Güler Okman Fişek

İlişki İçinde "Ben"

Kültür, Aile, Bireyselleşme ve Psikanalitik Arayışlar

Psiko-kültürel

İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI

GÜLER OKMAN FİŞEK

Güler Okman Fişek, klinik psikoloji doktorasını ABD'nde 1973'te almış ve 1977 sonuna dek aynı ülkede lisanslı klinik psikolog olarak çalışmıştır. 1977-2012 tarihleri arasında çalıştığı Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden emeritus profesör olarak emekli olmakla birlikte kısmi statüde ders vermeye devam etmektedir. Fişek 1994'te ülkenin ilk akademik psikolojik hizmet merkezi olan Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Araştırma ve Uygulama Merkezi'ni kurmuştur. 2006-2014 arasında Türk Psikologlar Derneği Akademik Akreditesyon Komitesi'nin kurucu başkanlığını yapmış, Avrupa Psikologlar Dernekleri Federasyonu (EFPA) nezdindeki çalışmalarıyla Türkiye'de psikologlar için psikoloterapi uzmanlığı sertifikasının edinilmesine öncülük etmiştir. 2010 tarihinden beri EFPA EuroPsy Psikoterapi Ödüllendirme Komitesi üyesidir. Çeşitli ulusal ve uluslararası derneklerde üyeliği vardır. Akademik çalışmaları ve eserleri kültürel bağlam içinde benlik gelişimi ve aile içi ilişkiler, psikoterapi süreçleri ve kültür konuları üzerinde yoğunlaşmıştır.

İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI

Güler Okman Fişek
İLİŞKİ İÇİNDE "BEN"
Kültür, Aile, Bireyselleşme ve Psikanalitik Arayışlar

İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları 623
Psikanaliz/Psikoloji 17

ISBN: 978-605-399-511-1

1. Baskı İstanbul, Nisan 2018

© İstanbul Bilgi Üniversitesi İktisadi İşletmesi
Yazışma Adresi: İnönü Caddesi, No: 6 Kuştepe Şişli 34387 İstanbul
Telefon: 0212 311 64 63 - 311 61 34 / Faks: 0212 216 24 15 • Sertifika No: 35680

www.bilgiyay.com
E-posta yayin@bilgiyay.com
Dağıtım dagitim@bilgiyay.com

Dizi Editörü Murat Paker
Editör Burçak Erdal
Yayına Hazırlayan Cem Tüzün
Tasarım Mehmet Ulusel
Dizgi ve Uygulama Maraton Dizgievi
Düzelti Remzi Abbas
Baskı ve Cilt Karist Baski Çözümleri Ltd. Şti.
Yeşilköy Mahallesi, Atatürk Havalimanı Caddesi, EGS Business Park Blokları,
B2 Blok, No: 8/20 Bakırköy İstanbul
Telefon: 0212 465 92 48 / Faks: 0212 465 30 83 • Sertifika No: 22827

İstanbul Bilgi University Library Cataloging-in-Publication Data
İstanbul Bilgi Üniversitesi Kütüphanesi Kataloglama Bölümü Tarafından Kataloglanmıştır.

Names: Okman Fişek, Güler, author. I Paker, Murat, series editor.
Title: İlişki içinde "ben" : kültür, aile, bireyselleşme ve psikanalitik arayışlar / Güler Okman Fişek, dizi editörü Murat Paker.
Description: İstanbul : İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 2018. I Includes bibliographical references and index.
Series: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları; 623. Psikanaliz/Psikoloji ; 17.
Identifiers: ISBN 9786053995111 (paperback)
Subjects: LCSH: Self psychology. I Self-care, Health. I Self-analysis (Psychoanalysis). I Psychotherapy. I Psychoanalysis. I Interpersonal relations.
Classification: LCC: RC489.S43 O36 2018

Güler Okman Fişek

İLİŞKİ İÇİNDE "BEN"
Kültür, Aile, Bireyselleşme ve Psikanalitik Arayışlar

İçindekiler

ix Editörün Önsözü
xiii Önsöz
xvii Teşekkür

1 **BİRİNCİ KISIM Aile Bağlamında Benlik**

3 *1* Bir Sistem Yaklaşımı
3 Giriş
8 Kavramsal Çerçeve: Çok Düzeyli Bağlamsal Sistem Perspektifi
9 Yapı ve İlişki: Sistemlerin Belirleyici Öğeleri
10 Kültürel Düzeyde Örgütlenme: Sosyal Yapı ve İlişkisel Yönelim
10 Aile Düzeyinde Örgütlenme: Hiyerarşi ve Yakınlık
13 Birey Düzeyinde Örgütlenme: Benlik Yapısı ve İlişkisel Tarz

17 *2* Ailevi Benliğe Yakın Plan Bakış
17 Ailevi Benlik Kuramı

21 *3* Türkiye'de Tarihten Bugüne Aile ve Bireyler
21 Tarihe Kısa Bir Bakış

27 *4* Gelenekten Değişime
28 Geleneksel Aile ve Bireyler
30 Toplum Düzeyinde Değişim
31 Aile Düzeyinde Değişim
35 Birey Düzeyinde Değişim
35 Değişimin Benliğe Yansımaları: Genişleyen Ailevi Benlik Konusunda Araştırmalar
36 Ailevi Benlik
39 Hemcins Arkadaşlıklarında Ego Sınırları
39 Karşı Cinsle İlişkide İç Çatışma
40 Hiyerarşik İlişkilerde Karşılıklı Özgüvenin Beslenmesi
40 Türk Sefarad Yahudi Gençlerde Benlik, Süperego ve Ego İdeali
41 Üniversiteli Erkeklerde Erkek Benliğinin İnşası
41 Benzer Sonuçlar Veren Diğer Araştırmalar

42 Sonuç

43 İKİNCİ KISIM Ruh Sağlığına Yansımalar

45 5 Değişim ve Ruh Sağlığı, Sorunlar
45 Değişimin Sağladığı Olanaklar
50 Değişimle Gelen Riskler

63 ÜÇÜNCÜ KISIM Psikanaliz ve Benlik

65 6 Karşılaştırmalı Psikanalitik Arayışlar
65 Bireyselleşme ve Nesne İlişkilerine Karşılaştırmalı Bir Bakış
66 Klasik Psikanaliz ve Benlik Gelişimi
68 Doğu'daki Durum
70 Mikroanalitik Bir Değerlendirmenin İmaları
74 Değişimin Benliğe Yansımaları: Zihinsel Temsiller, Kültür ve Genişleyen Benlik

79 7 Batı'da Yeni Bakış Açıları
79 Erken Dönem Bebeklik Araştırmaları
82 Nörobilimin Katkıları
85 Psikanaliz ve Psikoterapiye Yönelik İmalar
87 Nörobiyolojik Yaklaşımların Psikanalizle Birleşmesi: Nöropsikanaliz
89 Yeni Psikanalitik Yaklaşımlar: İlişkisel Psikanaliz

99 8 Çözüm Arayışları ve Psikanalitik Önermeler
102 Oidipus Karmaşası ve Kuşaklararası İlişkiler
107 Bir Kavramsal Çerçeve: Öznelliklerarasılık
112 Öznelliklerarasılık ve Biz
119 Öznelliklerarasılıkta Bozulmalar
124 Bu Çalışmalardan Ne Öğrenebiliriz?

131 DÖRDÜNCÜ KISIM Psikoterapi

133 9 Değişimde Kilit Unsurlar
134 Kendini Yakalamak - Farkındalık

141 10 Psikoterapi Sürecini Nasıl Anlamlandırabiliriz?
147 Danışan Ne İster?
148 Terapist Nasıl Biri Olmalıdır?
148 Kuramın, Tekniğin Yeri Nedir?

151 11 Psikoterapi ve Kültür: "Oranın" Yaklaşımını

"Buraya" Nasıl Uyarlayacağız?
153 Süreç ve İçerik Ayrımı
154 Terapistin Getirdikleri: Farklılıklara İlişkin Olası Önyargılar

159 *12* "Ben Seni Görmesem de Sen Beni Gör Lütfen": Psikoterapide İlişkisel Buluşmalar

165 *13* İlişkisellik, Öznelliklerarasılık ve Kültür: Bir Sanal Akrabalık Terapötik Söylemi İçinde Deneyimler
166 Vaka Örneği
168 Sanal Akrabalık Söylemi
174 Psikoterapide Akrabalık Söylemi
178 Psikanalitik Rezonanslar

181 Son Söz

183 **Kaynakça**
195 **Dizin**

Editörün Önsözü

Psikanaliz/Psikoloji kitap dizimizin 17. kitabı olarak değerli hocam Prof. Güler Okman Fişek'in *İlişki İçinde "Ben": Kültür, Aile, Bireyselleşme ve Psikanalitik Arayışlar* başlıklı kitabını yayınlamaktan büyük kıvanç duyuyoruz.

Güler Okman Fişek, bir klinik psikoloji hocası. 1960'ların sonunda kliṇik psikoloji alanında doktorasını yapmak için ABD'ye giden, 1973'te doktorasını bitirip bir süre lisanslı klinik psikolog olarak çalıştıktan sonra, 1977'de Boğaziçi Üniversitesi'ne dönen ve yaklaşık otuz yıl Boğaziçi'nde hem psikoloji lisans hem de özellikle klinik psikoloji yüksek lisans dersleri veren Türkiye'nin en önde gelen klinik psikologlarından.

Klinik psikoloji, psikolojinin bir alt-alanı olarak 19. yüzyılın sonunda temel olarak bir araştırma ve değerlendirme (testler) disiplini olarak ortaya çıkıyor. 2. Dünya Savaşı'ndan sonra psikoterapiye olan devasa ihtiyaç karşısında, klinik psikoloji başta ABD olmak üzere Batı ülkelerinde psikoterapiyi de içeren bir hâle evriliyor. O zamandan beri, örneğin ABD'de klinik psikoloji hem psikolojinin en büyük uzmanlık alanı, hem de en çok psikoterapist yetiştiren disiplini.

Türkiye ise her bilimsel alanda olduğu gibi klinik psikoloji alanındaki bu gelişmeleri epey geriden ve öncü/mücadeleci kimi hocalarının çabalarıyla yakalamaya çalışıyor. Bir alanda hoca olabilmek için doktora yapmak şart ve kendi ülkenizde o alanda doktora programı yoksa ve imkânınız varsa ya da yaratabiliyorsanız, olan yere gidiyorsunuz. Klinik psikoloji alanının en geliş-

kin olduğu yer en başından beri ABD. İşte, Güler Okman Fişek, 1960'ların sonunda bu macerayı hayal edebilmiş ve dahası göze alabilmiş. Bunda tabii Amerikan Kız Koleji mezunu olmasının önemli bir payı olsa gerek. Güler Hoca'dan önce bu maceraya kalkışmış Türkiyeli öğrenci sayısı bir elin parmaklarını geçmez.[1] Bu anlamda Güler Hoca, Türkiye'nin az sayıdaki birinci kuşak klinik psikologları arasındadır.

Güler Hoca, klinik psikoloji doktorasını ABD'de yapmış ve lisanslı klinik psikolog olarak ABD'de çalışma deneyimi edinmiş olarak 1977'de Türkiye'ye dönüyor ve Boğaziçi'nde 1981-82'de kurulan klinik psikoloji yüksek lisans programı aracılığıyla emekli olana kadar yüzlerce klinik psikoloğun/psikoterapistin yetişmesine birinci dereceden rehberlik ediyor. Öğrencilerinin bir kısmı daha sonra doktora yapıp bu alanın yeni kuşak hocaları oluyorlar. Günümüzde Türkiye'de klinik psikoloji alanında Boğaziçi kökenli psikanalitik ağırlıklı bir Amerikan ekolü vardır. Bu ekolün kurucu annesinin Güler Hoca olduğu rahatlıkla söylenebilir. Türkiye'de evrensel stardartlara uygun klinik psikolog sıfatı taşıyan akademisyen ve/veya psikoterapistlerin önemlice bir kısmının hocası ya da hocasının hocası Güler Okman Fişek'tir.[2]

"Psikanalitik ağırlıklı Amerikan ekolü" dedik. Güler Hoca'nın ABD'de doktorasını yaptığı program o sıralarda Amerikan Psikanalizi'nde hâkim olan Ego Psikolojisi ağırlıklıdır, Güler Hoca da öyle bir donanım edinir. 1960'lardan beri ABD'de Bilişsel-Davranışçı ekol tırmanış hâlindedir, ama Güler Hoca, davranışla, semptomla, yüzeyle yetinmeyen, hep ötesini/derinini kurcalamak isteyen tabiatı icabı olsa gerek başından beri bu ekole mesafeli durur. Öte yandan hiçbir zaman da herhangi bir ekolün fanatizmini yapmaz; psikanalitik ağırlıklı olsa da, derslerinde ve süpervizyonlarında kendisine yakın olan ekolleri de eleştirmekten çekinmez veya kendisine uzak gelen ekollerin katkılarını ve meşruiyetlerini tanır. Dolayısıyla Güler Hoca'dan sadece bilgi değil, duruş, esneklik ve vizyon da öğrenirsiniz.

Güler Hoca'nın Türkiye klinik psikoloji alanındaki öncü rolüne ek olarak, görece yeni bir psikanaliz ekolünün Türkiye'ye tanıtımında da, mutlaka belirtilmesi gereken, öncü bir rolü vardır. Öncülleri daha eski olsa da, 1980'lerden itibaren ABD'de *İlişkisel Psikanaliz* ekolü ses getirmeye başla-

1 Bilemediklerimiz varsa kusura bakmasınlar, ama Güler Hoca'dan bir miktar önce önce yurtdışında klinik psikoloji doktorası yapan diğer hocalar Gökçe Cansever, Halide Yavuzer ve Işık Savaşır'dır.

2 İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde 2005 yılından beri faaliyet gösteren Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programımızın da büyük ölçüde bu ekolden kökenlendiği ve programdaki hocalarımızın hemen hepsinin üzerinde Güler Okman Fişek'in bir hocalık hakkı olduğunu belirtelim.

mıştır ve Güler Hoca bu ekolün önemli kitaplarını 1980'lerin sonundan itibaren ders programlarında kullanmaktadır. Bugün Türkiye psikoterapi alanında ilişkisel psikanalitik yaklaşım kendisine bir yer bulabilmişse bunda Güler Hoca'nın katkısı büyüktür.

Güler Okman Fişek, Türkiye'de ve ötesinde (ABD) olabilecek en Batılı ve elit eğitim kurumlarından yetişmiş olmasına ve yetiştiği alan tamamen "Batı icadı" olan klinik psikoloji olmasına rağmen, *Batıcı* değildir; en başından beri yerli/Türkiyeli olana da meraklı ve duyarlıdır. Özellikle sosyal ve insan bilimlerinde ve tabii psikoterapide, her iyi bilim insanının ve her iyi terapistin yapması gerektiği gibi, Batı'da oluşturulmuş kuramları iyi bilir, iyi takip eder, ama aynı zamanda bu kuramların belli bir sosyo-kültürel bağlamda kurgulanmış olduklarını, bu yüzden otomatikman evrensellik iddiasında bulunamayacaklarını, evrensellik iddiasının ancak yerel sosyo-kültürel bağlamlarla karşılaşmalar sayesinde test edilebileceğini de teslim eder. Bu anlamda Güler Hoca'nın bilimsel araştırma ve yayın hayatı, kimi Batılı kuramlarla Türkiye yerelinin karşılaşma ve etkileşme alanıdır.

Batılı psikoloji kuramlarının açık ya da örtük olarak varsaydığı ve idealize ettiği özerk, bağımsız, kendine yeten birey kavramsallaştırması evrensel midir? Batı ve Doğu toplumlarındaki birey ve bireyleşme süreçleri, aile dinamikleri ne kadar benzerdir, ne kadar farklıdır? Türkiye ne kadar Batı, ne kadar Doğu toplumudur? Bütün bunlar psikoterapi pratiğimizi nasıl etkileyebilir? Güler Hoca'nın akademik mesaisinin önemlice bir kısmı bu soruların peşinden gitmekle geçmiştir.

Elinizdeki bu kitap da Güler Hoca'nın hem bir klinik psikoloji akademisyeni hem de bir psikoterapist olarak tüm meslek hayatı boyunca imbiklerden geçirerek bu sorular için önerdiği cevaplardan oluşmaktadır. Türkiye'nin tipik bir Batı toplumu veya tipik bir Doğu toplumu olmadığı, özgün bir bileşim olduğu, bu bileşimin en iyi *ailevi benlik* gibi bir benlik katmanıyla anlaşılabileceğini anlatıyor Güler Hoca. Günümüz Türkiye'sinde sert hiyerarşik sosyal yapı ve aile formlarının geleneksel formlara göre daha gevşemiş olmakla birlikte, aile dinamiklerinde yakınlık/bağlılık ihtiyaçlarında o denli azalma gözlenmiyor ve bu özgün durum *kısmen bireyselleşmiş ailevi benlik* yapısını ortaya çıkarıyor. Benlik kurguları her zaman sosyo-kültürel bağlamlarında ele alınıyor.

Güler Hoca, kuramsal çatısını kurarken, Alan Roland'ın kültürlerarası psikanaliz yaklaşımından, ilişkisel psikanalizden, aile sistemleri yaklaşımından ve Türkiye toplumu üzerine aile/benlik konularında yapılmış birçok

araştırmadan faydalanıyor. Kitabın son bölümlerinde ise bol vaka malzemesi ile desteklenmiş olarak bütün bu evrensele dayanan *yerel* bilginin psikoterapi pratiğimizde nasıl kullanılabileceğini gösteriyor. Bu sayede, hangi ekolden olursa olsun, Türkiye'de psikoterapi yapma derdi olan herkesin çok şey öğrenebileceği bir kitap ortaya çıkmış oluyor.

Kitabın son hâline gelmesinde inanılmaz özenli editörlük katkısı sağlayan Uzm. Psk. Burçak Erdal'a çok teşekkür ediyoruz.

Yrd. Doç. Dr. Murat Paker
İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları
Psikanaliz/Psikoloji Dizisi Yayın Yönetmeni
Aralık 2017

Önsöz

Böyle bir başlık kullanmama yol açan süreci biraz anlatmak istiyorum. Bir klinik psikolog olarak temel ilgi odağım her zaman birey oldu. Ancak bu kültürde bireyi aileden ayrı düşünmenin zorluklarıyla sürekli olarak karşılaşıyordum. Bu nedenle aile konusuna eğilmeye başladım. 1980'lerde yaptığım bir derlemede (Fişek, 1982), bu ülke bireyinin nasıl aynı anda hem sıkı kontrol altında olduğu hem de yoğun ilgi gördüğü bir ortamda geliştiğini gördüm. Bunun üzerine yaptığım bir aile içi etkileşim çalışmasında, Türkiye ailesinin hiyerarşi ve yakınlık boyutlarının bir bileşimiyle tanımlanabileceğini gördüm (Fişek, 1991). Bu çalışmadan bir süre sonra psikanalist Alan Roland'ın Doğu kültürlerinde gelişen benlikle ilgili tanımlamasıyla karşılaştım (Roland, 1988). Şu an için kabaca özetlersem bu tanımlama da bireyin benliğini bir tür aile içi ilişkiler bileşimi yoluyla anlatıyordu. Özetle, aile düzeyindeki süreçlerle birey düzeyindeki süreçler bir süreklilik gösteriyor gibiydi. Bu sürekliliği anlamlı kılan kavramlaştırma ise bir gelişim psikoloğu olan Urie Bronfenbrenner'in bir düşüncesi oldu (1979). Buna göre, mikro düzeylerden makro düzeylere, bireyi sarmalayan sistemlerde bir süreklilik, karşılıklı bir etkileşim söz konusudur. Bireyi anlamak için bu karşılıklı etkileşimi göz önünde bulundurmak gerektiğini düşünüyorum. Bu düşünceyi neden anlamlı ve değerli bulduğumu şu alıntıyla anlatayım: "Kişisel semboller birey için bilinçdışı kişisel anlamı olan kültürel sembollerdir." (Obesekeyere, 1985, s. 637).

Önce aile sonra da bireyden söz edeceğim. Ama aslında aile-birey, erkek-kadın, anne-çocuk, baba-çocuk ikililerinden, yani ilişki içinde bireyden

söz ediyorum. Bu kitapta, Türkiye'deki aile olgusunu tanımlamak adına, geleneksel aile yapısı ve bu yapı içerisinde gelişen benlik örüntüleriyle ilgili kuramsal öngörülerden, bulgulardan ve düşüncelerden söz etmeye çalıştım. Önce geleneksel bağlamdaki durumu ele alıp, daha sonra toplumsal değişimle birlikte ortaya çıkan gelişme ve değişimlerin bireye yansımalarını incelemeye çalıştım. Bu değişimlerin kişilik gelişimine sunduğu olanakları ve yarattığı riskleri inceleyerek sağlıklı ve sağlıksız aile ve benlik örüntülerinden örnekler sunmaya çalıştım. Geleneksel ve güncel psikanalitik kuramın, birey-bağlam ilişkisine nasıl yaklaştığına, yeni yaklaşımların katkılarına baktım. Nitel ve nicel araştırma bulgularından, güncel yaşamdan ve klinik vaka alıntılarından örnekler sunmaya çalıştım. Son olarak da bu tür bir bakış açısını temel alan bir psikoterapi yaklaşımıyla ilgili düşüncelerimi örneklerle açıklamaya çalıştım.

KİTABIN YAPISI

Dört kısma ayrılan bu kitabın on üç bölümünü de yukarıda dile getirdiğim düşünceler bağlamında hazırladım.

Birinci kısım "Aile Bağlamında Benlik", bireyle ilgili konuları bir bağlam içerisine oturtma çabasını içerir. Birinci bölüm "Bir Sistem Yaklaşımı"nda sunulan kuramsal çerçeve, Bronfenbrenner'in öngördüğü gibi toplum-aile-benlik arasındaki sürekliliği örneklendirmeyi amaçlar. Burada farklı aile sistemlerinin farklı birey olma şekilleri ile nasıl bir ilişki içinde olduğunu şematik olarak anlatmaya çalıştım ve bizim kültürümüzdeki benlik örüntüsünü anlamakta yararlı olduğunu düşündüğüm "ailevi benlik" kavramına giriş yaptım. İkinci bölüm "Ailevi Benliğe Yakın Plan Bakış"ta daha sonraki bölümlerde sıklıkla sözü geçtiğinden ailevi benlik kavramının daha ayrıntılı bir tanımını yaptım. Üçüncü bölüm "Türkiye'de Tarihten Bugüne Aile ve Bireyler"de bugün de görmekte olduğumuzu düşündüğüm geleneksel varoluş tarzlarını tarihsel bir bağlama oturtma çabasına girdim. "Gelenekten Değişime" adlı dördüncü bölümde, zaman içinde gerçekleşen toplumsal değişim ve gelişmelerle birlikte aile ve bireylerin geçirdiği ve geçirmekte olduğu değişimlere değindim.

İkinci Kısım "Ruh Sağlığına Yansımalar"da daha önce ele aldığım konuların ruh sağlığı açısından bir değerlendirmesini yapmaya çalıştım. Bu kısımda yer alan "Değişim ve Ruh Sağlığı, Sorunlar" başlıklı tek bölümde toplumsal değişimin aile ve bireyler için sağladığı olanaklara ve oluşturduğu risklere odaklandım.

Üçüncü Kısım "Psikanaliz ve Benlik" ağırlıklı olarak bireye odaklansa da bireyi bağlamı içinde kavramlaştırma çabamı yansıtıyor. Altıncı bölüm "Karşılaştırmalı Psikanalitik Arayışlar"da klasik psikanalizin benlik gelişimiyle ilgili öngörülerini kültürlerarası eleştirel bir bakışla ele aldım. Yedinci bölüm "Batı'da Yeni Bakış Açıları", klasik yaklaşımdan bugüne, psikanalizde gerçekleşen değişimlerin bazılarını ele alır. Sekizinci bölüm "Çözüm Arayışları ve Psikanalitik Önermeler"de geleneksel varoluş tarzlarından uzaklaşırken yeni tarzlar geliştirmeye yardımcı olacağını düşündüğüm öznelliklerarasılık kavramı üzerinde durdum.

Dördüncü kısım "Psikoterapi"de, "Ortaya çıkan sorunlara, kültürle uyumlu bir terapötik yaklaşımı nasıl oluştururuz?" sorusuna yönelik bazı önermelerde bulundum. Burada psikoterapiyle ilgili kapsamlı ve çok yönlü bir açıklamadan çok daha önceki bölümlerde dile getirilen meselelere ilişkin bir değerlendirme söz konusu. Farklı tanı kümelerine nasıl yaklaşılması gerektiği ya da psikoterapi sürecinin başı, ortası, sonu hakkında sistematik bir anlatıma girmedim. Sadece deneyimimden kaynaklanan ve ağırlıklı olarak bireysel psikoterapi ile ilgili bazı düşüncelerimi paylaşmaya çalıştım. Bunu yaparken de daha önce yaptığım bazı çalışmalarımı paylaştım.

Dokuzuncu bölüm "Değişimde Kilit Unsurlar" bu konuyla ilgili önemsediğim bazı temel unsurları anlatıyor. Onuncu bölüm "Psikoterapi Sürecini Nasıl Anlamlandırabiliriz?" psikoterapist ve danışanın bu ilişkiye nasıl yaklaştıkları ve neler yaşadıklarıyla ilgili bir denemedir. On birinci bölüm "Psikoterapi ve Kültür: 'Oranın' yaklaşımını 'Buraya' Nasıl Uyarlayacağız?", Batı kökenli terapilerin Türkiye'de uygulanması durumunda söz konusu olabilecek bazı uyarıları içeriyor. On ikinci bölüm "'Ben Seni Görmesem de Sen Beni Gör Lütfen': Psikoterapide İlişkisel Buluşmalar", uluslararası bir toplantıda sunduğum, psikoterapi yaklaşımımı örnekleyen bir yazıdır. On üçüncü bölüm "İlişkisellik, Öznelliklerarasılık ve Kültür: Bir Sanal Akrabalık Terapötik Söylemi İçinde Deneyimler" ise uluslararası bir dergide yayınlanan ve içerisinde Batı kökenli psikoterapötik yaklaşımlarla yerli olguların harmanlandığı bir denemedir. Son olarak "Son Söz"ü bendeki *ben*in ailemin içinde ve dışında olabilmesi meselesine yeniden değinerek tamamladım.

Teşekkür

Öncelikle aile ve bireylerden oluşan danışanlarıma teşekkür borçluyum; onlar olmasaydı bu kitap olmazdı. Onlarla birlikte yaşadıklarım benim insanlığıma katkı yaptı. Bu metni okuyup bana değerli geri bildirim veren eski öğrencilerim ve meslektaşlarım, arkadaşlarım Hanna Nita Scherler, Sibel Tümer ve Ceyda Dedeoğlu'nun fikirlerinden çok yararlandım. Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde birlikte çalıştığım arkadaşlarımdan ve yüksek lisans ve doktora derslerimdeki öğrencilerimden, onlarla birlikte çok şey öğrendim; hepsi ile çalışmış olmak benim için bir zevk ve onurdur. Özellikle yüksek lisans tezi öğrencimken yaptıkları nitel çalışmalarından alıntılar yaptığım Banu Seçkin, Beti Hayim, Anıl Üstünel ve Nevra Buldur'a teşekkür ederim; çalışmalarından çok yararlandım. Nicel çalışmalarından yararlandığım Selen Sinan, Tuba Tokgöz, Mehin Akhun, Nafi Mitrani, Alev Çavdar, Sibel Halfon ve Nihan Sefer'e de teşekkür borçluyum. Onların bugünkü başarıları benim için bir kıvanç kaynağıdır. Editörlük görevini üstlenen Burçak Erdal'ın ince dikkati ve nazik üslubu benim için önemli bir destek oldu. Referanslar konusunda yardımcı olan Buse Beril Durdurak'ın özenli çalışması hayatımı çok kolaylaştırdı. Meslektaşım ve arkadaşım Hale Bolak Boratav kitapla ilgili çalışmalarım sırasında beni yüreklendirdi. Bu kitabın yayınlanmasına öncü olan eski öğrencim, meslektaşım ve arkadaşım Murat Paker'e ayrı bir teşekkür borçluyum. Son olarak içinde büyüdüğüm aileme ve kurduğum aileme bana insan olmayı öğrettikleri için teşekkür etmek isterim.

BİRİNCİ KISIM

Aile Bağlamında Benlik

1

Bir Sistem Yaklaşımı

GİRİŞ

Bir sorun ve bir psikoterapi öyküsü ile başlayalım.

Saniye Hanım elli yaşlarında, evli, iki yetişkin oğlu olan emekli bir resim öğretmeni. Eşi de onun gibi küçük bir Anadolu kenti kökenli bir emekli memur; emeklilik sonrası bir boşluk döneminden sonra yeniden çalışmaya başlayıp başarılı olmuş biri. Maddi durumları, günlük koşulları iyi, ancak Saniye Hanım kötü.

Saniye Hanım ilk görüşmeye eşiyle gelir; eşi onun adına konuşur, yardıma hazır olduğunu, bir suç varsa onu bile üstlenebileceğini söyler. Emeklilik öncesi işinin stresli olduğunu, bunu eve yansıtmamaya çalışsa da eşinin yalnız kaldığını, eşinin "hassas" olduğunu, iki erkek çocukla uğraşırken kendisinin "uzak" kaldığını anlatır. Ama eşini, evini sevdiğini belirtir. Sinirlenebildiğini, bazı "laflar" edebildiğini söylese de "Önemli bir sorun yok." der. Anlatımı bir yardımcı terapist edasındadır.

Saniye Hanım önce susar. Sonra "Aile içini çözmüş değilim." der ve devam eder: "İletişim kuramıyorum, her lafım geri tepiyor, sinirliyim, fevriyim. Olay yaratmam ama tepki veririm." sözleriyle kendisini sorun olarak ortaya koyar. İkinci görüşmeye tek başına gelince derdini daha açık anlatır.

Saniye Hanım küçük bir Anadolu kentine yakın bir köyde bir geniş aile ortamında doğmuş. Ancak bir süre sonra çekirdek aile olarak kente göçmüşler. İlkokulu kentte bitirmiş. Köyde çocuk olmak, oynayabilmek keyifli olsa da dört çocuğun üçüncüsü olarak arada kaynadığını, özellikle bir ablası tarafından ezildiğini hissetmiş. Babası okumaya önem verirmiş ve Saniye Hanım pek sevmese de kız meslek lisesinden mezun olabil-

miş. Sert ve mesafeli biri olan babasından hâlâ korkulurmuş: "Her yaptığımız suçtu." Saniye Hanım annesini cahil biri olarak tanımlıyordu. "Annem benim tarzımda, küsermiş, ama bize fark ettirmezdi. Bense görsünler istiyorum."

Okul bitince Saniye Hanım'ı ailece tanıdıkları eşiyle nişanlamışlar; ailenin ilk gelini olarak kayınvalidesiyle uğraşmak zorunda kalmış: "Her şey ondan sorulsun ister, kızınca da edepsizleşirdi." Saniye Hanım ağlayarak o zamanlarda hep sustuğunu anlattı. Kendi annesi "Ağlama.", eşi ise "Haklısın, ama idare et." dermiş. Bu tür sorunlar yıllarca sürmüş. Eşinin geniş ailesine karşı aşırı sorumluluk alması, her şeyi yönetmeye kalkması onu zorlamış, kendi hâkimiyet alanını kuramamış; kendisine sunulan düzene o kadar uyum sağlamış ki kendisi kaybolmaya yüz tutmuş... O kadar ki iki çocuğu da büyüdükçe ona saygısız davranabilir, söz dinlemez hâle gelmişler. Ne kendi annesinden ne eşinden destek görebilen Saniye Hanım bir-iki yakın arkadaşına sığınmış, onlarla çok samimi olmuş, her derdini paylaşmış. Ancak son zamanlarda o konuda da sıkıntı yaşar olmuş: "Hep ben konuştum, ben gittim. O gelmedi, belki sıktım."

Bir süre sonra İstanbul'a taşınmışlar. Eşinin de kendisinden sonra emekli olması bazı yeni sorunları da beraberinde getirmiş. Eşi yeni bir iş kurana kadar bir boşluk yaşamış, gerginleşmiş. Oysa Saniye Hanım'ın beklentisi farklıymış; evliliği boyunca çalışmasına rağmen eşinin gözetiminde yaşamaktan, eşinin ailesine bakmaktan kurtulmayı beklemiş. İkisi de emekli olunca daha özgür olacaklarını, aralarında daha eşit bir paylaşım olacağını ummuş. Eşi de bu özlemi dile getirirmiş; ama bu özlem gerçekleşmemiş. Saniye Hanım bu durum nedeniyle kendisini suçluyordu: "Ben sıkıntısını karşılayamadım, çok doluydum. Bunlar dönemsel ama oturması gereken taşlar. Kendime güvenmedim, karar veremiyorum, yardım istiyorum, tek başıma olamadım."

Eşinin yeni bir iş kurup gündüzleri evden çıkmasıyla biraz rahatlamış, ama sorun devam etmiş. Hakkı gördüğü saygıyı nasıl isteyeceğini, kendini nasıl ortaya koyacağını bilememiş, susmuş, anlaşılmayı beklemiş, küsmüş, durduk yerde patlamış. Sonunda aile sorunu onda bulunca kendisi de bu konuda hemfikir olup kendisini suçlar hâle gelmiş. Somatik belirtiler geliştirmeye başlayınca bir ahbabın önerisiyle terapiye gelmiş.

Saniye Hanım başlangıçta kendisinin değil de diğer aile bireylerinin görüşlerini anlatır gibiydi. Sorunun kendisi olduğunu içselleştirmiş, farklı bir anlatımın duyulabileceğini, kendisi olarak görülebileceğini düşünemez gibiydi. Ancak zamanla, yargılanmadan, suçlanmadan dinlendiğini anladıkça, kendi sesini daha açık bir şekilde dile getirmeye başladı. Terapide duyuldukça kendi sesini duymaya başladı.

Saniye Hanım sürece ısındıkça sıklıkla eşinin otoriter himayesinden şikâyet etmeye başladı: "Küçükken babam fırsat vermedi, burada da eşim. O kırmadan bildiğini yapar... Sorumluluk vermedi, çekti beni, sonra kızdı." derken eşinden paylaşım beklentilerinin de boşa çıktığını anlattı. Bir-

likte güzel sohbetler etmek, kitap okumak, sinemaya gitmek, gezmek gibi hayallerinin boşa çıktığından, çocuklara da bu tür etkinliklerin öğretilmediğinden şikâyet ediyordu. Ancak bütün bu şikâyetlerde bulunurken mütemadiyen kendisine dönüyordu: "Ben herkesle böyleyim, açıklama yapmıyorum... Hiçbir pozitif tarafım yok, ben küserim, bu evi etkiler... Ailede de karşı çıkamadım." Ailesi tarafından görülmek, duyulmak isteğinin karşılık bulmamasına gösterdiği tepki kendi kaygısını arttırdıkça, çaresizlik içinde kendisini suçlamaya başlıyordu.

Aslında Saniye Hanım değişmek, farklı bir düzende yaşamak istiyordu. Kendi ana-babasınınkinden farklı bir yaşam istiyordu. Hatta oğullarının kendisinden farklı olmasından da memnundu. Ona göre sorunu, konuşmadan, derdini anlatmadan anlaşılmayı beklemekten umudunu kesmeyip, düş kırıklığına uğradığı zaman bunu dile getirememekti. Ona göre duyguları kelimelere dökmek onların değerini azaltırdı ve bunu anlamadıkları için aile bireylerini suçluyordu. Ayrıca çok şey istediği için kendisini de suçlu hissediyordu.

Saniye Hanım bu şikâyetlerini uzunca bir süre tekrarladı, sanki içini boşaltmaya ihtiyacı vardı. Kendisi de bunu gördü: "Ağıtlarım birikmiş." Biriken ağıtlarının aslında öfkeden de pay aldığını görmeye başladı. Ve zamanla, terapide duyulduğunu, yargılanmadığını deneyimledikçe ağlamak ve öfkesini kendisine yöneltmek yerine isteklerini, arzularını dile getirmeye başladı: "Hiç tek değilim, biri gerek... Zayıfım, güçlü olmak istiyorum." Ve nihayet "Ben olmak istiyorum."

