 19–53.

Bowlby, J. (1949). The study and reduction of group tensions in the family. *Human Relations*, 2: 123–128.

Bowlby, J. (1952). *Maternal Care and Mental Health: A report prepared on behalf of the World Health Organisation as a contribution to the United Nations programme for the welfare of homeless children* (2nd ed.). Geneva: World Health Organization.

Bowlby, J. (1953a). The contribution of studies of animal behaviour. In: J. M. Tanner (Ed.), *Prospects in Psychiatric Research* (s. 80–108). Oxford: Blackwell.

Bowlby, J. (1953b). *Child Care and the Growth of Love*. Harmondsworth: Pelican.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 39: 350–373. 212 Interview with Alice Smuts.

Bowlby, J. (1960). Separation anxiety. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 89–113.

Bowlby, J. (1979). Psychoanalysis as art and science. *International Review of Psycho- Analysis*, 6: 3–14.

Cameron, H. (1918). *The Nervous Child*. London: Oxford University Press.

Catlin, G., & Durbin, E. F. M. (Eds.). (1938). *War and Democracy*. London: Kegan Paul.

Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. New York: Kappa Delta Pi.

Durbin, E. F. M. & Bowlby, J. (1939). *Personal Aggressiveness and War*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner.

Harlow, H. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13: 573–685.

Henderson, S. (1974). Care-eliciting behavior in man. *Nervous Mental Disorders*, 159: 172–181.

Hinde, R. A. (1970). *Animal Behaviour: A Synthesis of Ethology and Comparative Psychology*. New York: McGraw Hill.

Hinde, R. A. (1976). On describing relationships. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 17: 1–19.

Lane, H. (1928). *Talks to Parents and Teachers*. London: George Allen & Unwin.

Lorenz, K. (1937). The companion in the bird's world. *The Auk*, 54: 245–273.

Lorenz, K. (1952). *King Solomon's Ring*. London: Methuen.

Martin, F. & Knight, J. (1962). Joint interviews as part of intake procedure in a Child Psychiatric Clinic. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 3: 17–26.

Morris, B. (1971). An educational perspective on mental health. In: J. D. Sutherland (Ed.), *Towards Community Mental Health* (s. 31–46). London: Tavistock.

Neill, A. S. (1960). *Summerhill: A Radical Approach to Child Rearing*. New York: Hart Publishing Company.

Robertson, J. (1952). *A Two Year Old Goes to Hospital*. Film. Young Children in Brief Separation Research Project, Tavistock Clinic, London.

Senn, M. J. B. (1977). *Interview with Dr John Bowlby in London*, England, 19th October, 1977. Unpublished. National Library of Medicine, Bethesda, Maryland, USA.

Smuts, A. (1995). *Science Discovers the Child*, 1893–1935. Ph.D. dissertation. University of Michigan.

Smuts, A. (2008). *Science in the Service of Children*, 1893–1935. New Haven, CT: Yale University Press.

, R. A. (1952). *Psychogenic Diseases in Infancy: An attempt at their classification* [Film]. New York University Film Library.

Spitz, R. A. (1965). *The First Year of Life. A Psychoanalytic Study of Normal and Deviant Development of Object Relations.* New York: International Universities Press.

Sutherland, J. (Ed.). (1971). *Towards Community Mental Health.* London: Tavistock.

Tanner, J. M., & Inhelder, B. (Eds.). (1953–1956). *Discussions On Child Development* (4 Volumes). London: Tavistock Press.

Tinbergen, N. (1952). *The Study of Instinct.* Oxford: Clarendon Press.

Trist, E. & Bamforth, K. (1951). Some social and psychological consequences of the longwall method of coal getting. *Human Relations*, 4: 3–38.

Walter Grey, W. (1953). *The Living Brain.* London: Duckworth.

BÖLÜM 12

PSİKOTERAPİSTİN KİŞİSEL KAYNAKLARININ TEDAVİ ORTAMINDAKİ ROLÜ

31 Mayıs 1985 [Wellcome Kütüphane arşivi PP/BOW/K.10/65. Ayrıca British Psychoanalytic Society Bülteni, 27 (11):26-30 1991'de basılmıştır.][1]

Psikanalitik dünyada psikoterapiyi başlıca rolüm olarak görmediğim için, burada amacım ne yapmaya ve neden yapmaya çalıştığımı anlatmak. Kendimi sadece sonunda bir terapist olarak refere ediyorum.

Cambridge'de doğal bilimler ve psikoloji okuduktan sonra, bir yıl uyumsuz çocuklar için açılmış bir okulda çalıştım. Burada çocukların mevcut sorunlarının önceki hayatlarında aileleriyle yaşadıkları olumsuz deneyimlerin bir sonucu olduğuna inanılıyordu. John Alford, okulda geçici bir süre çalışan, yetenekli, kendine özgü güçlükleri olan ve İngiltere'de çalışan Amerikalı psikanalitik yönelimli bir terapistten psikoterapi almış olan bir adamdı. Alfrod'un bana tavsiyesi tıp eğitimimi tamamlamam ve Londra'da iki analitik yönelimli klinikten birinde, ya eklektik olan Tavistock'ta ya Psychoanalaytic Institute'ta eğitim almamdı. İkinciyi seçtim ve 1929 sonbaharında 22 yaşında University College Hospital Medical School'a girmek,

1 [Editör Notu]: *Bulletin of the British Psychoanalytic Society* editörünün izniyle yayınlanmıştır.

ayrıca Melanie Klein'ın doktor olmayan yakın arkadaşı Bayan Riviere ile analize başlamak için Londra'ya geldim. Amacım çocuk psikiyatristi olmaktı, o zaman İngiltere'de yeni tanınmaya başlanan bir uzmanlıktı. 1933 baharında tıp eğitimini tamamlar tamamlamaz, yetişkin psikiyatrisini öğrenmek için Maudsley'de Aubrey Lewis'in altında çalışmaya başladım; aynı zamanda psikanalitik klinikte süpervizyon altında bir hasta aldım ve derslere, seminerlere katılmaya başladım. Bu düzen Maudsley'de daha az çalışmama ve diğer kliniklerde daha çok psikoterapi hastası görmeme rağmen sonraki üç yıl boyunca devam etti. 1936'da yarı zamanlı olarak Londra Çocuk Rehberlik Kliniği'nde çalışmaya başladım ve 1940'ta ordu psikiyatristi olana kadar burada devam ettim.

Cambridge'de Freud'un *Introductory Lectures'ını* [Giriş Dersleri] okumuş olmama rağmen, Londra'ya gidinceye kadar psikanalizi ciddi şekilde (her zaman İngilizce çevirilerle sınırlandırılmıştı) okumamıştım. Konuyu büyüleyici bulmama ve genel bakış açısını benimsememe rağmen kuramın büyük kısmından tatmin olmadım. Yine de, daha fazla deneyim sahibi oluncaya kadar yargılamayı askıya alma noktasına geldim. Başta ekonomi ve sosyal bilimlerde olmak üzere çok sayıda akademisyen arkadaşı olan biraz kibirli genç bir adam olarak dogmatik eğitimi kabul edecek havada değildim. Dahası akademisyen arkadaşlarım psikanalizle aktif olarak ilgilenmemelerine rağmen bana zorlayıcı sorular sormayı hiç bırakmadılar; keskin bir zekaya sahip şüpheci Aubrey Lewis her zaman daha fazla kanıt talep ediyordu, aslında ben de öyleydim. Analistim bu eleştirel tutumumdan tam olarak memnun değildi ve bir keresinde hiçbir şeye güvenmediğimden ve her şeyi sıfırdan düşünmeye çalıştığımdan şikâyet etti, ki ben de böyle olaya kararlıydım.