Saniye Hanım kendisini ortaya koyma, duyulma, kaale alınma isteklerini dile getirdikçe kendi gücünün farkına varmaya, evde daha az susmaya başladı. Bu tavrın sonucu olarak ortaya çıkan tartışmalardan korkmamaya, susup geri çekilmekten vazgeçmeye başladı: "Yeni talebim özgüven kazanmak, eşim olmadan adım atmak." Tereddütle başladığı deneylerinin ilişkilerini bozmadığını görünce somatik belirtileri ortadan kayboldu. Eşinden bekledikçe kendisiyle çelişkiye düştüğünü fark edince uzun zamandır arka planda olan bir proje ortaya çıktı: direksiyon kursuna gitmek. Bu proje örtük olarak onun bireyselleşme çabasını yansıtıyordu. Aynı zamanda tek başına olmak yerine arkadaşlarıyla yeni ve daha yetkin ilişkiler kurma çabasının bir örneğiydi.

Ve zaman içinde bu planını hayata geçirdi. Mahallenin uygun yerlerinde, evlerinin etrafında uygulamalar yapmaya kalkınca eşi ve oğullarından gelen uyarılara karşı onları kendisine katılıp destek olmaya davet edebildi. Sonunda onlarsız, tek başına çalışma yapabilir, kursta da kendisini rahat hissedebilir hâle geldi: "Direksiyonu aştım, iyiyim, kızarmıyorum."

Saniye Hanım artık daha sık "Güzel bir haftaydı... Oğlumu karşıma almadım, sakin kalınca o bana hak verdi... Kapışmayı takmadım." gibi sözlerle görüşmelere başlar oldu. Arkadaşlarıyla yaşadığı sorunları düzeltmeye başladı. Sanki ilk kez bütünsel bir benlik yapısı içinde kendisine sahip çıkabiliyordu. Kendisini daha iyi hissettikçe durumunu değerlendirmeye baş-

ladı: "Babadan kalan baskı ve onun (eşin) aileden gelen huyları vardı, onun güdümü vardı. Eskiden o kızarsa ona uyardım, kural bu kalıba uymaktı... Artık baskı istemiyorum. Kendimde çok fark görüyorum. Kırılganlıktan çıktım, ağlamıyorum, kendime güven hissediyorum... Ayakları yere basmış gibiyim, onları çok umursamıyorum."

Direksiyon kursuyla başlattığı açılım bir sanat kursuyla devam etti. Yeni arkadaşlıklar gelişmeye başladı, bazı gezilere ve sohbetlere katılmaya başladı: "Arkadaşlarla daha olumluyum. Onları aile yerine koymuşum. Bu benim yanlışım." Eşinden ayrı gezebilme konusunda da değerlendirme yaptı: "Eşim hep birlikte olmak ister ama bu bana uymaz. Kopmuyorum. Ama her an beraber olmak da gerekmiyor." Aslında belki eşi de rahatlamıştı, "Sabah öper gider, gelir öper." Nihayet bir bayram ziyareti vesilesiyle elde ettiği, kayınvalidesiyle ilişkisini sınama fırsatını şöyle anlattı: "Gerginlik olmadı, kayınvalidem yumuşadı. Babamla ilgili sıkıntıyı aştım. Onu affettim, kayınvalidemi bile." Ağıtları bitmişti.

Bu öykü ülkemizde sıkça karşılaştığımız bir sorun türünün sadece bir örneği, örnekler çoğaltılabilir. Bu tür sorunlar yaşayan kadınların ortak paydaları çok. Hiçbirinin ağır bozukluğu yok. Çoğu eğitimli, "modern", ama hepsi özünde geleneksel. Eşler birbirlerine karşı iyi niyetli. Ancak bu iyi niyet perdesinin arkasında yatan ataerkil kodların onları nasıl yapılandırdığını göremiyorlar. Yapmak istedikleri ya da konumları gereği yapmak durumunda oldukları eylemlerle ilgili ketlenmeler yaşıyorlar; iyi niyetli davranışlar hatalı sonuçlara yol açıyor. Neden? Bu kişiler nasıl bir ortamda yetiştiler, ne yaşadılar, nasıl bireyler oldular ki bugün bu sorunları yaşıyorlar? Geleneğin onlara sunduğu çerçeve içinde var olmakta zorlandıkları, farklı seçenekler aramak durumunda kaldıkları zaman ne yönde evrilebilecekler?

Bu kitabı yazmaktaki ağırlıklı amacım işte bu ve benzeri soruları irdelemek, anlamaya çalışmak, olası yeni çözümler aramak. Tabii ki Saniye Hanım ve onun gibilerin bireysel dinamikleri, kendilerine özgü durumları var. Ancak bu bireysel durumları çerçeveleyen daha geniş bir sistem katman katman onların varoluşlarını şekillendiriyor. Bu nedenle bu tür sorunlar sık rastlanan sorunlar oluyor. Bu kişilerin bireysel konumlarını anlamaya çalışırken onları sarmalayan sistemin etkilerini de anlamaya çalışmak önemli. Hele bu geniş sistem hızla değişmekte olan bir sistem olunca bireysel olanla sistemik olanın etkileşimini anlamaya çalışmak daha da önem kazanıyor.

O zaman şu sorularla başlayalım: Kişi bu kültürde nasıl birey oluyor? Birey olmaya yönelik macerasında yolunu kolaylaştıran ve zorlaştıran unsurlar neler olabilir? Bu kültürde yetişen bir kişinin bireyselleşme süreci nasıl bir

genel çerçeve içine oturuyor? Değişen koşullar kişiyi ne tür sentezler yapmaya yönlendiriyor? Bu süreçte yaşanan zorluklar neler ve bu zorluklarla çalışırken nelere dikkat etmek gerekir? Özetle, amacım bireyi anlamak. Ancak bağlamı anlamadan bireyi anlamanın mümkün olmayacağı inancını taşıdığım için bireyin en yakın bağlamı olan aileyi de anlamaya çalışacağım. Bağlam kavramı aileden de geniş olduğu için çok kabaca da olsa birey ve ailenin içinde bulunduğu topluma ve o toplumun tarihsel gelişimine de kısaca değinmek durumunda kalacağım.

Burada söz konusu olan genel bakış açısı hem sistemik hem de psikodinamik yaklaşımları temel alıyor. Son zamanlarda fen bilimlerinden sosyal bilimlere, çeşitli disiplinlerde farklı olgulara sistemik bir yaklaşımla bakma eğilimi yaygınlaştı (Sander, 2008). Yeni akım psikanalitik düşünüş de bu eğilime ayak uyduruyor (Leffert, 2010).

Bu iki bakış açısını yer yer ayrı ayrı, yer yer harmanlayarak ele almaya çalıştım. Gerson'a göre psikanaliz ve sistemik yaklaşımlar birbirlerine karşı birer ön plan ve arka plan olarak işlev görebilirler (1996). Bir bağlamda bir yaklaşım önem kazanırken, bir başka bağlamda öteki işlevsel olabilir ya da biri diğerinin bakış açısını zenginleştirebilir. Psikanaliz içsel öznelliğe ağırlık verirken sistem yaklaşımları, özellikle aile sistemi yaklaşımı, bireyler arasında yinelenen etkileşim örüntülerinin işlevlerine odaklanır. Günümüzde bu iki yaklaşımı birbirlerinden ayırt edemeyeceğimizi şu örnekle gördük: İlişkisel örüntüler, özellikle yaşamın ilk dönemlerindeki deneyimlerin içselleştirilmesinde rol oynadığı ölçüde, bireyin ruhsallık içi yaşamının bir parçası olur. Aslında Sullivan'dan (1953/1957) bugüne, bazı psikanalitik yaklaşımlar güncel etkileşimlerin de ruhsallık içi yaşamda rol oynadığı kabulünden yola çıkarak yeni önermelerde bulunmuşlardır (Mitchell, 1988). Dolayısıyla sistem yaklaşımı ile psikanalitik anlayışın birleşiminin daha bütünlüklü ve kapsamlı bir bakış açısı sunduğunu düşünüyorum.

Ayrıca bireyi içinde yaşadığı tarihsel, sosyo-ekonomik ve kültürel bağlamının dışında ele almanın o çalışmayı güdük bırakacağını düşündüğüm için her iki bakış açısına da yer vereceğim. Daha sonra görüleceği gibi aileyi içinde geliştiği bağlam içerisinde ele alacağım; bireyi de o aile sistemi içerisine, ilişkisel bir çerçeveye oturtmaya çalışacağım.

Yeri geldikçe güncel yaşamdan örnekler vereceğim. Ama önce, gelenek ve değişim arasında sıkışan bu insanları ve ailelerini anlamak için klinik psikoloji sınırlarının dışına çıkıp daha makro, toplumsal bir kuramsal analiz yapmaya çalışacağım. Geleneksel Türkiye ortamında gelişen ailevi benliğin,

bu ortamda birey olmanın, yani bireyselleşme biçimlerinin ve süregelen değişimin bireyler için yarattığı fırsat ve riskleri ele almaya çalışacağım.

Bağlam/sistem konusuna girerken aklıma gelen ilk sorular şunlar: Türkiye bağlamında görece normatif olan geleneksel aile sisteminde ne tür bireyler yetişir? Sosyal-ekonomik-politik değişim gerek aile sistemlerini gerekse bireyleri nasıl etkiler? Aileler ve bireyler ne yönde evrilirler? Böyle bir sistem dünya genelinde nereye oturur? Ne tür bir benliği besler? Türkiye'deki geleneksel kişilik yapısına ilişkin literatür, bağımlı, edilgen, dış kontrole yaslanan bir birey tanımlıyor (Fişek, 1982). Problem şurada: Bu tanımlar dünya genelinde kabul gören kişilik kuramları açısından sağlıksız bireyleri tanımlayan olumsuz atıflar (Kağıtçıbaşı, 2007). Bu durumda sağlıksız aileler ve sağlıksız bireylerden mi söz edeceğiz? Tüm bir topluma sağlıksız mı diyeceğiz? Yoksa sorun bakış açısıyla ilgili bir sorun mu? Farklı bir bakış açısından değerlendirildiğinde bu özellikler farklı anlamlar taşıyabilir mi?

KAVRAMSAL ÇERÇEVE: ÇOK DÜZEYLİ BAĞLAMSAL SİSTEM PERSPEKTİFİ

"Çok düzeyli bağlamsal sistem perspektifi" (Schepker ve Fişek, 2000) olarak adlandırdığım bakış açısının temel varsayımı şöyledir: Sosyo-kültürel, toplumsal organizasyon, aile organizasyonunun gelişimi için bir temel oluşturur; aile organizasyonu da bireyin gelişimi için bir ortam oluşturur (Bronfenbrenner, 1979; Howard, 1991; Hsu, 1985; Roland, 1988). Aile sistemi, sosyokültürel düzeyle bireysel düzey arasındaki geçişin ve etkileşimin aracısı olarak özel bir önem taşır. İnsan ilişkilerini düzenleyen bazı temel öğeler her bir düzeyin organizasyonuna yansıyarak aşağıda görülebileceği gibi düzeyler arasındaki sürekliliği sağlar.

Toplum, aile ve birey ilişkisi daha çok sosyoloji, antropoloji ve sosyal ve kültürlerarası psikoloji tarafından ele alınmış konulardır. Bu konuda önemli bir örnek Çiğdem Kağıtçıbaşı'nın, birey, aile ve toplum arasındaki ilişkilerin ekonomik, sosyal psikolojik ve gelişimsel altyapısını inceleyen çalışmasıdır (Kağıtçıbaşı, 2007). Burada savunduğum yaklaşım bu önemli çalışmanın yaklaşımıyla büyük ölçüde tutarlıdır.

Bireylerin farklı toplumlarda gelişen farklı varoluş tarzları çok ilgi çeken bir olgu olup çeşitli şekillerde kavramlaştırılmıştır. Bu bölümün ana konusu klinik psikolojinin alanında bulunduğundan toplumdan bireye giden bağlantıları daha çok ilişkisel açıdan ele alacağım. Toplumla birey arasındaki bağlantıları her düzeyden insanlararası ilişkilerin niteliğiyle ilgili iki temel

öğeyle açıklamaya çalışacağım. Bronfenbrenner'in (1979) ileri sürdüğü şekilde, bu iki temel öğenin toplum-aile-birey düzeylerinde süreklilik gösterdiğini, yani tüm insani sistemlerde yankı bulduğunu düşünüyorum.

Yapı ve İlişki: Sistemlerin Belirleyici Öğeleri

İnsan yaşantısını iki temel eksen üzerine oturtan bu kavramlardan biri sosyal yapılanma, yani organizasyonla ilgilidir; diğeri ise insanlararası ilişkilerle. Bu kavramları özet olarak "yapı" ve "ilişki" terimleriyle ifade edebiliriz. Bu değişkenler kültür, aile ve birey düzeylerinde iki uçlu boyutlar şeklinde temsil edilir. **Tablo 1**'de görülen bu boyutları her düzey için kısaca ele alıp, geleneksel Türkiye toplumuna ve prototipik bir Batı Avrupa, Kuzey Amerika toplumuna uygulayalım. Bu şema aslında bir genelleme; ancak farklı toplumlardaki prototipik oluşumları, bireyin topluluğuyla uyum içinde oluşturacağı benliğin sınırlarını, parametrelerini ortaya koyuyor. Bir tek gerçek Türkiyeli ya da Batı Avrupalı aile ya da birey portresi tabii ki yok. Ancak parametreleri bilirsek bireysel farklılıkları daha rahat anlamlandırabilir, karşılaştırma yapabiliriz.

TABLO 1
"Yapı" ve "İlişki" Değişkenlerinin Farklı Bağlamsal Düzeylerde Ortaya Çıkan Boyutları ve Bu Boyutların Türkiye Örneğine Uygulanması

Eksenler	Geleneksel Türkiye	Modern Türkiye	Prototipik bir Batı Avrupa, Kuzey Amerika toplumu
		Kültür	
Sosyal yapı	Yetkeci / Hiyerarşik	Görece daha eşitlikçi / Demokratik eğilim	Görece daha eşitlikçi / Demokratik
İlişkisel yönelim	Toplulukçuluk / Bağlılık	Toplulukçuluk / Bağlılık	Bireycilik / Ayrılık
		Aile	
Hiyerarşi	Güçlü	Kısmen güçlü	Zayıf
Yakınlık	Yüksek	Yüksek	Orta derece
		Birey	
Benlik yapısı	Ailevi benlik	Bireyselleşmiş ailevi benlik	Bireysel benlik
İlişkisel tarz	Bağlılık yoluyla yakınlık	Bağlılık yoluyla yakınlık	Özerklik yoluyla yakınlık

Kültürel Düzeyde Örgütlenme: Sosyal Yapı ve İlişkisel Yönelim

Kültürel düzeyde "sosyal yapı" [social structure] değişkeni, toplumları bir ucunda hiyerarşik/otoriter, diğer ucunda ise eşitlikçi/yatay bir yapılanma olan bir boyutta tanımlar (Hsu, 1985; Roland, 1988). "İlişkisel yönelim" [relational ethos] ise bir toplumda bireycilik/ayrılık ucundan toplulukçuluk/bağlılık ucuna uzanan bir boyutta, tercih edilen karşılıklı bağlılık derecesini betimler (Kağıtçıbaşı, 1985; Triandis, Bontempo ve Villareal, 1987).

Türkiye açısından, gözlemlediğimiz geleneksel toplum, güç ve mevki kadar saygı ve hayranlığa da dayanan bir hiyerarşik sosyal yapı gösterir. Ataerkil gelenek dediğimiz, bu olgudur. İlişkisel yönelim, hiyerarşik katmanlar arasında (ör. baba-çocuk) daha çok resmiyet, her bir katmanın kendi içinde ise (ör. kız kardeşler) karşılıklı bağlılık temeline oturur (Fişek, 1991, 1993, 1995; Kağıtçıbaşı, 1990, 2007). Prototipik bir gelişmiş Batı (ör. Kuzeybatı Avrupa, Kuzey Amerika) toplumunda ise sosyal yapıda daha az ataerkil, daha az hiyerarşik, daha yatay bir örgütlenme, ilişkisel yönelimde ise bireycilik/ayrılık tercihi egemen olur (Landrine, 1992; Roland, 1988).

Aile Düzeyinde Örgütlenme: Hiyerarşi ve Yakınlık

Sosyal yapı ve ilişkisel yönelimin aile düzeyine yansımasını "hiyerarşi" [hierarchy] ve "yakınlık" [proximity] boyutları vasıtasıyla tanımlayabiliriz. Bu iki boyut, bireyin aile içinde hem ayrılık hem de aidiyet hissetmesini sağlayan sınırları tanımlar ve aile sisteminin alt-sistemlerini birbirinden (ör. ana/babayı çocuklardan) ayırır (Minuchin, 1974).

Var olan aile sistemi kuramları arasında böylesi bir sistem yapısını incelemek açısından en elverişli olanı Minuchin'in "Yapısal Aile Sistemi Kuramı"dır (1974). Bu kuramın temel bir öğesi olan "sınır" [boundary] kavramı Wood (1985) tarafından geliştirildiği hâliyle Türkiye'deki geleneksel aile sisteminde görülen ikili yapıyı anlamaya yardımcı olabilir.

Önce sınır kavramını açıklarsak, aile sistemini oluşturan bireyler yaş, cinsiyet ve benzeri özellikleriyle alt-sistemlerin üyesi olurlar (Minuchin, 1974). Alt-sistemler ise sınırlar, yani ailedeki sözlü, sözsüz ilişki kuralları yoluyla birbirlerinden ayrışırlar. Sınırlar, yani ilişki kuralları, kimin kime, hangi koşullarda ne diyebileceğini, ne yapabileceğini belirler. Sınır kavramı bir boyut olarak düşünülürse, bir ucu belirsizliği, aşırı geçirgenliği, ortası açık-seçikliği, belirgin ama esnek kuralları ve diğer ucu katı kuralları, ilişkisel kapalılığı ifade eder.

Wood (1985) aile yapısında sınırların iki ana boyut tarafından belirlendiğini öne sürer. Bunlardan biri hiyerarşidir. Kontrol hiyerarşisi yetki ve

denetimin, bakım hiyerarşisi ise sorumluluk ve bakımın kimden kime doğru akacağını belirleyen sözlü/sözsüz kural, âdet ve beklentileri tanımlar. Her iki alanda hiyerarşinin ne denli güçlü olduğuna bakılır. Diğer bir deyişle hiyerarşi erkek ve kadının, ana-baba ile çocukların rollerinin nasıl ayrıştığını anlatır. İkinci boyut ise yakınlık boyutu olup ilişkisel açıklığın ve iç içeliğin düzeyini belirler: Kişilerarası mesafe, duyguların bireyler arasındaki geçirgenliği, kişisel kararlarda ve bilgi paylaşımında ortaklık değerlendirilir. Özetle bireyler arasındaki karşılıklı paylaşım yoğunluğunun, teklifsizliğin derecesine bakılır.

Wood (1985) araştırdığı ailelerde görece zayıf bir hiyerarşi ve orta/düşük ölçüde yakınlık, yani bir denge bulmuştur. Aile sistemi literatüründe bu iki boyutun ailede dengeli bir şekilde oluşmasının birey için ayrı olma ve aidiyet hisleri arasında bir denge yaşamasına olanak verdiği söylenir (Minuchin, 1974). Bu literatüre göre denge orta derecede hiyerarşi ve yakınlık içerir, yani aşırılık olmamalıdır. Hiyerarşik rol ayrışımının ağırlık kazandığı ortamlar bireyler için sığ ve birbirinden kopuk [disengaged] bir yaşantı ifade ederken, yakınlığın ağırlıklı olduğu ortamlar da aşırı iç içelik [enmeshment] iması taşır (Minuchin, 1974). Batı kuramları, genelde en belirgin şekilde Minuchin'in "altın orta yol" ("golden mean") kavramıyla ifade ettiği, aşırılıklara, uçlara kaymayan ve "normal" sayılan bir varoluş idealine dayanır (1974). Wood'un bulduğu da budur.

Ancak bu boyutlar Türkiye'de sınanınca resmin biraz farklı olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmada yakınlık derecesi Amerikan örneklemine göre daha yüksektir; ancak aileler özellikle sosyo-eğitimsel düzeye göre bir dağılım göstermektedir (Fişek, 1991). Şöyle ki üst sosyo-ekonomik düzeyde yer alan aileler alt sosyo-ekonomik düzeye göre daha yüksek yakınlık gösterirler. Fakat hiyerarşi, herhangi bir farklılık göstermeksizin güçlüdür. Sanki güçlü hiyerarşi bu aileler için toplumsal, normatif kısıtları yansıtan yapısal bir koşuldur. Özetle, genelde güçlü bir cinsiyetler ve kuşaklararası hiyerarşi ve yüksek derecede ilişkisel yakınlık gösterme eğiliminde olan bir aile sistemiyle karşı karşıyayız (Fişek, 1991, 1993, 1995). Bakım ve kontrol erkekten kadına, büyükten küçüğe doğru ilerler; bireyler arasındaki ittifaklar hiyerarşik sınırları ihlâl etmez. Bu sınırlar içinde ise duygular ve istekler açıkça ve yoğun olarak yaşanır.

Sonuç olarak Türkiye'deki ailelerin Batı literatürünün öngördüğü aile modelinden belirli biçimlerde farklı olabildiklerini görüyoruz. İşte bu farklılık Batı kuramlarının ölçütlerine göre sağlıksızlığa işaret etme riski taşımaktadır. Kanımca bu tür bir değerlendirme kültürel değerlerin bilimsellik kisve-

si altında yanlış uygulanmasından başka bir şey değildir (Hsu, 1985; Landrine, 1992). Bu da yapısal ve ilişkisel değişkenlerin aile işleyişi ve benlik oluşumundaki rollerini iyi anlamamaktan ileri gelir.

Bizler bu yanlış anlamayı düzeltmek durumundayız. Güçlü bir hiyerarşi ve yüksek düzeyde yakınlık içeren ailelerde insanın nasıl birey olabildiğini, nasıl kendisi olabildiğini, bunu kolaylaştıran ve zorlaştıran unsurları araştırmalıyız. Nihayetinde Saniye Hanım'ın ve onun gibilerin sıkıntısı da bu değil midir? Bu olguyu sürekli irdeleyeceğiz. Ancak şimdi durumu bir şema ile kuramsal olarak açıklayalım.

ŞEKİL 1
Hiyerarşi ve Yakınlık Boyutlarının Oluşturduğu Kadranlara Göre Aile Sistemleri



Hiyerarşi ve yakınlık boyutlarını birbirine dikey iki eksene oturtunca ne görüyoruz? Sol üst kadranda katı sınırları olan, karşılıklı ilişki içermeyen, rol temelli etkileşimin dışına çıkmayan, bireyin yalnız olduğu bir aile düzeni; sağ alt kadranda ise tam tersine sınır tanımayan, aşırı geçirgenlik içeren, bireyselliğin yok olduğu bir aile düzeni görülüyor. Bu iki örneğin patolojik bireysel gelişmelere yol açabileceğini belirtmekle yetinip bir yana bırakırsak, sol alt kadran ve sağ üst kadranın temsil ettiği düzenler bir önceki şemadan tanıdık olması gereken iki resim oluşturuyor.

Sol alt kadran hiyerarşik sınırların çok güçlü olmadığı, keza ilişkişel yakınlığın da görece düşük düzeylerde olduğu bir resim. Wood'un (1985) bulgularına ve önceki şemada yer alan prototipik bir Batı toplumuyla ilgili ta-

nımlamasına uyuyor. Sağ üst kadran ise görece güçlü hiyerarşik sınırlar içinde, yüksek derecede ilişkisel yakınlık içeren, elimizdeki bulgulara ve geleneksel Türkiye örneğine uyan bir resim. Bu resmin bir genellemeyi betimlediğini unutmayalım. Tabii ki herhangi bir aile, bu kadranlarda merkeze daha yakın ya da uzak, dolayısıyla bireysel farklılıklar söz konusu olabilir.

Bireyselleşmeyi evrensel bir gelişimsel gereklilik olarak kabul edersek Şekil 1'de sağ üst kadranda tanımlanan aile sistemi bireyselleşmeyi nasıl sağlıyor olabilir? Bu sorunun yanıtına aile sistemi açısından bakarsak bireyselleşme olanağı hiyerarşi ve yakınlık boyutlarının etkileşiminde ve zorunlu dengesinde yer alıyor diye düşünüyorum. Şöyle ki hiyerarşi güçlüyse yakınlık yüksek olmalıdır (sağ üst kadran); yoksa bireyin ilişkisel yaşantısı rol dışına çıkamayan bir kuruluk ve yalnızlıktan ibaret olur (sol üst kadran). Hiyerarşi zayıfsa, yakınlık da düşükçe olmalıdır (sol alt kadran); yoksa ilişkisel geçirgenlik birey olmaya olanak tanımaz (sağ alt kadran). Bu Bowen'in (1978) "ayrışmamış aile ego kümesi" [undifferentiated family ego mass] dediği olgudur. Sol üst ve sağ alt kadranlar potansiyel olarak sorunlu ya da patolojik diyebileceğimiz olguları yansıtır.

Sağ üst kadrandaki görüntüye uyan geleneksel Türkiye örneğinde ise hiyerarşik hak ve görevlerin net tanımı, rollerin açık seçikliği benlikler arasındaki ayrışımı sağlar. Erkekle kadın, ebeveynle çocuk ilişkisinde yüz göz olmama ilkesi, saygıdan ve/veya korkudan doğan mesafe, bireylere görece bir ayrışma fırsatı sunar. Yakınlık ise bu rol tanımlarının yarattığı ayrışmış alanların sınırları içinde duygusal renk, rollerin ötesine geçen bir duygusal ve ilişkisel derinlik, paylaşım, tanıma ve tanınma olanağı sağlar. Bireyselleşme de bu iki unsurun etkileşimiyle gelişir. Geleneksel düzende bireyselleşme konusuna daha sonra daha ayrıntılı değineceğim. Bu aşamada bu resmin birey düzeyindeki tanımlanmasına bakalım.

Birey Düzeyinde Örgütlenme: Benlik Yapısı ve İlişkisel Tarz

Aile düzeyindeki organizasyonun birey düzeyindeki yansımalarını benlik yapısı ve ilişkisel tarz olarak kavramlaştırabiliriz. Bu bölümde Türkiye'deki geleneksel benlik yapısı ve ilişkisel tarzı anlatmak için Roland'ın daha önce sözünü ettiğim karşılaştırmalı psikanalitik kavramlarından yola çıkacağım. Buradaki çıkış noktası şudur: Birey düzeyinde benlik ve ilişki kavramlarının tanımı, kültürden kültüre değişiklik gösterir. Bu konuya en çok değinen sosyal psikologlar ya da antropologlar olmuştur ve gözlemledikleri farkları tanımlamak için, örneğin "özerk-ilişkisel" (Kağıtçıbaşı, 1996), "bağımsızlık-karşılık-

lı bağımlılık" (Markus ve Kitayama, 1991), "bireycilik-toplulukçuluk" (Triandis ve ark., 1987) gibi kavramlar kullanmışlardır. Klinik psikoloji bu konuda kavram geliştirmekte geri kalmış olsa da bazı örnekler vardır: örneğin "ilişkiye yönelik benlik-kendine işaret eden benlik" (Landrine, 1992) ve "bireysel-ailevi benlik" (Roland, 1988), "ilişkisellik-bireyselleşme" (Guisinger ve Blatt, 1994). Bunlara benzer başka örnekler de saymanın mümkün olması bize bu kavramların anlamlı bir farka işaret ettiğini düşündürebilir.

Aslında bu tür ikili ayrımların çok da geçerli olmadığını ileri sürenler de bulunuyor. Ancak kültürel farklılıklarda radikal bir ikili ayrım söz konusu olmasa da bir tür ağırlık farkı söz konusu olabilir. Her halükârda kültürlerarası karşılaştırma açısından karşılaştırmalı bir psikanalitik perspektifin bu farkları anlamamıza yardımcı olması gerekir. Ayrıca psikanalizin önemli bir özelliği gelişimsel bir bakış açısına sahip olması olduğuna göre (Fonagy ve Target, 2003), bu farkların nasıl geliştiğini sormamız anlamlı olur. Bu konu daha ayrıntılı olarak altıncı bölümde ele alınacaktır.

Roland Hindistan'da çalışırken ego, süperego gibi psikanalitik kavramların geçerli olabilmesi için bu terimlerin Batı'nın bireyci ideolojik altyapısını yansıtan bağlamdan çıkartılıp [decontextualization] yeniden bir bağlama yerleştirilmesini [recontextualization], yani o kültürde görülen unsurları yansıtacak bir şekilde kavramlaştırılmasını öngörmüştür (1988). Aksi hâlde klasik psikanalitik kavramların Doğu benliğini tanımlamakta yetersiz kalacağını ileri sürmüştür. Örneğin, Hint ve Japon benliğinde bir egonun var olduğunu, fakat kültürel bağlamına uygun olarak farklı bir yapılaşma gösterdiğini anlatmıştır. Bu düşünce doğrultusunda Roland klasik kuramdan bazı bakımlardan farklı bir benlik tanımı oluşturmuştur.

Roland'ın benlik tanımı şöyledir: "Kültüre göre değişen insanlararası ilişkilerin duygusal örüntüsü ile birlikte var olan bir iç ruhsal yapı" (1988, s.17). Bağlam vurgusunu, kültürel farklılılara değinen bu tanımda da görüyoruz. Roland Batı modeline uygun "bireysel benliği", kısaca, ego sınırları belirgin, diğer bireylerden ayrışık, iç dünyası kendisine ait, davranışlarını kendi seçimine göre yönlendirmeye yatkın, ilişkilerin gönüllü ve pazarlığa açık olduğunu düşünen, özetle bağlamından görece bağımsız, "kendi kendini içeren bir benlik" olarak tanımlar. Bireysel benlik:

> ...kişinin toplum içinde özerk olarak var olmasını sağlayan, karşılıklı anlaşmalar ve eşitlikçi ilişkiler yoluyla bir kimlik geliştirme durumunda olduğu bir içsel, ruhsal örgütlenmedir (Roland, 1988, s. 17, 18).

Doğu modeline uygun "ailevi benlik" ise "Bireylerin, aile, akrabalık, cemaat ve geniş toplumun yarattığı hiyerarşik yakınlık ilişkileri içinde iyi işlev görmesini sağlayan bir psikolojik örgütlenmedir." (Roland, 1988, s. 18). Ailevi benlik, bireyin üyesi olduğu geniş aile, cemaat ve diğer grupların hiyerarşik ilişkileri içinde var olmasını sağlayan içsel bir ruhsal örgütlenme, bir benlik yapısıdır.

Ailevi benlikte ilişkisel tarz "bağlantılar yoluyla yakınlık" temeline dayanır (Fişek, 1998); birey hiyerarşik ilişki ağı içindeki konumuna uygun bağlantılar kurar. Bireysel benlikte ise ilişkisel tarz "özerklik yoluyla yakınlık" temeline dayanır (Fişek, 1998); ilişki bir karşılıklı anlaşma sürecinde gelişir. Sonuç olarak, ailevi benlikte yakınlık varsayılan doğal bir olgu, diğerinde ise çabayla geliştirilebilen bir özelliktir. Bekleneceği üzere, Türkiye'de geleneksel yapıya uygun bir bireyin benlik yapısı daha ailevi olma eğiliminde, ilişkisel tarzı da bağlantılar yoluyla yakınlık temelli iken, Batı'da bireysel benlik ve özerklik yoluyla yakınlık söz konusudur.

Ailevi benlik kavramı ve onun alt katmanlarından daha sonraki sayfalarda sıklıkla söz edileceğinden, burada, Roland'ın bu kavramı içeren kuramından söz etmem gerekiyor.

2

Ailevi Benliğe Yakın Plan Bakış

AİLEVİ BENLİK KURAMI

Yukarıda, kısaca tanımladığım ailevi benlik kurgusunun, Türkiye'deki geleneksel kültürde gelişen benlikleri betimlemeye daha uygun olduğunu ileri sürdüm. Burada "ailevi benlik" kavramına biraz daha yakından bakalım. Roland ailevi benlik organizasyonunda dört temel boyut olduğunu saptamıştır (1988):

1. "Birliktelik-karşılıklılık" [symbiosis-reciprocity]: Duygusal-yaşantısal boyut. Yoğun duygusal karşılıklı bağımlılık, duygu alışverişi, empati, birbirine karşı saydamlık ve bir *biz-ben* ifade eder.
2. "Biz-kaynaklı-özgüven" [we-self-regard]: Bireysel özgüvenin, ailenin durumu, şerefi ile eşdeğer olmasını ifade eder. Yakın ilişki içinde, aynalanma ve aidiyet duygusuna dayanır.
3. "Toplumsal bağlama endeksli ego ideali" [socially contextual ego ideal]: Vicdanın birinci öğesi, topluluğa uygun sosyal uyumu, bireyler arasındaki karşılıklı yükümlülükleri ve onların bağlama göre değişebilmesini ve içselleştirilmiş idealleri ifade eder. Evrensel bir etiktense bağlama bağlı bir etik anlayış söz konusudur.
4. "Süperego" [superego]: Vicdanın ikinci öğesi, daha çok hiyerarşik ilişkiler bağlamında özellikle cinsellik ve saldırganlık olgularını düzenler, denetimi sağlar.

Roland ailevi benliğin yanı sıra iki benlik unsurundan daha söz eder:

1. "Mahrem benlik" [private self]: Başkalarıyla kolay paylaşılamayan, sınırları katı ve kapalı bir iç dünyayı ifade eder; düşler, düşlemler, umutlar, korkular, öznel duygu ve düşünceler burada dile getirilir.
2. "Genişleyen benlik" [expanding self]: Farklı kültürlerden kaynaklanan unsurlarla temas sonuncunda bireyin benliğine yeni unsurlar katıp genişletmesini ifade eder. Doğu benliği için bu daha çok bireyselleşme yolunda bir genişlemedir. Roland bu durumu, ailevi benlik temelini pek değiştirmeden, bu temele yeni unsurlar, düşünce ve tepkiler eklemlenmesi şeklinde tanımlar. Yani kişi kültürünü değiştirmektense çok kültürlü olmaya başlar. Bu durumda bazen benliğin farklı katmanlarında birbirine zıt eğilimler de var olabilir ve bu kompartmanlara ayırma mekanizmasıyla mümkün olabilir. Bu konuyu daha sonra detaylandıracağım.

Roland yukarıda sıralanan unsurların, aile içi ilişkilerin hiyerarşik yansımalarını ele almadan tam olarak anlaşılamayacağını belirtir ve ailevi benlikle iç içe geçmiş ve "psikososyal" olarak adlandırdığı diğer bazı boyutları dile getirir:

1. "Yapısal hiyerarşi" [structural hierachy]: Bireyler arası ast-üst ilişkilerindeki karşılıklı hak ve yükümlülükleri ifade eder. Astın üste karşı saygılı, sadık ve kabullenici tutumu, üstün de asta karşı bakım verme, sorumlu olma gereği içselleştirmiş, benliğin bir parçası olmuştur.
2. "Özel niteliğe dayalı hiyerarşi" [hierarchy by quality]: Pozisyonundan ziyade kişilik özelliklerinden dolayı saygı uyandıran, idealize edilerek içselleştirilen kişilerle ilişkiyi ifade eder.
3. "Hiyerarşik ilişkilerin niteliksel tarzı" [qualitative mode of hierarchy]: Hiyerarşik ilişkilerde var olabilen yoğun yakınlık, bağımlılık ve karşılıklı bağlılık duygularını ifade eder (ör. baba-çocuk arasında). Bu boyut başkalarının duygularına ve arzularına karşı duyarlılık ve empatinin gelişmesinde rol oynar ve özellikle sözsüz iletişimin işlerlik kazandığı durumlarda belirginleşir.

Roland'ın psikosoyal olarak tanımladığı boyutlar ilginç bir sonuç doğuruyor. Daha önce değindiğim ve aile sisteminde işlerliği olan boyutları hatırlarsak, Doğu benliği açısından aile sistemi düzeyiyle bireysel düzey arasında bazı izdüşümler görmek mümkün oluyor. Şöyle ki aile düzeyinde işlerlik kazanan hiyerarşi boyutunun bireyin benliğindeki psikososyal unsurlara yansıdığı görülüyor. Hiyerarşinin kontrol alt-boyutu, bireyin benlik yapısının unsurlarından olan yapısal hiyerarşi ile uyumlu iken, hiyerarşik ilişkilerin niteliksel tarzının bakım hiyerarşisi ve yakınlık boyutlarının bir bileşeni gibi çalıştığını düşünebiliriz.

Bu aşamada kısa bir özet yaparsak ortaya şöyle bir resim çıkıyor: Daha önce sözü edilen aile düzeyindeki hiyerarşi ve yakınlık parametreleri, bireyin benliğinin yapılanmasında da rol oynar. Hiyerarşik ilişkiler, rol dağılımları, haklar ve yükümlülükler belirgin ve güçlü olduğu ölçüde birey bir "sosyal bireyleşme"[1] [social individuation] (Roland, 1988, s. 101) ile kendisini belirli bir şekilde konumlandırabilir. Yani çocuk büyürken farklı kişilerle girdiği ilişkiler çerçevesinde ve her bir ilişkinin kendisine sunduğu deneyimsel, davranışsal ve duygusal olanaklar ve kısıtlara göre kendi varoluşunu tanımlamaya başlar. Bu çeşitli ilişkiler bebeğin yaşamına erken girdiği ölçüde, bebek bu ilişkiler içinde aynı anda hem bir bütüne ait olma hem de bütünden belirli açılardan farklı olmayı deneyimler, yani bireyleşir. Aynı şekilde, ilişkilerde yakınlık derecesi yüksek olduğu ölçüde ve hiyerarşinin niteliksel yanının işlerlik kazandığı bir ortamda, birey ilişkisel bir benlik geliştirip ötekine karşı duyarlı bir varlık olarak gelişir. Çocuğun, daha önce kuramsal olarak tanımladığım geleneksel ortamda bireyleşmesi bu şekilde gerçekleşir. Aslında bu tür bir bireyleşmenin tüm kültürel ortamlar için geçerli olduğunu da söyleyebiliriz. Herhâlde fark, Roland'ın dile getirdiği psikososyal boyutların vurgulanmadığı ortamlarda bireyleşmenin Batı psikolojisinin anlatımına uygun bir şekilde gerçekleşmesindedir. Bu konuyu daha epey işleyeceğim.

Roland'ın (1988) ailevi benlik ve genişleyen benlik kavramları çok düzeyli perspektifin öngördüğü geleneksel ve değişmekte olan resme uyuyor. Ancak bu kavramlar psikanaliz ve psikoterapi kaynaklı ve çok daha Doğulu diyebileceğimiz başka kültürlerde yaşayan insanlarının deneyimlerinden kaynaklandığı için Türkiye özelinde araştırılıp sınanması gereken kavramlar. Bu konuda yapılmış çalışmaları daha sonraki bölümlerde özetleyeceğim. Ancak

---

1 "Bireyleşme" ve "bireyselleşme" İngilizce'de farklı anlamlar taşır. "Bireyleşme" "individuation" sözcüğünün karşılığıdır. "Bireyselleşme" ise "individualization" sözcüğünün karşılığıdır. Bu kitapta da bu iki sözcük bu farklı anlamları taşıyacak şekilde kullanılmıştır.

sunduğum kuramsal şemada "ailevi benlik" kavramının geleneksel varoluş tarzımızı yansıttığını ileri sürmüştüm. O zaman geleneksel kültürümüzde bu tür bir varoluştan yansımalar olup olmadığını görmek ve belirli bir bağlam içine oturtmak için çok kabaca da olsa geçmişimize bakmakta yarar var. Ayrıca klinik psikologların içinde çalıştıkları ortamların geçmişi hakkında bir ölçüde bilgi sahibi olmalarının önemli olduğunu düşünüyorum. O nedenle aile, benlik/kimlik kavramlarının bu topraklarda tarihsel olarak nasıl geliştiğine, ailevi benlik olgusunun nasıl gelişmiş ve değişmiş olabileceğine kısaca bakmak istiyorum.

3

Türkiye'de Tarihten Bugüne Aile ve Bireyler

TARİHE KISA BİR BAKIŞ

Önceki bölümlerde ağırlıklı olarak bir kavramsal çerçeve ve bu çerçeve doğrultusunda aile ve bireyin kuramsal bir tanımını sundum. Benlik, aile ve toplum arasındaki sürekliliği açıklamaya, "ailevi benlik" kavramını tanımlamaya çalıştım. Daha sonra bu çerçeveyle ilgili olabilecek literatüre kısmi bir bakış sunacağım. Ama önce kısaca tarihin bize ne anlattığına bakalım. Ancak ondan da önce bir uyarı: Sözünü edeceğim araştırmalar ağırlıklı olarak kentsel yaşamı anlatıyor; çünkü var olan kaynakların ağırlıklı olarak kentsel yaşamla ilgili olduğunu, devrin kayıtlı belgelerinden ve kısmen de bazı eski tarihçilerden (Aşıkpaşazade gibi) yararlandığını görüyoruz. Eski Türklerin tarihine bakıldığında da eski Çin kaynakları ve bazı Avrupalı türkologların çalışmalarından, antropoloji, hatta mitoloji çalışmalarından yararlanıldığı görülüyor. Bu bağlamda, Sharon Baştuğ (2002) güncel antropoloji ve diğer bazı eski tarih çalışmalarını inceleyerek Türkiye'deki aile ve hane oluşumlarını geniş bir tarihsel bakış açısıyla ele almış ve Orta Asya kökenli göçebe Türk boylarının aile kavramları hakkında bilinenleri özetlemiştir. Buna göre en önemli unsur, dünyadaki diğer göçebe kavimlerde de olduğu gibi, baba merkezli (patrilokal) bir yaşam ve babanın soyuna dayanan (patrilineal) bir soy hesabıdır. Evlenen erkek çocuk babasının evine yerleşir, doğan erkek çocuklar da babanın soyundan sayılır. Baştuğ, bu sistemin, göçebe yaşama uygun olmakla birlikte, temelde kadın için bir dezavantaj taşıma olasılığı taşıdığına işaret etmiştir. Aynı şekilde Türkdoğan da (1992) eski zamanlarda aile-

nin "baba ailesi" olarak anıldığını ve ailenin babalar, oğullar ve erkek torunlardan oluştuğunun ifade edildiğini söyler. Dolayısıyla ataerkil düzenimizin kökenlerinden hiç değilse birini buralarda aramamız mümkündür.

Anadolu'ya gelen boyların Selçuklular döneminden itibaren yerleşik düzene geçmeye başladığını söyleyen Baştuğ, zamanla erkek kökenine aidiyetin ve erkek merkezli yerleşimin azaldığını, özellikle demografik nedenlerle baba-oğulun aynı hanede yaşamalarının mümkün olamadığını anlatır. Ancak Baştuğ, hem köyde hem de kentte, yeni evliler çekirdek aile düzeninde yaşıyor olsalar bile, birleşik yaşamın bir ideal olarak günümüze dek sürdüğünü söyler. Bu "geniş aile" idealinin dayanışma anlamında işlevsel yanları olduğu kesin. Ancak bu idealle birlikte yoğrulmuş olan ataerkil kültürün birtakım olumsuz sonuçlarını hâlen ülkemizde görmekteyiz. Baştuğ, sözünü ettiği geniş aile idealine karşın, çekirdek aile gerçeğinin Türkiye'yi bir Ortadoğu ülkesinden ziyade bir Güney Akdeniz ülkesi olarak tanımladığını da söyler.

Baştuğ'un geniş bir tarihsel bakışla vardığı sonuçlar, geç dönem Osmanlı aile yaşamı hakkındaki bilgilere de bir temel teşkil eder. İstanbul'daki on dokuzuncu yüzyıl sonlarına ait kayıtlar üzerinde inceleme yapan Alan Duben ve Cem Behar, o dönemlerde ailelerin yapısının ağırlıklı olarak çekirdek aile şeklinde olduğuna, bunun nedenlerinin ağırlıklı olarak ekonomik ve demografik olduğuna, yani bu durumun çoğunlukla mütevazi imkânlar ve erken ölümlerle ilgili olduğuna işaret ederler (Duben ve Behar, 1991). Özetle, çoğu aile görece dar gelirlidir ve evlerde kalabalık bir nüfus barındıramamaktadır; aile reisleri de görece erken vefat eder.

Duben ve Behar (1991), bazı kaynaklarda idealize edilen "konak tipi" kalabalık ailelerin sadece toplumun üst tabakalarının yaşamını yansıttığını ifade ederler. Ancak Baştuğ'un da vurguladığı gibi, İstanbul'da da çekirdek aileler birbirlerinden kopuk değildir; yakın akrabalar arasında hane ve kuşaklararası "işlevsel bağlantılar", yani yardımlaşma, ailelere işlevsel olarak geniş aile olma özelliğini kazandırmıştır (Duben ve Behar, 1991).

İlber Ortaylı'nın (2000) anlatımında da Baştuğ'un özetlediği eski geleneğin devamını görüyoruz. Ortaylı, Osmanlı'da aile yapısının ataerkil ve hiyerarşik olduğunu, erkeğin aile reisi olduğunu, çocuk denince erkek çocuğun kastedildiğini ifade eder. Ailenin ve özellikle kadının kontrolünün, sırayla akrabalar, mahalle ve genellikle toplum tarafından sürdürüldüğünü söyler. Ancak bu erkeklerin özgür olduğu anlamına da gelmez; onların da üzerinde bir kontrol vardır. Ortaylı, erkek ve kadının gelişim sürecinde birbirlerini tanıma olanağı bulamadıklarını da ifade eder. Benzer şekilde Duben ve Behar (1991)

da aile içinde iş bölümünün yaş ve cinsiyete göre yapıldığını ve bireylerin daha çok hemcins grupları içinde işlev gördüklerini söylerler.

Ortaylı, İslam'da evliliğin kutsal bir akit olmadığını, iki şahitin hazır olmasının evlilik sözleşmesinin yapılmasına yettiğini söylerken, bu sözleşmenin yapıldığı sırada evlilik adaylarının orada bulunmasının bile gerekmediğini ifade eder. Hatta on dokuzuncu yüzyılın sonlarına kadar bu akdin resmî kayıtlara geçmesinin bile zorunlu olmadığını söyler.

Evliliğin anlamının bir aile kurup çocuk yetiştirmek olduğu anlatılır (Duben ve Behar, 1991; Ortaylı, 2000; Turan, 1992). Ancak bu anlaşmada kadın için olumlu bir unsur, İslamiyetin kadın için öngördüğü "mehr" ödemesidir. Ayni ya da nakdî olan bu ödeme sadece kadının kullanımına verilmiştir. Anadolu'da hâlen kısmen geçerli olan "başlık parası" bu İslami öngörüye karşıdır. Çok eşlilik dinen caiz olsa da hiç olmazsa İstanbul'da özellikle ekonomik koşullar nedeniyle bu uygulama üst sınıflar dışında pek de yaygın değildir. Boşanma kolay görünse de aslında boşanmak isteyen erkeğe yüklenen maddi sorumluluklar caydırıcı olabilmiştir. Burada not edilecek husus boşanmak isteyen tarafın kadın olduğu durumun gündeme gelmemiş olmasıdır.

Bu geleneksel evlilik kavramında aşkın yeri yoktur. Duben ve Behar (1991) aşk söyleminin on dokuzuncu yüzyıl Osmanlısına Batı'dan gelen özgürlük rüzgârıyla birlikte girdiğini ve farklı tepkilere yol açtığını, on dokuzuncu yüzyıldaki toplumsal özgürlük savaşımının aile sahnesi üzerinden yürütüldüğünü ifade ederler. Muhafazakâr kesim, aşk ve özgür eş seçimi kavramlarını geleneksel ahlakı ve özellikle kadınları bozacak bir unsur olarak kuşkuyla karşılar, namusun ve toplumsal düzenin elden gittiğini iddia eder. Reformist kesim ise özgür seçim kavramını öne çıkartarak aşk ve eş seçiminde özgürlüğü Abdülhamit istibdadına karşı başkaldırının bir sembolü olarak ele almışlardır. Örneğin Namık Kemal, Osmanlı ailesinin geri, iç çatışmalı, şiddet içeren bir kurum olduğunu iddia eder ve özgürleşmenin yanında yer alır. Duben ve Behar (1991), Hüseyin Rahmi Gürpınar'ın 1916'da yayınladığı *Kadın Erkekleşince* adlı eserini bunun edebî bir ifadesi olarak görürler.

Yazarlar bu çatışmada odak noktasının kadın ve cinsellik olduğunu ileri sürerler. İlginç olan, Batılılaşma rüzgarlarının etkisine kapılan üst sınıf erkeklerinin Avrupa özentisinin, aynı sınıfın kadınlarından tepki almasıdır. Erkeklerin Avrupailik uğruna yabancı kadınlara yönelmesi Müslüman kadınların eleştirisine uğramıştır. Bu durum o devrin romanlarında sıkça görülebilir (Esen, 1992; Işın, 1992). Batılılaşma rüzgârı o zamana kadar görece ahenk içinde yaşadığı düşünülen farklı sınıfların daha da ayrışmasına yol açmaya

başlamıştır (Hortaçsu, 2002). Toplumun genelini ilgilendiren bu tür yaşam tarzı sorunsallarının günümüzde de kadın üzerinden tartışılmaya devam etmesi ele alınması gereken bir olgudur.

Bütün bunların yanında, Duben ve Behar'ın işaret etikleri bir olgu, sistemlerin bütünsel olmadığını gösteriyor olabilir mi? Şöyle ki, ağırlıklı olarak evlilik ve aile odaklı bu toplumda, hiç olmazsa metropol kadın ve erkekleri için evlilik yaşının görece geç olduğu ve çeşitli doğum kontrolü pratiklerinin ailede çocuk sayısını görece az tuttuğu görülür. Bu durum zamanın ideolojisi ne olursa olsun bireylerin kendi gündemleri açısından anlamlı olan tercihleri yaptıklarını, dolayısıyla toplumda bireysel temelli ayrışmaların, çoğullukların ortaya çıktığını gösteriyor olabilir. Benzer bir şekilde, İsmail Doğan da yazısında zamanın pratiklerinin bütünsel olmadığına işaret ederken karşıt görüşte olanların çelişkilerini "Karşı oldukları hayat felsefesi ile yaşama biçimlerinden bütünüyle uzaklaşamamalarıdır." şeklinde tanımlar (1992, s. 181). Yaşam pratiklerinin kendi içlerinde çoğulluk ve çelişki barındırmasının bugün de geçerli olduğunu düşünüyorum. Buna ilişkin bazı örnekleri Dördüncü Bölüm'de sunacağım.

Bu ortamda çocuğun yeri nedir? Ortaylı Osmanlı'da çocuğun yerini söyle tanımlar: "Çocuk aileyi devam ettiren temel unsurdur. Hayat onun etrafında oluşur." (2000, s. 97). Baba çocuğun mutlak hâkimidir ve cezalandırma yetkisi vardır. Ancak eğitimi kadınlara aittir ve ilk eğitim dini olup, uygun davranış eğitimi de kadınlara aittir. Çocuk ailenin yanı sıra tüm akrabaların ve cemaatin de denetimi altındadır. Ortaylı, Batı'da Rönesans'tan itibaren önem verilen uygarlık eğitiminin Osmanlı'da on dokuzuncu yüzyılla birlikte başladığını söyler. Daha önce pek de söz konusu olmayan çocuk edebiyatı da ancak bu dönemde ortaya çıkmaya başlamıştır. Aynı şekilde çocuk oyuncakları da bu dönemlere kadar pek yaygın değildir. Özetle çocuğun ailesinin kurallarına uyum göstermesi, içinde bulunduğu ortamın gereklerine uygun davranışları benimseyerek büyümesi gerekir.

Bekir Onur (2012) Osmanlı'da aile düzeni ve çocuk yetiştirme âdetlerinin büyük ölçüde ataerkil geleneğin ve hurafeyle yoğrulmuş dinin hükmü altında gerçekleştiğini belirtir. Bunun sonucunda ortaya çıkan benlikler edilgen ve ayrışmamış benliklerdir. Bu benlikler arasında en dezavantajlı olanlar da din dışında herhangi bir eğitim olanağından mahrum bırakılan kız çocuklarına aittir. Onur'un sunduğu birçok örnek ve düşünce, daha önce sözünü ettiğim yazarlarınkilerle örtüşmektedir.

Bu kısa tarihsel bakış bize çok şey söylüyor. Ancak ben üç önemli noktaya işaret etmek istiyorum. İlk olarak geçmişte ne denli güçlü bir ataerkil dü-

zene sahip olduğumuz net olarak ortaya çıkıyor. İkinci olarak on dokuzuncu yüzyılda yaşanmaya başlayan değişimin ne denli karmaşık olduğu, gerilim ve devinimle birlikte oluştuğu ve bu durumun ağırlıklı olarak aile ve kadın üzerinden tartışıldığı ortaya çıkıyor. Son olarak okuyucunun dikkatinden kaçmayacak olan olgu, bu karmaşık gerilim ve devinimin hâlen devam ettiği, çoğunlukla aile ve kadın üzerinden yaşandığı ve yeni bir senteze henüz ulaşmamış olduğumuz fikri olacaktır sanırım. Bu saptamaların ne denli geçerli olduğunu anlamak için değişimle gelişen duruma kısaca bakalım.

4

Gelenekten Değişime

Bu bölümde Osmanlı'dan Cumhuriyet'e geçişte aile ve birey düzeyinde gerçekleşen değişimler konu edilecektir. Önce ailelerde yaşanan değişimler ele alıncak, daha sonra birey düzeyindeki değişim, özellikle ailevi benlik konusunda yapılmış bazı araştırmalardan yararlanılarak anlatılacaktır.

Zafer Toprak yirminci yüzyılla birlikte, önceleri görünür olmayan kadının daha özgür olmasını, onun "ahali" olması şeklinde açıklar (2013). İttihat ve Terakki'nin "Yeni Hayat" vurgusu gereği ortaya çıkan özgürlükçü söylemin ülkede feminist hareketlere de yol açtığını söyler. Bu bağlamda kadının kamusal alana çıkması, çalışması, eğitim görmesi öngörülür. O kadar ki savaş koşullarının zorlaması ile cephede çalışacak bir "kadın işçi taburu" bile kurulabilmiştir (Toprak, 2013, s. 261). Ayrıca II. Meşrutiyet günlerinde ülkede görülmeye başlayan feminist düşünceler, yeni yüzyılda artan bir ivmeyle dergilere, derneklere yansımış, kadın hakları için çağrılar artmıştır. Eleştiriler özellikle aile hayatındaki rol eşitsizliği, evlilikte görücü usulü, çok eşlilik, çocukların bastırılması üzerinde yoğunlaşmıştır (Çakır, 1992; Toprak, 2013).

Ancak tereddütler de yok değildir; tıpkı daha önce olduğu gibi sorulan soru şudur: Ya kadın ailesini boşlar ve özgürlüğü seçerse, aileye ne olur? Toprak'a göre bu sorunun ideolojik çözümünü Ziya Gökalp'in kavramlaştırmasında buluruz: Ona göre yeni "yuva tipi" (çekirdek) "millî aile"nin düsturu "hürriyet, eşitlik ve kardeşliktir." (Toprak, 2013). Kadın erkekle eşit eğitim hakkına sahiptir. Ancak bu eğitimin amacı kadının kendisi için bir şeyler yapmasından çok devlet için "gürbüz çocuk" yetiştirmesi, onun vatanına karşı

sorumlu bir vatandaş olmasını sağlamasıdır; kadının kendisine ait bir yol çizmesi vurgulanmamıştır. Gerçi o günlerde çıkarılan yasalar kadının toplumsal yaşamda daha etkin bir rol almasına yol açmıştır (Durakbaşa, 1998). Ancak bu olanaktan kadınların ne kadarının yararlandığı bir soru işaretidir.

Cumhuriyet'in kurulmasından itibaren endüstrileşme, kentleşme ve artan eğitim olanaklarının toplumda değişikliklere yol açtığı bilinmektedir. Bu değişimin ekonomik yanı bir kentsel çalışan nüfusun gelişmesi ve özellikle kadınların ev dışı işgücüne katılır olması, politik yanı demokratikleşme hamleleri ve sosyal yanı da ataerkil hiyerarşiden uzaklaşma ve eşitlikçiliğe doğru bir yönelim olarak görülebilir. İlk bölümde şematik olarak resmedildiği gibi, bu değişim, toplum, aile ve birey düzeyinde görülmekle birlikte, bütünsel değildir. Bütünsel olmama hâli değişim olgusunun bir özelliği olduğu kadar, ülkede yaşanan farklılaşmalarla da ilgilidir. Zamanla nüfusun artması, yaşanan ekonomik ve politik sorunlarla birlikte iç göçün yoğunlaşması, gecekondulaşmanın "varoş" adı altında kalıcı bir olgu hâline gelmesi, artan refahın eşitsiz dağılımı sonucu gelişen gerilimler, toplum içinde, aileler arasında ve bireyler arasında farklılaşmalara yol açmıştır (Özbay, 2015). Değişimin, toplum, aile ya da birey, tüm düzeylerde kısmi, karmaşık ve sancılı olması, bunun çeşitli karma/melez olgulara yol açması, yarattığı psikolojik sorunlarla, günümüzün bir gerçeği olarak klinik psikologların karşısına çıkmaktadır.

GELENEKSEL AİLE VE BİREYLER

Aile ve bireylere yönelik yukarıda özetlenen tarihsel bakış, bize günümüzde süregelen geleneksellikle ilgili bir genelleme yapma olanağı verir. Evlilikten başlarsak, geleneksel evlilik modelinde ağırlıklı olarak ailelerin düzenlediği, görücü usulüne dayanan ve ekonomik dayanışma, soyun adını sürdürme, aileler arasındaki anlaşma temelinde kurulan bir düzen söz konusudur. Bir kadının dediği gibi, "Bu iyi fırsat kaçmadan baş göz edelim, hem de dengi dengine." Böyle bir durumda birbirini tam bir özgürlükle seçmeyen ve hiyerarşik ayrışıma uygun davranan eşler, iki ayrı odaklı, paralel yaşamlar sürdürebilirler (Olson, 1982). Duben ve Behar'ın ve Ortaylı'nın geçmişe ilişkin anlatılarına benzer şekilde, güncel geleneksel ailelerde bireyler rollerinin gereğini yerine getirdikleri sürece ilişkiden özel bir duygusal doyum beklemezler ve bu bir sorun olarak yaşanmaz. Eşler arasındaki çatışmaların çözümü dolaylı ve sözsüz olur; uzaklaşmalar, ani patlamalar, küsme ve barışmalar görülür. Önemli olan "kasıt yoktu" diyebilmek, kırmamak, ahengi bozmamaktır.

Bu denklemde bir aşk söylemi yoktur; ancak "Nikâhta keramet vardır." ve çiftin davranışlarında birbirlerine uyum kurmaları beklenir; çiftin duygusal uyumu önemli bir öncelik değildir. Gerçi bir "iki gönül bir olunca" söylemi vardır; ama o bir ideal, belki hayaldir. Tutkulu aşk, sevda ise genelde büyüklerin zorlamasına karşın birbirini seven gençler için geçerlidir. Sonu ne olur? Aşka hiyerarşi karışır, aşkın kaybetmesi olasıdır. Bu durumun örnekleri literatürde yansıtılmıştır; Leyla ile Mecnun, Kerem ile Aslı gibi. Bu tür gençlerin baskılara karşı gelip kurtulmaları eski efsanelerde ancak Allah'a yalvarıp "taş kesilmeleri" şeklinde ele alınmıştır (Seyidoğlu, 1992).

Eşler arasında hiyerarşik bir mesafenin bulunduğu bir evlilik ortamında anne-çocuk bağı, karı-koca bağından daha önemlidir (Fişek, 1982). Anne ile hiyerarşik olarak ona daha yakın olan çocuklar arasında yakınlık temelinde yoğun bir duygusal bağ gelişir (Akhondzadeh, 2002; Bolak Boratav, Fişek ve Eslen Ziya, 2014; Hortaçsu, 1989; Hortaçsu, Gençöz ve Oral, 1995; Seçkin, 1996; Sefer, 2007).

Kullanılan çocuk yetiştirme yöntemi, bir duygusal bağlılık atmosferi içinde çocuğa açıkça sevgi vermek (Kağıtçıbaşı, Bekman ve Sunar, 1993), bunun yanı sıra yakın bir denetim ve kontrolü sürdürmek, sevgiye karşılık beklemek, merak ve insiyatifi, özerkliği özendirmemek yönündedir (Fişek, 1993; Kağıtçıbaşı ve Sunar, 1992). Bunların hepsi baba-çocuktansa anne-çocuk için geçerlidir; baba hiyerarşik olarak çocuklardan görece uzak olduğu için anneden daha rahat bir şekilde bile davranabilir. Çocuğa karşı küçük yaşta gösterilen müsamaha çocuk büyüdükçe kısıtlama ve beklentiye dönüşür (Sunar ve Fişek, 2005). Öfke anneye bir ölçüde gösterilebilir, ancak babaya gösterilemez (Bolak Boratav ve ark., 2014, 2017; Fişek, 2003). Cinsiyet rolleri çok belirgin şekilde ayrıdır; erkek çocuktan beklenen sorumluluklar doğrultusunda ona daha çok bağımsızlık tanınır ve eğitimine daha fazla önem verilir (Ataca, Sunar ve Kağıtçıbaşı, 1996). Dayak, tehdit ve azar söz konusu olabilir, ancak kurallar açık seçik değildir. Yani disiplin esnek ve kişiseldir, bu da çocuğun ebeveyne karşı duyarlı olma gerekliliğini pekiştirir (Kağıtçıbaşı, Bekman ve Sunar, 1993). Bütün bunlar güçlü hiyerarşi ve yüksek yakınlığın, yani kontrol ve bakımla birlikte ilişkisel iç içeliğin somut izdüşümleridir.

Güçlü hiyerarşi ve yüksek miktarda yakınlık içeren ailelerde çocuk nasıl hisseder? Daha önce kuramdan yola çıkarak, geleneksel modelde, hiyerarşik hak ve görevlerin tanımlanmış olmasının, rollerin açık seçikliğinin bireyler arasında ayrışımı sağladığını; çocuğun aile içinde kim olduğunu, kendisinden ne beklendiğini kolayca öğrenebildiğini söylemiştim. Yakınlık ise hiye-

rarşik sınırlar içinde, özellikle çocuğun annesiyle ilişkisinde rahat bir atmosfer içerisinde gelişir. Daha önce değindiğim işlevsel geniş aile içinde çocuk çeşitli bireylerle ilişki kurma fırsatını elde eder. Bireyselleşme de içine girdiği çeşitli hiyerarşik yakınlık ilişkileri sayesinde bu iki unsurun etkileşimiyle gelişir. Çocuk farklı kişilerle (ör. anneanne, dede vb.) farklı ilişkiler içine girdikçe kendisinin farklı içsel yönlerini ve farklı ilişki kurma becerilerini geliştirir, tanır ve *ilişki-içinde-kendisi* olur. Farklı ilişki ağları içinde aynalanan çocuk kendisini tanır, hiyerarşik rol ayrımı sayesinde diğer bireylerden ayrışır. Bu tür bir ayrışma Roland'ın sözünü ettiği "sosyal bireyselleşme"ye temel oluşturur (1988). Böylece ailesi içinde kendine ait bir yer/köşe bulur, ondan ne beklendiğini, kendisinin kimden ne bekleyeceğini bilir, bu nedenle de kendi içinde rahattır. Kendisine sunulan kalıpların içinde oluşturduğu köşede var olmayı kabul eden ve duygu ifadesi birileri tarafından anlaşılan çocuğun bir sıkıntı yaşamasına gerek yoktur; sınırlarını bilmek ve ailesine güvenmek koruyucu faktörlerdir. Sosyolog Bozkurt Güvenç buna geleneksel kesimlerimizde var olan "törenin öngördüğü kimlik" adını verir (1995).

Yukarıda dile getirilen durum önemli bir ima barındırmaktadır: Geleneksel toplumumuzda kişiliğin Batı'da kurgulandığı gibi öncelikle anneyle ilişki sonunda gelişen iç süreçlerden ibaret olmadığı, sosyo-psikolojik bazı süreçlerin, özellikle çoklu ilişkilerin benliğin oluşumunda, yapılanmasında dışarıdan etkili olduğu imasi. Bu da Roland'ın anlattığı çok katmanlı Doğu bireyliği ile uyumlu bir imadır.

TOPLUM DÜZEYİNDE DEĞİŞİM

Toplumun farklı sektörlerinin sosyal gelişmelere farklı tepkiler verebilmesi (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999) farklı alt-kültürlerin oluşmasına yol açmaktadır. Örneğin bazı sosyal kesimler daha açık ve demokratik bir yaşam tarzına yönelirken, bazıları daha bütüncül bir geleneksel tarzı tercih edebilmektedirler. Bu sektörler içinde sosyal yapı ve ilişkisel yönelim arasındaki uyum da bozulmakta ve bireysel özgürlük çağrıları yapılırken toplulukçu uygulamalar sürdürülebilmektedir. Kısaca çeşitli alt-kültürlerdeki yaşam örüntüsünün bazı yönleri, yeni yapılar ve ilişkisel pratikler gelişene dek, geçici olarak da olsa aksamaktadır. Değişimle ilgili bir genelleme yapacak olsam, ataerkil hiyerarşi aşınırken ilişkisel yönelim ve yakınlık tercihinin etkinliğini sürdürdüğünü ifade ederdim (Fişek, 1991, 2002; Kağıtçıbaşı, 1990, 2007).

Ailede özellikle erkeğin kontrolü ve egemenliği azalırken ilişkiselliğin yüksek olmasının olumlu yanlarını gören uzmanlar, "özerk ilişkisel benlik"

(Kağıtçıbaşı, 1996, 2007) ya da "ilişkili-kendileşmiş benlik" (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011) olarak adlandırdıkları bir varoluş tarzı tanımlamışlardır; hatta bu tarzın değişen dünya gerekleri karşısında güncel olarak geçerli bir tarz olabildiğini dile gelmiştir (Mayer, Trommsdorff, Kağıtçıbaşı ve Mishra, 2014). Bu tarz benim "genişleyen ailevi benlik" dediğim tarzla benzerlikler taşımaktadır.

Temelde olumlu olan bu değişimin bazı sorunlara yol açması da mümkündür. Aile sisteminde role bağlı hiyerarşik sınırlar zayıflayıp duygulanımsal yoğunluk sistem içinde yankılanınca sonuç ne olur? Bu durum sistemin işleyişini nasıl etkiler? Zayıf hiyerarşi ve yüksek dozda duygusal iç içelik atmosferi benlik gelişimi için ne ifade eder? Kimler yeni bir dengeye ulaşmayı nasıl başarır? Kimler bunu beceremez ve bunun ne gibi sonuçları olabilir? Bireyler iç dünyalarında bu durumu nasıl yaşarlar?

Bu soruları yanıtlayacak pek fazla araştırma yoktur. Bu sorunlara Batı aklıyla bakarak aile ve birey için önerilerde bulunursak şunları söyleyebiliriz: Güçsüz hiyerarşi ve yüksek yakınlık atmosferinde bireyin ayrı bir benlik olabilmesinin risk altında olduğunu görürüz; bu düzen ilk bölümdeki ikinci şemada yansıtılan sağ alt kadranın yansıttığı iç içe ve yapısız benliklere işaret eder. O zaman duygusal geçirgenlik sınırlarının belirginleştirilmesi, güçlendirilmesi önerisinde bulunuruz. Birey düzeyinde de benzer bir öneri ile özgün benliği gelişmiş, kendi dış sınırlarını oluşturmuş, özerk bireyler gelişmesi adına "ayrılma-bireyleşme" [separation-individuation] (Mahler, Pine ve Bergman, 1975) sürecine vurgu yaparız: Bu tür öneriler bizleri Kuzey Avrupa-Kuzey Atlantik eksenindeki varoluş sistemlerine uygun varlıklar olmaya yönlendirir. Küreselleşme sonucu bu tür bir olgu zamanla gerçekleşebilir; hatta gelişmekte olan toplumlarda özellikle genç kesimin özerk bir varoluşa giderek daha fazla yöneldiği iddia edilmektedir (Mayer ve ark., 2014). Ataerkilliğin erimesinde bizi sevindirecek çok şey vardır. Bununla birlikte ilişkisel yakınlığın içerdiği duygulanımsal zenginliği yitirmek istediğimiz bir şey midir? Sorun sadece bu değil. Batı bilimi de insanoğlunun evrensel olarak ilişkisel olduğunu görmeye başlamıştır (Stern, 2004). O zaman ilişkiselliği yitirmeden özerkleşme olanağı aramakta yarar var.

AİLE DÜZEYİNDE DEĞİŞİM

Toplumsal düzeydeki değişim aileye de yansıyor; ancak yine kısmen. Çünkü ailede cinsiyet ve kuşaklararası kontrol gücü zayıflarken, koruyan/kollayan, bakım veren, besleyen otorite süregeliyor (Bolak Boratav ve ark. 2014, 2017;

Fişek, 1995, 2002). Böylece güce dayanan mesafe azalırken, saygı ve ilginin yarattığı mesafenin korunduğu, yakınlığın da yüksek olduğu bir aile modelinin giderek belirginleştiğini söyleyebiliriz.

Ailede değişimin bütünsel değil, kısmi oluşu en çok kentli ve eğitimli kesimde belirgin olmakla birlikte etkisi her kesime yansıyor. Batılılaşma, eğitim, kadının para kazanması sonucunda eş seçiminde bireylerin sesine de yer verilmeye başlandı. Daha uzun tanışma süresi, nişanlılık, "hayır" deme hakkı yaygınlaştı. Ama iş ciddiye binince aileleri devreye sokmamak diye bir şey söz konusu değil; yani birliktelik hâlâ sadece "iki gönül" için değil (Hortaçsu, 1995). Bununla birlikte geleneksel yaklaşımın yanı sıra Batı tarzı bir "romantik aşk" söylemi de gelişti. Bu söyleme göre, özerk, bağımsız bireyler kişisel çekicilik, ihtiyaç ve beğeni nedeniyle aralarında sonsuza dek sürecek bir sevgi anlaşması yaparlar, ama bu bir özgür seçim sözleşmesi olduğundan sevgi bitince feshedilebilir (Cancian, 1989; Weingarten, 1991). Bu söylem geleneksel "dengi dengine" keramet söylemiyle harmanlanarak melez bir hâle gelmiş gibi görünür.[1]

Eş seçiminin nasıl melez bir söylem içerdiği Tekçe'nin yaptığı bir araştırmada görülebilir (2004). Bu araştırmada Tekçe dört evlilik seçimi türünden bahseder: kişinin kendi seçimiyle evlenmesi/aşk evliliği; ailelerce tanıştırılarak evlenme; hem aşk hem ailenin ayarlamasıyla evlenme ve ailenin öncülüğünde görücü evliliğini kabul etmek. Tüm bu yollarda özgür seçimle ailenin işe karışması bir şekilde iç içe geçmiş görünüyor; aynı zamanda bireyin ailenin etkili olduğu ortamda kendisi olmak için ne denli yoğun bir iç değerlendirme sonucu karar verdiği, yani kendine has bir bireyselliğe sahip olduğu da görülüyor.

Başka araştırmalar da bir şekilde birbirini seçen eşlerin paylaşım ve karar almayla ilgili daha eşitlikçi tutumlar sergilediğini bulmuştur (Sunar ve Fişek, 2005). Ama cinsiyet hiyerarşisi hâlâ görülmektedir ve kadının statüsü hâlâ düşüktür (Fişek, 1993; Kağıtçıbaşı, 2007). Kadın konusundaki kafa karışıklığı iki ayrı araştırmada net bir şekilde örneklenmektedir: Her iki cinsten bireyler bir yandan "Kadının yeri evidir." derken diğer yandan da "Kadının özgürlüğü ekonomik özgürlüğüne bağlıdır." demektedirler (Ergüder, Kalaycıoğlu ve Esmer, 1991; Çarkoğlu ve Kalaycıoğlu, 2012). Yine bir kısmi değişim algısı ve tutarsızlıkla karşı karşıyayız.

Güncel evlilik ilişkilerinin çarpıcı bir örneğini Türkiye çapında yapılan niteliksel ve niceliksel bir araştırmanın bulgularında görebiliriz (Bolak

1 Bu melez söylemin artan boşanma oranları ve boşanmak isteği sonucunda gerçekleşen kadın cinayetleri ile ilişkisi incelemeye değer.

Boratav ve ark., 2014, 2017). Türkiye'nin çeşitli bölgelerinden ve her sosyo-ekonomik düzeyden evli erkekler eşleriyle ilişkide daha eşitlikçi bir tutum sergileme gereğinin farkında oldukları kadar, evin reisliğini bırakmak, ev işine ve çocuk bakımına katkıda bulunmak, eşinin kişisel seçimlerine saygı duymak; özetle erklerinden fedakârlıkta bulunmak konusunda çekimserlik sergilemişlerdir. Sonuç olarak evlilik ilişkisinin bir geçiş döneminde olup, iki cinsten bireylerin henüz eşitliğe kavuşmamış oldukları görülmüştür. Metropollerde yaşayan üst sosyo-ekonomik-düzeyden erkekler, daha eşitlikçi bir tutum sergilemiş olsalar da sayıca azınlıkta kalmış ve yer yer tutarsızlıklar göstermişlerdir. Metropol dışı ve daha alt sosyo-ekonomik-düzeylerde ise kadının ikincil pozisyonunun hâlâ geçerli olduğu görülmüştür Sonuç olarak, Saniye Hanım örneğinde de gördüğümüz gibi, kadınlarımızın tam eşitlikçi bir yaşama kavuşması henüz ulaşamadığımız bir hedeftir. Bu durumun bir ölçüde dünya geneli için de söylenebilecek bir söz olduğu gözümüzden kaçmamalıdır (Knudsen-Martin, 2012).