Terapötik çalışmam oldukça Klein'cı olma eğilimindeydi. Bu da danışanlarıma büyük önem vermemi gerektiriyordu ama bu aynı zamanda hem çocukluk dönemindeki hem de daha sonraki gerçek hayat deneyimlerini göz ardı etmem anlamına geliyordu. İlk süpervizörüm bayağı titiz bir kız kurusu bir Klein'cı idi ve hiçbir zaman aynı dalga boyunda değil gibiydik (daha sonra Dernek'ten istifa etti). İkinci süpervizörüm Ella Sharpe'ydi, sıcak kalpli, insan doğasını iyi anlayan ve mizah anlayışına sahip orta yaşlı bir kadın. Her ikisi de analist olmadan önce öğretmenmişler. Hastalara insan gibi muamele etme konusunda Ella Sharpe'den çok şey öğrendiğimi sanıyorum, inanıyorum ki hastaya yardım etmeye daha sonra başladım: bu Çocuk Rehberlik Kliniği'nde duygusal sorunlara katkıda bulunan aile deneyimleri hakkında öğrendiklerimi uygulamaya başladığım zamandı. Hasta 20'li yaşlarının başında histerik patlamalara ve depresif semptomlara kapılmış, her zaman aşırı sessiz bir kızdı. Geniş bir ailenin ikinci çocuğuydu, en büyük de bir kızdı, daha küçük ikisi ise erkek. Bir şeyler beni "Bana öyle geliyor ki annen seni aslında hiç istememiş." demeye itti. Gözyaşlarına boğuldu ve istenmeyen ikinci kız olmayla ilgili zor aile durumuyla uğraşmaya başladık, sonrasında annenin aşırı kayırdığı iki oğlanla sürdü. İlk hastam otuzlarının sonlarında akut anksiyetesi olan ve ajite durumda bir kadındı, patojenik ilişki içinde olduğu annesinin ölümünü takip eden ciddi rahatsız yas içinde olduğunu şimdi görebiliyorum. Ne ben ne de süpervizörüm bunun farkına varabildik, korkarım bu hastaya çok az yardım edebildim.

1937 yazı itibariyle yedi yıldan fazladır analizdeydim, dört yıldır süpervizyon altında hasta görüyordum ve yeterlilik için sabırsızlanmaya başlamıştım. Bayan Riviere gelişimimden hâlâ memnun olmamasına rağmen, sonunda hemfikir oldu ve o yaz

yedek üye oldum. Bu dernekte oy verme hakkını sağlamadığı için, bilimsel toplantıda bir bildiri sunmayı gerektiren sonraki adımı atmaya can atıyordum. Çocuk analisti olarak eğitim almaya da karar verdim.

1936-1939 yıllarında yavaş yavaş fikirlerimin İngiliz Psikanalitik Derneği'nde kabul edilen gerçeklerden çok farklı bir yöne doğru geliştiği gerçeğine uyanıyordum. O dönemde, Ernest Jones ve Melanie Klein'ın etkisi altında inanılan, bir analistin sadece hastanın iç dünyası ile alakadar olması gerektiği, dikkatin onun gerçek yaşam deneyimlerine yöneltildiğinde asıl önemli olandan sapacağıydı. Çocuk rehberlik kliniğinde deneyimlerim beni tam tersi bir sonuca yönlendiriyordu, yani biri ancak, bir kişinin iç dünyasının maruz kaldığı gerçek yaşam olay ve durumlarının etkisiyle nasıl yapılandığını görebilirse onun iç dünyasını anlayabilir ve böylece o anki durumu o kişinin kendi bakış açısından görebilir. Dahası, açıktır ki duygusal bozukluk ve kişilik bozukluklarının gelişimini ancak patojenik deneyimlerin doğasını ve psikolojik gelişimi nasıl etkilediklerini çok daha fazla bilirsek önleyebiliriz. Sonuçta 1938-1939 yıllarında psikopatolojiye yol açan aile durumlarının sistemik bir çalışmasını yapmaya karar vermiştim. Çocuk rehberlik kliniğinde tekrarlayan hırsızlık ve okuldan kaçma nedeniyle sevk edilen ve tüm kişisel ilişkileri sığ ve yüzeysel görünen çok sayıda çocuk görmüştüm. Bir iki istisna dışında hayatlarının ilk beş yılı süresince aileleri ile çok bozuk ilişki geçmişleri vardı ve mevcut psikolojik durumlarının bu bozuklukların sonucu olması bana mümkün göründü. Bu yeni bir fikir gibi göründüğü için Psikanalitik Derneği'nde sunacağım makalenin odağı yapmaya karar verdim; aynı zamanda tekrarlayan çalma ve büyük bozuklukların beraber gittiği fikrini test etmek amacıyla, bir sorunu çalma olan bir dizi çocuk ve

ergen vakası toplamaya ve yakın sayıda, sorunu çalma olmayan kliniğin diğer vakalarıyla karşılaştırmaya karar verdim.

Bu arada, çocuk analizi üzerine eğitimim sırasında dikkatim en çok bazı analistlerin çocuğun ailesini reddetmelerine kayıyordu. İlk çocuk hastamın süpervizörünün Bayan Klein olması ayarlanmıştı. Bana verilen vaka, üç yaşında endişeli, agresif ve hiperaktif küçük bir oğlandı. Rolü ben oğlunu tedavi ederken bekleme odasında oturmak olan annesi tarafından kliniğe getirildi. Aslında yoğun kaygılı, sıkıntılı bir kadın olması durumla alakalı görülmedi ve bana onunla zaman harcamamam talimatı verildi, benim için katlanması zor bir anlaşmaydı. Üç ay sonra bana söylenen bu kadının ruh ve sinir hastalıkları hastanesine kaldırıldığıydı ki beni hiç şaşırtmadı. Bunu Melanie Klein'a bildirdiğimde ise tek endişesi çocuğun analizine artık devam etmenin mümkün olmadığı, bana başka bir hasta bulunması gerektiğiydi. Çocuğun davranışının annesinin ona karşı tavrına bir tepki olabileceği ihtimalini tümden kaçırmış gibiydi. Sonraki çocuğu tedavi etmeye başladığımda daha az dramatik olsa da bakış açılarımızdaki fark benzer şekilde belirgindi.

Bu deneyim seçtiğim alanı sürdürmem konusunda benim için güçlü bir uyarıcı oldu ve Dernek'in Haziran 1939'daki bilimsel bir toplantısında "Nevroz ve Nevrotik Kişiliğin Gelişiminde Erken Çevrenin Rolü" [The Role of Early Environment in the Development of Neurosis and Neurotic Personality] (Bowlby, 1940) başlıklı makalemi sundum. Öncesinde Bayan Klein'ın kızı, arkadaşım ve tezime sıcak bakan Melitta Schmideberg tarafından bunun çok eleştirileceğine dair uyarılmıştım. Ancak yine de sunumda böyle olmadı. Bu tür eleştirilere, özellikle Bayan Klein'ı destekleyen, ancak aynı zamanda daha geniş ilgi alanlarını koruyan akademik bir psikolog olan Susan Isaacs'ın sempatik

ılgisi eşlik etti. Bir ay kadar sonra bazı muhalefet edenler olsa da usulüne uygun şekilde derneğin tam üyeliğine seçildim.

Bu kısa makale ertesi yıl *International Journal of Psycho-Analysis'de* [Uluslararası Psikanaliz Dergisi] yayınlandı.

David Levy tarafından yazılan 1937'de *American Journal of Psychiatry*'de [Amerikan Psikiyatri Dergisi] çıkan (ama ben o zaman bilmiyordum) adı "Primary Affect Hunger" [Birincil Duygulanım Açlığı] adında daha da kısa bir makale ile beraber anne yoksunluğunun olumsuz etkisine ilk dikkat çekenler arasındaydı (Levy, 1937). 1939 sonbahar ve kışı boyunca "Forty-four Juvenile Thieves:Their Charcters and Home Life" [Kırk Dört Çocuk Hırsız: Karakterleri ve Ev Yaşamları] başlıklı daha sistematik çalışmamın bir taslağını tamamladım (Bowlby, 1944); bunu *British Journal of Medical Psychology*'e [İngiliz Tıbbi Psikoloji Dergisi] gönderdim; editörü oldukça kıdemli bir analist John Rickman'dı. Oldukça olumlu yanıt verdi, ancak yayınlanmadan önce bir kuram tartışması gerektirdiğine hükmetti.