Bu araştırmadaki evli erkekler çoğunlukla kendi babalarıyla ciddi bir hiyerarşik mesafe yaşadıklarını, bu ilişkiye korku ve saygı ile yaklaştıklarını, anneleriyle ise çok yakın, duygusal ve paylaşımcı bir ilişki yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Bu durum daha önce anlattığım geleneksel düzenin tam bir yansımasıdır. Bu babalar kız ve erkek çocuklarını kendi babalarına göre çok daha demokratik bir şekilde yetiştirdiklerini, saygının tek yönlü değil, karşılıklı olmasının "esas" olduğunu, çocuklarına serbestlik hakkı tanıdıklarını ifade etmişlerdir. Ancak bir "koruma içgüdüsü"yle "sıkma ama takip et... Başıboş bırakma... Bilgim olsun... Yeri gelince müdahale edeyim." gibi sözler (Bolak Boratav ve ark. 2014, 2017) değişimin kısmi olduğunu, kontrol hiyerarşisi zayıflarken bakım hiyerarşisinin devam ettiğini göstermiştir.

Bir başka araştırmada anneler bir ebeveyn etkinliği eğitiminden sonra daha demokratik çocuk yetiştirme tutumları dile getirmişlerdir. Ancak değişen tutum eşitlikçi olma değil, arkadaş olma yönündedir. Arkadaşlığın tanımı ise çocukla iletişim kanallarının daha açık olmasıdır; çocuğa özerk seçim hakkı tanımak pek söz konusu değildir (Fişek, 1986). Çocuğun bireysel yaşantı ve başarısının önemli olduğu, çocuktan maddi beklentinin azaldığı, ancak manevi yakınlık beklentisinin sürdüğü, duygusal karşılıklılığın ise hâlâ önemli olduğu açıktır (Kağıtçıbaşı, 2007; Sunar ve Fişek, 2005).

Bağımsızlık ve karşılıklı bağımlılık kavramlarının tanımlanması üzerine yapılmış bir niteliksel çalışma, kısmi değişim fikriyle uyumlu bulgular elde etmiştir. Şöyle ki istenen özerklik "koşullu", yani belirli durumlarda kabul

edilebilir olmuştur. Bağımsızlık ise ayrışık olmak değil, "kendine güven" anlamına gelmiştir (Dayı, 1997).

Üç kuşak kentli orta-üst sınıf kadınlarla (anneanne, anne, ergen kız) yapılan bir çalışmada nelerin değişmediğini görürüz (Sunar, 2002). Aile hâlâ bireyden daha önemlidir. Duygusal yakınlık önemlidir, çatışmadan kaçınılır, ailede pek kural yoktur, fiziksel cezadan kaçınılmaktadır. Değişense kuşaklararası duygu ifadesinin, özellikle öfkenin daha fazla öne çıkması, bağımsızlığın daha çok teşvik edilmesi olmuştur (Sunar, 2002). Bu çalışmadaki önemli fark çocuğun aileye yararlı olmasından çok, kendi ayakları üzerinde durabilmesinin vurgulanıyor olmasıdır.

Sosyo-ekonomik statünün önemli bir unsur olarak ortaya çıktığı da bulgular arasında yer almıştır. Daha yüksek sosyoekonomik düzeydeki anneler bağımsızlık ve özerkliği vurgularken, daha düşük düzeydeki anneler duruma uygun davranmaya önem vermiştir (Çatay, Allen ve Samstag, 2008).

Özetle görülüyor ki hem toplumsal cinsiyet hiyerarşisi hem de kuşaklararası kontrol hiyerarşisi görece zayıflarken, koruyucu ve kollayıcı bakım otoritesi ve yakınlık yüksek kalmaya devam etmektedir ve bu durum bireysel gelişim için eskiye göre daha farklı bir ilişkisel tarz oluşturmaktadır (Fişek, 2003).

Yukarıda birtakım araştırma bulgularını peşpeşe saydım. Çünkü kısmi değişimin, kuramın gösterdiği gibi gündelik yaşama da yansıdığına işaret etmek istedim. Bu ilişkisel dengenin statik olmayıp, her düzeyde çeşitli dış ve iç etkenler yüzünden sarsılıp sorun yaratabileceğini düşünmek zor değil.

Ortaya çıkabilen sorunların bazıları bugünlerde sıkça gündeme gelmektedir. Bronfenbrenner'in (1979) kavramlaştırmasına bakarsak karmaşık dengenin nasıl sarsıldığı hakkında bir çerçeve oluşturabiliriz. Bornfenbrenner'a göre, genişleyen halkalar şeklinde mikro, mezo, ekso ve makro sistemler arasında uyumlu bir geçirgenlik olmasını sağlayan etmenler, anne-çocuk mikro sisteminde yaşananların, onları çevreleyen daha geniş (mezo) sistemler tarafından uyumlu bir kabulle karşılanmasını, daha geniş ekso ve makro sistemlerin de bireyin yetkin bir şekilde işlev görmesini desteklemesini sağlayan etmenlerdir. Günümüzde bireyi sarmalayan sistemler (örneğin, aile ve okul, iş yaşantısı vb.) arasında uyumlu, kabul içeren bir geçirgenlik olduğunu iddia etmek zordur. Tersine geniş sistemlerde yaşanan çalkantılar mikro sistemlerin iyi işlev görmesini zorlaştırmaktadır.

BİREY DÜZEYİNDE DEĞİŞİM

Daha önce de değindiğim gibi, toplum ve aile düzeyindeki değişim bireyde de yeni bir benlik organizasyonunda, bir "genişleyen benlik"te (Roland, 1988) ya da "bireyselleşen ailevi benlik"te (Fişek, 1998, 2002) karşılık bulmaktadır. Bireyin ailesindeki konumuna uygun görülen hak ve sorumluluklarının yanı sıra, kendi tercihlerine göre de davranması söz konusu olmaktadır; ancak duygusal karşılıklılık hâlâ bireyin deneyiminin temel bir öğesidir.

Genişleyen ve bireyselleşen ailevi benlik bağlamında, tıpkı toplum ve aile düzeyinde görüldüğü gibi, bir çoğulluk, zıtlık ve kompartmanlaşma hâli görülebilir. O nedenle bu tür bir benliğe içinde farklı katmanlar barındırabilen bir benlik diyoruz. Örneğin Batı tıbbına güvenen birçok "modern" insan, aynı zamanda özel dua kolyeleri, muskalar ve nazara karşı geleneksel pratiklerle haşır neşir olmakta da bir sorun görmez (Fişek ve Schepker, 1997). Sağlığa ilişkin bu pragmatik yaklaşım başka konularda da söz konusudur; işe yarayan kabul görür, mantıksal tutarlıklık koşul değildir. Bu tür tutarsızlıklar bireyi rahatsız etmez.

Bir örnek verelim: İnancı olmayan bir kadın çok inançlı olan annesinin vefatının ardından annesi için dua eder: "Onu böyle anıyorum." der. Bu davranış nasıl değerlendirilmelidir? Tutarsızlık olarak mı? Riyakârlık olarak mı? Sadakat olarak mı? Annesi ile bağ kurmak şeklinde mi? Kabul edilir bir davranış olarak mı? Ve ne tür bir benliği anlatıyor? Batı modeli ve bunun bir temsilcisi olan klasik psikanaliz iç tutarlılığı sağlığın bir ön koşulu sayar, iç zıtlaşma psikolojik sorun demektir (Eagle, 2011). Bu örnek ise çoğullukları olan, zıtlıkları içinde taşıyabilen, yaratıcı ve bunaltıcı gerilimler yaşayabilen, bağlılık uğruna bazı tavizler verebilen, ama kendi doğrultusunu da arayan bir benliği ifade etmektedir.

DEĞİŞİMİN BENLİĞE YANSIMALARI: GENİŞLEYEN AİLEVİ BENLİK KONUSUNDA ARAŞTIRMALAR[2]

Roland'ın anlatımının Hindistan ve Japonya özelinden ve klinik çalışmalardan kaynaklandığını söylemiş ve bu kavramların Türkiye özelinde sorgulanmasının gereğine işaret etmiştim. Aşağıda bu konuda yapılan çalışmalara değiniyorum.

---

2 Burada anlatılan bulgular, Boğaziçi Üniversitesi'nde 1995-2010 yılları arasında yapılmış çeşitli niteliksel ve niceliksel yüksek lisans tez araştırmalarından kaynaklanmaktadır. Her alt başlıkta araştırmayı yapan öğrencinin adı geçmektedir.

Ailevi Benlik

Bu çalışma, genişleyen benlik hipotezinden yola çıkarak, "İstanbul'da okuyan ve Batı kültürüyle en çok karşı karşıya kalmış, geleneksel ailevi unsurların etkisinden uzaklaşmış olması beklenebilecek bir üniversiteli öğrenci örnekleminde bile ailevi benlik unsurları olabilir mi?" sorusuyla yapılan niteliksel bir çalışmadır (Seçkin, 1996). Sorunun yanıtı "Evet" olmuştur. Katılanların benlik yapılarının toplulukçu, ailevi, karşılıklı bağlılık içerdiği belirlenmiştir ve Batılılaşma unsurlarının bu yapı içerisine yoğrulduğu görülmüştür. En çarpıcı bulgu, özellikle çocuk-anne ilişkisinde güçlü bir birliktelik-karşılıklılık, yani yoğun bir duygusal alışveriş ve sevgi, destek, sadakat, bakım beklentisi, iç içelik, tepkisellik ve çocuğun benliğinde annenin iç varlığı olmuştur. Babayla ise yapısal hiyerarşi ilişkisi içinde görece mesafenin yarattığı bir ayrışıklık görülmüştür. Bunun yanı sıra, biz-ben, geçirgen ego sınırları, hiyerarşiye göre ayarlanan aile içi ilişkiler ortaya çıkmıştır. Bir yanda destek, bakım, güven beklentisi, diğer yanda denetim ve aşırı korumacılık sıkıntısı, bu ikilem sonucunda da içselleştirilmiş bir ketlenme olasılığı söz konusudur: "İstediğim gibi yaşamak istiyorum ama onları kıramam." Genişleyen benlik göstergeleri eleştirel düşünce, özerklik arayışı, özgün değerler alanlarında belirir, ancak duygusal dünyada değil. Sonuçta süregelen bir gerilim söz konusu gibiydi; bir yanda özerklik, özgürlük, diğer yanda sadakat ve yakınlık. Bunun sonucunda da sık sık iç çatışmalar olarak yaşanmaktadır. Bu ilk çalışma birçok bakımdan sonrakilere ışık tutmuştur.

Bu çalışmada yer alan bazı alıntılara yer verelim:

Ailenin öğrencilerin benliklerindeki yerine dair:

> Bir genç erkek: Ailem benim dış kabuğumdur.
>
> Bir genç kadın: Ben buna "kalpler arasında ilişki" diyorum. Paylaşmaya inanıyorum.
>
> Bir genç erkek: Kavga edebilir, bağırabiliriz, sonra biraz uzaklaşır, daha sonra bir şey olmamamış gibi bir araya geliriz. Bir bakış, sarılma, öpücükle o kadar çok şey paylaşılabilir ki kelimeler gerekmez. Ben bunu Amerika'daki yılımda öğrendim; Amerikalı annemle bir yılda sadece üç kere sarıldık. O zaman anladım, sarılmak, dokunmak, bir bakış çok şey söyler.

Anneyle birliktelik-karşılıklılık yaşantısına dair:

Bir genç kadın: Annemle... kızdığımız zaman biz birbirimize bağırabiliriz... Saydam mı denir ona? Tümüyle açık yani, her şeyi doğrudan iletebiliriz.

Bir genç erkek: Gerçek anlamda her şeyimi paylaştığım bir tek annem vardır.

Babayla ilişkide yapısal hiyerarşiye dair:

Bir genç kadın: Annemle paylaştıklarımı babamla paylaşamıyorum. Çünkü babama bir şey açıklamaya çalışsam beni dinlemiyor bile.

İlişkisel bir süperegonun da baskısıyla, bir içsel iyilik, yakınlık hissinin yanında örtük bir şükran, bir yükümlülük hissi, karşılıklı bir duyarlılık geliyor:

Bir genç kadın: Annemle çok iyiyiz. Hatta bazen bundan çok üzülüyorum... Mesela ilk sigarayı denediğimde bir şey dememişti bana. Oysa ben bir tepki bekliyordum... Kendisi de içtiği için bir şey diyemiyor... Ben şimdi istesem de sigara kullanamıyorum.

Bir genç erkek: Anneme bir dersten kalacağımı söylesem de o beni yatıştırmaya çalışırsa daha kötü hissediyorum. Kızsa o kadar üzülmeyeceğim.

Özerk birey olmayı nasıl yaşadıklarına dair:

Bir genç kadın: Annemin arkadaş çevresini göz önünde bulundurarak onun konuşmaktan utanacağı ya da onların yanında rahatsız olacağı bir şeylerin olması beni üzer. Ama yani bir şey değiştirmez.

Bir genç erkek: Onlarla birlikte olmak istiyorum ama onlarla iç içe olmak istemiyorum... Başkalarıyla da onlara ait olmayı seviyorum, istiyorum. Ama eğer onlarla çok içli dışlı olursam kendi benliğimi kaybettiğimi düşünüyorum. Dolayısıyla bir yerde kendime şöyle boş bir alan bırakmak istiyorum:

Bir genç erkek: Ben bir şeyin doğru olduğuna inanıyorsam ailem karşı çıkarsa ben herhâlde benim bildiğimi yaparım.

Özellikle babaya karşı eleştiri var:

> Bir genç erkek: Sonuçta bizim de kendimizden getirdiğimiz şeyler arasında kötü olan şeyler var, birtakım gelenekler, tabular... İşte babam biraz daha ataerkil düşünüyor aile içinde... Annemle daha fazla şeyi paylaşsa, yani iş yapmak açısından, daha iyi olurdu.

> Bir genç kadın: Babamın geleneksel yapısına uygun düşüncelerini pek takdir etmiyorum... Daha tutarlı davransalardı diyorum. Bir yanda "Sen özgürsün, sen iyisin hoşsun, akıllısın." deyip ondan sonra da insanı yalan söylemek zorunda bırakmasalardı diyorum.

Bütün bunların yanında onların benliklerini oluşturan bağlamın son derece farkındalar, özerkliğin sınırlarını da biliyorlar:

> Bir genç erkek: Ne kadar Batılı, modern olsak da kendimizden getirdiğimiz, yani bulunduğumuz coğrafyadan getirdiğimiz birtakım özellikler var ve hiçbirimiz bütünüyle Batılı olamayız ya da olursak, nasıl diyeyim, sonuçta bir yerde köklerinden kendimizi koparmış oluruz. Bu da iyi bir şey değil.

> Bir genç kadın: Bir hesap verme, onaylanma duygusu var, sorumluluk... Şu üçünden kurtulduğum zaman gerçekten bireysel olabileceğim galiba. Ama bu üçünden kurtulmak da bazen beni rahatsız ediyor. İşte "Ya kızım senin hiç de ailene karşı sorumluluğun yok mu?" diye bir soruyla karşı karşıya geldiğim zaman rahatsız oluyorum vicdanen yani.

Bunların yanında bu gençlerin yakınlarına kapalı bir iç, mahrem dünyaları da var. Bu, herkesin bir toplumun parçası olduğu kadar, aynı zamanda ayrı birer birey olduğuna dair kültürel bir inançla (Turner, 1969) uyumludur:

> Bir genç kadın: Cümle hâlinde kafamın içinde yazamadıklarımı... Zaten anlatılabilecek bir şey yok onlar hakkında. Tam olarak ne olduğunu tanımlamadığım kırgınlıklar olabilir, rahatsızlıklar olabilir.

> Bir genç erkek: İçimde... Böyle nasıl diyeyim... Derinliklerde bir yerde saklandığım bir yer var... Yalnız olduğumda... Böyle çok geniş bir çayır, yemyeşil... Ben mesela bu yeri kimseyle paylaşmak istemem. Burada bir tek ben olmak isterim... Kırıldıysam, yaşam beni bunalttıysa işte odama çekilip kendimi oraya taşıyorum... Sadece bana ait bir yer.

Böylece bu gençler yakınlarıyla örtük bir duygusal süreklilik içinde kendilerinden beklenenleri içselleştirerek, ama kendilerini de bir ölçüde

özerkleştirerek büyümüşlerdir. Bir yandan bireyselliklerini koruma yönünde tercih yapmaktadırlar, diğer yandan da bağlılıklarını dile getirmektedirler. Böylece Roland'ın dediği gibi, çok katmanlı bir varoluş sergilemektedirler.

Hemcins Arkadaşlıklarında Ego Sınırları

Bu niceliksel çalışmada, Batı'ya açılma bakımından birbirinden farklı iki üniversiteli öğrenci grubunda, aynı cinsle arkadaşlık ilişkileri ve ailevi benliğin duygusal boyutu olan birliktelik-karşılıklılık boyutunun eğitimle gelen Batılılaşmadan nasıl etkilendiği incelenmiştir (Sinan, 1998). Bulgulara göre, daha geleneksel diyebileceğimiz grupta biz-ben olgusu, karşılıklı bağlılık, bağımlılık ve uyum, diğer grupta ise özerklik ve farklılık görece daha çok vurgulanmıştır. Kızlar erkeklere göre karşılıklı bağımlılığı daha çok vurgulayıp duygusal sınırlarını daha geçirgen tutmuşlardır. Her iki grup için de ego sınırları bir kez aşıldığında paylaşılamayacak bir şey yok gibidir. Daha geleneksel genç daha ilişkisel, saydam, yalnızlığı reddeden, bağımlı ve iç içe ilişkilerde uyuma yönelen bir yaklaşımdayken, daha modern diyebileceğimiz genç kendini bulma çabasında, arkadaşlıkta özerk olma isteğinde, daha az saydam ve daha az uyumlu olmaya yatkın görünmektedir. Sonuç olarak ego sınırlarının belirginliğinde görülen fark, Batılılaşmanın temel ailevi benlik örüntüsüne genişleme unsurları kattığını düşündürmüştür.

Karşı Cinsle İlişkide İç Çatışma

Bu niceliksel çalışmada genişleyen benlik olgusunun bir parçası olarak görülen iç çatışma durumu karşı cinsle yakınlık bağlamında ele alınmıştır (Tokgöz, 1999). Batılılaşma açısından farklı olabilecek iki üniversiteli öğrenci grubu incelenmiştir. Ayrıca Batı'ya açılma süreci (ör. yabancı dil öğrenimi) lise deneyimine inerek de ele alınmıştır ve lisedeki Batı'ya açılma deneyiminin üniversite deneyimine göre belki daha da güçlü bir temel oluşturduğu görülmüştür. Konu karşı cins ilişkilerinde yaşanan iç çatışma, ikilemler, ailenin öngörülerine karşı tutumlar ve çözüme yönelik karar tercihleridir. Daha Batılılaşmış diyeceğimiz grup daha bireyselleşmiş, özerk karar tercihleri yaparken, diğerleri aile ve çevreyle daha uyumlu tercihler yapmışlardır. Ancak özerklik yönünde tercih yapanların daha fazla iç çatışma yaşadıkları da görülmüştür. Yapılan tercihte ya da belirtilen çatışma dozunda cinsiyet ya da ailenin eğitim düzeyi etkili değildir; ancak ailesi daha eğitimli olanlarda bireyselleşme eğilimi daha yüksektir. Ayrıca Batı'ya yoğun olarak açılma sürecine yabancı dilde eğitim veren liselerde başlayan kişiler, diğerlerine göre daha belirgin bir genişleyen

benlik ve daha yoğun bir iç çatışma ifade etmişlerdir. Çatışmaya karşın ne ailevi unsurlardan ne de bireysel tercihlerden vazgeçme niyeti görülmemiştir.

Hiyerarşik İlişkilerde Karşılıklı Özgüvenin Beslenmesi

Bu niceliksel çalışmaya yine Batı'ya açıklık bakımından farklı üniversite ortamlarında okuyan öğrenciler katılmıştır (Akhondzadeh, 2002). Konu hiyerarşik aile ilişkilerinde ana-baba ve çocuk arasında, özgüveni karşılıklı pekiştirme deneyimlerinin incelenmesidir. Yani katılanların ana-babalarıyla ilişkilerinde ne tür destek bekledikleri, ana-babalarının destek beklentilerini nasıl algıladıkları ele alınmıştır. Bulgular farklı üniversitelerdeki öğrenci gruplarının aile içi ilişkiler konusunda çok da farklı algılar taşımadıklarını göstermiştir. Karşılıklı özgüveni pekiştirici beklentiler anne-çocuk arasında ve kadın katılanlar açısından, baba-çocuk arasında ve erkeklere göre daha güçlü bulunmuştur. Babaların beklentileriyle ilgili algılar tüm gruplar için Roland'ın yapısal hiyerarşi kavramına uygundur, yani daha çok rol beklentileri temelindedir. Annelerle ilgili algılarsa daha çok bir birliktelik-karşılıklılık resmine uyuyordu ve duygusal beklentiler ve tepkiler söz konusudur. Bu bulgular Seçkin'in niteliksel bulgularını tamamen destekler niteliktedir. Diğer çalışmaları da destekler şekilde, özellikle lise eğitiminin bireyselleşme ve dışa açılma konusunda belki üniversiteyi aşan bir önemde olduğu gözlenmiştir. Bütün bunların yanında, ana-babanın eğitimi, ailedeki çocuk sayısı, lise yıllarının evden uzak geçip geçmediği gibi demografik etmenlerin, yakın ilişkiler ve özgüven gibi içsel unsurlar üzerinde etkileri olduğu da belirlenmiştir.

Türk Sefarad Yahudi Gençlerde Benlik, Süperego ve Ego İdeali

Bu araştırma yakın zamanda kaybettiğimiz öğrencimiz Beti Hayim tarafından yapılan bir niteliksel çalışmadır (2009). Üst-orta sınıf, kentsoylu Yahudi üniversiteli gençlerin anlatılarında da bir ailevi benlik örüntüsü görülmüştür. Anneyle görece yakın bir ilişki ve paylaşım; babayla ise görece zayıf bir yapısal hiyerarşi örüntüsü vardır. Genelde annenin baba ile çocuklar arasında bir aracı rolü olduğu ve babayı "idare ettiği" düşüncesi epey belirgindir. Gençler ailelerinde buldukları ilgi ve sevgiden memnunken "korumacılık" sözcüğü sık sık gündeme gelmiştir. Bu bağlamda çok içselleştirilmiş davranış ve standartları yansıtan bir biz-ben olgusu ve ilişkisel bir süperegonun yanı sıra güçlü bir ilişkisel boyutu olan bir ego-ideali söz konusudur. "Suçluluk", "vicdan azabı" gibi sözcükler kullanılabilmiştir. Buna karşın bir özerklik iması da bulunmaktadır.

Aile ve cemaati içeren bazı kültürel vurgular, değerler ve sorumluluklar Yahudi kimliğinin bir unsuru olarak ortaya çıkmıştır; bir azınlık grubuna ait olma hissi güçlüdür. Buna karşın dinle ilgili konular ve âdetler daha çok bir gelenek olgusu olarak benimsenmiştir. Bu bağlamda gruplararası ilişkiler bazı ikilemler içerebilmektedir. Görülebileceği gibi, bir alt-kültür üyesi olmanın getirdiği özellikler bir yana, ortaya çıkan resim daha önceki araştırmalara benzerliğiyle geniş kültürün etkisini ortaya koymaktadır.

Üniversiteli Erkeklerde Erkek Benliğinin İnşası

Bu niteliksel çalışmada üniversiteli bir erkek öğrenci grubunun, aileleri içindeki gelişim öyküleri, üniversite yaşantıları, sosyal ilişkileri ve yetişkin erkekliğe ulaşmaları gibi konulara ilişkin deneyim ve düşünceleri ele alınmıştır (Üstünel, 2010). Bu grubun da daha öncekiler gibi bir ailevi benlik çerçevesi içine yoğrulmuş bireyselleşme öyküleri ağırlıktadır. Bu grubun bir özelliği vardır; gençler kentsel ve kırsal/taşra kökenli olmaları açısından bazı farklılıklar göstermişlerdir. Kır kökenli erkek öğrencilerin aileleri daha az eğitimli ve geleneksel kodlara daha bağlıdır; kendileri de diğer gruba göre bu kodlara daha fazla bağlılık göstermiştir. Bu gençler de babalarıyla mesafeliyken anneleriyle daha açık iletişim kurduklarını söylemişlerdir. Kent kökenliler, babalarıyla ilişkileri daha açık ve samimi olduğu hâlde, annelerini daha kontrolcü olarak anlatmışlardır; bunu da annelerinin daha eğitimli olmasına bağlamışlardır. Her iki grupta da belirgin bir özellik, aileye karşı sorumluluk ve onların duygularına karşı duyarlılık olmuştur ki bunu "ilişkisel süperego" olarak isimlendirebiliriz. Gençlerin yöresel kökenleri karşı cinsle ilişkilerine de yansımıştır; kır kökenliler büyürken kızlarla pek ilişki kuramamaktan yakınırken diğerleri daha rahat bir deneyim tarif etmişlerdir. Kentsel gençler metropol yaşamı içinde rahat hareket ederken kır kökenliler zorlandıklarını söylemişlerdir. Ancak onların da eski âdetlere eleştirel baktıkları alanlar vardır: Erkeklik tanımları konusunda her iki grup da hemfikirdir. Türkiye'de erkek olmak, "kral olmak" gibi, özgürlük ima eden bir olgudur. Ancak iş bulup ev geçindirmek bir yük olarak dile getirilmiştir. Din konusunda, her iki grup da dinin önemli olduğunu, ancak tam anlamıyla dindar olmadıklarını belirtmişlerdir.

Benzer Sonuçlar Veren Diğer Araştırmalar

Bir diğer çalışmada, niceliksel ve niteliksel yöntemlerin bileşimi olan bir yöntemle evli genç kadınların ilişki-içindeki-benlik temsilleri, yani kendilik ta-

nımları araştırılmıştır (Mitrani, 1999). Bu kişilerin benlik temsillerinin birlikte oldukları kişiye bağlı olarak değişiklik gösterdiği, ancak temel bir benlik algısının da etkileşimde bulunulan kişiden bağımsız olarak sürekliliğini koruduğu bulunmuştur. Yani birey hem içinde bulunduğu ilişkiye göre kendini tanımlama eğilimi göstermiş hem de özgün benlik tanımını muhafaza etmiştir. Aynı yöntemi kullanan bir diğer çalışma, üniversite öğrencilerinin kardeşleriyle birlikte olma deneyimiyle ilgili "ben" temsillerini ele almıştır (Çavdar, 2003). Bulgular, bu temsillerin içinde geliştikleri aile yapısını ve bu yapı içinde gelişen benlik algısını yansıttığını göstermiştir.

Niceliksel olarak gerçekleştirilen iki diğer çalışmada, üniversiteli gençlerin, ana-babalarına ilişkin değerlendirmeleri ele alınmıştır. Bu çalışmalardan birinde, ana-babayla ilişki bağlanma kuramı açısından ele alınmıştır (Halfon, 2007). Bulgular, gençlerin, diğer bazı araştırmalarda da görüldüğü gibi, anneleriyle babalarına kıyasla daha güvenli bir bağlanma olgusu yaşadıklarını göstermiştir. Diğer bir araştırmada, gençlerin anne ve baba temsilleri ele alınmıştır. Gençler annelerini tanımlarken ilişki yansıtan terimler (ör. sevecen), babalarını tanımlarken ayrışıklık yansıtan ve onun kişiliğini belirten terimler (ör. çalışkan) kullanmışlardır (Sefer, 2007). Her iki araştırmanın bulguları da daha önceki bulguları destekler ve ailevi benlik kurgusundaki birliktelik-karşılıklılık ve yapısal hiyerarşi olgularını gösterir nitelikte olmuştur.

SONUÇ

Özetle ortaya çıkan resim, tarihsel altyapıyla olduğu kadar Roland'ın söz konusu öngörüleriyle de oldukça uyumlu görünmektedir. Geleneksel ailevi benlik yapısı yerinde durmaktadır, ancak içine yeni unsurlar katılmaktadır ve giderek "bireyselleşen ailevi benlik" diyebileceğimiz bir benlik yapısı ile birlikte kısmi özerkliğe izin veren bir "bağlılık yoluyla yakınlık" ilişkisel tarzı ortaya çıkmaktadır. Bu aşamada söz konusu olan değişimlerin ruh sağlığına yansımalarına bakmakta yarar var. Bir sonraki kısımda bu konuya eğileceğim.

İKİNCİ KISIM

Ruh Sağlığına Yansımalar

5

Değişim ve Ruh Sağlığı, Sorunlar

Birinci kısımda anlattığım şekilde, evrilen aileler ve genişleyen ailevi benliklerin önünde bazı yeni kapılar açıldığı, yeni varoluş olanakları doğduğu kadar, bazı sarsılma riskleri de söz konusudur. Bireyler daha özgün bir yaşam tarzına doğru açılım yapma olanağı bulabildikleri kadar, bu açılımların yarattığı gerilim ve tutarsızlıklar karşısında zorlanabilmektedirler. Dolayısıyla değişimin etkilerinin ruh sağlığı açısından ne anlam taşıdığına bakmak gerekir. Değişmekte olan aile ve benliği ne tür olanaklar ve risklerin beklediğine sırayla değineceğim.

DEĞİŞİMİN SAĞLADIĞI OLANAKLAR

Değişimin geleneksel bir kökene sahip aileler ve ailevi benliğe sahip bireyler için sağladığı en önemli olanak, Roland'ın sözünü ettiği temel bir "yoğun iyilik hissi"nin, değişmez olan desteğin güvencesiyle, kişisel tercihler yönünde yeni açılımlar yapabilmektir. Bu yeni sentez olanağında, çok yönlü ilişkiler, zıtlıklar, kısmilikler ve durumsallıklar kabul edildiği sürece sorun yoktur. Bunlara aileler ve bireyler çerçevesinden bakalım.

Aile genelde ortamına uyum kurabilen bir sistemdir; iç dengelerini, sürekliliğini ve üyelerinin sağlığını korumak için değişime ayak uydurabilir (Hoffman, 1981). Ailelerin nasıl ve ne koşullarda daha iyi uyum kuracaklarını tam olarak kestiremiyoruz; ancak değişimin bütünsel olmaktansa kısmi olduğunu söyleyebiliriz. Şöyle ki, bir alt-sistem değişirken, bir diğeri eski usüllere bağlı kalır. Bunu da en çok çocuklar yeniliğe ayak uydururken ana-baba-

nın geriden gelmesinde görürüz; bu durum özellikle göç literatüründe çok yer alan bir bulgudur (Falicov, 1995; Fişek, 1998; Szapoznick ve Kurtines, 1993). Bu tür bir gelişme için alt-sistemler arasında sınırların görece belirgin olması, bireylerin birbirlerinden biraz olsun bağımsız işlev görebilmeleri şarttır. Bunun nedeni "fazlasıyla iç içe bağlanmış sistemlerde" [too richly cross joined systems] (Hoffman, 1981, s. 74) bir bireyde gerçekleşen değişimin derhâl diğer üyelerde bir tepki yaratması ve artan stresin dönüşümden ziyade olumsuz geri bildirim süreçlerine yol açmasıdır. Bu nedenle kısmi de olsa bir sınır belirginliği yararlıdır.

İlginçtir ki Türkiye'de geleneksel ailelerin güçlü cinsiyetler ve kuşaklararası sınırları bazı ailelerde değişim bağlamında işlevsel olabilir; alt-sistemlerin görece özerk davranabilmesine, bireyselleşmesine ve sistemik değişime izin vererek alt-sistemlerdeki aşırı iç içeliği de azaltabilir. Büyüyen çocuğun bazı tavırlarını "görmezden, duymazdan gelen" baba bunu kuşaklararası mesafe sayesinde yapabilirken çocuk da "yüz göz olmadan" bireysel adımlar atmaya başlayabilir. Türkiye'de geleneksel ailelerde tedrici değişimin en önemli itici gücü babanın otoritesiyle çocukların talepleri arasında kilit rol oynayan annedir (Gökçe, Acar, Ayata, Kasapoğlu, Özer ve Uygun, 1993; Kıray, 1976). Bu durumun günlük yaşantıda sıkça karşılaşılan ve birçok kişiye tanıdık gelebilecek bir örneği şu olabilir:

> Kızına karşı çok korumacı ve yasakçı davranan babaya karşı anne-kız iş birliğine girerler; anne, kızın etkinlikleri konusunda babayı idare eder ve baba olanların "farkında değilmiş" gibi davranır.

Değişme, farklı tarzlar oluşturma konusunda daha açık olan ve yeni varoluş tarzları geliştirmek isteyen ailelerse bir yandan isteyerek hiyerarşik kontrolü zayıflatıp aile içinde daha demokratik ve özerk bir ortamı yaratırken bir yandan da bakım ve yakınlığı sürdürürler. Bu tür bir sistem bireyin bir emniyet ve kabul ortamı içinde daha geniş bir kendini ortaya koyma alanına sahip olmasına ve yakınlık kurmasına olanak tanır. Farklılıktan korkulmadığında değişim pazarlığı daha kolay gerçekleşebilir. Hiyerarşik sınırlardaki bu kısmi yumuşama, geleneksel kültürce sunulan kimlik ve benlik kısıtlarının da aşınmaya başlamasına yol açabilir ve daha bireysel gelişim seçeneklerine olanak tanıyabilir. Ender de olsa rastlayabileceğimiz bir örnek şu olabilir:

> Kırsal ortamdan kente, gecekondu yaşamına göçmüş ve kızı kendi kendine Hristiyan olmayı seçmiş bir anne bu durumu "Onu kabul ediyorum, ne de

olsa benim çocuğum, onun da bir inancı var. Sadece akrabalara söylemiyorum." diyerek karşılar.

Buradaki fırsat ve koruyucu unsur, bireylerin birbirlerine ve özellikle çocuğun ana-babasının olumlu tepkisine duyduğu güvendir. Çocuk kendi yolunu seçse bile yalnız kalma riski yoktur, ailesi onu kabul edecektir. Daha önce sıraladığım araştırma bulguları bu durumu çok net bir şekilde örneklendirmektedir (Akhondzadeh, 2002; Hayim, 2009; Seçkin, 1996). Karşılığında da çocuk ya da gencin ailesini ciddi ölçüde üzecek bir şey yapma olasılığı azalır. Sağlam bir güven ve kabul ortamı içerisinde, çocuk ailesinin beklentisi ile kendi isteklerini ayırt edebilir, yalnızlıktan uzak ve denemeye açık bir gelişme olanağı bulur. Büyümekte olan çocuk kendini ortaya koyma, kuşak ve cinsiyet sınırlarını aşan ilişkiler kurma, kimliğini genişletme çabalarına daha kolay girebilir. Daha önceki örneklere görüldüğü gibi, bu süreç kültürce belirlenen kimlikleri zayıflatıp bireysel gelişimi çok yönlü yapabilir. Ana-baba çocuğunun farklı yeni yetenekler geliştirdiğini ve bazı bakımlardan onu geçtiğini kabul edebilir. Bu durumu ifade eden bir özdeyiş bile vardır: "Boynuz kulağı geçti." Örneğin bir ilkokul öğrencisi annesine okuma-yazma ya da bir ortaokul öğrencisi babasına yabancı dil öğretmeye çalışabilir; ama bu durumun ebeveyn-çocuk hiyerarşisini bozması gerekmez. Yetişkin yetişkinliğini bilip kendi konumuna güveniyorsa çocuğun bazı konularda daha yetkin olduğunu kabul edebilir. Çocuk da bu duruma uyar, özgüveni artar. Bu tür açılımların örneklerini yuvaya giden çocukların özgür duruşlarında, üniversite gençliğinin girişimciliğinde, özgürlük arayışlarında görmek çok olasıdır. Genç ergenlerde karşılaşabileceğimiz bir örnek:

> Birgün eve kulağında küpeyle gelen on iki yaşındaki oğlana babasının tepkisi "Ver bir de ben takayım, bakalım bende nasıl duracak?" olmuştur. Bu tepki karşısında çocuğun tek sorunu kendisinin ne istediğine karar vermesi olur, küpe unutulur.

Bu karşılıklı iyi niyetin genç yetişkin için ne anlam taşıdığını, onun iç dünyasına nasıl yansıdığını daha önce sunduğum bir araştırmadan iki alıntı ile örnekleyeyim:

> Genç kadın: Ben kendim uygun davranmaya çalışıyorum, otokontrol var. Ama ailemden değil, çünkü onlar bana çocukken bir kimlik hissi verdiler. "Ne yaparsan kendin için. Biz senin için mutlu oluruz, başka beklentimiz yok." dediler (Seçkin, 1996).

> Genç erkek: Onların bazı sınırları var. Ben onları biliyorum. İç disiplin diye bir şey var. Israrları filan yok, ama ben içimden biliyorum ki eğer bunu bunu yaparsam, mesela küpe takmak, döğme yaptırmak gibi, bunu istemezler, üzülürler, ben de yapmam. Onlar da benim onların istemediği şeyi yapmayacağımı bildikleri için beni serbest bırakıyorlar. Rahat bir ilişkimiz var (Seçkin, 1996).

Bu alıntılar neyi ifade ediyor? Özgürlük ve "iç disiplin"in bu birleşimini nasıl bir süreç sağlıyor? Bu gençler işlevsel ve başarılı olduklarına göre, onlar ve aileleri ilişkilerinde iyi bir denge tutturmuş olmalılar. Ana-babalar çok radikal olmasa da önemli bir şey yapıyorlar. Kendi yetiştirilme tarzlarının bugünün dünyasında çocuk yetiştirmek için yeterli bir yol haritası sağlamadığının farkında olmaları, onların doğrudan kontrolden ve söz dinletmekten vazgeçmelerine neden olmuş gibi görünüyor. Ancak çocuğa zorla söz geçirmekten vazgeçerken aynı zamanda kendilerinin ne isteyip istemediklerini de belli ediyorlar. Bu durum çocukta gelişen ilişkisel süperego ile birleşince bir "otokontrol/iç disiplin" deneyimi ortaya çıkıyor gibi görünüyor. Gençler bu otokontroldan şikâyetçi değiller; ancak daha önce sunduğum bazı örneklerin gösterdiği gibi, önemsedikleri gündemler konusunda aileleriyle tartışmaya da hazırlar. Karşılıklı anlayışla birlikte karşılıklı tercih ifadesi konusuna daha sonra değineceğim.

Yukarda sözü edilen özgürlük, ana-babanın çocuklarının kendilerinden duygusal olarak ayrışık olmasına olumlu baktıklarını göstermez. Hatta ana-babalar çocuklarını bekleyen yeni zorluklar karşısında onların yaşamı ile eskisinden daha fazla ilgililer. İşte bu ilginin altında yatan unsur bakım hiyerarşisi ya da hiyerarşinin niteliksel tarzıdır; ana-babalar karşılıklı sevgi, saygı ve birbirinin duygularına karşı duyarlılığa dayanarak çocuklarını yönlendirmeye çalışıyorlar. Belki de bu yaşam tarzı yeni bir biz-ben tarzı ortaklık yaşamına yol açıyor ve genç öğrencinin dediği gibi bir "iç disiplin" oluşturuyor. Bir ilişkisel süperego göstergesi olarak ortaya çıkan bu durum karşılıklı güven ve duyarlılık içeriyor, ötekini kırmak kendini kırmak anlamına geliyor.

Bir genç kadın yaşadığı süreci anlatıyor:

> Genelde benim isteğimi en sonunda kabul ettiriyorum. Ama sonra fark ettim ki benim isteğimle bizimkilerin istediği hemen hemen de aynı... Ben niye istiyorum? Çünkü onlar bana öyle bir düşünce altyapısı vermişler ve o düşünce altyapısının sonucunda ben onu istiyorum. Ondan sonra kendi düşüncelerimi ve kendi altyapımı kendime göre oluşturmaya başladıktan sonra benim istediklerim biraz daha farklılaşmaya başladı (Seçkin, 1996).

Bir de güncel yaşamdan bir örnek:

> Yurt dışında bir çalışmayı tek başına başarıyla yürütebilen ergen bir genç kız orada gördüğü cinsel davranışları annesiyle paylaşır: "Beni çok özgür yetiştirdin, ama zihnime öyle bir çip atmışşın ki ben cinsellik konusunda çok dikkatliyim, hazır olmadığımı biliyorum."

Bu duygusal ilişkiye karşın gençlerde, sonucunu bilmeseler de yeni ifade tarzları arama, etkinliklerini yeni şekillerde deneyimleme isteği, yeni bir bilişsel özerklik var. Sözleri belli bir ruhsal çoğulluğa doğru evrildiklerini; duygusal yakınlık açısından temel bir ailevi benliğe, özellikle anneleriyle bağlantıdan kaynaklanan emniyet ve özgüvenle birlikte farklı deneyim şekilleri aramaya yöneldiklerini gösteriyor:

> Genç kadın: Saçmalayabilirim ama annem yine de beni kabul eder (Seçkin, 1996).

> Genç erkek: Ben büyürken annem çok çalıştı, babam yardımcı olmadı. Ben farklı olmak istiyorum. Yemek pişirmeyi öğrenmeye çalışıyorum, sonra bir başkasını kullanmamak için (Seçkin, 1996).

Özetle gerek kuramsal olarak gerekse araştırmalarda görüldüğü gibi, geleneksel ailevi benlik ve aile içi ilişkisellik güçlü olmaya devam ederken, aileler ve bireyler deneyim ve ilişki alanlarını genişletme konusunda çeşitli yollar buluyorlar; geleneksel aile resminin bazı kısımlarını gereksinimleri doğrultusunda değiştirirken değerli buldukları özellikleri muhafaza ediyorlar.

Bu yapının sağladığı fırsatlar çocuğun kapsayıcı bir güven ortamı içinde, genişleyen ama ailevi temelini yitirmeyen bir iç yapı geliştirerek büyümesi için ideal bir yapı. Çünkü çocuğa yenilikleri deneyimlemesi, kendi tercihlerini keşfetmesi için bir olanak tanıyor. Ama kendi gündemini güderken yakınlık ve duygusal paylaşım olanağını feda etmemesini de sağlıyor.

Ancak şu soru hâlâ yanıtlanmış değil: Bu gelişimi başaran aile ve bireyler bunu nasıl yapıyorlar? Önceki satırlarda bu ailelelerin çok da radikal bir şey yapmadıklarını söyledim. Geçmişe eleştirel ve geleceğe olumlu bakarken çocukları için özgür ama duygusal olarak bağlantılı bir ortam sağlıyorlar. Peki bunu nasıl yapıyorlar? Bu yaklaşımda yararlı olan nedir? Bu konuya daha sonra değineceğim. Ancak önce bu değişimi beceremeyenlere bakalım.

DEĞİŞİMLE GELEN RİSKLER

Yukarıda anlatmaya çalıştığım yeni yapı özellikle kentli, eğitimli kesimlerin uygulamaya koymaya çalıştıkları, kısmen ideal bir yapı; daha farklı kesimlerde durumun ne olduğu hakkında yeterli bilgimiz yok. Bu idealden uzak kalan pek çok kentli/kırlı, eğitimli/eğitimsiz, varsıl/yoksul genç ailenin buluması toplum, aile ve benlik düzeylerindeki değişimlerde problemin nerede olduğunu, risklerin neler olduğunu sormayı gerektiriyor.

Değişimle gelen riskler çeşitli sistem katmanlarından kaynaklanmaktadır. Günümüzde geniş makro sistemlerdeki çeşitli zorluklar bireyin mikro sistemi içinde yetkin hissetmesini ketleyebilmektedir. Özellikle ekonomik ve politik koşulların yarattığı olumsuz devinimler, eğitim sorunları, sosyal ve ekonomik eşitsizlikler mikro düzey yaşantısı içine olumsuz bir biçimde yansımaktadır; ilişkisel ve bireysel yaşantıda sorunlara yol açabilmektedir. Bugün çokça karşılaştığımız kadına karşı şiddet olgusu, geleneksel ataerkil düzenin bir sonucu olduğu kadar, o düzendeki aşınmaların erkeği de nasıl etkisizleştirdiğini ve ezdiğini, erkeklerin bu ezikliği telafi çabalarının da ne denli vahim sonuçlara yol açtığını göstermektedir.

Toplumumuzu etkileyen değişimler sadece yerel değildir. Bütün dünyada hâkim olan serbest pazar ekonomisi adı altındaki neoliberal kapitalist dönüşüm, birçok ülkede toplum, aile ve birey yaşantısı üzerinde etkili olmaktadır. Böyle bir sistemde, etkin bir devlet düzeni olmadığı ölçüde, aile ve bireyler desteksiz olarak mücadele etmek zorunda kalmaktadır; başarılı olamayan kişilerin kaygı ve yenilgi hisleriyle baş etmeleri kadar ruh sağlığı hizmetlerine ulaşmaları da zorlaşmaktadır (Altman, 2015). Belirsizlik toplumda hâkim olduğu ölçüde bireysel yaşantıda olumsuz yansımalar gelişmektedir; kişiler yenilmişlik hisleriyle baş başa kalmaktadır. Bugün toplumumuzda ciddi bir sorun hâline gelen uyuşturucu ve alkol kulanımının bu yansımaların sadece bir örneği olduğunu söyleyebiliriz.

Burada ruh sağlığına ilişkin risklerden söz ederken, bilindik psikopatoloji tanımlarından ya da sağlıksız gelişimin iç dinamiklerinden bahsetmeyeceğim. Kuşkusuz farklı birey ve ailelerde kendi koşullarına özgü, ağır da olabilen patolojik durumlar, sendromlar yaşanmaktadır. Ancak bu çalışma, bu tür birey ya da ailelere özgü psikopatolojik durumları ele almaktansa yaşadığımız toplumsal değişim ve dönüşümün ruh sağlığımızı nasıl etkileyebileceğini ele alma çabasındadır. Yaşadığımız makro düzey sistemik çalkantıları göz önüne almadan, sadece içsel dinamiklere bakmanın görece kısır kalacağı düşüncesindeyim. Bu nedenle risk kavramından söz ediyorum ve riskleri değ-

şim çerçevesinde ele almaktayım. Bu risklerin ilişkisel ve içsel dinamiklerini daha sonraki bir bölümde ele alacağım.

Önce ailelere bakalım. Değişimle karşılaşan aileleri bekleyen riskler konusunda önce değişime olumsuz tepki gösteren geleneksel ailenin durumuna kuramsal olarak bakalım. Ailedeki hiyerarşik güçler yeniliğe, isteklere, dışarıdan gelen bilgi akışına kaygıyla bakabilir, statükoyu korumak için sertleşebilir, sistem diliyle aile içi dengeyi koruma uğruna değişim talebinde bulunan bireye "olumsuz geri bildirim" [negative feedback] verip (Hoffman, 1981), farklı varoluş ve davranış yolları deneyen bireyi aile kurallarına uyacak şekilde geri çekebilir. Bu tür bir durumda kalan genç danışanımın yaşadığı sıkıntı bu duruma bir örnek olabilir:

> Kendi arkadaşlarını ve etkinliklerini seçme hakkı olduğunu sanan bir genç kız, annesi, ağabeyi ve ablasının sürekli olarak tüm olası erkek arkadaşlarını beğenmemesi karşısında düş kırıklığı yaşıyor ve siniyordu; sonunda onların yargılarını kabul etmiş, kendisinden ziyade onların haklı olduğunu düşünmeye, depresyon belirtileri yaşamaya başlamıştı.

Tutucu homeostatik unsurların güçlü olduğu aileler, kendi içlerine dönüp dış dünyaya karşı sınırlarını katılaştırıp daha da baskıcı olabilir; çocuğun "gözünü açan" unsurlara, okula, arkadaşlara karşı tavır alabilirler. Bu tür bir durum gerek ülke içinde gerek dış ülkelerin bazı göçmen gettolarında sıkça söz konusu olabilir. Bu tür aileler üyelerini ezmek pahasına da olsa dış taleplere karşı durabildikleri süre görece sağlam kalabilirler; ancak bu sağlamlık bireyin durumuna, taleplerine kulaklarını tıkamak, duyarsız olmak anlamına gelir.

Böyle bir durum yapısal olarak en hassas ve alt konumda olan aile bireyini, yani ergen ya da ergenlik çağına girmekte olan kız çocuğunu zorlar. Örneğin makyaj yapma, arkadaşlarla sinemaya gitme gibi istekleri olan genç kıza ana-babadan, belki ağabeyden gelen kesin red ve buna uyma zorunluluğu basit bir mesele gibi görünse de o kız çocuğu için sembolik bir kimlik reddidir. Aşırı durumlarda tepki içe dönük ve kendini cezalandırıcı olabilir (ör. "Sizi seviyorum, suçlamıyorum." benzeri intihar notları).[1] Saniye Hanım'ın başlangıçta anlattığım öyküsü bu duruma örnektir.

Değişim baskısı çok artar, ailenin kendini düzenleme gücünü aşarsa yine sorunlu farklı bir süreç ortaya çıkar. Aile içi çatışma başlar, üyelerin bir-

1 Bu durumun aşırı örnekleri bir ara Güneydoğu Anadolu Bölgemizde yaşanan bazı olaylarla haber olmuştu.

birlerine karşı gelmesiyle çatışma artar, aykırı davranış simetrik bir karşıt davranışla karşılanır; sistem diliyle bir "olumlu geri bildirim silsilesi" [positive feedback] başlar (Hoffman, 1981). Bu süreç aile içinde stresi arttırır, alt-sistemler arası sınırları katılaştırır, üyeleri birbirlerinden uzaklaştırır. Çatışma dozunun artışı durdurulamazsa bu durum sistem yıkımına, boşanmaya, aile içi şiddete, yasa dışı davranışlara vb. kadar gidebilir.

Bu durumda zorlanmaya aday üye, dış dünyaya en açık olan ve hem evden hem dışarıdan baskıya maruz kalan ergenlik çağındaki erkektir. Sonuçta kuşaklararası çatışma (Sluzki, 1979), genci aile dışında tepki vermeye itebilir (evden kaçma, uyuşturucu kullanımı, okulda sorun çıkarma vb.). Günlük yaşama ait şu örnek şıkça karşılaşılan bir durumu gösteriyor:

> Bir varoşta yaşayan ve çok uzun saatler çalışıp eve geç gelen bir işçi baba ve ev kadını bir annenin ergen oğlu, annesinin kontrol çabalarına karşı çıkar, çalışmadığı için annesini saymadığını, zaten sevilmediğini de bildiğini söyler. Babası ona çok sert tepki verince evden kaçar. Zor bir süreç sonunda yine de bir çözüm üretilir ve çocuk anneannesi ile yaşamaya başlar. Bunun da geleneğin sağladığı bir olanak olduğu gözden kaçmamalıdır.

Değişimde en çok kaybedecek olan üye ise değişime daha yatkın olan çocukları ve belki de eşi tarafından statüsü zorlanan babadır. Baba, durumla baş etmek uğruna zaten mesafeli olan konumunu daha da mesafeli kılarsa, bu tavır onu aileye iyice yabancılaştırır. En kötü durumda ya evin dışına (ör. işine ya da kahveye) sığınabilir ya statüsünü korumak için şiddete[2] ya da depresyon ve madde kullanımı başta olmak üzere farklı çözülmelere gidebilir. En azından yalnızlık yaşayabilir.

> Çocuğundan uzak hisseden bir baba: "En çok zorlayan, ergenlik dönemine yavaş yavaş geçtikleri zaman bir iletişim kopukluğu başlıyor kız çocuklarında genellikle. Annelerine yöneliyorlar. O saate kadar sizinle çok sıkı fıkı olan, kucağınızdan inmeyen çocuğunuz bir anda uzaklaşmaya çalışıyor sizden. O çok kötü bir olay." (Bolak Boratav, Fişek ve Eslen Ziya, 2017).

Arada kalan, konumu gereği hem babanın hem de çocukların acısına açık olan anneyi ise öfke, kaygı, depresyon ve en çok kabul gören stres ifade yolu olan fiziksel sorunlar, somatizasyon ve benzeri sıkıntılar bekler.

---

2 Son zamanların bazı cinayet örnekleri bu durumla ilgili olabilir. Ör. Ayşe Arman, 29,03,2011: "Bu ülkede her gün üç ilâ beş kadın öldürülüyor." http://hurarşiv.hurriyet.com.tr/goster/haber.

Düşük sosyo-ekonomik düzey ailelerde yaşanabilecek zorluklar araştırmalara da yansımıştır: Düşük sosyo-ekonomik düzeyli aileler ve onların ilkokul çağındaki çocuklarıyla yapılmış iki çalışmanın sonuçlarına göre(Fişek, 1991, 2001): Toplumun bu sektöründe biraz geleneksel bir "açıklayıcı otoriter" [authoritative] çocuk yetiştirme tarzının yanı sıra eşler arasındaki duygusal ilişkide daha eşitlikçi bir birliktelik, hem çocuklar hem de ana-baba için daha olumlu sonuçlar verirken, çocuğun psikolojik iyilik hâlinin göz ardı edildiği durumlar tersine sonuçlar vermiştir. Toplumsal değişimin en belirgin göstergesi, annenin değişen rolü ve artan statüsü olmuştur; bu da eşte stres yaratma ihtimali olan bir olgu olarak ortaya çıkmıştır. Ancak bu stresin eşler arasındaki alt-sistemin sınırları içinde kalmasının çocukları etkilenmekten koruduğu görülmüştür. Düşük eğitimli ailelerde zayıf hiyerarşi, düşük denetim ve kontrolle birlikte duygusal geçirgenlik olunca çocuklarda daha çok davranışsal sorunlar görülmüştür. Sanki bu ailelerde ana-baba ile çocuk arasındaki mesafe azalınca duygusal beklentilerin yönetilmesi zorlaşmaktadır. Günlük yaşama ait şu örnekte olduğu gibi zor durumda kalan da ana-babadır:

> Bir gecekondu semtinde yaşayan ve eşiyle arası iyi olmayan bir anne kimisi yetişkin olan çocuklarına demokratik bir şekilde yaklaşmak isterken, onlardan da kendisine karşı eşit ölçüde anlayış isteyip aradığı cevabı alamayınca otoriter olmaya kalkar ve çocuklarının isyanıyla karşı karşıya kalır.

Yukarıda sözü edilen ailelerden farklı olarak kent soylu, eğitimli ve açık olma isteğindeki aileler ise bilinçli olarak aile içi demokrasiyi arttırma, iletişimi yaygınlaştırma çabası gösteren, yani kontrol hiyerarşisini isteyerek zayıflatan ailelerdir. İletişim kanallarının açılmasıyla çocukların kendilerini ifade etmelerine ve karar alma süreçlerine katılmalarına olanak tanınınca, kuşaklararası hiyerarşi ister istemez zayıflamaya başlar. Eşler arasında artan iletişim ve kendini ifade etme olanağı da cinsiyetler arasındaki hiyerarşiyi zayıflatır. Bununla birlikte, bakım hiyerarşisi, yani cinsiyet ve kuşaklararası koruyuculuk ve kollayıcılık tutumları ve beklentilerinin de aynı şekilde zayıflamayabileceğini söylemiştim (Fişek, 1998). Buna bir de yüksek miktarda aile içi duygusal geçirgenlik eklenirse, bu durum artan beklentilere, tepkiselliklere ve sınırların aşınmasına, "yüz göz olmaya" yol açabilir. Sonunda ilişkisel sınırların yeniden düzenlenmesi için bir ilişki pazarlığına gereksinim doğar.

Bu süreci başarıyla halleden ailelerin tersine bazı genç ailelerin bireylerinin bu tür bir pazarlık yapma konusunda yeterli olamama olasılığı yüksektir. Ana-babanın kendi geçmişlerinde, kendi ana-babaları ile açık konuşma,

karşılıklı yeni ilişki kuralları belirleme deneyimi kısıtlıdır; çünkü geleneksel kültürümüzde açık iletişim, ilişki pazarlığı normları, yöntemleri, kuralları pek yoktur. Eskiden hiyerarşi-yakınlık dengesi veriliydi, kişilerarası mesafe konusunda pazarlık yapma gereği yoktu. Çünkü bu mesafe âdetler ve göreneklerce belirlenmişti, kimin kiminle nasıl ilişkiye gireceği büyük ölçüde belirliydi. Geleneksel normlarımıza göre herkes yerini/haddini bilmekle yükümlüydü ve bu yer ve had büyürken kolaylıkla öğrenilirdi. Dolayısıyla ilişki ya da karşılıklı hak ve yükümlülüklerin pazarlığının nasıl yapılacağı öğrenilmezdi. Yukarıda sözünü ettiğim başarılı aileler kendi ailelerinde bu pazarlığı öğrenmemiş olsalar da daha sonra zorlanarak da olsa bu beceriyi edinebiliyorlar anlaşılan. Ancak bazıları bu deneyime ulaşamadan çoluk çocuğa karışıp zorluklarla karşılaşıyorlar. Bu duruma sekizinci bölümde daha ayrıntılı olarak değineceğim.

Geleneksel ailedeki hiyerarşi ve yakınlık boyutlarının daha önce açıklanan bileşimi bireyin benliğine yapı ve içerik sağlıyordu: Bireysel olarak çok içsel, gizli bir tekil ben'i sarmalayan, ben-öteki ayrımı içermeyen bir "bizben" hâli yaşanırken, sosyal açıdan hak ve yükümlülük sınırlarının nerede başlayıp nerede bittiğini bilmek benliğe bir şekil veriyordu, bu da ailevi benlikti. Yani duygusal alışverişte sınırsız bir birliktelik, rol edimlerinde ise epey sınırlı bir ayrışıklık söz konusu idi. Bedeli ise kadınları ve genç kuşağı ezen ataerkil otoriterlik idi. Şimdi ise kontrol hiyerarşisinin aşınması ile ortaya çıkan bakım kaynaklı gözetim ve yakınlık boğucu olabiliyor. Yakınlığın sağladığı güveni yitirmeden özerk olmak belli ki kolay yanıtı olmayan, belki yeni sentezler gerektiren bir soru olarak karşımıza çıkıyor.

Ayrıca eski zamanlarda ana-baba büyüyen çocuğu dış dünyada neyin beklediğini iyi kötü bildiklerini düşünürlerdi; daha statik olan eski dünyamız da onları genelde haklı kılardı. Dolayısıyla büyüyen çocuklarını aslında zaten görece tanıdık olan, güvendikleri bir dış dünyaya salmak o kadar da zor değildi; bu anlamda çocuklara görece belli bir özerklik tanınmış, güven gösterilmiş de olurdu. Örneğin eskiden ana-babalar çocukları ile üniversite kayıtlarını yaptırmaya gitmezlerdi; üniversite yaşamını, düzenini kendileri yaşamamış olan aileler çocuklarının bu deneyimle baş edeceğine güvenirlerdi. Bugün ise yeni dünyaya güvenmeyen ana-babalar çocuklarını bilinmeze salma konusunda zorlanıyorlar. Bırakın ilköğretimi, üniversite kayıtlarına bile çocuklarıyla birlikte gidiyor, hemen her şeyi kontol altına almaya çalışıyorlar. Bunu yaparken kendi özlemlerinin, düşlemlerinin, korkularının ne ölçüde devreye girdiği de ayrı bir soru. Temel mesele de burada. Bazı ana-babalar kendi ye-

tiştirme tarzlarına güvenip çocuklarını, ergenlerini serbest bırakırken bazıları bunu yapamıyorlar, çocuklarına yaşlarına uygun bir özerklik ve sorumluluk vermekte zorlanıyorlar. Bu güvensizliğe duyarlı olan çocuk ve gençler de benzer kaygılarla bu duruma ya ayak uyduruyor ya da isyan ediyorlar.

Hiyerarşik sınırlar bilinçsiz bir şekilde eridikçe, yani her türlü sınır sorgulanır oldukça, yaşanan ayrışmamışlık duyguları ön plana çıkar. Yeniden otorite kurma çabaları işe yaramaz, yükselen duyguların kaynağı anlaşılamaz olur. Çatışma, yansıtma, suçlama sistem yıkımına götürebilir. Bu duruma bir danışanımdan örnek verecek olursam:

> İkisi de çalışan ana-baba, ergen kızlarıyla çatışmada hâlindeydi. Annenin iş saatleri uzayınca baba ve kız evde çokça tartışıyorlardı. Kızın tepkisel özgürlük arayışları baba tarafından dirençle karşılanıyor, anne duruma müdahale edemiyordu. Kavga patladı, kız hafta sonları yatılı okuldan eve gelmeyi reddetti. Baba "aile reisi" olarak kızın onu dinlemesi gerektiği konusunda diretiyordu. Ancak başvurdukları terapist onun otoritesini (sesini) duyunca yumuşadı ve kızıyla nasıl tartışacağını, nasıl arkadaş olacağını bilmediğini itiraf etti; kızın bu süreçte eve gelmemesini kabul etti. Kız ve anababayla yapılan ayrı görüşmeler sonucunda uzlaşmaya varıldı; herkes mesajının duyulduğunu gördü ve ötekinin bakış açısına saygı göstermeyi kabul etti. Baba-kız daha ayrışık bir ilişkiye geçtiler.

Değişmekte olan ailelerde eskinin zorlayıcı ve özgürlük kısıtlayıcı yöntemlerinden vazgeçilip, ailedeki herkesin eşit, her şeyin pazarlığa açık olduğu bir ilişki tarzı ne çocuğun ihtiyacı olan güven ve sağlamlık hissini verir ne de ana-babalar bu tür bir düzenle kolaylıkla başa çıkabilir. Bugün yaşanan en büyük risk, ana-babanın eski ve yeni arasında yalpalaması, her iki uçta da aşırıya gitme olasılığı, sonuçta çocukların nerede duracaklarını öğrenememeleri, talepkârlıkla güvensizlik arasında bocalamaları ve en kötüsü benliklerinde sağlam bir içerik ve yapı geliştirememeleridir; duygulanım düzenlemesi, öfke kontrolü, ketlenmeye tahammül, zorluktan yılmamak gibi konularda yetersiz kalmalarıdır. Duygusal açıdan gerilimli bu ortamda kendi otoritesini sürdürmek isteyen yine baba olabilir; anne ise çocuklarla iç içe, boğuşmak durumunda kalabilir. Bunun örneklerini gündelik ve küçük olaylarda görebiliriz:

> Otoriter kontrolden vazgeçen anne ve baba çocuğunu belli bir saatte yatmaya zorlamaktan, ışığı zorla kapatmaktan vazgeçerler. Ama bu kez çocuk uykusuz kalacak kaygısıyla erken yatması için ona iyi niyetle ısrarcı olurlar. Çocuk söz dinlemez, ağlar, anne arada kalır. Zamanla sinirler yıpranır, sonuçta iki taraf da durumdan rahatsız olur.

Daha demokratik olma isteğiyle ilişki sınırlarını göz ardı eden bazı ana-babalar, çocuklarının kendilerinden farklı bir konumda olduğunu, farklı gereksinim ve istekleri, hatta yetileri olduğunu sanki unutur gibidirler. Böyle bir ana-baba sanki kendi istekleri, gerçekleşmemiş umutları, yani kendilerinin bile belki farkında olmadıkları örtük motivasyonları ile çocuğun ihtiyaç ve istekleri arasında ayrım yapamayabilir; çocuğu için en iyisini isterken kendi hayallerini, düşlemlerini gerçekleştirmeye çalıştığını göremeyebilir.

Bu riskli durumu incelersek, aile düzeyindeki güçlü bakım hiyerarşisi ve yüksek yakınlık ile bireyin içsel birliktelik/karşılıklılık yaşantısının birbirine bulaşma riski söz konusumuş, ayrışmaya hizmet edecek mesafe kalmamış gibi görünür. Birey düzeyinde ise gerek anne gerekse babanın kendi geçmişlerinden gelen çözümlenmemiş meseleleri, sindirilmemiş yoksunlukları, gerçekleşmemiş hayallerinin çocuğa yansıması söz konusudur; çocuğun ayrı bir birey olduğu görülemez hâle gelir. "Çocuğum sınav için elinden geldiği kadarını yap yeter, ama ben senin başarılı olacağını biliyorum." sözünü başka nasıl anlayabiliriz? Çocuk başarı motivasyonunun kendisinin mi ana-babasının mı olduğunu ayırt edemez hâle gelir. Bugün "ailelerinin projesi olan çocuklar" ya da "Aileleri onları yarış atı yaptı." dediğimiz birçok çocuk bu durumdadır.

Çocuğunun kendi ayakları üzerinde durmasını isteyen bazı ana-babalar ona dayatmacı davranmazken bakım kaygısı ile elini çocuğun üzerinden çekemez. Çocuğun gelişim gündemi ile ana-babanın çocuk için, belki de kendileri için istedikleri birbirine karışır ve benlikler arasındaki ayrışım ortadan kalkar. Bunun sonucunda kliniklerde bağımlı, alacaklı, özdenetimi olmayan, sınırları gelişmemiş, mutsuz ve güvensiz çocuklar görmekteyiz. Kendisine özgür seçim kapısı aralanmış olan ve bu konuda ısrarcı olan çocukla baş etmek için ana-babanın giriştiği mesafe ayarı çabaları, anlayış göstermeyle zor kullanımı arasında, duygusal kopuklukla duyarlılık arasında gel-gitlere yol açtıkça sonuç cinsiyet ve kuşaklararası rekabet ve çatışma, semptomatik bireyler ve yoğun bir çaresizlik hissi olur. İşte çalıştığım bir ailenin yaşadıkları:

> Eğitimli ve varlıklı bir ailenin on üç yaşındaki oğlu sınıfta kalmasına rağmen çalışmayı reddediyordu. Oğluyla başa çıkamayan annenin başvurduğu rüşvet yöntemi işe yaramayınca baba aşırı sıkı displine yöneldi, yasaklar koydu. Bunun sonucu çocuktan gelen intihar tehdidi oldu. Çaresiz aile yardım talep etti. Yapmayı düşünemedikleri şey çocuğun neden bu durumda olduğunu merak edip anlamaya çalışmaktı, onların önceliği çocuğun sınıfını geçmesiydi.

Kentli genç ana-babaların çocuklarına bazı değerleri aktarma konusunda yaşadıkları sorunları ele alan bir araştırma, değişimle birlikte doğan kuşaklararası çatışma olasılığına işaret etmektedir (Akyıl, Prouty, Blanchard ve Lyness, 2014). Bu ana-babalar kendi muhafazakâr ailelerinin kendilerine dayattıkları değerleri daha seküler değerlere kavuşmak uğruna reddedip yeni davranışlar geliştirmek isteğindeler. Daha demokratik davranmak isterken ailelerinin iç ve dış sınırlarını yeniden kurma gerekliliğiyle karşı karşıya kalıyor ve arkadaşça davranmak uğruna çocuğa gerekli disiplini uygulamakta zorlanıyorlar.

Bir de demokratikleşme, otoriteyi zayıflatma ve çocuğu özgürleştirme adı altında ailedeki lider sorumluluğunu göz ardı eden, çocuğu ruhsal olarak başıboş bırakan ve bakıcılara, okullara, kurslara ihale eden ana-babalar görüyoruz. Bu çocuklar da aynı şekilde güvensiz, yapısız ve ilgi çekmek, görülmek uğruna çeşitli taşkınlıklara (uyuşturucu, erken cinsellik, şiddet vb.) başvuran yalnız çocuklar hâline geliyorlar. Aşağıda bu tür bir durumla karşı karşıya kalarak psikoloğa başvuran bir aileden örnek sorunlar var:

> Beş ve üç yaşındaki çocukları için en iyisini yapmak, çocuklara özgürlük tanımak isteyen genç ana-baba düzenli yemek ve uyku saatleri koymazlar; bunlar çocukların isteğine göre gerçekleşir. Büyük çocuk sabah uyanamadığı için her gün yuvaya geç kalır ve bunda inat eder, çünkü "Kötü ve güçlüyüm." der. Ana-baba çocuklarını üzmek istemez. Ancak çocuklar sürekli olarak mutsuzdur, ağlarlar, ısrarla istediklerini yaptırırlar. Ana-baba disiplin öğretmeyi okula ve spor çalışmalarına bırakmak istediklerini belirtirler.

Tahmin edilebileceği gibi bu sorunun bir odağı da eşler arasındaki iletişim zorluklarıdır. Eşler, birbirlerinin farklılıklarını kabul ederek ortak bir yerde buluşmayı beceremedikleri ölçüde ne kendilerine ne de çocuklarına yararlı bir ortam sağlayabilirler. Özellikle genç ana-babalarda artan boşanma oranları kısmen bu tür nedenlerle de bağlantılı olabilir (Fişek ve Scherler, 1996).

Eşler arasındaki anlaşmazlığın bir sonucu da boşanmadır. Ancak son zamanlarda artan oranlarda başka bir sonuç görülmektedir; bu da kadına yönelik cinayete varan şiddettir. Kadının ezilmesinin, şiddet dâhil kötü muamele görmesinin kadim geleneğimizin bir parçası olduğunu başlardaki kısa tarih bölümünde gördük. Ancak bu olgu bugün daha farklı yönlerde gelişiyor. Toplumdaki genel değişim rüzgârından etkilenen, özgürleşmek, kendisini bir birey olarak var etmek isteyen kadın, bunu öyle ya da böyle açığa vurmaya kalktığında, erkini kaybetme korkusundaki erkeğin öldüresiye şiddete baş-

vurması giderek daha sık görülen bir olgu hâline geliyor. Erkeğin erk kaybı korkusu sadece kadından kaynaklanmıyor gibi.

Boratav ve arkadaşlarının araştırması (2014) evli erkeklerin kimliklerini tanımlamada en yaygın olarak kullandıkları tanımın "evin geçimini sağlamak" olduğunu göstermişti. Bugünün olumsuz ekonomik koşulları erkeğin erkekliğini yaşayabilmesini zorlaştırırken, kadının "ben senden ayrı olarak var olabilirim" demesi, başkaldırı olarak algıladığı bu tavır karşısında donanımsız kalan erkeği şiddete itiyor olabilir.

Geleneksel sistemimizde erkek çocukların yetiştirilme tarzının onların bu tür karşı çıkmalarla ruhsal zedelenme yaşamadan baş etmesine hiç de yardımcı olmadığı görülüyor. Ailesinin adını sürdürecek "veliaht" olarak yüceltilen, aynı zamanda ailesinin şerefini ileriye taşımakla yükümlü olan erkek çocuk, bunu yapmakta yetersiz kaldıkça kendine güvenininin kof olduğunu deneyimleyebilir. Dedesinin adını taşımak zorunda olan erkek, çocuk kendisinin ayrı bir birey olarak görülüp görülmediğinden emin olamayabilir. Yetişkin yaşta karşılaştığı ketlenmeler onu iyice zorlayabilir. Kız çocukların da farklı şekillerde zedelenmelerle büyümelerinin bazılarını şiddet karşısında çaresiz bıraktığı da açıktır. Ezilseler de hemcins dünyasında paylaşım ve destek şansı bulanlar, görece daha dirençli bir dayanıklılık geliştirebilirler; ama depresif çaresizlik onları sıklıkla bekleyen bir risktir.

Ataerkil düzenimizin günün koşullarına uymadığı, dış dünya tarafından sunulan farklı yaşam imkânlarının her iki cinsiyete de çekici geldiği kadar zorlayıcı olduğu kesin. Ancak bu konuda gelişen bireysel farkındalık kadın tarafından erkeğe göre daha çabuk algılanıp içselleştirilebiliyor; onun kaybedeceği bir şey yok, tersine kazanacağı bir kimlik var (Altınay ve Arat, 2007). Oysa kaybedeceği şeyin kimlik tanımı olması ve yeni bir kimlik geliştirecek bir söyleme ulaşamaması, erkeği şiddete sürüklüyor gibi görünüyor.

Şiddet konusunda şunu ifade etmekte yarar var: Bu olumsuz olguyu anlamaya çalışmak, onu kabul etmek, erkeği mazur görmek anlamına gelmez. Şiddete başvuran erkek bunun cezasını çekmelidir. Ancak bu olguyu anlamaya çalışmazsak değiştirme olanağından da mahrum kalacağımız açıktır (Goldner, Penn, Sheinberg ve Walker, 1990).