Bu arada savaş patlak vermişti. Birçok analist Londra'yı terk etti ve diğerleri Acil Sağlık Servisi'ne seferber edildi. Bunun sonuçlarından biri benim çocuk analizi üzerine eğitimimin kesintiye uğramasıydı ki süpervizörümle açık bir çatışmadan kaçınma avantajına sahipti. Savaştan sonra devam etmedim. 1940 Eylül'ünde beş yıllık ordu psikiyatristliğine başladım, tamamı Britanya'da ve çoğunluğu subay seçimi sorunlarıyla uğraşmakla geçti. Ordu psikiyatristleri tarafından başlatılan bu çalışma birçok profesyonel psikologla ilişkilenmeme sebep oldu ve psikolojik araştırmalarda eğitim almamla sonuçlandı. Bu aynı zamanda savaşın ardından Tavistock Kliniği'nin yeniden düzenlenmesinden sorumlu olan bir gruptan biri olmama yol açtı. Birkaç üyesi yakın arkadaşlarım oldu. Biri savaştan önce Edinburgh'da Ronald Fairbairn ile analiz

yapmış ve sonrasında Londra'da eğitim almış Jock Sutherland'dı. Diğeri orduda araştırma süpervizörüm gibi davranan ve sonrasında 10 yıl veya daha fazla Tavistock'ta araştırma grubuma danışmanlık yapan klinik ve sosyal psikolog Eric Trist'ti.[1]

1943'ün başında Subay Seçimi Araştırma ve eğitim Merkezi Hampstead'e taşındı ve bu bana Melanie Klein grubu ve Anna Freud tarafından başkanlık edilen Viyana'dan gelen grup arasındaki çatışmaların sonucunda o dönem çalkantıların süregittiği İngiliz Psikanalitik Derneği toplantılarına katılma imkânı verdi. Eğitimim Kleinyen olmasına rağmen kendimi hızla her iki grubu da Dernek'te tutma ve bölünme tehdidinden kaçınmayı amaçlayan Sylvia Payne ve Adrian Setephen'ın liderleri olduğu yerli birkaç İngiliz üye ile özdeşleştirdim. 1944 yazından Sylvia Payne Başkan olduğunda bana Eğitim Sekreteri olmamı teklif etti ve usulüne uygun şekilde seçildim. Eğitimde görev almamış hâlâ kıdemsiz bir üye olmama rağmen, yönetici pozisyonunda faydalı olabileceğime inanıyordu ve aynı zamanda birlik gerektiğinde onunla aynı görüşü paylaştığımı da biliyordu. 1944-47 arasında üstlendiğim bu rolde, iki grubun ve çok sayıda bağımsızla beraber eğitimlere katılabilecekleri iki paralel eğitim programının hazırlanmasında rol aldım. Bunun başarılmasını, adil davranışı ve psikanalizin geleceğine yönelik derin kaygısı ile tüm tarafların saygısını ve güvenini kazanan Sylvia Payne'e borçluyuz.

Toplantılara katılımımın şanslı bir sonucu, *International Journal*'ın [Uluslararası Dergi] editörlüğünü Ernest Jones'dan devralan James Strachey ile tesadüfen karşılaşmamdı. 1943-44 kışında 1944 sayısı için elinde kesinlikle hiçbir şey olmadığını ve bende uygun bir şey olup olmadığını merak ettiğini söyledi.

1 [Editör Notu]: burada bahsedilenlerle ilgili bilgi için okuyucular Dicks, H.V.(1970) Fifty Years of Tavistock Clinic'e yönlendirilir.

Elimde uygun olabilecek, suçlu çocuklar üzerine oldukça uzun bir makalem olduğunu söyledim. Sonuçta bütün boş zamanlarımda "Forty-four Juvenile Thieves" taslağının (Bowlby, 1944) Eric Trist'in değerli tavsiyeleriyle gözden geçirilmesi üzerine çalıştım. Yıl içinde iki bölüm olarak çıktı, ayrı bir monograf olarak yayınlanmasını organize etmeme yetecek ilgi yarattı. 1946 tarihli 1500 kopya oldukça hızla satıldı.

Savaşın sonunda, benim için seçeneklerden biri eğitimci analist olma vizyonu ile analitik uygulamaya başlamaktı. Bunun yerine, Tavistock'ta tam zamanlı görev almayı tercih ettim, kısa süre sonra Ulusal Sağlık Servisi'nin Çocuklar ve Ebeveynler Departmanı'ndan sorumlu bir parçası ve Klinik Direktörü Jock Sutherland'ın yardımcısı olacaktım. 1946'dan 1949'a kadar personel alımı, klinik hizmetlerin ve eğitim kurslarının organizasyonu ile meşguldüm. Diğerlerinin arasında savaştan önce İngiltere'ye gelmiş Michael Balint ile analizde olan bu nedenle, kalifiye olduktan sonra Bağımsız olması beklenebilecek Polonyalı psikolog Ester Nusia Bick'i işe aldım. Bununla birlikte kısa sürede Melanie Klein'a transfer oldu ve zamanla Bayan Klein'ın en sadık müritlerinden biri oldu. Bu zorluklar yarattı, özellikle de 1949'da ortak düzenlediğimiz, savaş öncesi Londra psikanalitik görüşünü temsil etmesi niyet edilmiş, Bağımsız ve Kleinyen yönelimlileri birleştiren ve böylece Anna Freud'un Hampstead Kliniği'nde düzenlediği kursu tamamlayıcı nitelikteki çocuk psikoterapisi kursu için. Zaman geçtikçe, Nusia Bick'in misyonerlik gayreti kursun güçlü şekilde Kleinyen olmasına yol açtı; pek çok diğer sorumluluğum sayesinde bu engel olamadığım bir dönüşümdü. Araştırma ile ilgilenmedikleri için hayıflandığım şey 1950'li yıllar boyunca Kleinyenlerin Tavistock üzerinde hakimiyetlerini geliştirmeleriydi.

Melanie Klein'ın çalışmalarının her zaman değer verdiğim yönleri, bebeğin çok erken dönemde ilişki kurma kapasitesine yönelik inancı ile kayıp, yas ve depresyona yaptığı vurguydu. Gelişimin erken dönemleri ve ölüm içgüdüsünün rolü bana mantıksız gelmesine rağmen çocuğun gerçek yaşam deneyimlerine ilgisizliğinden dehşete kapıldım (gerçi böyle düşünen tek o değildi). Bununla birlikte Kleinyen kuram ile diğer okulların analistlerinin savunduğu kuramların esası hakkında karar vermek için üzerinde anlaşmaya varılmış yöntemler olmadığı için farklı görüşlere karşı hoşgörülü olmak gerekli gibi geliyordu bana. Maalesef hoşgörü hiçbir zaman Melanie Klein'ın görüşünün bir parçası olmadı. Gerçeğe hâkim olduğundan emin bir şekilde, görüşlerini paylaşmayanları zavallı körler olarak gördü. Çok güvensiz bir insan olarak etrafını, rolü sadece ona güven vermek değil aynı zamanda güçlü saldırılar yoluyla onu tüm eleştirilere karşı korumak olan müritlerle çevirirdi. Bu tartışmayı imkânsız hâle getirdi ve aynı zamanda kötü duygulara yol açtı.

Savaştan önce, çocuğun erken yıllarda annesi ile ilişkilerindeki önemli bozulmaların kişilik gelişimine etkisi ile ilgili araştırmama odaklanmaya karar vermiştim. Bir çocuğun maruz kalacağı en yaygın patojenik deneyim türü olmamasına rağmen bana göre üç temel araştırma önemi vardı. Birincisi, o dönemde hiçbir çalışma yöntemi bulunmayan aile içindeki bozuk ilişkilerin aksine, deneyim oluşumu bir miktar da olsa güvenle belgelenebilirdi. İkincisi bazı uzun ayrılıklar ebeveynlerin kontrolü dışındaydı. Böylece, yanlış anlaşılmadan kaynaklanan ancak yine de sıklıkla yapılan aileleri günah keçisi ilan etme suçlamasını da engellemiş olduk. Üçüncüsü, eğer güçlü bozulmaların etkisi inandığımız kadar ciddiyse, etkili önleyici faaliyetlerin olma umudu vardı. Çoğu zaman diğer değişkenleri

ihmal ettiğimize dair iddialar olsa da, araştırma odağımızı bu şekilde sınırlamak akılcıydı.