Değişimle gelen olası risklerin bireyin iç yaşantısına yansımalarına bakarsak, daha önce sözünü ettiğim çatışmaların içselleştirilmiş hâlini, yeni gelişen kişisel isteklerle, eski usul ilişkisel alışkanlıklar, içselleştirilmiş kimlik şablonları arasındaki mücadeleyi görebiliriz. Özgürleşme, bireyliklerini yaşama çabasında olan kişiler, ilişkileri yönetmek, özellikle de ailelerini kırmak ve

düş kırıklığına uğratmak konusunda bir iç gerilim yaşayabilirler. İlişkisel süperego diyebileceğimiz bu unsur, onları diğerlerinin tepkisine fazlasıyla duyarlı kıldıkça öfkeye de yol açar. Öfkeyi yönetmek özellikle kadınlar için zordur. Bilinmeyen varoluş tarzlarına açılma kaygısı, özerkliğe doğru genişleyen benlik unsurları ile biz-ben hâlinin karşılıklı çekimi, iç gerilimi dayanılmaz kılabilir. Bunun yanı sıra çevrelerine karşı kendilerini ifade etme konusunda deneyimsizlikten dolayı kaygı yaşayabilirler. Yeni gelişen benliklerinin, düşüncelerinin, duygularının yakınları tarafından tanınmasını, görülmeyi isterler. Bu istek karşısında duyulmamak, anlaşılmamak, daha da kötüsü reddedilmekle ilgili kaygılar yaşarlar.

Bireyin değişme çabalarını zorlaştıran bir unsur da kişinin bilinçli farkındalık düzeyinin farklı ilişkisel alanlarda farklı olmasıdır. Kişi kültür ve toplumca açık seçik ve net olarak dayatılan yaklaşımlara karşı durmak konusunda daha cesur olabilir. Kültürce sunulan ve öğretilen ilişki paradigmaları yeni bilgiler, fırsatlar ve umutlar ışığında bilinçli değerlendirme sonucu reddedilebilir. Önceki bölümlerde sözünü ettiğim, özerkleşme yolunda ilerleyen gençlerin "eleştirel düşünce" dedikleri budur. Ancak yakın ilişkiler bağlamında oluşmuş ilişkisel alışkanlıkları, biz-ben hissinin içlerine işlemiş yankılarını değerlendirme ve onlara karşı koymayı bilinç düzeyinde farkındalık içeren bir şekilde yapmak kolay değildir.

Bunun en somut örneğini kadın-erkek ilişkilerinde görebiliriz. Değişen toplumsal söylem kadına "Özgür ol.", erkeğe de "Kadının özgürlüğünü kabul et." derken, büyürken aile içinde deneyimlenen yakın ilişki parametreleri, örneğin anneden ya da babadan örnek alınan yaklaşımlar, bireye farklı bir şablon dayatıyor olabilir. Bu şablonların tutucu çekimi değişimi ketleyebilir; tüm bu süreçlerin bilinç dışında gerçekleşmesi işi daha da zorlaştırır. Bu konuyu daha sonra kuramsal olarak zihinsel temsiller bağlamında ele alacağım. Şimdilik bu gerilimle ilgili bir danışanımdan örnek vermekle yetineyim:

> Eşi gibi kendisi de çalışan genç bir kadın ev düzeninden şikâyetçiydi. Evdeki açık söylem "Akşama ne yemek varsa yeter." şeklinde iken erkek kendi ailesinden alıştığı düzeni bekliyor ve bir şekilde onu eşine iletiyordu. Kadın da bu duruma hem kızıyor hem de isteneni yapmaya çabalıyor, yapamayınca suçluluk ve kızgınlık arasında gelgitler yaşıyordu. Annesinden örnek aldığı ve her gereği yerine getirmek üzerine kurulmuş bir ilişkisel benlik tanımı karşısında kendi özgün benlik tanımını sorgulayamıyor, eşinin sunduğu gereklerle kendi yeni gerekleri arasında sıkışıyordu. Onun gerginliğinin kaynağını anlamayan eşi onu suçluyor, bu durum genç kadını daha da geriyor, olay içinden çıkılmaz bir hâl alıyordu.

Şu bir gerçek ki birçok kişi kendine özgü sorunlar, ailelerinin ilişkisel dinamiklerinden kaynaklanan sıkıntılar yaşayabilirler, patolojik denilebilecek savrulmalara itilebilirler. Ancak toplumsal değişimin getirdiği unsurlar bu tür sorunların içine sızan etmenler olabilir ve anlaşılmalarında yarar vardır. İşte bir vaka örneği:

> Geleneksel bir ailenin kızı, küçüklüğünden beri ağabeyinin daha değerli olduğu, onun başarılarının ödüllendirildiği, kendisinin görülmediği hissiyle büyümüştü. Sanki kendisinden beklenen etkisiz bir ev kadını olan annesine benzemesiydi. Bu beklentiye duyduğu isyanla kendini değerli kılmak için üniversitede başarılı olma yoluna gitti ve başardı da. Ancak bu başarı ilişkisel yoksunluğuna yanıt olamıyordu. Öfkesi ve kaygısı bu sıkıntının çözümünü ailesiyle yüzleşerek aramasını engelliyordu. Peşpeşe girdiği hatalı ilişkiler ailesine karşı bir isyanı temsil ederken, içindeki görülme ihtiyacını karşılamadığı gibi onu yoğun bir suçlulukla da karşı karşıya bırakıyordu. Savruk yaşamından kurtulmak için girdiği evlilikte de aradığını bulamadı. Çalışmayı bırakıp annesi gibi bir ev kadını olması onu etkisizleştirdiği gibi, eşi de onu anlamaya niyetli değildi.

Eski ve yeninin yan yana olmasının yarattığı zıtlık çok yoğun olunca sorun çıkıyor; yeni ögeleri kendi benliği içine yoğurmakta zorlanan kişiler bu zıtlıkları kendi ilişkilerine yansıtıyorlar. Daha zoru, toplumun öngörülerini sorgularken kendi geçmiş deneyimlerinin konuyla ilgili doğrularına çarpınca iç çatışma yaşıyorlar. Ayrıca yeni gelişimsel arayışlar geleneksel normlardan fazlaca uzaklaşırsa hoşgörüsüzlük ve reddedilmeyle karşılaşılıyor, yalnızlıkla baş etmek gerekliliği ortaya çıkıyor. Yakınlarından kabul ve destek ararken kendi özerkliğinde ısrarcı olmak kolay değildir. Dışarısı tarafından reddedilmek bir zorlukken kişinin kendi iç mahrem benliğinden ayrı düşmesi ve anlayamadığı iç çelişkiler ve dirençlerle baş başa kalması durumu, iç çatışmayı dayanılmaz kılabilir. Bir danışanımın yaşadığı sıkıntı buna örnek verilebilir:

> Taşra kökenli, eğitimli bir profesyonel kadın erkek arkadaşıyla birlikte yaşadığını başka bir kentte yaşayan ailesine bildiremiyordu. Ne kadar anlayışlı olurlarsa olsunlar bu kadarını kaldıramayacaklarını düşünüyordu. Çözüm olarak erkek arkadaşıyla birlikte sanal bir kadın ev arkadaşı hikâyesi yaratmışlardı. Ama ailesini evine davet edemiyordu. Genç kadın yoğun bir sadakatsizlik ve suçluluk hissine karşın durumu değiştirme konusunda adım atamıyordu. Bu iç çatışmaya erkek arkadaşıyla paylaştığı ortak yaşamı yürütme zorlukları da eklenince yaşadığı gerginlik somatik belirtilere kadar varmıştı.

Ailedeki dengeler özellikle mesafe kaybı yönünde bozulunca, genç birey aşırı duygusal iç içelik, sınırsızlık, yapısızlık riski karşısında, ayrışıklığı sağlamak için başka yollar aramaya başlar. Bir yandan kendi isteğinde ısrarcıdır, kendini geliştirmek ister; diğer yandan alıştığı, güven sağlayan yakınlığı yitirmek istemez. Özgürlük de ister, bağlılık da. Özgürlüğün içerdiği sorumluluk ürkütücü, bağlılığın içerdiği diğerine karşı saydamlık boğucu olur. Hatta bazı istek ve korkularını isimlendiremez; kendini tanımak ister, kendisine yabancı hisseder. İç çatışma yoğundur: Özgürlük-bağımlılık, yalnızlık-birliktelik, başına buyrukluk-sadakat, kendi seçimini yapmak-sunulanı almak, kırmak-uymak gibi ikilemler yaşamsal, ama aynı zamanda yaratıcı bir gerilim yaratır. Sonuç olarak yeni bir senteze doğru gitmenin sancısı olan bu durum semptomatik olgulara yol açabilir.

İç çatışma şu şekillerde ifade bulabilir: "kendini bulma, tanıma, kimliğini geliştirme isteği", "inançlarını uygulamaya koyamamak", "kendini ortaya koyamamak" ve "ne istediğini bilememek". Çatışmanın kaynağını bulamamak savunmacılığı arttırabilir. Kendisiyle barışık olmayan kişi mutlaka ilişkiler konusunda da güçlük yaşar; hem kendisini hem de ötekini suçlamaya başlar. İşte bir danışanımın yakınması:

> İnandığım gibi davranırsam onları üzmekten, kırmaktan korkuyorum... Hakkımı nasıl savunacağım? ...Annem sadece onun doğruları doğruymuş gibi konuşuyor, beni hiç dinlemiyor.

Önceki bölümlerde örneklerini verdiğim genç insanlar tüm yukarıda saydığım gerilimleri yaşıyor, yine de dengeli bir yaşam tarzı kurabilmiş görünüyorlar. Onların bunu becerebilmesini aileleriyle kurdukları güven ilişkisine bağlıyorum. Kuramcıların "güvenli bağlanma" adını verdiği ilişkisel varoluş tarzının bu gençlerin dayanıklılığına katkı sağladığını düşünüyorum. Bu tür bir güven ve içsel iyilik hissi olmadıkça yukarıda sözünü ettiğim güvensiz ve yapısız çocuklar geleceğin sorunlu, iç yapısı gelişmemiş, daha önce sözünü ettiğim "iç disiplini" oluşmamış bir benliğe sahip yetişkinleri olmaya adaylar.

Bu tür sıkıntılar gençlerin çeşitli şekillerde savrulmalarına yol açabilir. Bunlardan günümüzde en sorunlu olanlarından bazıları uyuşturucu kullanımı, sorumsuzca girilen yüzeysel cinsel ilişkiler, yaşamda, eğitimde ileriye yönelik yön çizememek, boşluk ve anlamsızlık deneyimleri gibi olgulardır. Ancak iç içe geçen sistemler düşüncesine sadık kalacaksak, maalesef günümüz dünyasının bu kişilerin yaşamlarında anlam bulmaları için pek de uygun bir ortam sağlamadığını da göz önünde bulundurmalıyız.

Bu tür sorunlar daha çok ergenler ve genç yetişkinler için geçerli. Daha küçük çocuklar benzer duyguları daha yoğun yaşayıp kendilerini daha fazla boşlukta hissedebilirler. Ve onlar için bu gerilimi yaratıcı bir şekilde dönüştürmek de henüz mümkün olamayabilir; bunun için ana-babalarının desteği olmazsa olmazdır. Yukarıda sıralanan türden bir duyguyu yedi yaşında bir çocuk nasıl dillendirebilir? Belki onun için açık olan tek yol huysuzluk, hırçınlık ya da içine kapanma olabilir.

Kırsal kökenli, görece kapalı bir ortam içinde kendini geliştirmeye çabalayan bir genç kadın danışan söz konusu bu gerilimleri şoyle tanımlıyor:

> Kalabalık bir aileden çıkıp kendi küçük dünyamızı kurmaya çalışmak bizi zorluyor. Bu tür tanıdığım çoğu genç depresif. Mesele büyük manevi değeri olan küçük destekleri kaybetmeden kendi ortamını kurmak.

Belki bu genç kadının sözleri de durumu özetliyor. Değişime açık ailelerin ve bireylerin sorunu, geleneğin sağladığı yakınlık ve desteği yitirmeden değişimin sağladığı özerk seçim olanağına açık olmak. Bu nasıl gerçekleşebilir? Nasıl bir kavramsal çerçeve yararlı olabilir?

Bu aşamada önceki bölümlerde dile getirdiğim kavramları klasik ve güncel psikanaliz açısından değerlendirmeye çalışmakta yarar var. Daha sonra değişimin getirdiği sorunları, güncel psikanalize ait bazı kavramlarla ele almaya çalışacağım.

ÜÇÜNCÜ KISIM

Psikanaliz ve Benlik

6

Karşılaştırmalı Psikanalitik Arayışlar

Benlik yapılanması konusunda Türkiye'de yaptığımız çalışmalar Roland'ın daha önce sunduğum kavramlarıyla uyumlu görünüyor. Gerek geleneksel ailevi benliğin gerek değişimin yarattığı olanak ve riskler anlamlı bir portre ortaya çıkarıyor; ancak bizi birtakım sorularla da karşı karşıya bırakıyor. Roland zamanının psikanalitik kuramını temel alarak bir açıklama yapmıştı. Bu yaklaşımı ve önceki bölümlerde dile getirdiğim düşünceleri nasıl bir güncel çerçeveye oturtabiliriz? Roland'ın kültürlerarası psikanalitik yaklaşımı gerek klasik gerekse güncel psikanalitik yaklaşımla nasıl bağdaştırılabilir? Ortaklıklar ve farklılıklar nelerdir? Değişimin yarattığı zorluklarla boğuşanlara yönelik yeni bir sentez arayışına nereden başlayabiliriz? Bu sorulara yanıt aramaya bu bölümle başlayacağım.

BİREYSELLEŞME VE NESNE İLİŞKİLERİNE KARŞILAŞTIRMALI BİR BAKIŞ[1]

Aile sistemi bağlamında şematik olarak tanımladığım benliği ve birey düzeyinde tanımladığım Roland'ın anlatımıyla uyumlu benlik gelişimini daha ayrıntılı bir psikanalitik yaklaşımla nasıl ele alabiliriz? Bu soruyu yanıtlamak için önce klasik psikanalizin bireyselleşmeye, yani bebeğin benlik gelişimine nasıl baktığını karşılaştırmalı eleştirel bir bakışla ele alacağım. Ardından Do-

1 Bu bölümde yazılanların bir kısmı 2009'da yayınlanmış "Self development, individuation and culture: a psychoanalytic search" [Kendilik Gelişimi, bireyselleşme ve kültür: Psikanalitik bir arayış] adlı makalemden alınmıştır.

ğu kültürlerinde görülen farklılıklara değineceğim. Son olarak, gelişim ve bireyselleşmeye yönelik olarak daha kapsayıcı bir bakış açısı sağlamaları nedeniyle bebeklik araştırmalarının ve nörobilimin katkılarına odaklanacağım.

Burada, bireyselleşmeyi çocuğun nasıl ayrışmış bir birey olarak geliştiği anlamında kullanıyorum; bu gelişmeyi anlamak Freud'dan bugüne psikanalizin temel çabalarından biri olagelmiştir. Kültürlerarası duyarlılık sergilemeyen diğer psikolojik kuramlar gibi, benlik gelişimine değinen paradigmatik psikanalitik yaklaşım da bireyci bir eğilim gösterir (Modell, 1993; Roland, 1995). Bu eğilimin farkında olmak özellikle Batı dışı kültürlerde çalışanlar için uygulama açısından olduğu kadar kuramsal açıdan da önemlidir. Günümüzde çoğu kişilik, psikopatoloji ve psikoterapi kuramı Batı kökenli olup, o bağlamların sorunsallarına yöneliktir. Her ne kadar bu sorunsallar evrensel nitelikler taşıyabilseler de konu yerel olguları anlamak ve o anlayışa dayanan müdahaleler geliştirmek olunca yanlış yorumlamalar ortaya çıkabilir (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999). Yerel kuramcıların ve uygulayıcıların kimi evrensel geçerlilik iddialarını sorgulamaları ve "evrensel" olanın ne ölçüde "yerel" olanla bağdaştığını her inceleme düzeyinde değerlendirmeleri önemlidir.

Klasik Psikanaliz ve Benlik Gelişimi

Psikanalitik gelişim kuramı Freud tarafından ortaya konulduğundan beri çeşitli evrelerden geçmiştir. Farklı psikanalitik ekoller farklı unsurları vurgulamış olsalar da yakın zamana kadar egemen olan klasik kuramsal yaklaşım, erken dönem benlik gelişiminin hedefini şöyle tanımlar: Sınırları olan, bütünsel ve ilişkisel açıdan ayrışık bir benliğe ulaşmak. Edith Jacobson'un (1964) yaptığı tanımlama kuramın en net ifadesi olmuştur ve güncel tanımlamalara (ör. Otto Kernberg, 1976) temel oluşturur. Jacobson benliğin doğumdan başlayan gelişimini ve bebeğin ayrı bir birey olma sürecini anlatırken devrinin benlik psikolojisi kuramı çerçevesi içinde çok ince ve anlamlı analizler ve açıklamalar yapmış önemli bir kuramcıdır. Burada sorgulamak istediğim, onun açıklamalarının ne ölçüde kültürünün kodlarını taşıdığı konusudur.

Jacobson'a göre, yenidoğan, yaşamına henüz ayrışmaya uğramamış bir "psikofizyolojik enerji" (1964, s. 14) ile başlar. Annesi tarafından sağlanan doyum ve ketlenme deneyimlerinin yanı sıra bebeğin kendi organizmik süreçleri, tümgüçlü düşlemleri [omnipotent phantasies] vb. sonucunda, bu enerji zamanla "libido" ve "saldırganlık" [aggression] şeklinde ikiye ayrılır. Bu iki dürtü, yani libido ve saldırganlık, bebeğin deneyimlediği "haz" ("pleasure") ve "haz-karşıtı duygulanım" ("unpleasure") ile ilgili bellek unsurları-

nın yeni yeni gelişmekte olan ben ve öteki (anne) temsilleriyle ilişkilendirilmesini sağlar. Anne ile bebek arasındaki olumlu etkileşim, deneyimleri bebeğin zihninde olumlu, haz duygularına bürünmüş ben ve öteki imgelerinin, yani zihinsel temsillerin oluşmasına; olumsuz deneyimler ise rahatsızlık ve tepki duyguları içeren ben ve öteki temsillerinin gelişimine yol açar. Bebek başlangıçta yaşadıklarının nereden kaynaklandığını ayırt edemediği için, ben ve öteki temsilleri geçirgen olup kolaylıkla birbiriyle tekrar tekrar bütünleşip ayrışabilir hâldedir. Ancak zamanla kalıcı olarak farklılaşır; ben temsilleri öteki temsillerinden ayrışır. Mesele bu ayrışmanın nasıl gerçekleştiğidir.

Bebek olumlu olanı içine almak, kendine mal edip kendini olumlu tanımak yönünde bir zihinsel eğilime girer. Bu eğilim zamanla, başta anne olmak üzere, öykünülen kişilerle "özdeşleşme" [identification] süreçlerine de temel oluşturur. Bebek olumsuzu ise reddetmek, dışarıya atfetmek, ötekine yansıtmak, yani öfke/saldırganlık göstermek yönünde davranır. Jacobson bu işlevleri "içe atım" [introjection] ve "dışa atım" [projection] olarak tanımlar. İşte bu zihinsel süreç Jacobson'a göre bireyselleşmenin, ayrışmanın ilk adımlarını oluşturur (1964, s. 39). "Bebeğin anneden *ayrılması* ve sonuçlanan bireyselleşme süreci... insanoğlunun kimlik oluşumu için *zorunlu* görülmektedir." (s. 30, vurgular eklenmiştir). Jacobson'a göre, bebeğin bireyselleşmesiyle başlayan süreç, kişinin çevresiyle ilişki içinde yaşayabilmesini sağladığı kadar, "kendi *bireysel özgürlüğü* için gerekirse mücadele ederek... kendini ortaya koymasını sağlar." (1964, s. 31, vurgular eklenmiştir).

Bu işlevi yapabilmek için bebek "saldırganlığını onu ketleyen nesnelere, libidoyu ise kendine yöneltmek eğiliminde olur" (s. 56). Böylece libido ben ve öteki imgelerini birleştirmekte işlevselken, saldırganlık "normal sınırlar içinde, nesneler ve benlik arasındaki farkı bulma sürecini pekiştirir" (s. 55). "Sadece sevgi dolu unsurlar değil, saldırgan unsurlar da... bebeğin kimlik hissini oluşturmasını sağlar" (s. 61). Zamanla "onun narsistik genişlemesi ve bağımsız işlev görmesi" (s. 50) aile içinde gelişen öykünmeler, çatışmalar ve rekabetlerle de desteklenir ve ödipal dönemde doruğa erişir. Giderek kalıcılık kazanan bütünleşme süreci ile "ego bütünleşmesi"ne [ego integration] ulaşılır.

Kısaca özetlersek, gerek anneden gelen ve bebeğin olumsuz olarak algıladığı kısıtlamalardan kaynaklanan, gerekse bebeğin kendi ürettiği öfkeli tepkileri, dozunda olmak kaydıyla, bebeğin ben ve öteki temsillerini ayrıştırıp kendisinin farkına varmasına yardımcı olur (Jacobson, 1964; Mitchell ve Black, 1995, s. 52). Anlatılan süreç daha sonra Mahler (1975) tarafından tanımlanan "ayrılma-bireyleşme" [separation-individuation] sürecinin mikroanalizidir.

Tabii ki burada sözü edilen süreç psikodinamik olarak libido ve saldırganlık güdülerinden kaynaklanan motivasyonla ve duygulanımla yoğrulmuş temsilleri içeren bir ayrışma sürecidir. Bu reddediş olgusunu gerek klasik kuram gerekse nesne ilişkileri kuramları "nefret" diye de nitelendirip, Jacobson gibi, bireyselleşmenin temelini öfke ve sevgi ikileminde ararlar (ör. Winnicott, 1971). Hatta sanki ötekinin özgün varlığı bebek tarafından istenmeyecek, reddedilecek bir şeydir; ta ki bebek benliğinin var olması için ötekinin varlığının gerekli olduğunu anlayana kadar. Aslında, Jacobson ve diğerlerinin işaret ettiği durum, bebeğin ötekinin farklı olduğunu anlamasıyla ilgilidir. Daha sonra farklılıkların anlaşılmasının önemini vurgulayan yeni yaklaşımlar da göreceğiz.

Bu anlatım bizi önemli bir soru ve önemli bir yanıtla karşı karşıya bırakıyor. Öfkeye pek de gerek yaratılmadığı, öfke ifadesinin özendirilmediği bir anne-bebek ilişkisinde ben ve öteki arasındaki ayrım nasıl oluşur? Ketlenme az, doyum çok olursa herhâlde öfke tepkilerine daha az gereksinim doğar. Jacobson'a göre, bebek için öfkeyle dışa atma gereği azalırsa, ben ve öteki ayrışmasındaki motivasyonel unsur yeterli rol oynayamaz. Ben ve öteki temsilleri daha uzun süreler geçirgen ve iç içe kalır, benlik sınırlarının, ego ve süperegonun gelişmesi yavaşlar, "normal" bireyselleşme süreci zedelenir (1964, s. 57); ötekinin farklı bir birey olduğunun kabulü zorlaşır. Yani birey pek de gelişememiş bir benliğe sahip olur. Pek de gelişememiş benliklerin de psikopatolojiye namzet benlikler olduğu açıktır.

Doğu'daki Durum

Şimdi bir de bir Doğu örneğine bakalım. Alan Roland'a göre (1988, 1995) Hintli anne tarafından "bebek ve küçük çocuğa fiziksel ve duygusal olarak son derece tatmin edici" bir ilişki sunulur (1988, s. 231). "Anne bebeğin... arzularını... anında tatmin eder, imkân oldukça bebeğe destek olur ve korur." (1988, s. 232). Annenin mümkün olduğunca anında doyurma ve koruması karşısında, bebeğin "kendini ortaya koymasına" [willful assertion] (Roland, 1988, s. 232), çatışma yaratmasına pek gerek kalmaz; tersine anneye karşı bir şükran hissi gelişir.

Eğer bebeğin bireyselleşmesi ketlenme ve öfke motivasyonuyla gelişen ben-öteki farkındalığını gerektiriyorsa, Doğu bağlamında bu olgunun gerçekleşmesi için yeterli zemin yok gibi görünür. Tam tersine benlik hissi önceki bölümlerde değindiğim gibi "biz" olmayı da içerir, ben ve öteki temsilleri bağlantılı, ego sınırları duygusal alışverişe açık ve geçirgendir. Bu yoğun birliktelik sonuçta "içsel bir iyilik hissi, korunma ve diğerine güvenme duygusu"

(Roland, 1988, s. 233) oluşturur. Ama ayrışıklığı pekiştirecek uygun ketlenme ve üstelik özerklik çabalarına destek yoktur. Tersine, anneyle bu uzun birliktelik çok daha "bizlik" içeren, ben ve öteki imgelerinin daha bağlantılı olduğu, dış ego sınırlarının başkalarıyla sürekli duygusal alışveriş ve duygusal iç içelik içerdiği bir benlik hissini destekler:

> Aşırı ben-öteki ayrışması ve ayrılık hissi yüksek tatmin ve yakınlık yoluyla gizli bir şekilde baskılanır... Bu kesinlikle Batılı çocuğun optimal ketlenmesinden farklıdır (Roland, 1988, s. 233).

Roland'a göre Japon kültüründeki "uzun süren simbiyotik annelik... çocuğun içsel duygularına anne tarafından yüksek derecede empati" (1988, s. 275) karşısında, çocuğun anneye duyarlılığı daha da belirgin hâle gelir. Japon kültürü özelinde bu türden anne-bebek ilişkisi özel bir terimle "amae" olarak adlandırılır. *Amae* kavramını psikanalitik çevrelere ilk sunan kişi psikanalist Takeo Doi olmuştur (1971). Ona göre amae kavramı Japon kültürü özelinde "bağlanma ve bağımlı olma kavramları arasında bir köprü vazifesi görerek... [fiil hâlinde] bir ötekinin sevgi ve müsamahasını varsayan bir davranıştır" (Doi, 1992, s. 8). Doi bu kavramı bir ruhsallık içi süreç olarak açıklamışsa da daha sonraki yazarlar bir derginin özel bir sayısında bu konuyu ele almışlar ve bunun karşılıklılık içeren kişilerarası bir olgu olduğuna, annenin bu süreçte bebeğe mutlak bir davetkârlık gösterdiğine işaret etmişlerdir (Maruta, 1992; Okonogi, 1992; Watanabe, 1992). Roland'a da referans veren Maruta, bu sürecin bebek için "neyin her ikisi için de rahat" olduğunu öğrenip "anne ile etkileşim temsilleri" oluşturmasına yaradığını ifade eder (1992, s. 16). Tıpkı Roland'ın dediği gibi, çocuk ötekinin ifadelerini okumakla haşır neşir olmayı öğrenir (Okonogi, 1992). Yukarıdaki yazarların değerlendirmelerini derleyen Behrens (2004) *amae* kavramının çok boyutlu olduğuna ve hem bebeklikte hem de sonraki yaşamda geçerli olan bir ilişkiye işaret eder. Ayrıca bu kavramın olumlu ve olumsuz tezahürleri olduğunu belirtir. Özetle, bu ilişkisel kavram en azından Japon anne-bebek ilişkisindeki duyarlılığın ince ayrıntılarını ortaya koymaktadır.

Kanımca bu tür bir gelişim süreci bu yazıda sözünü ettiğim ailevi benlik ve onun alt unsurlarının altyapısını oluşturmaktadır. Özetle anneyle yaşanan yoğun ilişkinin bebekte bir biz-ben duyarlılığı geliştirdiğini; bu sürecin Batı örneğinden belirli bir şekilde farklı olduğunu gösteren bir süreçten bahsettiğimiz açıktır. Bu anlatımların ifade ettiği süreç de belki Roland'ın anlattığı "birliktelik-karşılıklılık" [symbiosis-reciprocity] sürecinin mikroanalizidir.

MİKROANALİTİK BİR DEĞERLENDİRMENİN İMALARI

Jacobson'ın anlattığı süreç "ayrılma-bireyleşme" sürecinin mikroanalizi, Roland'ın anlatımı da "birliktelik-karşılıklılık" sürecinin mikroanalizi ise, bu süreçleri karşılaştıracak görece yansız görgül bir alana gereksinimimiz var. Bu alanı erken dönem anne-bebek ilişkisini mikroanalitik bir yöntemle inceleyen Beatrice Beebe ve arkadaşlarının çalışmalarının sağlayabileceğini düşünüyorum. Bu grup uzun zamandır anne-bebek ilişkisini çok ayrıntılı bir şekilde incelemekteler (Beebe ve Lachmann, 2002, Beebe, Knoblauch, Rustin ve Sorter, 2005; Beebe, Jaffe, Markese, Buck, Chen, Cohen, Bahrick, Andrews ve Feldstein, 2010; Beebe ve Lachmann, 2014). Bu araştırmalarda anneler ve kabaca dört aylık bebekleri arasındaki sözsüz iletişim ve mikrosaniyeler içinde gelişen karşılıklı alışveriş filme çekilerek kodlanmış ve ikilinin birbirlerinden nasıl etkilendiği ve birbirlerini nasıl etkilediği, özellikle duygulanımsal iletişimin nasıl geliştiği, açıldığı ya da ketlendiği resmedilmiştir. Bu çalışmaların önemli bir bulgusu, bebeğin, deneyimlerini pasif bir şekilde içselleştirmektense, kendi çapında aktif bir katılımcı olarak süreci etkilediğidir.

Özellikle ilginç olan konu, araştırmacıların bebek-anne ikilisinin karşılıklı alışverişinde her ikisinin de kendi iç deneyimine odaklanma, "özdüzenleme" [self regulation] ya da ilişkiye odaklanma, "etkileşimli düzenleme" [interactive regulation] davranışlarıyla ilgili saptamalarıdır. Bu davranışları kendine ya da etkileşime odaklanma açısından iki ucun bulunduğu bir boyut olarak düşünürsek, bu uçlardan birinin ağırlık kazanmasının, potansiyel olarak düzenleme sürecine, yani kendini ya da etkileşimi düzenlemeye yönelik bir "eğim" [tilt] (Beebe ve Lachmann, 2002, s. 220) ya da yatkınlık oluşturduğu ortaya çıkar. Bu eğimde bireysel farklılıklar görülmüştür; yani belli bir anne ya da bebeğin, ilişki sürecinde kendini ya da etkileşimi düzenleme açısından farklı noktalarda, eğimlerde etkileşim kurma eğiliminde olduğu bulunmuştur. Özetle, anne ya da bebeğin eğim tercihi, ileriye yönelik imaları da olan birer bireysel fark olarak ele alınmıştır. Bu ekibe göre bebek, bu karşılıklı etkileşim sayesinde annesiyle arasındaki benzerlik ve farklılıkları algılamaya başlar; bu algı, araştırmacılara göre, tıpkı Jacobson'ın dediği gibi, önemlidir. Bu konuya daha sonra tekrar geri döneceğim.

Beebe ve Lachmann (2002) bu eğim tercihinin güvenli ya da güvensiz bağlanmayla sonuçlandığını ileri sürerler. "Denge Modeli" [Balance Model] (2002) dedikleri model şunu öngörür: Annenin esnek bir şekilde, durumun gereğine göre bazen kendini düzenlemeye, bazen de etkileşimli düzenlemeye ağırlık vermesi eğimin ortada olduğuna, ilişkide bir "denge" olduğuna işaret

eder. Bebek de buna ayak uydurur. Bu esnek dengenin dışında kalan, yani kendini ya da etkileşimi düzenleme tercihinin çoğunlukla ağır bastığı durumlar, bebeğin iç organizasyonunu olumsuz etkiler. Bu iddiayı destekler şekilde, Beebe ve Lachmann (2002) ve Beebe ve arkadaşları (2005), araştırmalarında etkileşimsel koordinasyon boyutunda orta noktalarda, dengede seyreden eğimin, yani davranış tarzlarının güvenli bağlanmayı, orta noktaların dışına kayan "dengesiz" koordinasyon eğimlerinin güvensiz bağlanmayı yordadığını bulmuşlardır.

Benim düşüncem, bu eğim tercihinin sadece bireysel bir fark olmadığı, aynı zamanda kültürel bazı tercihleri de yansıtabileceği yönündedir. Farklı kültürlerden anneler kendi kişisel tarzlarının yanı sıra kültürlerine de uygun olarak, ilişkisel düzenlemenin bir ya da öteki ucunu, yani kendini ya da ilişkiyi düzenlemeyi daha çok vurgulayabilirler. Bebek de annenin "eğim"ine içsel olarak kendini ve ilişkisel olarak etkileşimi düzenlemede uyum kurarak karşılık verebilir. Dolayısıyla bebeğin annesiyle etkileşim sürecinde geliştirdiği yaklaşımlar ve bunlarla ilgili temsiller, annenin ona sunduğu yaklaşımı, etkileşimli düzenlemede kullandığı eğimi, yani annenin kültürünü de yansıtabilecektir. Bebek, bu kültürel eğimle uyumlu şekilde, ya daha çok ayrılma-bireyleşme ya da birliktelik-karşılıklılık süreciyle uyumlu bir yaklaşım geliştirme yönünde ilerleyecektir.

Yukarıda Jacobson'un Batılı bebekler için çizdiği resimle Roland'ın Doğulu bebekler için çizdiği resmi dikkatle incelersek, eğim tercihlerinde ağırlığın değişebildiğini görebileceğimizi düşünüyorum. Örneğin birliktelik-karşılıklılığa yönelik tavır, annenin bebeğin aktif etkileşimsel taleplerini doyurucu şekilde kabul ederek bebeğin etkileşimsel düzenleme eğimine ayak uydurduğunu gösterir. Aynı şekilde, annenin etkileşimsel düzenleme eğimi de bebeğin buna ayak uydurmasına yol açar. Nitekim *amae* kavramının anne tarafından aktif olarak beslenen bir süreç olduğu ifade edilmiştir (Watanabe, 1992).

Farklı kültürlere ait eğim tercihlerinin ilişkisel deneyimleri ve ruhsallıkiçi ilişkisel temsilleri de etkileyeceğini düşünebiliriz. Örneğin bağlanma kuramı konusundaki kültürlerarası araştırmalar her kültürde güvenli bağlanmanın çoğunlukta olduğunu gösterse de Türkiye'yi de içine alan Doğu kültürlerinde Batı normlarına göre güvensiz bağlanma olarak sınıflandırılan "kararsız" [ambivalent] ya da "saplantılı" [preoccupied] uçta kümelenmelerin olabildiğini de göstermektedir (ör. Schmitt, Alcalay, Allensworth, Allik, Ault ve Austers, 2004; Sümer ve Güngör, 1999; Sümer ve Kağıtçıbaşı, 2010).

Daha önce aile sistemi kuramları bağlamında ve daha genel olarak Batı'nın "altın orta yol" ilkesinden söz etmiş ve bu ilkenin Batı dışı kültürleri patolojik sayma olasılığına değinmiştim. Aynı tehlike, yani kültürel norm ile evrensel sağlık ölçütlerinin karıştırılması olasılığı bu bağlamda da karşımıza çıkıyor gibi görünüyor. İtiraf etmeliyim ki yukarıda öne sürdüğüm düşünceler tahminden ibarettir; bildiğim kadarıyla bu konuda kültürlerarası bir çalışma henüz yapılmamıştır; o nedenle bu düşüncelerin sınanması gerekir. Ancak elimizde olan bilginin bu tür bir farklılığa işaret ettiğini de düşünmekteyim.

Sonuçta Doğu'nun birliktelik-karşılıklılığına karşın Batı'nın ayrılma-bireyleşme fikri bizi bir ikileme itiyor. Eğer bireyselleşmenin, klasik psikanalitik kuramın öngördüğü gibi optimal ketlenme ve kısmen bunun sonucu doğan saldırganlığa bağlı olarak geliştiğini kabul edersek, "aşırı tatmin"in gelişmemiş ya da az gelişmiş bir benliğe yol açacağını "ego ve süperego gelişmesini ve normal ayrışmayı yavaşlatacağını" (Jacobson, 1964, s. 56) kabul etmemiz gerekir. Farklı olarak Batı ile Doğu'nun temelde farklı iki olguya işaret ettiğini ileri sürerek göreliliğe dayanmak ise karşılaştırmalı bir psikanalitik analiz yapmayı, hatta herhangi bir karşılaştırma yapmayı engeller. Üstelik "ikili ayrımların" [dichotomy] içlerinde gizli hiyerarşiler barındırması tehlikesi de vardır; ayrı ama eşit olan, kolaylıkla ayrı ve farklı değerlerde (Batı Doğu'dan üstündür) görülür hâle gelebilir (Fişek, 2001, Hare-Mustin ve Marecek, 1988). Dolayısıyla tarafsız bir karşılaştırmalı psikanaliz için bir kültürün normlarını diğerine üstün kılmayan daha kapsayıcı bir paradigma gereklidir. Etkileşimsel düzenlemenin içerdiği süreçleri tanımlarken, farklı kültürel koordinasyon tarzları ve farklı düzenleme eğimleri farklı kültürlerde olağan görülürse, bu sürecin daha objektif bir şekilde anlaşılmasına olanak tanınabilir diye düşünüyorum.