Son yıllarda yayımlanan iki makalemde,[2] 1949'da başlattığım araştırma programı, bu programın sonucunda ortaya çıkan yayınlar ve alanın nasıl geliştiği hakkında biraz bilgi verdim. Karşı kuramların değerlendirilmesi için gerekli olduğunu düşündüğüm araştırmalarla devam etmeye istekli olsam da daha birçok görevim vardı. Böylece uzun yıllar boyunca haftada bir veya iki kez gördüğüm birkaç kişi de dahil olmak üzere hep zamanımın üçte birini hastaları tedavi ederek geçirdim. Aynı zamanda çocuklar ve ebeveynleri ile ortak aile görüşmeleri düzenlemeye başladım ve her hafta bir öğleden sonrayı sağlıklı bebek kliniğinde, sürekli değişen anneler ve küçük çocuklardan oluşan bir grupla buluşarak, daha deneyimsiz olanların daha çok bilenlerden öğrenmelerine yardımcı olmaya çalışarak geçirdim. Ayrıca klinik çalışmalarını denetledim, vaka konferanslarına başkanlık ettim ve klinik seminerler aldım. Bu klinik çalışmalarından hiçbirini araştırma olarak görmedim ancak beni psikanalitik kuramın açıklamaya çalıştığı tüm kavramlarla temas hâlinde tuttu.

1982 tarihli makalemde psikanalize evrimsel biyolojide uygun bir temel olarak etolojiyi nasıl görmeye başladığımı ve 25 yılı aşkın süredir (1925-1980) nasıl Freud'un metapsikolojisine alternatif bir kavramsal çerçeve formüle etmek için çalıştığımı anlattım (Bowlby, 1982). Çabalarım kaçınılmaz olarak karmaşık bir tepkiyle karşılaştı.

1950'ler boyunca İngiliz Psikanalitik Derneği'nin aktif bir üyesiydim, bilimsel toplantılara katıldım, zaman zaman konsey

2 [Bowlby Notu]: "Psychoanalysis as Art and Science." (Bowlby, 1979). "attachment and Loss: Retrospect and Prospect." (Bowlby, 1982).

üyesi oldum, dört yıl boyunca (1956-57 ve 1958-61) Donald Winnicott'un başkan yardımcısı olarak idari her şeyden sorumlu oldum. 1952'de James Robertson'la *A Two-Year-Old Goes to Hospital* (Bowlby ve ark.1952) adlı filmi sunduk ve daha sonra klinik kuramıyla ilgili olduğunu düşündüğüm etolojik bulguları sundum. Sonunda Temmuz 1957'de "The Nature of the Child's Tie to His Mother"(Bowlby, 1958) adlı bir dizi teorik makalenin ilkini sundum.

Robertson'ın filmi büyük ilgi uyandırdı. Hampstead Bakımevi'nde birlikte çalıştığı Anna Freud büyük hayranıydı. Kuramda farklı düşüncelerde olsak da pratik meselelerde hemfikirdik. Hatırladığım tek eleştiri Kleinyenlerden geldi. Böylelikle çocuğun sıkıntısının annenin hamile olmasına bir tepki olduğundan emin olundu. Daha sonraki durumlarda etoloji ile ilgili fikirlerime saygı duyuldu ama büyük bir ilgi uyandırmadı. Patırtı çocuğun bağı makalesini (Bowlby, 1958) sunduğumda koptu. Önceden bir kopyasını arkadaşıma göstermiştim ve bilgim dışında Kleinyen grubun üyelerine iletilmişti. Bazıları tartışmada konuştu, birbirine zıt olan bir bu yönü sonra diğerini eleştirdi. Diğer üyeler fikirlerime saygı gösterdilerse de hiç coşku duymadılar.

1957-1958 yılları arasında Stanford California'da Davranış Bilimleri İleri Araştırma Merkezi'nde akademi üyesiydim- psikanalitik literatürü okuduğum ya da yeniden okuduğum ve geleneksel fikirlerle ilişkili olarak nerede durduğumu kendimce netleştirdiğim çok kıymetli bir yıldı. Aynı zamanda çocuğun bağı (Bowlby, 1958) makalesini San Francisco ve Los Angeles'ta sundum, tepkiler Londra'dan biraz daha iyiydi. O yıl edindiğim arkadaşlarım arasında David ve Beatrice (Betty) Hamburg vardı. Her ikisi de Chicago'da analiz eğitimi almışlardı ama maymun ve şempanzeler üzerinde yapılan alan araştırmalarının insan psiko-

lojisini aydınlatma olasılığının da dahil olduğu birçok farklı fikre açıktılar: daha sonra yakın arkadaşlarım ve çabalarımın güçlü birer destekçisi oldular. Bir yenilikçi karşılaştığı düşmanca eleştirileri kolayca hatırlama eğiliminde olsa ve ben de istisna olmasam da küçük bir arkadaş ve meslektaş çevresinden hep kayırıcı bir destek aldığımı vurgulamalıyım. Taslakları okudular, yanlışlara ve belirsizliklere dikkatimi çektiler ve bana bu tür yardımlar yaptılar. Pek çoğu kalifiye analist değildi, ama hepsi yönelime çok aşinaydı. Daha önce sözü edilmeyenler arasında bana etoloji dersi veren ve alyanaklı maymunlarla bazı kritik deneyler yapan Robert Hinde, ilk yıl boyunca bağlanma kalıplarının gelişimi üzerine klasik çalışmasında fikirlerimi uygulayan ve detaylandıran Mary Ainsworth ve yaslı insanlarla ilgili hassas çalışmalarının yas kalıpları hakkındaki bilgimizi büyük ölçüde artırdığı Colin Parkes var. Diğer klinisyenler arasında iki aile psikiyatristi Marion Mckenzie ve kalifiye bir analist olan Dorothy Heard[3] ilgi ve teşvikten hiç vazgeçmediler.

Standford'da iken üzerinde çalışılan üç makale daha hazırladım. Ayrılık anksiyetesi[4] üzerine olan İngiliz Topluluğu'na sunuldu ve Klein grubu tarafından düşmanca karşılandı başka yerlerden de sadece sınırlı bir destek gördü. Fakat tartışma o kadar hararetliydi ki katkıda bulunmak isteyenler ve benim yanıt vermem için iki toplantı daha gerekti. Yas ve yasın patolojisi üzerine takip eden makaleler, 1960'ların başında çoğunlukla Amerika Birleşik Devletleri'ndeki psikanalitik topluluklara ve diğer gruplara sunuldu. Katılımın çok iyi olmasına ve dinleyicilerin coşkulu tepkilerine rağmen, yaklaşımım ne yaptığımı kavraya-

3 [Editör Notu]: Bkz. Heard ve ark. (2009). Attachmenet Therapy with Adolescents and Adults: Theory and Practice Post Bowlby

4 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1960)

mayacakları kadar yabancıydı: ben temel kuram ile uğraştıkça klinisyenleri asıl ilgilendiren terapötik çıkarımlar muğlak kaldı. Tavistock'taki bir meslektaştan oldukça tipik bir yanıt geldi: "John, hepimiz çocuklar için harika işler yaptığını düşünüyoruz ama bunların psikanalizle hiç ilgisi yok."

Sonuç olarak, psikanalitik meslektaşlarımla iletişim kurmaya çalışırken daha fazla insiyatif almadım. Yine de onlarla aram iyi oldu ve aldığım her daveti kabul etmeye özen gösterdim. Özellikle memnun olduklarımdan biri University College London'da, 1980 Freud Memorial Misafir Psikanaliz Profesörü olmaktı. Açılış konuşmam olan "Bir Doğa Bilimi Olarak Psikanaliz" [Psychoanalysis as a Natural Science] ertesi yıl *The International Review of Psychoanalysis*'de yayınlandı (Bowlby, 1981). Ayrıca, diğer pek çok dinleyici kitlelerine –psikiyatrlar, psikologlar, psikoterapistler, sosyal hizmet uzmanları ve etologlar– makaleler ve konferanslar sundum. Öğrenci gruplarının davetleri geleneksel görüşlere büyüklerinden daha az bağlı olmaları ve gelecek onların geleceği olduğu için her zaman önceliklidir.

1964-79 yılları arasında daha sonra şaşkınlıkla göreceğim gibi üç ciltlik bir çalışma olduğunu kanıtlayacak bir işle uğraşıyordum.[5] Bu detaylı açıklamanın yeni fikirlerin mevcut kuramın karmaşası içinde kaybolmasından kaçınmak için şart olduğunu düşündüm. (Cesareti olmayanlar için her cildin diğerlerinden bağımsız olarak okunabileceğini bilmek rahatlatıcı olabilir). Her ne kadar önceki yedi yıl boyunca makaleler dizisinin temelinin çoğunun taslağını çıkarmış olsam da fikirlerim ancak bu ciltler

5 [Editör Notu]: Bowlby, J. (1969) Bağlanma ve Kayıp. Cilt 1. Bağlanma. Bowlby, J. (1973). Bağlanma ve Kayıp Cilt 2. Ayrılık, Anksiyete ve Öfke. Bowlby, J. (1980) Bağlanma ve Kayıp. Cilt3. Kaybetme, Üzüntü ve Depresyon.

üzerinde çalışırken tam olarak yerine oturdu. Bundan sonra, süpervizyonlar ve klinik seminerleri içeren klinik çalışmalarımda çok daha güvenli hâle geldim.

Pek çok analist ve diğer psikoterapistler sezgilerini kullanarak ve kurama dair çok net fikirleri olmaksızın ve sıklıkla sanırım ismen bağlı oldukları kuramlara karşın harika iş çıkarırlar, benim aklım böyle çalışmıyor, sezgilerim de güçlü değil. Onun yerine hastalarımın problemlerini anlama çabamda böyle kuramları uygulama eğilimindeyim. Kuramlar uygulanabilir olduğunda bu çok işe yarıyor ama olmadıklarında büyük bir handikap olabilir. Belki de iyi bir dinleyici olmam ve kuram konusunda çok dogmatik olmaman beni kurtardı. Sonuç olarak hastalarımın bir kısmı bana bilmediğim şeyleri öğretmeyi başardı ve aile etkileşiminin farklı paternlerini ve bunların kişilik gelişimi üzerindeki etkisine dair anlayışıma büyük katkıda bulundular. Sıklıkla bir terapist olarak ne kadar beceriksiz olduğumu ve hastalarımın bana sunduğu malzemeleri gözardı ettiğimi veya yanlış anladığımı düşünüp ürperirim. Açıkçası en iyi terapi hem doğal olarak sezgisel olan hem de uygun kuram tarafından yönlendirilen bir terapist tarafından yapılandır. Neyse ki, bugünlerde klinik seminerlerde ve süpervizyon öğrencileri arasında böyle kişilerle karşılaşıyorum.

Son yıllarda farklı ekollerden psikoterapistlerin bağlanma kuramına ilgisi arttı ve bu cesaret verici. Yine de teorik çalışmalarım her zaman öncelikle Uluslararası Dernek'teki meslektaşlarıma yönelik olduğundan görece olarak çok az kişinin ilgisini çekmesi hayal kırıklığı yarattı. Ancak bana öyle geliyor ki, birçoğu belki de fark ettiklerinden daha fazla etkilenmiş. Ayrıca, bilime ilgi duyan genç üyelerden bazıları önerilen çerçevenin güçlü yanlarını fark ettiler.

Sadece zaman ve daha fazla araştırma bazılarının inandığı kadar umut verici mi yoksa çıkmaz sokağa doğru mu ilerlediğini gösterecek. Bilimin yolu budur.

Kaynakça:

Bowlby, J. (1940). The influence of early environment in the development of neurosis and neurotic character. *International Journal of Psychoanalysis*, 21, 154–178.

Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home-life. *The International Journal of Psychoanalysis*, 25: 19–53.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 39: 350–373.

Bowlby, J. (1960). Separation anxiety. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 89–113.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss-I.* Attachment. New York: Basic Books. [*Bağlanma ve Kaybetme-I*, Pinhan Yayıncılık, çev. Tuğrul Veli Soylu, 2013.]

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss-II.* Separation: Anxiety and Anger. New York: Basic Books. [*Bağlanma ve Kaybetme-II*, Pinhan Yayıncılık, çev. Müge Günay, 2021.]

Bowlby, J. (1979). Psychoanalysis as art and science. *The International Review of Psycho-Analysis*, 6: 3–14.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss-III. Loss, Sadness and Depression.* New York: Basic Books. [*Bağlanma ve Kaybetme-III*, Pinhan Yayıncılık, çev. Nur Nirven, 2021.]

Bowlby, J. (1981). Psychoanalysis as a natural science. *The International Review of Psycho-Analysis*, 8: 243–256.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52: 664–678.

Bowlby, J., Robertson, J., & Rosenbluth, D. (1952). *A Two-Year-Old Goes to Hospital.* The Psycho-Analytic Study of the Child, 7: 82–94.

Dicks, H. V. (1970). *Fifty Years of the Tavistock Clinic*. London: Routledge & Kegan Paul.

Heard, D., Lake, B., & McCluskey, U. (2009). *Attachment Therapy with Adolescents and Adults: Theory and Practice Post-Bowlby*. London: Karnac.

Levy, D. M. (1937). Primary affect hunger. *The American Journal of Psychiatry*, 94: 643–652.

Ek

THE WALRUS AND THE CARPENTER
LEWIS CARROLL

"'The sun was shining on the sea,
Shining with all his might:
He did his very best to make
The billows smooth and bright —
And this was odd, because it was
The middle of the night.

The moon was shining sulkily,
Because she thought the sun
Had got no business to be there
After the day was done —
"It's very rude of him," she said,
"To come and spoil the fun."

The sea was wet as wet could be,
The sands were dry as dry.
You could not see a cloud, because
No cloud was in the sky:
No birds were flying overhead —
There were no birds to fly.

The Walrus and the Carpenter
Were walking close at hand;
They wept like anything to see

Such quantities of sand:
If this were only cleared away,'
They said, it *would* be grand!'

If seven maids with seven mops
Swept it for half a year,
Do you suppose,' the Walrus said,
That they could get it clear?'
I doubt it,' said the Carpenter,
And shed a bitter tear.

O Oysters, come and walk with us!'
The Walrus did beseech.
A pleasant walk, a pleasant talk,
Along the briny beach:
We cannot do with more than four,
To give a hand to each.'

The eldest Oyster looked at him,
But never a word he said:
The eldest Oyster winked his eye,
And shook his heavy head —
Meaning to say he did not choose
To leave the oyster-bed.

But four young Oysters hurried up,
All eager for the treat:
Their coats were brushed, their faces washed,
Their shoes were clean and neat —
And this was odd, because, you know,

They hadn't any feet.

Four other Oysters followed them,
And yet another four;
And thick and fast they came at last,
And more, and more, and more —
All hopping through the frothy waves,
And scrambling to the shore.

The Walrus and the Carpenter
Walked on a mile or so,
And then they rested on a rock
Conveniently low:
And all the little Oysters stood
And waited in a row.

The time has come,' the Walrus said,
To talk of many things:
Of shoes — and ships — and sealing-wax —
Of cabbages — and kings —
And why the sea is boiling hot —
And whether pigs have wings.'

But wait a bit,' the Oysters cried,
Before we have our chat;
For some of us are out of breath,
And all of us are fat!'
No hurry!' said the Carpenter.
They thanked him much for that.

A loaf of bread,' the Walrus said,
Is what we chiefly need:
Pepper and vinegar besides
Are very good indeed —
Now if you're ready, Oysters dear,
We can begin to feed.'

But not on us!' the Oysters cried,
Turning a little blue.
After such kindness, that would be
A dismal thing to do!'
The night is fine,' the Walrus said.
Do you admire the view?

It was so kind of you to come!
And you are very nice!'
The Carpenter said nothing but
Cut us another slice:
I wish you were not quite so deaf —
I've had to ask you twice!'

It seems a shame,' the Walrus said,
To play them such a trick,
After we've brought them out so far,
And made them trot so quick!'
The Carpenter said nothing but
The butter's spread too thick!'

I weep for you,' the Walrus said:
I deeply sympathize.'

With sobs and tears he sorted out
  Those of the largest size,
Holding his pocket-handkerchief
  Before his streaming eyes.

O Oysters,' said the Carpenter,
  You've had a pleasant run!
Shall we be trotting home again?'
  But answer came there none —
And this was scarcely odd, because
  They'd eaten every one."