Ayrılma-bireyleşmeye karşı birliktelik-karşılıklılık şeklinde iki farklı gelişim süreci ile karşı karşıyaysak, kaçınılmaz sonuç şudur: Bireyselleşmeyi tek bir seyir izleyen, tek boyutlu, tek ana teması olan bir yol olarak değil, aynı sonuca varabilen, karmaşık ve çeşitli yollar-seyirler olarak düşünmek durumundayız. Roland "Bireyleşme ile ayrışma arasında içsel [intrinsic] bir bağlantı yoktur." derken sosyal bireyselleşmeyi, rol farklılaşmasını kasteder (1988, s. 101). Roland ayrıca Doğu'da var olan, "insanların doğuştan farklı doğaları olduğu, farklılığın sorgulanmaz bir doğa verisi olduğu" inancına işaret eder (1988, s. 233). Yani Doğu'da birey olmak sadece gelişen bir potansiyel özellik değil, aynı zamanda bir veridir. Unutmamamız gereken diğer bir unsur da Doğu'da ve bizde, azalmakta olsa da bebeğin erken dönemden iti-

baren çoklu ilişkiler (ör. anneanne, babaanne vb.) içinde geliştiği gerçeğidir. Hiyerarşik ortama uygun ego becerileri geliştirmek de bireyleşmeye yol açar; farklı ortamlara ve ilişkilere duyarlılık sonucu geliştirilen ilişkisel beceriler, benzerlik ve farklılık deneyimleri bu bağlamda ele alınır. Ve belki de en önemlisi, bireyselleşme kişinin kendine sakladığı mahrem benlikte oluşur.

Bu tanımlamalara Türkiye için geçerli olabilecek bir örnekle devam edelim. Geleneksel Türkiye bağlamında da doğal kabul edilen bir hiyerarşik unsur, toplumsal cinsiyet konumu, sorgulanmaz bir ayrışma unsurudur. Bu durum özellikle erkek çocuk için belirgindir; her ne kadar annesi ile iç içe var olsa, yoğun doyum ve birliktelik yaşasa da daha ilk andan itibaren onun bir erkek olduğu, yani annesinden farklı olduğu net bir şekilde vurgulanır (Fişek, 1994). Bu konuda bir atasözü bile vardır: "Oğlumu ben doğurdum ama gönlünü ben doğurmadım." Dolayısıyla erkek çocuk için birliktelik-karşılıklılık dinamiğinin içinde bir ayrışıklık da vardır. Konuyu uzatmadan vurgulamak istediğim şu: Ailevi benlikte bireyselleşme, süreç içinde gelişen bir olgu olduğu kadar, sosyal tanımların öngördüğü, kültürce/toplumca kurgulanan [socially constructed] bir yapısal veridir. Özellikle geleneksel ailedeki hiyerarşi-yakınlık dengesi bu verinin altyapısını oluşturur. İşte tam bu bağlamda, toplumsal değişimin bu altyapı dinamiklerine yansımalarının ailelerde ve bireylerde yarattığı riskleri ele almak kritik önem kazanmıştır.

Sonuç olarak, Doğu'da çocuğun geliştirdiği benlik hissi üniter, tek yanlı bir his değil, farklı hiyerarşık ilişkilere göre tutum ve davranışını değiştirebilen, bağlamsal olarak farklılaşabilen, bu nedenle de tek bağlama endeksli olmayan ayrışmış; yakınlığın ön plana geçtiği durumlarda ise geçirgen, birliktelik-karşılıklılık temelinde yaşanan ilişkisel bir benlik hissidir. Bunun yanı sıra bebeğin ailedeki diğer kişilerle (ör. baba, kardeşler, vb.) ilişkisi sayesinde anneden ayrışması da söz konusudur. Bu tür bir ayrışma süreci gerek ikili ilişkiler gerekse aile düzeyinde, bir ölçüde, Batı anlatımında da söz konusudur (ör. Benjamin, 1998; Jacobson, 1964; Minuchin, 1974). Demek ki bireyselleşme sadece ikili bir süreç değil, tüm aileyi içerebilen sosyal bir süreçtir.

Özetlersek bireyselleşme çeşitli mekanizmalarla gelişebilir: Zamanla gelişen ego bütünleşmesi, genel bilişsel gelişim, öfke motivasyonlu dışsallıklar yaratma, toplumsal kalıpların içselleştirilmesi, çoklu ilişkiler yoluyla kendini konumlandırma ve nihayet birliktelik ve ayrılığı birlikte yaşatabilen çoğul bilinç/farkındalık sistemleri geliştirme. Bu sıralanan süreçlerde Doğu ile Batı arasında katı bir ayrım yapamıyorsak ne demeliyiz? Acaba Batı'nın bireyci,

Doğu'nun toplulukçu ideolojisini bir kenara bırakarak bireyselleşmeye bakarsak bu iki örnek süreç sanıldığı kadar aykırı olmayabilir mi?

Batı ve Doğu anlatımında görebildiğim esas fark, Doğu'nun, bireyin ruhsallık içi yaşantısını ele aldığı kadar, belki daha ağırlıklı olarak, ruhsallık dışı sosyal-yapısal verileri, kültürel-toplumsal öngörüleri de doğrudan bebeğin iç zihinsel gelişimine sunmasıdır. Batı'da ise bu dış öngörülerin daha belirsiz olduğunu, gizli kaldığını, onların yerine içsel dinamiklerin daha çok vurgulandığını görebiliriz. Belki en önemlisi, Doğu'da ailevi hiyerarşi ile tanımlanan rol ayrışmalarının Batı söyleminde pek de hesaba katılmamasıdır. Aslında Doğu, bireye sunulan kalıplara odaklanırken, bu kalıplara uzak duran Batı da bireye odaklanmayı yeğlemiştir. Birey ve kalıp odaklarının yanında, ikisinin de günümüze dek görece ihmal ettikleri şey ise bireylerin birbirleriyle nasıl ilişkiye girdikleri gibi görünmektedir.

Bütün bunlar da bize şunu söylüyor: Benlik gelişimi ve bireyselleşme farklı seyirler izleyebilir; ancak söz konusu olan algı, bilgi işleme, bellek süreçleri, duygulanımsal süreçler, içsel temsiller geliştirme gibi psikolojik süreçler evrenseldir. Farklı olan, ailelerin, kültürlerin bebeğe sunduğu içeriklerdir; bebek farklı içerik önermelerini aynı süreçler yoluyla içselleştirerek, özümseyerek içinde büyüdüğü kültürün bir bireyi olur.

Bu aşamada şöyle bir soru ortaya çıkıyor: Yukarıda anlatılan Doğu benliği toplumsal değişimle birlikte nasıl evriliyor? Daha önce anlatılan genişleyen benlik nasıl ortaya çıkıyor? Aşağıda bu konuda bazı tahminlerde bulunacağım.

DEĞİŞİMİN BENLİĞE YANSIMALARI: ZİHİNSEL TEMSİLLER, KÜLTÜR VE GENİŞLEYEN BENLİK

Daha önce toplumsal değişimin aile ve benlik düzeyinde izdüşümlerini daha geniş bir açıdan ele almıştım. Burada daha mikro süreçlere değineceğim; "Değişim bireyin iç zihinsel süreçlerine ne şekilde yansır, birey nasıl farklı bir varoluşa doğru evrilir?" sorusuna ilişkin bazı önermelerde bulunacağım. Bunu yaparken de yukarıda sözünü ettiğim çalışmalardan, özellikle erken bebeklik araştırmalarından yararlanacağım.

Değişimin benliğe yansımalarını anlamak için deneyimlerin zihinde nasıl kodlandığına bakmamız gerekir. Erken dönem bebeklik araştırmalarının (ör. Stern, 1985; Beebe ve Lachmann, 2002) temsil ettiği araştırma yaklaşımı için deneyimlerin zihinde nasıl yer ettiği, nasıl kodlandiği ve kalıcılık kazandığı önemli bir çalışma alanıdır. Bebekler yaşadıkları olaylarla ilgili bellek

unsurlarında ortak olan değişmez özellikleri çıkarsayıp soyutlayarak, prototipik anılar ve bu anılara ilişkin temsiller oluştururlar. İnsanlararası ilişkiler alanında bu prototipler "genelleştirilen etkileşim temsilleri" [representations of interactions that are generalized - RIGS], "birlikte-olma-şemaları" [schemas-of-being-with] (Stern, 1985, 1995) ya da "sembolleştirme öncesi oluşmuş beklentiler" [presymbolic expectancies] (Beebe ve Lachmann, 2002) olarak görülebilir.

Erken dönemde bu temsillerin kaynağı bilinçli algılamadan öte olup, anne ve bebek arasındaki bütünsel bir psikobiyolojik etkileşimin parçasıdır, sözsüzdür ve örtük bellekte, Schore'a göre sağ beyinde kaydedilir (Beebe ve Lachmann, 2002; Schore, 1994). Kaydedilen bu temsiller, sözsüz, duygulanım yüklü, çoğunlukla açık bellekte simgesel olarak henüz temsil edilememiş birlikte-varoluş-süreçlerinin temsilleridir; yani ağırlıklı olarak duygusal ve işlemsel [procedural], örtük anı kümeleridir; sözel bilince açık değillerdir. Bu deneyimler çocuk büyüdükçe kısmen simgeselleşebilir, açık bellekte kodlanabilir; yeni deneyimler oluştukça güncelleştirilir, açık bellekte temsil edilen yeni deneyimler bunlara eklenir. Ancak eskiden birikmiş olan sözsüz, örtük deneyim anıları da etkilerini sürdürür.

Zamanla, bu süreçler yinelene yinelene kalıcılık kazandıkça, bebeğin benliği açısından belirli bazı "baskın organizasyon ilkeleri"nin [dominant organizing principles] oluşumuna yol açar (Beebe ve Lachmann, 2002, s. 223). Bu baskın organizasyon ilkeleri, bebeğin daha sonraki deneyimlerini nasıl değerlendirdiğini, kodladığını ve içselleştirdiğini belirler. Baskın organizasyon ilkelerine "örtük ilişkisel biliş" [implicit relational knowing] de diyebiliriz (Lyons-Ruth, 1998; Stern, 2004). Bebek ilişkiye girdiği kişilerden ne bekleyeceğini, yüz ifadesi, ses tonu, beden dili ve davranışların ne ifade ettiğini dile dökemese de öğrenir; kendi tavrını bunlara göre belirler. İşte bu öğrenilen örtük bilişler, bebeğin zihninde oluşan baskın organizasyon ilkeleri olarak yaşamını ve ilişkilerini nasıl sürdürdüğünü belirler.

Anne-çocuk ilişkisi başta olmak üzere, yaşam boyunca bireyler arasında anbean yaşanan etkileşimlerden kaynaklanan temsillerin, doğumdan başlayarak oluştuğunu görüyoruz. Bu nedenle, deneyimlerin önemli bir kısmı sözsüz, hatta söze dökülemez yaşantılardan oluştuğuna göre, bebeğin zihnindeki baskın organizasyon ilkeleri de örtük, bilinçdışı olarak ilişki tarzımızın içine yoğrulur; bunlara "mikro düzey temsiller" (Fişek, 2002, 2009) ya da güncel bilişsel bilim diliyle "örtük bellek unsurları" diyebiliriz. Anne doğal olarak içinde büyüdüğü kültürün izlerini taşıyan bir şekilde bebeğine yakla-

şırken, bebek de annesinin yaklaşımına uyum kurdukça, gelişen baskın organizasyon ilkeleri annesinin ve dolayısıyla onun kültürel kodlarının izlerini taşır hâle gelebilir. Bu deneyimlerden kaynaklanan çoğunlukla söz öncesi, bilinçdışı deneyim örüntüleri doğal veri hâline gelir, "Bu kültürde işler böyle olur ve olmalıdır." beklentisi gelişir (Landrine, 1992).

Bir de daha önce sözünü ettiğim hiyerarşik sosyal-yapısal verilerden, davranış kalıplarından, kurallardan kaynaklanan ilişkisel deneyim temsilleri vardır; bunlara "makro düzey temsiller" diyebiliriz. Örneğin "Su küçüğün, söz büyüğün." Bunlara da bilişsel bilim diliyle "açık bellek unsurları" diyebiliriz. Anne ve ailedeki diğer kişiler, kültürlerinin ve ortamlarının gereği bunları çocuğa açıkça öğretir, çocuğa karşı açıkça ve bilinçli olarak bu reçetelere uyan bir davranışa girerler. Çocuk da bu reçeteleri içselleştirir, kendisini bu reçetelere göre tanımlar ve gerçekleştirir. Örnekler duygu ifadesiyle ilgili kurallar ("Erkekler ağlamaz."), cinsiyet rolleriyle ilgili önyargılar ("Kızlar uysal olur.", "Babanın yanında uslu durulur.") gibi, daha çok bilinçli olarak açık bellekte işlenen ve ileride bilinçli olarak sorgulanabilen kavramlardır. Mikro ve makro temsil farkını şöyle özetleyebiliriz: "Annemle birlikteyken nasıl olduğum" ile "annemin bana öğrettikleri" arasındaki fark.

Bir nörobiyolog olan Edelman'a göre daha bebeğin ilk günlerinde algıladığı dış olgular erken dönem zihinsel temsillerin oluşmasında rol oynar (2004). Eğer kültür bu dış girdileri (ör. davranış alışkanlıkları, kuralları) etkiliyorsa, o zaman kültürün öngördüğü davranış kalıpları ya da alışkanlıklar bebeğin ne tür yaklaşımları içselleştireceğini de belirliyor olabilir. O zaman bebeğin belirli bir bağlamda var olması açısından en işlevsel olan anneyle-birlikte-olma anıları, örtük ilişkisel bilişleri (Lyons-Ruth, 1998) ya da birlikte-olma-şemaları (Stern, 1985) zaman içinde kodlanarak kalıcılık kazanabilir. İşlevsel olmak, bebeğin, bir yandan iç homeostasını sürdürürken, öte yandan dış dünyanın kısıtlarına (kültür olarak okunabilir) başarılı bir şekilde uyum sağlamasını ifade eder.

Toplumsal ve kültürel değişim benlik ve ilişki temsillerine nasıl bir etkide bulunur? Daha önce belirttiğim gibi, sosyal ve ekonomik değişimin aileye yansıması ancak kısmidir; cinsiyetler ve kuşaklararası kontrol gücü zayıflarken, koruyucu ve bakım veren, besleyen otoritenin muhafaza edildiğini belirttim. Böylece güç hiyerarşisi azalırken, saygı ve ilginin yarattığı hiyerarşinin korunduğu, yakınlığın da yüksek olduğu bir aile modelinin giderek belirginleştiğini söyledim. Buna göre, ailevi benlikle ilgili bazı öğeler değişecek, birey ailevi role göre edinilen hak ve yükümlülüklerin yanında, kendi isteklerine

daha çok sahip çıkacak, ancak saygı ve bağlılık yoluyla var olan duygusal yakınlık hissi değişmeyecektir. Bütün bu gelişmelerin sonucunda gelişen benliklere ilk bölümde sözünü ettiğim "bağlılık yoluyla yakınlık" kuran, ama aynı zamanda "bireyselleşen ailevi benlik" adını verdim.

Gerek ailede gerekse bireydeki değişimin neden kısmi olduğu yukarıdaki analizde görülmektedir. Yukarıda ifade ettiğim gibi, hiyerarşik ilişki kalıplarından kaynaklanan makro temsiller, dışarıdan gelen değişim uyaranlarına daha açık, bilinçli sorgulamaya ve değişmeye daha yatkın temsillerdir. Bunun nedeni, açık bellekte kodlanmış olmaları, dile getirilebilmeleri, dolayısıyla zorlanarak bile olsa sorgulamaya tabi tutulabilmeleridir. Yakınlık boyutunun yansıttığı temsiller ise yaşama ve özellikle yakın ilişkilere yönelik en temel ve sözsüz, örtük varoluşsal beklentileri ve yükümlülükleri içerdiği için sorgulanmaları zordur. Dolayısıyla bireyselleşen bir ailevi benlik örüntüsü gösteren kişiler açık olarak öğrendikleri makro temsil öğelerini sorgulayıp değiştirme yoluna gidebilirken, sözsüz olarak içselleştirdikleri yakın ilişkilerle ilgili mikro temsil öğelerini açığa vurup sorgulamakta zorluk çekebilirler. Dolayısıyla hiyerarşik kurallara karşı durulabilirken yakınlıkla ilgili beklentilerin farkına varılıp sorgulanması zor olabilir; bu durum da bireyselleşen ailevi benliğin niteliğine yansır.

Sonuç olarak, genişleyen benliğin oluşum sürecinde bazı alışkanlıklar ve varsayımlar bireyce eleştiriye açık olabilirken, diğer bazı alışkanlık ve beklentiler örtük oldukları ölçüde gündeme bile gelmeyebilirler; ta ki belli bir durum kişiyi bir tutarsızlıkla karşı karşıya bırakana dek. İşte bu nedenle, bir çok-kültürlülükten, ailevi benlik çerçevesi içine girmekte olan bireyselleşmiş öğelerden söz ediyoruz. Diğer bir deyişle, özellikle birliktelik-karşılıklılığın içerdiği bir duygulanımsal ailevi yapının üzerine eklemlenen ve daha bilinçli tercihlerin söz konusu olduğu bir çoğulluk söz konusudur. Böylesi bir benliğin, çok yönlü, parçalı olması, zıtlıklar ve çelişkiler barındırması kaçınılmazdır. Bu durum da daha önce örneklendirdiğim, özerk olma çabaları ile yakın kalma isteği arasında kalıp iç çatışma yaşayan, yer yer bu iki arzu arasında yalpalayan, sıkışan bireylerimizin hâlini açıklar sanırım.

7

Batı'da Yeni Bakış Açıları

Eğer hem Batı hem de Doğu'nun bireyselleşmeyle ilgili açıklamalarını geçerli olarak kabul edersek, o zaman bireyselleşmenin farklı bağlamlarda çeşitli yollarla gelişebileceğini ve farklı benlik deneyimlerine yol açacabileceğini kabul etmemiz gerekir. Bu farklı yolların parametrelerini açıklığa kavuşturmak hiç de kolay değil; bazı yeni kavramsal yaklaşımlara ve bunlarla uyumlu görgül bazı önermelere ihtiyacımız var.

Günümüzde bireyselleşme ve benlik gelişimi sorununa yaklaşmak için bize daha kapsayıcı ve kapsamlı bir çerçeve sunacak bazı yeni perspektifler var. Bunlardan bir kısmı araştırmaya dayanan yeni önermeler, yani yukarıda örneklerini sunduğum gibi, erken dönem bebeklik araştırmaları ve nörobilimden kaynaklanan bulgular. Ayrıca kısmen bu çalışmaların da katkısıyla yeni psikanalitik yaklaşımlar da gelişiyor ve bu yaklaşımlar klasik yaklaşımdan farklı olarak ilişkiselliğe vurgu yapıyorlar.

Bu kısımda önce kısmen yukardaki bölümle uyumlu olan görgül araştırmalardan söz edeceğim. Daha sonra da etkinliğini giderek artıran ilişkisel psikanaliz hakkında kısa bir açıklama yapacağım. Bu açıklamanın nedeni ilişkisellik vurgusunun evrensel açıdan daha kapsayıcı bir kuramın önünü açabileceğini düşünmemdir.

ERKEN DÖNEM BEBEKLİK ARAŞTIRMALARI

Psikodinamik erken dönem bebeklik araştırmalarının en önemli temsilcilerinden biri olan Daniel Stern, Mahler'in ayrılma-bireyleşme tezinin görgül bul-

gularla bağdaşmadığını kesin bir dille belirtir (Stern, 1985, 1995). Mahler, yaptığı çalışmalar sonucunda, Jacobson'un daha önce ayrıntılı olarak anlattığım tezini doğrular şekilde, bebeğin annesinden yavaş yavaş ayrıştığını, bunun sancılı bir dönem olduğunu ve bebeğin ancak zamanla ayrı bir birey hâline geldiğini anlatmıştı (1975). Oysa Stern'ün özetlediği araştırmalar bebeğin anneden ayrı olduğunun bedensel olarak daha doğuştan itibaren farkında olduğunu ve erken dönemde bedensel, deneyimsel bir "temel benlik" [core self] ve "temel öteki" ["core other"] (anne) ayrımını deneyimlediğini; zamanla bir "ayrı-ama-ötekiyle-birlikte-olma" hissi geliştirdiğini söyler (1985). Bu deneyimler zamanla bir "öteki-ile-ilişkide-olan-ben" hissine dönüşür. Bebeğin zamanla geliştirdiği duygulanımla yoğrulmuş annesi ile etkileşim temsilleri ben ve ötekini birbirine bağlar. Özetle bebek daha ilk günden hem ayrıdır hem de ilişkili.

Psikanalitik erken dönem araştırmaları yapan ve bulgularını bağlanma kuramı çerçevesinde değerlendiren Lyons-Ruth da aynı tezi öne sürer (1991). Araştırmalarında bazı çocukların anneleriyle uyumda ciddi zorlanmalar yaşamasını gözlemleyen Mahler, bu durumu ayrışma dönemine özgü normal gelişimsel çelişkiler olarak yorumlamış ve bu nedenle bu sürecin normatif olarak sancılı olmasının beklendiğini ileri sürmüştür. Oysa bugünün bağlanma kuramı açısından bakıldığında bu çocukların "düzensiz/bozuk yönelimli bağlanma" [disorganized attachment] gösterdikleri görülmüştür (Lyons-Ruth, 1991). Lyons-Ruth, Mahler'in gelişimle ilgili görgül araştırma yapmayı vurgulamasının, psikanalitik gelişim kuramına önemli bir dinamizm kattığını belirtir. Ancak şunu da ifade eder:

> Yakın zaman araştırmaları açısından [bakınca] Mahler'in yakınlaşma [rapprochment] dönemindeki bebek davranışına ilişkin kuramındaki temel zorluk, onun çok zengin davranışsal gözlemlerinde değil, normatif olanla sapkın gelişimsel seyirler arasında açık seçik bir ayrım yapamamasındadır (Lyons-Ruth, 1991, s. 9).

Lyons-Ruth, güncel bulguların, gelişimde ayrışma sorunsallarındansa ilişkisel bağlanmayı, buluşmayı vurguladığını iddia ederek, gelişimsel psikanalizin genel bir ilişkisel model oluşturması gereğine işaret etmiştir. Bunun yanı sıra, yukarıdaki Doğu-Batı karşılaştırmalarının gösterdiği gibi ilişkisel düzenlemelerde ve genellikle gelişimsel süreçlerde çoklu seyirlerin, çeşitliliğin normatif olabileceğini belirtmiş, bu şekilde kültürel farklılıklara daha kapsayıcı bir şekilde yaklaşma olanağına kapıyı aralamıştır.

Beatrice Beebe ve arkadaşlarından daha önce de söz ettim. Burada daha önce dile getirdiklerimi daha ayrıntılı bir şekilde açıklamaya çalışacağım; çünkü bu ekibin çalışmaları son zamanların en etkili bulgularını ortaya çıkarmıştır. Beatrice Beebe ve Frank Lachmann (2002), bebek-anne ikilileri üzerinde yaptıkları özenli araştırmaları yoluyla geliştirdikleri "ikili sistemler modeli" [dyadic systems model] ile psikanalitik çerçeve içinde kalırken önemli bir yeni bakış açısı da getirmişlerdir. "Ben" ve "öteki" gibi statik kavramlar kullanmaktansa anne-bebek ilişkisini daha önce de sözünü ettiğim karşılıklı iki yönlü eşgüdüm/koordinasyon içeren, "kendini ve etkileşimli düzenleme" [self and interactive regulation] diye kavramlaştırdıkları bir süreç içinde düşünmüşlerdir. Onlara göre, bireysellik, ilişkisellik ya da birliktelik gibi terimler kendi modellerine uygun değildir; benliği "bireysel" ya da "ilişkisel", "özerk-bağımsız" ya da "bağımlı" olarak adlandırmak gerçeğe uymaz. Bireyin kendine ait, ayrı bir varlığı olduğu kadar ilişki içinde de var olduğu çeşitli araştırmalarca saptanmıştır. Özellikle bebek gözlemlerini filme alma ve bilgisayar vasıtasıyla kodlayıp değerlendirme konularında teknolojik gelişmelerin sağladığı olanaklar, bebeğin ne denli donanımlı ve ilişkiye yönelik olduğunu yadsınamaz bir şekilde ortaya koymaya başlamıştır (Beebe ve Lachmann, 2002; Beebe ve ark., 2005; Meltzoff ve Moore, 1998; Stern, 1985; Trevarthen, 2009). Bu çalışmaların sonucunda varılan nokta aşağıdaki açıklamada net olarak görülebilir:

> Özerklik ve ilişkiselliği iki ayrı uç olarak görmektense, biz ikisini de aynı anda birlikte yapılandırılır olarak görüyoruz. Bunlar bir ön plan-arka plan formatında çalışırlar... [Bu terimlerin tanımladığı davranışlar] iki partnerin karşılıklı olarak yapılandırdığı bir oluşan [emergent] ikili özelliği ifade eder (Beebe ve Lachmann, 2002, s. 226).

Ayrıca özerklik ve birliktelik değer yüklü kavramlardır. Oysa düzenleme kavramı süreç tanımlamada yansızdır, normatif bir içerik kategorisi değildir. Her birey kendi durumunu algılar ve iç yaşantısını düzenlerken, aynı zamanda diğerinden nasıl etkilendiğini ve onu nasıl etkilediğini de duyumsar, deneyimler ve algıladıklarına göre davranır. Bu içsel ve etkileşimsel süreçler zamanla yinelendikçe bireyde "kendine ait bir öznellik" oluşumu başlar (Beebe ve Lachmann, 2002, s. 211). Kişinin bu iki süreç arasında, ön plan-arka plan arasında esnek bir biçimde gidip gelebilmesi onun benlik özelliğini, dengesini gösterir (Beebe ve Lachmann, 2002, s. 224). Bu açıklama, daha önce sözünü ettiğim "baskın organizasyon ilkeleri"nin farklı bir ifadesidir.

Özetle, Beebe ve arkadaşları kişiliği belli bazı statik içeriklerle tanımlamaktansa belli bazı süreçlerin yinelenerek oluşturduğu öznellik portresi olarak tanımlamayı tercih etmişlerdir. Beebe ve arkadaşları bu tercihlerini şöyle açıklarlar:

> İkili bir ilişkide herhangi bir eylem her iki partnerin ortak eylemiyle tanımlanır... dolayısıyla "bireyler" psikolojik olarak insanlararası ilişkilerinin bütünü dışında var olmazlar (Beebe ve ark., 2005, s. 10).

Bu değerlendirme klasik psikanalitik yaklaşımla kolaylıkla bağdaştırılabilecek bir değerlendirme değildir. Bu yönde sonuçlar veren araştırmalar arttıkça bireylerin sadece tekil bir "ben" olmaktansa aynı zamanda "öteki-ile-birlikte-ben" olarak var olduklarını kabul etmek zorunluluğu doğmaktadır.

Nörobilimin Katkıları

Stern ve onun gibilerin psikolojik düzeydeki iddiaları yirminci yüzyılda gelişen teknolojik olanaklar sayesinde atılım yapan nörobilim çalışmalarınca da desteklenmektedir. Bir nörobiyolog olan Gerald Edelman'ın "Nöronal Darwinizm" [Neuronal Darwinism] kuramı yukarıda dile getirdiğim iddialarla uyumludur (Edelman, 2004). Edelman'a göre, birey hem kendisini hem de dış dünyayı evrimsel olarak gelişen farklı nöronal sistemler sayesinde algılayabilir. Kendisini algılamak ve bir "ben" [self] hissi oluşturmak bedenin içine dönük bir nöronal sistem yoluyla gerçekleşirken, ayrı bir duyusal ve algısal sistem "ben-olmayan" [not-self], dış dünya olgularına ilişkin farkındalığa yol açar. Bedensel benlik sistemi varoluş için gerekli içsel homeostası sağlarken, ben-olmayan sistemi dış dünyadan gelen duyusal girdileri işler. Edelman yenidoğanda her iki sistemin de var olduğunu ve bunun evrimsel bir gereklilik olduğunu söyler; birey algıladığının içeriden mi dışarıdan mı geldiğini ayırt edip ona göre davranarak varoluşunu sürdürür. Yani bebek, tıpkı Stern'ün iddia ettiği gibi, doğduğu andan itibaren, bir anlamda hem kendisinin bedensel iç dünyasının farkında olarak annesinden ayrı bir bireydir hem de dış dünyaya, yani annesine açıktır.

Edelman ben olanla olmayanı ayırt etme yetisini "değer sistemleri" [value systems] dediği ve yeni deneyimlerin daha önceki deneyimlerle benzerlikleri açısından değerlendirilmesini ifade eden bir evrimsel kavrama bağlar (Edelman, 2004). Yeni dış girdiler benzer geçmiş deneyimlerin anılarıyla karşılaştırılarak benlik için ne ifade ettiklerine göre anlam kazanırlar. Kısaca değer, birey için deneyimin anlamını belirleyen bir güdüsel sistemi ifade eder.

Edelman'ın iç homeostası sağlayan ben sistemi ile dış girdileri değer sistemine tabi tutan ben-olmayan sistemi, Beebe ve Lachmann'ın sözünü ettiği kendini ve etkileşimi düzenleme kavramları ile örtüşür gibidir. Bu örtüşme geçerli olduğu ölçüde nörobiyolojik düzeyle psikolojik (davranışşal) düzey arasında bir sürekliliğin söz konusu olduğunu düşünebiliriz.

Değer sistemi ile dış girdilerin etkileşimi sonucunda beyinde gelişen çeşitli nöronal ağlar arasında bir rekabet gelişir. Bireyin varoluşu için en işlevsel olan ağlar kalıcılık kazanıp organizmanın çevresine uyum sağlamasına yardımcı olurken, işlevsel olmayan, yani varoluşu sürdürmeye yaramayan nöronal ağlar zamanla yok olur. Nörobilimde buna "ayıklama" [pruning] denir (Schore, 1994). Edelman buna "nöronal grup seçimi" [neuronal group selection] adını verir (2004). Başka bir deyişle, ben-olmayan sisteminin dış uyaran girdileri ben sisteminin organizmik değerleri açısından bireyin varoluşuna katkı yapıp yapmadıklarına göre değerlendirilir.

Nörobiyolojiden psikolojik düzeye atlarsak, bu süreç bireyin kişisel anlam dünyasının biyolojik temelini oluşturduğu kadar, dış dünya girdilerinin iç dünya ile ne şekilde etkileşimde olduğunu anlatır. Bu süreci daha önce sözünü ettiğim baskın organizasyon ilkeleri, birlikte-olma şemaları ya da psikanalitik kavranlaştırmalarda önemi olan ruhsallık içi temsiller gibi psikolojik kavramların nörobiyolojik altyapısı olarak düşünebiliriz. Ayrıca daha önce sözünü ettiğim, bebeğin annesinden algıladığı kültürle yoğrulmuş yaklaşımlara, koordinasyon eğimlerine, işlevsel bir baskın organizasyon ilkeler kümesi kurmak adına uyum sağlamasını da bu tür bir süreçle anlayabiliriz. Özetle bireyin kendi ortamı içinde var olabilmesini sağlayan nöronal ağlar kalıcılık kazanıyor olabilir.

Erken dönem anne-bebek ilişkisini ele alan Ammaniti ve Trentini, psikanalizden bilişsel nörobilime, bebek ruh sağlığından bağlanma araştırmalarına kadar farklı alanlardaki bulguların dinamik, karşılıklılık içeren ve bir "ben ile öteki" [self-with-other] organizasyonunu öngören bir benlik olgusunu desteklediğini ifade ederler (2009). Bağlanma kuramına yönelik araştırmalara değinen bu yazarlar, bağlanma örüntülerinin kuşaklararası aktarımını açıklarken ana-babanın "içsel çalışan modelleri" [internal working models] ve zihinsel temsillerinin çocuğun bağlanma sistemini etkilemesini bu ben ve öteki deneyimine bağlarlar. Bebek henüz annenin mesajlarını tam olarak anlamadığı dönemlerde bile, ikili arasında, ben-ve-öteki organizasyonu yoluyla bir etkileşim doğar. Hatta bu konuda Freud'dan da bir alıntı yaparlar. "Narsisizm Üzerine" adlı makalesinde Freud şöyle der: "Çocuğa her türlü

mükemmeliği atfetme zorlaması... [ile] ... çocuk ana-babasının hiç gerçekleştirmediği umutlu rüyalarını gerçekleştirecektir." (Freud, 1914, s. 91, akt. Ammaniti ve Trentini, 2009, s. 539).

Son yıllarda psikolojik kuramlara önemli bir etkide bulunan nörobilimsel buluş, "ayna nöronlar" [mirror neurons] adıyla anılan sistemle ilgilidir. Vittorio Gallese ve arkadaşları, bu olguyu bir şempanzeyi gözlemlerken bulmuşlardır. Bu araştırmada, beyninde elektrotlar takılı bir şempanze bir muz yerken beyninde belli bir motor merkez ateşleniyordu. İlginç olan şuydu: Şempanze bir araştırmacının muz yiyişini gözlerken de beyninde aynı merkez ateşleniyordu. Araştırmacılar bu tesadüfi bulgudan yola çıkarak bu olgunun insanlarda da var olduğunu bulmuşlardır (Gallese, Fadiga, Fogasi ve Rizzolatti, 1996). Sonuç şöyle ifade edilmiştir:

> Ayna nöronlar hem bir eylem yapıldığında hem de başkası [o eylemi] yaparken gözlemlendiğinde ateşlenen premotor nöronlardır... İnsan beynindeki ayna nöronlar ve diğer aynalama mekanizmalarının keşfi gösterir ki eylem ifadeleri yapıldığında ve algılandığında aynı nöronal altyapılar aktive olur; öyleyse bizler nöronal olarak belirlenmiş bir "biz-merkezli" [we-centric] alana sahibiz (Gallese, 2009, s. 520).

Gallese bu bulgulara dayanarak "Sosyal özdeşleşim, empati ve biz-olma gelişimimizin ve varoluşumuzun temelidir" der ve bu bütünlüğe "bedensel simülasyon" [embodied simulation] adını verir (2009, s. 619). Ona göre bu kavram bizlerin eylem, niyet ve duyguları paylaşabilmemizin altyapısını oluşturur. Bu tür bulguların Descartes'in "Düşünüyorum, öyleyse varım." tezini yadsıdığını da görmekte yarar var (Reis, 2009). İnsanların birbirlerine duygu, düşünce, niyet iletebilen ve yakın ilişkide olan varlıklar olduğu ve bu tür bir varoluşun bedenin motor sistemine dayanan bir yeti olduğu da görülmektedir.

"Psikanalizle ilgili yazılarda Freud'dan bahsetmeden olmaz." düsturuna uyan Gallese, ileri sürdüğü iddiaların psikanalize çok yabancı olmadığını Freud'dan yaptığı bir alıntı ile anlatır:

> Özdeşleşmeden empatiye giden bir yol, yani bizim herhangi bir diğer zihinsel yaşama karşı bir tavır almamızı sağlayan mekanizmaları anlamamıza yarayan yol taklitten geçer (Freud, 1921, s. 110, akt. Gallese, 2009, s. 520).

Gerçekten de Freud'u eşsiz bir tekil benlik kuramcısı olarak nitelesek de yukarıda alıntılanana benzer bazı önermeleri, onun güncel ilişkisel yaklaşımlara da uzak olmadığını gösterir. Aslında Freud'un ödipal dönemle ilgili

olarak dile getirdiği anne-baba-çocuk üçlüsünün dramı, onun mükemmel bir aile dinamiği kuramcısı olduğunu gösterir. Farklılık Freud'un ağırlıklı olarak çocuğun ve genelde bireyin ruhsallık içi süreçlerine odaklanmayı tercih edip ilişkisel düşüncelerini ikinci plana atmasındadır.