***

AYI BALIĞI VE MARANGOZ
LEWIS CARROLL

"Güneş denizin üzerinde parlıyordu,
  Tüm gücüyle parlıyordu:
Elinden gelenin en iyisini yaptı
  Dalgalar pürüzsüz ve parlak —
Ve bu garipti, çünkü
  Gecenin bir yarısıydı.

Ay somurtkan bir şekilde parlıyordu,
  Çünkü güneşin
Orada olmasına gerek yoktu.
  Gün bittikten sonra —
"Bu onun kabalığı," dedi,
  "Eğlenceyi bozmaya geldi."

Deniz olabildiğince ıslaktı,
  Kumlar kupkuruydu.
Bir bulut göremezdiniz, çünkü
  Gökyüzünde hiç bulut yoktu:
Tepemizde kuşlar uçmuyordu —
  Uçacak kuş yoktu.

Mors ve Marangoz
  Yanyana yürüyorlardı;
Ağlamaktan göremiyorlardı
  Ne kadar çok kum var:
Temizlenseydi harika olurdu,'
  "Harika olur!" dediler.

Eğer yedi hizmetçi yedi paspasla
  Yarım yıl boyunca süpürse,
Sence,' dedi Mors,
  "Temizleyebilirler mi?
Bundan şüpheliyim,' dedi Marangoz,
  Ve acı bir gözyaşı döktü.

Ey İstiridye, gel ve bizimle yürü!'
Mors yalvardı.
Hoş bir yürüyüş, hoş bir sohbet,
  Tuzlu sahil boyunca:
Dörtten fazlasıyla yapamayız,
  "Herkese bir el vermek için.

En yaşlı İstiridye ona baktı,

Ama tek kelime etmedi:
En yaşlı istiridye göz kırptı,
Ve ağır başını salladı –
Yani o seçmedi demek istedim.
İstiridye yatağını terk etmeyi.

Ama dört genç istiridye acele etti,
Hepsi ikram için can atıyordu:
Paltoları fırçalandı, yüzleri yıkandı,
Ayakkabıları temiz ve düzgündü –
Ve bu garipti, çünkü, bilirsiniz,
Ayakları yoktu.

Diğer dört istiridye onları takip etti,
Ve bir dört tane daha;
Ve sonunda hızla geldiler,
Ve daha, ve daha, ve daha –
Hepsi köpüklü dalgaların arasında zıplıyor,
Ve kıyıya tırmanıyor.

Mors ve Marangoz
Bir mil kadar yürüdü,
Ve sonra bir kayanın üzerinde dinlendiler
Uygun bir şekilde alçak:
Ve tüm küçük istiridyeler durdu
Ve arka arkaya beklediler.

Zamanı geldi,' dedi Mors,
Birçok şeyden bahsetmek için:
Ayakkabılardan – ve gemilerden – ve balmumundan –

Lahanalar – ve krallar
Ve denizin neden kaynadığını –
Ve domuzların kanatları olup olmadığını.

Ama biraz bekleyin,' diye bağırdı İstiridyeler,
Sohbetimizden önce;
Çünkü bazılarımızın nefesi kesildi,
Ve hepimiz şişmanız!'
Acele etmeyin!' dedi Marangoz.
Bunun için ona çok teşekkür ettiler.

Bir somun ekmek,' dedi Mors,
Esas ihtiyacımız olan şey bu:
Biber ve sirkenin yanı sıra
Gerçekten çok iyi –
Şimdi hazırsanız canım istiridyeler,
Beslenmeye başlayabiliriz.'

Ama bizden değil!' diye bağırdı İstiridyeler,
Biraz maviye dönerek,
Böyle bir nezaketten sonra, bu
Yapılacak en kötü şey!'
Gece güzel,' dedi Mors,
Manzarayı beğendin mi?

Gelmeniz ne büyük incelik!
Sen de çok hoşsun!'
Marangoz hiçbir şey söylemedi ama
Bize bir dilim daha kes:
Keşke bu kadar sağır olmasaydın –

Sana iki kez sormak zorunda kaldım!
Bu utanç verici,' dedi Mors,
Onlara böyle bir oyun oynamak için,
Onları b u kadar uzağa getirdikten s sonra,
Ve onları çok hızlı koşturduktan!'
Marangoz hiçbir şey söylemedi ama
Tereyağı çok kalın sürülmüş!'

"Senin için ağlıyorum," dedi Mors:
"Seni derinden anlıyorum.
Hıçkırıklar ve gözyaşlarıyla
En büyük boyutta olanlar,
Cep mendilini tutarak
Akan gözlerinin önünde.

"İstiridye," dedi Marangoz,
Hoş bir koşu yaptınız!
Tekrar eve dönecek miyiz?'
Ama cevap gelmedi –
Ve bu pek de garip değildi, çünkü
Her birini yemişlerdi."

Dizin

A

Abraham, K. 161
agresyon 23, 232, 234, 271, 272, 273, 274
Aile terapisi 339
Ainsworth, M 43, 114, 161, 168, 333, 347
Alexander, F. 338
Alex vakası 38
Alford, J. 350
American Journal of Psychiatry 163, 355, 365
Anne-Bebek Etkileşiminde Boylamsal Araştırmalar 169
Antlaşmalar 252
  dayatılmış 30, 243, 244, 245, 247, 248, 251, 252, 254
  gönüllü 32, 211, 226, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 251, 252, 253, 264, 268, 269, 286
  Gönüllü olarak benimsenen idealler 247
  Sınırlı ve sınırsız 248, 250
arabuluculuk 290, 294
A Study of Envy and Gratitude 36
A Two-Year-Old Goes to Hospital 360, 364
Auk 325, 348
Avustralya Derneği 346
Ayrılık Kaygısı 37
Ayrılma 25, 39, 43
Ayrışma 27
  ayırmak 100, 242
  ayrışmış 6, 25, 49

B

Bağlanma 25, 42, 43, 346, 362
bağlanma davranışı 51, 194
Bağlanma Fikri 21
bağlanma kuramı 13, 14, 23, 26
Bağlanma ve Kayıp 346, 362
Bahrick, H. P. 91, 92, 114
bakım verenler 22
Balint, M. 156, 161, 357
Barber, T. X. 156, 161, 357
baskın kuram 193
bastırma 47, 48, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 68, 70, 74, 75, 77, 78, 79, 81, 82, 95, 102, 103, 106, 109, 110, 111, 125, 133, 134, 135, 139, 145, 146, 147, 148, 151, 166, 229, 261, 267, 284, 292
  Birincil ve ikincil 55
  travmatik faktörler 109
Beck, A. T. 173, 174, 182
bellek 298
Bernard, C. 49, 102, 103, 114, 298
Bilimsel Devrimlerin Yapısı (Kuhn) 40, 43
bilinç 49, 58, 78, 98, 99, 254
  bilinçten uzaklaştırılma 134
  seçici dışlama 82, 83, 85, 87, 89, 90
bilişsel ayrılma 172
Bilişsel modeller 299
Bir Bebeğin Biyografik Taslağı (Darwin) 186
"Bir Doğa Bilimi Olarak Psikanaliz" (*Bowlby*) 362
birincil bastırma 48, 56, 57, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 68, 70, 77, 79, 102, 103, 109, 110, 111

inkâr 67, 77, 78, 79, 96, 129, 131, 135, 140, 145, 209, 265, 266, 267, 284
birincil paratimi 147, 157
Blurton-Jones, N. 335
Bowlby Arşivi 3, 9, 11, 14, 15, 21, 26, 33, 34, 36, 37
Breuer,J. 57, 58, 114, 116, 162
British Journal of Medical Psychology 42, 43, 164, 301, 355
Broadbent, D. E. 296, 297, 301
Browne, J. 86, 115, 183, 196
Brown, G. 88, 121, 299, 301
Bruner, J. S. 92, 114, 119
Burlingham, D. 66, 114, 127, 128, 132, 133, 137, 138, 146, 152, 153, 154, 156, 162

C

Cain, A. C. 155, 162
Caldwell, B. 169, 170, 171
Cambridge Araştırması 211
Cambridge Tahliye Araştırması 34
Cambridge Tahliye Komitesi İncelemesi 212
Cameron, Hector 307, 347
Center for Advanced Study 31
cezalandırma 231, 268, 271, 272
Charlesworth, W. R. 188, 196
Cobb, S. 98, 115
Cohen, M. B. 173, 182
çatışma 11, 30, 31, 32, 35, 53, 111, 184, 251, 257, 258, 260, 264, 265, 271, 280, 281, 283, 284, 286, 289, 290, 291, 292, 293, 294.
Uzlaşma 290
Çocuk Danışmanlık 311, 337
çocuklar 18, 23, 24, 40, 41, 96, 113, 128, 132, 133, 135, 136, 149, 201, 203, 204, 206, 207, 211, 212, 213, 214, 215, 218, 219, 222, 223, 224, 225, 226, 243, 254, 308, 309, 350, 357, 359, 362
anneden ayrılma 129
bakım verenler 22
hava saldırıları 223
koruyucu anne 211, 213, 216, 225, 226
uzun ayrılıklar 358
yatak ıslatma 29, 210, 216, 217, 218
"zor davranışları" olan 24
Çocuk Rehberlik 32, 311, 339, 351, 352

D

Dahrendorf, R. 31, 280, 281, 282, 286, 287, 288, 289, 291, 295
Darwin, Charles 9, 28, 104, 183, 185, 186, 187, 188, 191, 195, 196, 197
duyguları incelemesi 185
Davranış Bilimleri 7, 345, 360
Depresif hastalık 148
ambivalans ilişkiler 155
Aşırı üzüntü 152
ilgi kaybı 155
Deutsch, H. 27, 72, 76, 78, 110, 115, 128, 131, 136, 139, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 148, 162
dış suçluluk 241, 242, 248
disosyasyon 80
ayrışma 28, 49, 80, 81, 82, 83
Dollard, J. 71, 86, 115
Dostluk Derneği 213
Durbin, E. 314, 315, 316, 317, 319, 321, 347, 348
Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu 340
düzensiz bağlanma 28

E

Eckman, P. 188, 196
Ego 68, 74, 90, 102, 111, 115, 116, 117, 140, 228, 230, 234, 236, 237, 267, 270, 275.
ego düşlemleri 30
Ego-ideali 270
ego-idealleri 268, 271
ego ilgileri 268
Ego ve Id 230
Ego ve Savunma Mekanizmaları 116
Ego ve süperego 267
Endüstriyel Toplumlarda Sınıf ve Sınıfsal Çatışma 280, 288
Engel, G. L. 153, 162
Erikson, E. 86, 115, 327

F

Fairbairn, W. R. D. 67, 69, 72, 77, 80, 102, 110, 112, 115, 139, 145, 146, 156, 162, 192, 355
Fenichel, O. 60, 61, 62, 115
Fessard, A. 98, 115
Fildes, L. 311
Fremont-Smith, F. 330
French, T. M. 68, 115
Freud, A. 5, 6, 9, 18, 27, 29, 34, 40, 47, 48, 50, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 90, 94, 97, 102, 103, 104, 106, 107, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 125, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 134, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 146, 148, 152, 153, 154, 156, 158, 159, 162, 163, 166, 167, 172, 182, 184, 185, 192, 193, 194, 197, 228, 230, 231, 237, 238, 239, 240, 241, 243, 251, 254, 268, 269, 270, 271, 272, 275, 283, 344, 351, 356, 357, 359, 360, 362
Fromm, E. 182, 192, 309
Fry, M. 337, 338
Fry, R. 337

G

Gaensbauer, T. 189, 197
gelişimsel psikoloji 13, 183, 307
geri çekilme 71, 86, 130, 142, 166
Gönüllü kontratlar 249
Gregory, R. L. 296, 297, 301
Grosskurth, P. 36
Grup Gerilimleri 341
Güncel Pozitif Ruh Sağlığı Kavramları 67
"güvenli üs" 21, 22
güvensiz 29, 215, 358

H

Hagbarth, K. 84, 117
hakemlik 290
Hamburg, D. A. 174, 182, 298, 302, 334, 360
Hampstead Bakımevi 78, 146, 360
Hargreaves, R. 321, 327, 328, 331
Hartmann, H. 61, 66, 117
hayal kırıklığı 50, 110, 143, 151, 156, 246, 363
Haz İlkesinin Ötesinde (Freud) 60
Heard, D. 361, 364
Heinicke, C. M. 127, 163
Henderson, S. 335, 348
Hernandez-Peon, R. 84, 88, 117, 119
Heron, W. 96, 120
Herry Harlow 167, 169
H.F. Harlow 89
Hinde, R. 112

Hoffman Davyne Çalışmaları 75, 109, 112, 116, 128, 139
Hopkins, J. 161, 168, 333, 347
Horney, K. 192
Hough, N. 325
Hull, C. L. 72, 117
Hunnybun, N. 319, 339
Huxley, J. 326, 327

I

International Journal of Psycho-Analysis 42, 114, 119, 161, 162, 196, 275, 347, 355, 364
Introductory Lectures (Freud) 60, 116, 117, 162, 271, 275, 351
Izard, C. 189, 197
İçsel çatışma 280
İçsel modeller 297
iç suçluluk 242. Ayrıca bkz. dış suçluluk
id 55, 80, 230, 231, 232, 233, 270, 271
ikincil bastırma 55, 56, 58, 62, 63, 75, 77, 78, 81, 110, 284
İngiliz Psikanalist Derneği 323
İngiliz Psikoloji Derneği 39
İnsan ve Hayvanlarda Duygu İfadeleri (Darwin) 186
intihar 69, 149, 275
İtalyan Derneği 346
izolasyon 41, 82, 103

J

Jacobson, E. 110, 117, 136, 147, 148, 149, 150, 151, 163
Jahoda 67, 118
Jahoda, M. 118
Jones, E. 120, 323, 335, 344, 347, 353, 356

K

Kanada Derneği 346
kayıp 11, 29, 32, 60, 65, 69, 71, 72, 73, 74, 99, 100, 145, 204, 219, 263
kayıp 3, 11, 19, 26, 27, 47, 52, 76, 78, 79, 83, 111, 124, 125, 128, 136, 139, 142, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 152, 153, 157, 158, 160, 174, 176, 178, 179, 180, 192, 195, 274, 358
Kayıp (Bowlby) 2, 7, 9, 19, 76, 138, 145, 158, 165, 195, 346, 362
keder 37, 52, 142, 144, 147, 158, 178, 184, 186, 195
kendini cezalandırma 231. Ayrıca bkz. cezalandırma
Klein, M. 18, 27, 33, 36, 37, 57, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 77, 80, 102, 110, 111, 118, 129, 136, 138, 139, 145, 146, 147, 158, 163, 192, 193, 197, 231, 269, 270, 323, 341, 343, 344, 345, 351, 352, 353, 354, 356, 357, 358, 361
kopma 125, 128, 129, 132, 136, 137, 144, 150, 151, 166
kopma davranışı 166
korku, ürküntü 62, 74, 184, 186, 189, 194, 209, 258, 274
Kreutzer, M. A. 188, 196
Kuhn, T. 40, 43

L

Lambercier, M. 96, 118
Lehrman, D. 96, 118
Lewin, B. D. 79, 118
Lewis, A. 342, 351
Liddell, H. S. 118
Lindemann, E. 128, 163
Livingston, R. B. 84, 86, 88, 89, 118, 119

London School of Economics 314, 325
Lowden, M. 339
Luria, A. R. 95, 96, 119

M

Mackenzie, M. 182, 341
MacQueen, F. 341
Maddison, D. 301, 302
Magoun, H. 72, 84, 98, 119
Mahler, M. 136, 144, 145, 163
Martin, F. 341, 342, 348
Masserman, J. H. 93, 119
Maternal Care and Mental Health (Bowlby) 23, 42, 322, 324, 337, 347
Merkezi sinir sistemi (MSS) 84, 89
  dışsal ve bedensel uyaranlar 87
  Enformasyon seçimi 84
  İşitsel uyaran 84
  motor tepki 89
  seçici dışlama süreci 89
  uyaran 90
Miller 71, 86, 96, 115, 119, 335
Morris, B. 317, 348
motivasyon 9, 47, 51, 52, 53, 54, 69, 70, 71, 72, 83, 91, 92, 93, 96, 97, 98, 99, 100, 103, 106, 107, 113, 122, 185, 290
  arzu davranışı 69
  dürtü azaltma kuramı 71
  kaçınma kuramı 70, 72
  kaçınma modeli 71
  seçici dışlama süreci 83
Murphey, E. B. 298, 302

N

Neill, A.S. 309, 310, 348
"Nevroz ve Nevrotik Kişiliğin Gelişiminde Erken Çevrenin Rolü" (Bowlby) 354
New Introductory Lectures on Psycho-Analysis, (Freud) 117, 275
Newman, F. 293, 294, 295
Nissen, H. W. 72, 119
Nusia Bick, E. 357

O

Oedipus Kompleksi 228
Olds, J. 72, 119
öfke 24, 79, 130, 150, 154, 156, 179, 181, 184, 186, 189, 190, 192, 210, 233, 241, 252, 255
Öğrenme Kuramı 107
örtük sözleşmeler 18
özdeşim 29, 270
Özdeşim sorunu 270
özsaldırı 155

P

Paramonova, N. P. 95, 119
Parkes, C. M. 9, 122, 195, 197, 296, 302, 303, 361
patolojik anksiyete 157, 158
patolojik yas 76, 81, 124, 126, 141, 149, 151, 157, 158
Patolojik Yas ve Çocukluk Yası 64, 77, 124
Paykel, E. S. 173, 182
Payne, S. 344, 345, 356
Personal Aggressiveness and War (Durbin and Bowlby) 316, 348
Peters, R. S. 72, 119
Postman, L. 85, 86, 119
Pribram, K. H. 84, 119
psikanalitik terapi 285
psikanaliz 11, 13, 32, 34, 185, 247, 315, 338, 345, 346
  etolojik fikirler 329

klinik kanıt 282
"Psikanalizde Terapötik Aksiyonun Doğası" (Strachey) 268
psikiyatri 13, 184, 316, 327, 328, 336, 342
psikopatoloji 56, 97, 353
psiko-sosyal çevre 296
psiko-sosyal dönüşüm 19
psikoterapi 35, 176, 350, 351
depresif hastalar 157
yüzleşme aşaması 175, 179

R

Rado, S. 129, 164
Rapaport, D. 53
Rees, J. R. 316
Rey, A. 96, 118
Rickman, J. 355
Ridenour, N. 338
Robertson, J. 23, 37, 43, 126, 127, 131, 133, 137, 144, 152, 153, 155, 161, 164, 167, 332, 348, 360, 364
Ross, W. 15, 326
ruhsal enerji kuramı 185
Rüyaların Yorumu 70

S

Sachar, E. J. 173, 174, 175, 176, 177, 178, 180, 181, 182
savunma 6, 7, 11, 19, 27, 28, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 60, 62, 64, 65, 66, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 77, 81, 82, 86, 97, 99, 100, 102, 106, 107, 108, 109, 111, 112, 113, 124, 125, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 156, 158, 159, 160, 174, 229, 234
Birincil ve ikincil bastırma 55
davranışı 23, 41, 49, 50, 51, 53, 54, 69, 94, 124, 128, 132, 166, 186, 194, 267, 320, 356
esas etkisi 100
kaçınma modeli 69, 71
mekanizması 54, 86, 143, 144
motivasyonel sistem 49
nedenselliği ve işlevi 74
Psikolojik Süreç 296
savunma mekanizması 54, 86, 144
savunma süreci 49, 54, 55, 56, 66, 81, 97, 107, 125, 129, 130, 135, 136
Savunma davranışı 49
ve savunma süreci 49, 55
savunma süreçleri 53, 82, 100, 129, 135, 147
eğilimi için 108
Kaybın tetiklediği 76
Schmideberg, Melitta 344, 354
Schneirla, T. C. 72, 120
Scott, J. 93, 94, 120, 335
seçici dışlama süreci 83
serebral sistem 98
sürekli aktivasyonu 89
Senn, M. 161, 310, 348
sevgi 16, 28, 36, 38, 143, 147, 151, 216, 232, 235, 238, 239, 240, 252, 254, 255, 271, 284, 325
Sharpe, E. 352
sınırlı kontratlar 249
sınırsız kontratlar 248
Simons, D. J. 41, 43
Smuts, A. 9, 307, 311, 339, 347, 348
Soddy, K. 35, 161
sosyal çatışma 18, 281
Sosyal politika ve psikolojik terapi 292
Sperling, S. J. 49, 120
Spitz, R. A. 153, 154, 164, 330, 349

Stanford Çatışma Seminerl 279
Stanford Üniversitesi 31, 39
Strachey, J. 112, 268, 269, 275, 356
suçluluk 11, 29, 30, 31, 32, 34, 111, 158, 231, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 246, 248, 249, 251, 254, 255, 257, 258, 259, 267, 272, 274, 284, 286
suçluluk kuramı 231, 251, 255, 257, 259, 261
suçluluk ve anksiyete 255, 257, 259
Sullivan, H. S. 192, 338
Sulloway, F. 185, 197
Sutherland, J. 317, 346, 348, 349, 356, 357
süperego 30, 48, 59, 62, 74, 80, 229, 230, 232, 233, 234, 257, 267, 269, 271, 272. Ayrıca bkz. ego
süperegonun işlevleri 270
süperegonun kökeni 230

T

Tahliye Edilmenin Psikolojik Problemleri 9, 18
bebekler ve küçük çocuklar 18
çocuklar 18, 23, 24, 40, 41, 96, 113, 128, 132, 133, 135, 136, 149, 201, 203, 204, 206, 207, 211, 212, 213, 214, 215, 218, 219, 222, 223, 224, 225, 226, 243, 254, 308, 309, 350, 357, 359, 362
ergenler 245
konaklama 211, 212, 221, 223, 226
koruyucu anne 211, 213, 216, 225, 226
koruyucu ev 209, 214
Kronik Vakalar 218
küçük çocuklarda 76, 124, 152, 157, 159, 359
yabancılaşmaları korkusu 209
yatak ıslatma 29, 210, 216, 217, 218
Tahliye Edilmiş Çocukların Ebeveynleri 208
Tanner, J. 327, 335, 347, 349
Tavistock Klinik 1, 9, 18, 26, 39, 162, 164, 165, 170, 196, 197, 212, 296, 297, 299, 301, 303, 308, 312, 316, 317, 318, 319, 321, 322, 327, 328, 331, 332, 339, 341, 348, 349, 350, 355, 356, 357, 362, 364
tehlike 21, 55, 56, 61, 75, 105, 193, 194, 260, 285
The History of the Psychoanalytic Movement 75
"The Influence of Early Environment on the Development of Neurosis and Neurotic Character" (Bowlby) 23
The International Review of Psychoanalysis 362
"The Nature of Love" (Harlow) 329, 331
The Nature of the Child's Tie to His Mother 345, 360
The Nervous Child (Cameron) 307, 347
The Study of Instinct (Tinbergen) 326, 349
Thompson, W. R. 96, 120
Tolman, E. C. 94, 106, 120
Tomkins, S. 188, 197
travma 5, 11, 19, 26, 27, 30, 32, 35, 57, 59, 60, 68, 72, 75, 111, 112, 150, 234
birincil bastırma 48, 56, 57, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 68, 70, 77, 79, 102, 103, 109, 110, 111
Treisman, A. M. 296, 297, 302

Trevarthen, C. 188, 189, 197
Trist, E. 317, 318, 319, 349, 356, 357
Tutukluk Semptom ve Kaygı (Freud) 59, 139

U-Ü

Umutsuzluk 126, 167
uyaran 71, 84, 85, 86, 95, 192
Uygarlığın Huzursuzlukları (Freud) 238
Uzlaşma 290
Üzüntü 362

V

Vince, M. A. 95, 96, 120

W

Walter, G. 327, 349
Weissman, M. M. 173, 182
Weiss, P. 88, 89, 97, 120, 121
Whiting, J. 168
WHO çalışma grubu 327
Winnicott, D. 33, 67, 147, 148, 164, 192, 324, 345, 360

Y

yabancılar 153, 206, 214
yadsıma 47, 129, 133, 134, 135, 166
Yarrow, L. 167
Yas 48, 64, 77, 124, 139, 145, 158, 172, 361
yasın acısı 140, 158
Yasın Yokluğu 141
yatak ıslatma 29, 204, 210, 216, 217, 218

Z

Zeigarnik, B. V. 97, 121
Zuckerman, S. 273, 275