Allan Schore'a (1994) göre, erken bebeklik döneminde beyin bir bütün olarak gelişmez. Önce sağ beyin ve onunla bağlantılı alt beyin unsurları gelişmeye başlar; sol beyin epey sonra, yaklaşık olarak bebek on sekiz aylıkken gelişmeye başlar. Ayrıca beynin bu iki yarısının işleyişi farklı zihinsel süreçlerce düzenlenir. Erken gelişen sağ beyin, sözsüz, örtük bir işleyiş gösterirken, anne-bebek arasında ağırlıklı olarak duygulanımsal iletişim yoluyla bir ilişki kurulur. Bu duygulanımsal etkileşim Beebe ve arkadaşlarının sözünü ettiği örtük organizasyon ilkelerinin gelişmesi yoluyla bağlanma sürecinin altyapısını oluşturur. Schore erken gelişen sağ beyinin "örtük benlik" dediği kendilik hissini yarattığını söyler ve bu benliği "insanın bilinçdışının yapısal sistemi" (2009, s. 75) olarak adlandırır. Sol beyinin gelişmesi ile sözel gelişim ve açık bellek süreçleri devreye girmeye başlar ve hatta zamanla öncelik kazanır; örtükten ziyade bir "açık benlik" hissine yol açar. Schore beynin farklı ilkelere göre işlev gören bu iki yarısı nedeniyle "tek üniter bir 'benlik' kavramı, tek üniter bir 'beyin' kavramı gibi yanıltıcıdır" der (2009, s. 76). Schore'un açıklaması, benim daha önce dile getirdiğim örtük ve açık ilişki temsillerinin de altyapısını oluşturmaktadır.

PSİKANALİZ VE PSİKOTERAPİYE YÖNELİK İMALAR

Klasik psikanalizin ve o başlangıçtan kaynaklanan kişilik ve psikoterapi kuramlarının ele aldığı benlik, geleneksel Batı ideolojisinin tekil, bireysel benliğidir. Psikoterapideki amaç da iç çatışmaları yüzünden zorlanan benliğin bütünselliğe kavuşması ve kendini tanıması olup bu şekliyle Batı'nın on dokuzuncu yüzyıl aydınlanma felsefesi doğrultusunda bir çabadır (Eagle, 2011). Oysa yukarıda sıralanan bulgu ve düşünceler gerek psikanalitik kavramlaştırmalar gerekse psikanaliz ve psikoterapi uygulamaları için farklı ve önemli imalar ve önermeler içermektedir.

Robert Emde "Benlik başlangıçta sosyal bir benliktir." diyerek yukarıda sıralanan bulgu ve değerlendirmelerin psikanalitik terapi süreçleriyle ilgili imasını ele alır (2009, s. 556). Emde'ye göre bugünkü durum Freud'un kendi kuramının bir gün yeni ve özellikle biyolojik bulgular sayesinde desteklenece-ği umudunun gerçekleşmekte olduğunun yanı sıra psikanalizin de giderek daha ilişkisel hâle geldiğini gösterir. Özetle, özne ve nesnenin yanı sıra bir de bir

"biz-alanı" [we-domain] kuramı gelişmelidir (Emde, 1992, s. 560). Gerçekten de yakın zamanda "alan kuramı" [field theory] adlı bir yaklaşım vasıtasıyla psikanalitik süreçte ilişkisel alanın anlamı çalışılmaktadır (ör. M. Baranger, 2012).

Emde (2009) söz konusu gelişmelerin psikanalitik uygulama açısından şu tür sorulara yol açtığını söyler: Bireyin ruhsallık içi yaşantısına odaklanmak kadar ikili ilişkiye de odaklanmak ne tür sonuçlar doğurur? Divan mı, yoksa yüz yüze çalışmak mı tercih edilmelidir? Bu tercihlerin aktarım ve karşı aktarım açısından anlamı nedir? Divan analist ve analizan arasındaki empati ilişkisine nasıl bir etki yapmaktadır? Konuşmanın yanı sıra örtük bilinçdışı süreçlerin değişime etkisi nasıldır? Tüm bu olgular analizin başlangıç, orta ve son dönemlerinde farklı yaklaşımlar gerektirebilir mi? Bir "biz- alanı" nasıl gelişir?

Schore'da psikoloji, nörobiyoloji, bilişsel nörobilim gibi alanlara ait bazı çalışmaları özetlemiş, bu çalışmaların terapötik süreçlere ilişkin imalarına değinmiştir (2003). Ona göre yukarıda değindiğim bulgular, psikopatolojinin bir kendini ve ötekini düzenleme bozukluğu, yani bir bağlanma bozukluğu olduğunu göstermektedir. Bu bozukluğun tedavisinde umut veren olgu da ona göre yine bu bulgulardan gelir; prefrontal korteksin ilişkisel deneyime dayalı bir yoğrulabilirliğe/esnekliğe [plasticity] sahip olduğu saptandığına göre, psikanaliz/psikoterapi sadece psikolojik değil, nörobiyolojik değişimlere de yol açabilir. Yani bilinçdışı duygulanım düzenleme süreçlerini olumlu yönde değiştirebilir. Hatta ona göre, "derinlemesine çalışma" [working through] yoğun duygulanıma hâkim olmayı sağlar. Değişme ve iyileşme ilişki yoluyla gerçekleşiyorsa, ilişkiye daha çok vurgu yapmak gerekir.

Erken dönem gelişim, anne-bebek etkileşimi araştırmaları ve etkileşimde rol alan örtük süreçlerin imalarını en doğrudan yansıtan çalışmaları Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu [The Boston Change Process Study Group] yapmıştır. Bu grup *Psikoterapide Değişim: Bütünleştirici bir Paradigma* [*Change in Psychotherapy: A Unifying Paradigm*] (2010) adlı kitaplarında psikoterapi anlayışlarını örneklerler. Danışanların, başarılı bir terapi sürecini değerlendirirken terapistleriyle olan ilişkiyi vurgulamalarını, iki kişilik psikolojinin bir örneği olarak alırlar. Bu ilişki içinde gerçekleşen süreçleri tanımlarken, yorumlamaya yer vermekle birlikte, örtük ilişkisel süreçlere özellikle vurgu yaparlar. Boston grubunun deyimiyle, özel bazı "buluşma anları" [moments of meeting], sorunlu örtük ilişkisel bilişlerin değişim olasılığıyla karşılaşmasını betimler.

Yukarıda sözünü ettiğim düşünceleri hem bir psikanalist hem de bir gelişim araştırmacısı olan Emde şöyle özetler:

> Bir öteki hissi bir ben hisiyle birlikte gelişir. Batı düşüncesini ben ve öteki zıtlaşmasıyla meşgul eden geleneksel diyalektik kutuplaştırmalar artık düşüncemiz için tatmin edici bir çerçeve oluşturmuyor... Başkalarının ne düşündüğü ve ne oldukları genellikle kabul etiğimizden daha fazla içimizdedir (1992, s. 40).

Bu bağlamda, vaktiyle ego psikolojisinin önemli isimlerinden George S. Klein'ın bir önerisine değinir. Klein daha 1969/70'deki bir makalesinde, psikanalizin "ego" kuramına ek olarak bir "bizlik" [we-go] kuramına gereksinimi olduğunu ifade ederek ilişkiye de vurgu yapılması gereğine işaret etmiştir. Aslında Klein bu çağrısında yalnız değildir, ancak herkes onun kadar açık bir çağrıda bulunmamıştır. Bunun önemli bir örneği, değeri bugünlerde daha iyi anlaşılan Hans Loewald olmuştur. Loewald'in 1977'de yaptığı bir konuşmadan bir alıntı:

> Bireyselleşme ya da ruhsal-yapı oluşması bebek tarafından gerçekleştirilen tek yanlı faaliyetler yoluyla değil, önceleri bebek-anne bütünsel alanındaki etkileşimler yoluyla ve bu alandaki ayrıştırıcı faaliyetlerin gelişmesiyle giderek daha özerkleşen unsurlar yoluyla olur (Loewald, 1980b, s. 208).

Bu anlatımın Beebe ve arkadaşlarının anlatımına ne kadar benzediği kayda değerdir. Loewald ayrıca psikanaliz çalışmalarıyla ilgili olarak da içsel ve ilişkisel etkileşim süreçlerinin ve bu süreçler arasındaki etkileşimin inceleme konusu olduğunu vurgulayarak kuramların değişmekte olduğuna işaret etmiştir (1980a, s. vii). Aşağıda göreceğimiz gibi bu değişim süreci çeşitlenerek farklı psikanalitik yaklaşımların gelişmesine yol açmıştır.

NÖROBİYOLOJİK YAKLAŞIMLARIN PSİKANALİZLE BİRLEŞMESİ: NÖROPSİKANALİZ

Yukarıda tartışılanlardan görülebileceği gibi psikanaliz, gelişim psikolojisi ve nörobiyoloji arasındaki ilişki yirminci yüzyılın ikinci yarısından itibaren giderek artan bir ivmeyle ilerlemektedir. Aslında bir nörolog olan Sigmund Freud, çalışmalarının daha başlangıç evrelerinde "Bilimsel Bir Psikoloji için Proje" ["Project for a Scientific Psychology"] (Freud, 1895/1966) adında, tamamlamadığı ve ölümünden sonra yayınlanan bir çalışma yapmıştır. Freud bu çalışmasında metapsikolojisini biyolojik temellere dayandırmaya çalışmış ve gü-

nünün bilgisinin yetersizliğinden dolayı düş kırıklığına uğrayıp çalışmasını yarım bırakmıştır. Bugün yeterli bilgi olduğunu iddia edenler arasında olan Schore (1994), nörobiyolojideki yeni bulguların, Freud'un terk ettiği projeyi, yani zihnin işleyişini altta yatan nörobiyolojik mekanizmalar yoluyla modelleme fikrini desteklediğini ileri sürer. Bu projenin temelinde de –adına ister "dürtü" ister "enerji" ister "duygulanım" densin– bir düzenleme meselesinin yattığını ifade eder. Düzenleme meselesini de orbito frontal korteksin sağ beyinde odaklanan çalışmasına bağlar. Bunu yaparken psikolojiyi biyolojiye indirgemektense iki disiplinin önermeleri arasındaki tutarlılığa işaret ederek birbirlerini zenginleştireceğini ifade eder.

Nobel ödüllü bir psikiyatrist olan Eric Kandel de güncel psikiyatri ve psikanalizin Freud zamanında söz konusu olan bilimsellik iddiasını yeniden canlandırmak için psikanaliz ve biyoloji arasında bir yakınlık oluşturulmasının gereğini vurgulamıştır (1998, 1999). Kandel hem biyolojik deneysel çalışmaları olumlamış hem de bu yakınlığın kurulmasında biyolojinin de psikanaliz ve bilişsel psikolojinin rehberliğine ihtiyaç duyduğunu ifade etmiştir. Sağlıklı ve sağlıksız birçok psikolojik durumun altyapısında genetik unsurlar olduğuna işaret ederken öğrenmenin gen ifadesini [gene expression] etkilediğini, psikoterapi sürecinde beyinde işlevsel ve yapısal değişiklikler oluştuğunu söylemiş, psikoterapinin başarısının altyapısını bu değişikliklere bağlamıştır.

Kandel'in bu ifadelerinin, daha önce sıkça gündeme getirdiğim örtük iletişim ve bellek süreçleriyle ilişkilendirmesi ilginç bir bütünlük sağlıyor diye düşünüyorum. Hatta bu iddiasını örneklendirmek için daha önce sözünü ettiğim anne-bebek etkileşimi ve bağlanma çalışmaları ile Boston grubunun çalışmalarına değinmesi (1999), bu bütünleşmenin bir göstergesidir. Kandel bu konuda bir hatırlatma da yapar: Freud bilinç düzeylerini açıklarken dinamik bilinçdışının yanı sıra egonun bazı işlevlerinin de dinamik olmadan bilinçdışı olduğunu yazmıştır ki bu ego süreçleri egonun örtük işleyiş süreçleridir.

Bu ve benzeri konularda çalışan kişiler güncel gelişmeler sonucunda nöro-psikanaliz adı altında yeni bir alan açmışlardır (Solms ve Turnbull, 2002). Özellikle Mark Solms, Freud'un bilinç, bilinçdışı, birincil ve ikincil süreçler, rüyalar ve benzeri kavramlarının bugünün nörobiyolojik bulgularınca desteklendiğini ileri sürüp bu kavramlara yeni açıklamalar getirmek konusunda ısrarcı olmuştur.

Nöro-psikanlizin önemli bir vurgusu, duygulanımın, güncel bilişsel psikolojinin pek üzerinde durmadığı önemi üzerinedir. Bu konulardaki ilk çalışmalardan biri, bir psikolog olan Jaak Panksepp'in *Duygulanımsal Nörobi-*

lim [*Affective Neuroscience*] (1998) adlı, bu konuda önemli bir kilometre taşı olan kitabıdır. Panksepp, tüm memelilerde var olan limbik sistemde ve diğer alt-korteks sistemlerinde yer alan altı temel duygulanımsal sistemin psikolojik işleyişteki görevlerini anlatır. Bu çalışma, zihnin işleyişinde duygulanımsal süreçlerin en az bilişsel süreçler kadar önemli olduğunu vurgulamıştır.

Benzer bir vurgu bir nörolog olan Antonio Damasio tarafından da yapılmıştır. Damasio duyguların zihinsel işlevlerdeki rolünün o güne kadar sanıldığından çok daha merkezî olduğuna, zihnin ve bilincin bedensel kaynağının önemine işaret etmiştir (1999). Damasio da Descartes'ın zihni bedenden ayrı tutmasının bir yanılgı olduğunu söyleyerek bütünsel bir yaklaşım sergilemiştir.

Nöropsikanalitik çalışmalar beynin deneyime dayalı gelişimini de ele aldığı ölçüde kültürün katkılarına da yer verebilmektedir. Bu bağlamda, zihinsel işlevlerin kültür tarafından da etkilendiğini ortaya koyan çalışmalar vardır (ör. Han, 2013).[1] Daha önce bir bölümde ele aldığım kültür-zihin ilişkisi, ülkemizde Panksepp'in duygulanımsal sistemler kavramları çerçevesinde çalışılmış ve kültürel farklar bulunmuştur (Özkarar-Gradwohl, Panksepp, İçöz, Çetinkaya, Köksal, Davis ve Scherler, 2014).

Bugün nöropsikanaliz birçok verimli çalışma sayesinde ve psikoterapiye yönelik önermeleriyle önemli bir ilgi alanı olmuştur. Birçok psikolojik kavramın biyolojik yansımalarının açıklığa kavuşması, örneğin ayna nöronların bulunması, özellikle terapötik çalışmalar açısından anlamlı olmuştur. Bununla birlikte bu alandaki nörobiyoloji-psikoloji dengesi bazı soruları da gündeme getirmektedir. Nörobiyolojinin ölçülebilir verilere dayalı yaklaşımı ile ölçülmesi zor olan benlik, kimlik, öznellik, anlam, niyetlilik gibi psikolojik kavramları ele alan yaklaşımlar arasında, indirgemeciliğe varmayan bir dengenin gerekli olduğu düşüncesindeyim. İnsanoğlunun hem biyolojik hem de anlam/kültür üreten bir varlık olduğu yadsınamaz. Biyoloji ile psikoloji arasında anlamlı bir etkileşimin, karşılıklı yararlanmanın nasıl gelişeceğini ise zaman gösterecektir.

YENİ PSİKANALİTİK YAKLAŞIMLAR: İLİŞKİSEL PSİKANALİZ

Yukarıda anlattıklarım psikanalitik düşüncenin zenginliğinin bir ifadesidir. Bu zenginlik bazı tartışmalara yol açsa da psikanalitik düşüncenin zaman içinde evrilerek günün gereklerine daha kapsayıcı bir şekilde yaklaşmasına izin vermektedir. İlişkisel psikanaliz yaklaşımı bu evrilmenin önemli bir örneğini oluşturuyor. İlişkisel psikanaliz kabaca 1980'lerde İngiliz Nesne İlişkile-

1 Bu konuda daha fazla bilgi için bkz. Suret 3, 2013.

ri Kuramı (Fairbairn, 1952; M. Klein, 1946; Winnicott, 1971) ile Amerikan Kişilerarası İlişkiler Kuramı (Sullivan, 1953) gibi kuramların bir ölçüde sentezi sonucu ortaya çıkan ve bugün giderek uluslararası bir nitelik kazanan bir yaklaşımdır.[2] Bu yaklaşım sadece kuramsal nedenlerle değil, aynı zamanda bazı psikolojik sorunların ve bazı danışanlarla psikanaliz/psikoterapide yaşanan deneyimlerin klasik psikanalizin kavramları ile açıklanamadığı durumlar karşısında gelişen arayışlar sonucunda da ortaya çıkmıştır.

Kuramsal gelişmelerin yanı sıra, daha önce değindiğim üzere, zihnin gelişimi, işleyişi ve sorunlarıyla ilgili nörobilimsel çalışmalar ve Freud'un zamanında var olmayan teknoloji sayesinde elde edilen erken dönem bebek gelişimiyle ilgili gelişimsel psikanaliz kaynaklı bilgiler de bu akımın gelişiminde rol oynamıştır. Ayrıca Freud'dan beri var olan ve Freud'un kadınlara biçtiği rolden (ör. anatomi kaderdir, kadınlar pasif olmak durumundadır) rahatsız olan kadın kuramcılar ve zamanla artan feminist yaklaşımların da yardımıyla eleştirel sesler yükselmeye başlamıştır (ör. Benjamin, 1988; Chodorow, 1978/1999, Horney, 1967).

Bütün bunlara felsefede gelişen postmodernist yaklaşımın on dokuzuncu yüzyıl pozitivizmine yönelttiği eleştiri de eklenince yeni paradigma arayışları hızlanmıştır (Leffert, 2010). Klasik psikanaliz on dokuzuncu yüzyılın aydınlanma felsefesini yansıtan bir kuramken (Eagle, 2011), ilişkisel psikanaliz yirminci yüzyılda gelişen felsefi yaklaşımlarla uyum içinde gelişmiştir. Eski pozitivist anlayış yerine, II: Dünya Savaşı'ndan sonra fizikten psikolojiye kadar, yayılmaya başlayan ve göreliliğe, olasılığa dayalı, belirsiz bir evren anlayışı da bu akımı etkilemiştir. Bunun yanı sıra daha önce de sözünü ettiğim erken bebeklik dönemi araştırmaları ve nörobilimsel bulguların etkisiyle, bireyin bağlamından ayrı olarak değil, bağlamıyla yoğrulan bir varlık olarak kavramlaştırılmasının daha geçerli olduğu ileri sürülmeye başlanmıştır. Klasik önermelerin (ör. ödipal karmaşa) tüm dünyayı kapsayan evrensel olgular olduğuna dair inanç, farklı kültürler tanındıkça zorlanmaya, olguların çok daha karmaşık olduğu görülmüştür (Roland, 1988; Parsons, 2010). Gelişimin hedefi olarak görülen olgunlaşma, bağlamdan özerkleşme değil, bağlamla ilişki içinde var olma şeklinde dile getirilir hâle gelmiştir (Mitchell, 1988). O kadar ki bu akımın öncüleri, Freud'un "dürtü-yapı" [drive-structure] kuramına bir anlamda karşı olan bir yeni "ilişki-yapı" [relation-structure] kuramını ortaya koymuşlardır (Greenberg ve Mitchell, 1983).

---

2 İlişkisel psikanaliz hakkında daha fazla bilgi için Bkz. Suret 3, 2013.

Bu akımın en azından başlangıçta en etkin sözcüsü olan Stephen Mitchell'a göre, birey doğuştan, haz değil, ilişki peşindedir ve zihin ilişkisel bağlamın ürünü ve paydaşı olarak gelişir (1988). Anlam bir "ilişkisel matris" [relational matrix] (1988, s. 19) içinde oluşur ve ilişkisel alan bireyin deneyimini belirler. Kişilik, yani benlik organizasyonu, ilişkiler ve karşılıklı etkileşim sonucunda gelişir. Bu organizasyon içindeki çeşitli ikilikler, "ruhsalık içi *ve* kişilerarası olanı, biyolojik *ve* sosyal olanı, iç dünya *ve* dış dünyayı, çatışma *ve* gelişimsel takılmayı, ödipali *ve* ödipal öncesini, ruhsal gerçeği *ve* dış gerçeği" barındırır (1988, s. 41).

Yukarıdaki cümlenin önemi, ilişkisel psikanalizin klasik psikanalitik yaklaşımın ruhsallık içi, organizmik vurgusunu korurken, bireyler arasındaki ilişkiye de yer vermesinde, yani kapsayıcılığındadır. Dolayısıyla benlik ve içsel yapı, ikili ve çoklu ilişkiler içinde gelişen karşılıklı etkileşim-alışveriş temsillerinden oluşan örüntülerle, Mitchell'in deyimiyle "ilişkisel konfigürasyonlar" [relational configurations, 1988] yoluyla oluşur. Bebek libidinal ve saldırgan dürtülerle değil, belirli bazı nörofizyolojik eğilimler, mizaç ve bilişsel yetilerle donanımlı olarak ve ona bakım verenle ilişkiye/bağlanmaya yönelik bir şekilde dünyaya gelir (Mitchell, 1988; Stern, 1985). Daha ilk günden bakım verenle/annelik yapanla karşılıklı etkileşim içinde kendi yetileri doğrultusunda etkindir ve süregelen etkileşimler sonucunda bir benlik hissi oluşturmaya başlar.

Burada kişisel bir parantez açmak isterim. Benim kuramsal ve uygulamalı yaklaşımım zamanın hâkim kuramına uygun şekilde ego psikolojisine yakın bir şekilde başladı. Ancak zamanla, özellikle bağlamsal duyarlılığım arttıkça daha kapsayıcı, en azından ilişkiyi de esastan içine alan bir yaklaşım gereksinimi duyar oldum. Bu nedenle, ilişkisel psikanalizin gelişmesini memnuniyetle karşılıyorum ve çoğu önermelerini benimsiyorum. Bunun yanı sıra bağlanma ve duygulanım düzenleme meselelerinin de çok önemli olduğu kanısındayım. Dolayısıyla aşağıdaki özet, alıntıladığım yazarlarla birlikte bir ölçüde kendi düşüncelerimi de yansıtmaktadır.

Erken bebeklik dönemi çalışmalarının Mitchell'ın genel anlatımıyla çok uyumlu olması benim için bir diğer olumlu noktadır. Bakım veren kişi, bebeğin ona yansıttığı deneyimleri ve çeşitli kendiliğinden ortaya çıkan edimlerinden ne anladığını bebeğe geri sundukça, bebek de kendi davranışı ve o davranış karşısında gelebilecek tepkiyle ilgili beklentiler geliştirmeye başlar (Beebe ve ark., 2005; Fonagy, Gergely, Jurist ve Target, 2002). Bebek annesiyle etkileşim sürecinde ilişkisel düzenleme/ayarlamada rol alır ve geliştirdiği beklenti-

ler doğrıltusunda kendi iç yaşantısını da düzenler. Bu beklentiler zamanla deneyimi yapılandırır. Bu süreci daha sonra daha ayrıntılı olarak ele alacağım.

Beklentiler aslında birtakım zihinsel temsil kümeleridir. Zihinsel temsillerin oluşumuna daha önce değinmiştim. Ancak beklentiler bağlamında bu kavramları yinelemekte yarar var. Bebek tekrarlanan ilişkisel deneyimleri sonucunda belleğinde kendisi, öteki ve yaşanan etkileşimle ile ilgili bir dizi temsil oluşturur; deneyimler tekrarlandıkça yinelenen ortak paydalarını soyutlayarak bazı prototip temsiller oluşturur. Ruhsallık içinde yer alan ilişki senaryoları da diyebileceğimiz bu temsillerin ifade ettiği beklentiler, bir dizi "eğer-o hâlde" senaryosu olarak düşünülebilir. "Eğer böyle yaparsam/dersem, o şöyle yapar/der. O zaman ben şöyle hissederim, öyle davranırım, o da şöyle tepki verir." Yani bir tür işlemsel [procedural] ilişki senaryosu söz konusudur. Bu senaryo sadece etkileşimlerden, yani davranışlardan oluşan değil, aynı zamanda yoğun olarak duygulanıma bürünmüş bir senaryodur. Duygulanım çok önemlidir. Çünkü bir anlamda bu temsillerin, beklentilerin motivasyonel unsurunu oluşturur. Haz ve haz karşıtı duygulanım kavramları, nereden kaynaklandıklarından bağımsız olarak duygulanımların bebeğin davranışında belirleyici bir role sahip olduğunu ifade eder. Stern'in anlatımıyla "genellenmiş etkileşim temsilleri" [representations of interactions that are generalized - RIGS] kavramı (1985) bu olguyu ifade eder. Özetle, bebek içinde var olduğu aile bağlamında, gereksinim duyduğu yakın olma/bağlanma hâlini ne şekilde elde edebileceğine dair bir yaklaşım/beklenti örüntüsü ya da örtük bir ilişkisel biliş geliştirir (Lyons-Ruth, Bruschweiler-Stern, Harrison, Morgan, Nahum, Sander ve Tronick, 1998; Mitchell, 1988).

Bu beklentiler bilinçdışıdır; çünkü çok erken, henüz sözel gelişimin gerçekleşmediği dönemde oluşmaya başlar. Bu nedenle bu beklentilerin işlemsel davranış dizilerinden oluşan senaryolar olduğu düşünülmektedir. Ancak bu bilinçdışılık mutlaka klasik kuramdaki gibi "dinamik bilinçdışına" [dynamic unconscious] tekabül etmez. Yani sadece çatışma ve kaygı sonucu bastırılmış oldukları için değil, sözcüklerden yoksun geliştikleri için de bilinçli sözel farkındalık içermezler. Bebek, ilişkilerinde karşılaştığı çeşitli çatışma, zorlanma ve zedelenmeler sonucunda olumsuz örtük ilişkisel bilişler ya da örüntüler geliştirebilir. Bu örüntüler kaygı yüklü ve travmatik oldukları ölçüde deneyimlenmeye kapalı olabilirler.

İşte burada duygulanımın düzenlemesi konusu önem kazanır. Hiçbir bebek-anne/bakıcı ikilisinde tüm etkileşimin tek bir seyirde, tek yönde gelişmeyeceği bir gerçektir; ilişkide çeşitli kesinti ve ketlenmeler yaşanması doğal-

dır. Mesele, bu ilişkisel kopuklukların birtakım tamir/telafi süreçleri vasıtasıyla düzene sokulup sokulmamasında düğümlenir. Bebeğin sorunlu ilişkisel olayların tamir/telafisini deneyimleyebilmesi, annenin kendi içinde gerçekleştirdiği bir duygulanım düzenleme sürecine bağlıdır. Bebek ilişki içinde bu tamir/telafi süreçlerini deneyimledikçe kendi iç süreçlerini de düzenlemeyi öğrenir; bunun bir diğer adı da güven geliştirmektir. İlişkisinde tamir sürecini pek deneyimleyemeyen bebek ne ötekine güvenebilir ne de kendi duygulanımını düzenleme becerisi geliştirebilir. İşte bu tür durumlarda dinamik bilinçdışının devreye girdiği, bebeğin zorlayıcı durumlarla baş etme, kendi varoluş bütünlüğünü koruma motivasyonuyla çeşitli savunmacı çabalar geliştirdiğini görürüz.

Dolayısıyla bu beklentiler ya da bilişler dış olguları birebir yansıtmazlar; bebeğin içsel süreçleri yoluyla harmanlanıp öznelleşirler. Ayrıca bebeğin geliştirdiği süreç temsilleri annesi ve diğer bakıcıları ile ikili yaşantılarından kaynaklandığı için belirli bir çoğulluk içerir. Hatta yakın zamanda bebeğin çok erken dönemlerde bile anne-babasıyla aynı anda üçlü etkileşimde de aktif bir rol aldığı ve bu etkileşimlerden de kendine özgü bir pay çıkardığı ortaya konmuştur (Fivaz-Depeursinge, Lopez, Python ve Favez, 2009). Bebek tüm bu deneyimlerinden birtakım örtük ilişkisel bilişler çıkarırken gerek kendi mizacının gerekse ilişkiye girdiği kişilerin niteliklerinin olumlu ya da olumsuz etkileri ve yerine göre bunlara yönelik savunmalar etkinleşebilir. Dolayısıyla bireye özgü, bireyin kendi öznel durumundan kaynaklanan düşlemler, saptırmalar, eksiltmeler, eklemeler, savunmalar devreye girebilir. Zamanla, gerçekleşen yeni deneyimlerin erken dönemden gelen ilişkisel örüntülere sorunsuz bir biçimde eklenip eklenememesi, önceden var olan genel beklentilerin görece açıklığına, örüntülerin esnekliğine, yani örtük ilişkisel bilişin niteliğine bağlıdır.

İleride psikopatolojiye yol açabilecek zorluklarla erken dönemde karşılaşan çocuk, özellikle ana-babası ile ilişki kurup sürdürmenin tek yolunun onların beklentilerine uymak ya da farklı şekillerde onların yaklaşımlarına karşı savunmalar geliştirmek olduğunu deneyimledikçe (Mitchell, 1988), hayatıyla ilgili örtük ilişkisel bilişi de o yönde oluşur. Üstelik duygulanım düzenleme konusunda aksaklıklar yaşadığı ölçüde örtük süreçlerinde ciddi tutarsızlıkların da gelişmesi söz konusudur. Özetle, olumlu deneyim olumlu örtük bilişlere, beklentilere, olumsuz ya da travmatik olan ise olumsuz bilişle baş etmeye yönelik savunmalara yol açar. Gelişim sürecindeki yaşantılar dolayısıyla oluşturulan beklenti yumağı daha sonra yaşananın algılanmasında, benimsenmesinde, hazmedilmesinde sorunlar yaratabilir. Kişinin deneyimle-

me yetisi bu olumsuz beklentiler yüzünden kısıtlı ve dış olguları saptırıcı nitelikte olabilir; kişi yaşadığını, olumsuz beklentilerinin ve bu beklentilere karşı başvurduğu savunmaların gölgesinde algılar. Sonuçta iç yaşantısı ile dış olgu arasında ciddi bir tutarsızlık doğduğunda psikoterapiye gereksinim duyabilir. Burada yaptığım açıklamanın ciddi bir toplumsal değişim ortamındaki birey için ne anlam taşıdığı konusunu daha sonra sekizinci bölümde ele alacağım.

Bu bölümün başında Mitchell'den aktardığım alıntıda belirtildiği gibi, bu yeni yaklaşım klasik yaklaşımın önermelerine sırtını çevirmez. Bu yeni yaklaşımın klasik yaklaşımdan en önemli farklılığı, bireyin ilişki içinde yoğrulduğu, iç yaşantının ilişkisel yaşantıdan ayrı olarak düşünülemeyeceği savıdır. Aşağıdaki alıntı bu savı açık bir şekilde örnekliyor:

> Öznelliklerarası bir sistem kavramı, hem bireyin iç deneyim dünyasını hem de sürekli bir karşılıklı alışveriş etkisi yoluyla başka bu tür dünyalar içinde yoğrulmuş olmasını odak hâline getirir. Bu vizyonda ruhsallık içi ve kişilerarası alanlar arasındaki boşluk kapanır ve aslında bunlar arasındaki ikililik geçersiz kılınır (Stolorow ve Atwood, 1992, s.18).

Bu tür bir yaklaşımın psikanaliz ve psikoterapi için önermelerinin de olması, daha önce Emde'den aktardığım gibi, kaçınılmazdır. Bu yaklaşım divanı reddetmez, ancak divan dışı etkileşime de yer verir. Bunun yanı sıra terapötik çerçeve, yorumlama, bilinçdışına/altına ulaşma, aktarım-karşı aktarım, derinlemesine çalışma, içgörü kazanma gibi klasik kavramların hepsi bu yaklaşımda yer alır. Ancak tüm bu kavramlar bu yaklaşım için birincil derecede önemli olan "ilişki" vurgusu bağlamında değerlendirilir ve bu kavramların tümü ciddi sorgulamalara tabi tutulur.

Özellikle ikili ilişkide önem kazanan aktarımsal süreçler ve karşı aktarımın analizan/danışanla paylaşılması, karşılıklı örtük iletişimler, "sahnelemeler" [enactments], gibi ilişki vurgusundan doğan sorunsallar çok tartışılmaktadır (Knoblauch, 2013). Ayrıca analizan/danışanın deneyimi ve bilinçdışının niteliği, biliçdışından bilince geçme süreçleri, bastırma ya da disosiyasyon sorgulaması ve psikodinamik işleyiş süreçlerine dair sorular da üretilmektedir, hararetli ve uzun vadede yararlı olacak tartışmalara yol açmaktadır.

Tıpkı nöro-psikanaliz konusunda olduğu gibi, ilişkisel psikanaliz konusunda da bazı tereddütler yok değildir. Bu tereddütler birkaç alanda derlenebilir. Biri klasik psikanalizden uzaklaştıkça, özellikle bilinçdışının önemli etkisinin gündemden düşme riskiyle ilgilidir (Erten, 2013, Lehtonen, 2012). İlişki vurgulandıkça bireyin iç dünyasının göz ardı edilmesi bir risk olarak or-

taya çıkmaktadır. Bir diğeri klasik yaklaşımın teknik kurallarından (ör. analist/terapistin görece yansız kalması) uzaklaşma olasılığı sonucunda ortaya çıkabilecek terapötik disiplin kaybı, terapötik çerçevenin "Her şey olabilir." şeklinde esnemesi ve analist/terapistle analizan/danışanın karşılıklı aktarımlarının süreci bulandırması riskiyle ilgilidir. Aynı ölçüde ciddi bir çekince ise epistemolojiktir. Donnel Stern (2008), bebeklik araştırmaları ve nörobilimsel çalışmalar gibi görgül araştırmalardan ve nesnel bilimlerden kaynaklanan verilerin temelde nesnelci bir epistemolojiye dayandığını, ama daha ziyade hermenötik bir epistemoljiye yakın olan ilişkisel psikanalizin bu ayrımın nasıl ele alınacağı konusuna kafa yormadığını ileri sürer.

Tereddütler bir yana, biyoloji, psikoloji ve psikanalizin birbirlerine yaklaşmasının, "iki görünümlü teklik" [dual aspect monism] (Modell, 1999; Solms ve Turnbull, 2011) adı altında bir bütünleşmeye doğru yol aldığı ve bu yakınlaşmanın çok heyecan verici bazı yeni düşünce ve pratiklere yol açtığı inkâr edilemez. Ayrıca psikanaliz/psikoterapi uygulamalarında örtük süreçlerin ve ayna nöronların rolünün tanınmasının terapötik uygulamalar için çok önemli bazı açılımlar yarattığının da yadsınamaz olduğunu düşünüyorum. Bu gelişmelerin nasıl bir sonuç vereceği de zamanla görülecek bir süreç olarak karşımızda durmaktadır.

İlişkisel psikanaliz ülkemizde henüz yeni yeni tanınmaya başlayan bir yaklaşım. Yukarıdaki anlatım genel anlamda kültürü aşan evrensel bir gelişim hikâyesi olma konusunda epey yeterli. Ancak yine de sormamız gereken sorular olduğunu düşünüyorum. Bunlardan en önemlisi zihnin, ruhsallığın nasıl kavramlaştırıldığıyla ilgilidir. Yukarıda anlatılan zihin, ilişkisel süreçler içerisinde gelişen ve var olan bir zihin. Bu zihinde olabilecek çoğulluklar, zıtlaşmalar daha çok farklı kişilerle yaşanılan sorunlu etkileşimler ya da bu etkileşimlerden kaynaklanan savunma yüklü olgular olarak görülebiliyor ve olumsuz durumları ifade edebiliyor. Klasik kuramın öngörmüş olduğu id, ego ve süperego şeklinde gelişen, katmanlı bir zihin anlatılmıyor.

Oysa Roland'ın anlattığı ve içinde yaşadığımız kültürle ilgili araştırmalarda anlamlı bulduğumuz durum, klasik kuramdan farklı şekillerde de olsa, katmanlı bir zihin yapısını var olan durum olarak ifade ediyor. Bu tür bir katmanlı zihin yapısının bizim gibi kültürler için geçerli olduğunu kabul edersek yukarıdaki anlatımda bu duruma bir yer ayırmak gereğine varmış oluruz.

İlginç bir şekilde ilişkisel piskanalize temel oluşturan gelişimsel, nörobiyolojik ve bağlanma kuramı kaynaklı düşünceleri benimseyen psikanalist Arnold Modell, çok katmanlı bir benlik kavramı geliştirmiştir (1993). Mo-

dell, nörobiyoloji ve erken dönem bebeklik araştırmalarına dayanarak, bebeğin bilişsel olarak ben-öteki ayrımını yapmaya hazır bir donanımla dünyaya gelip, ayrışıklığı kısa sürede sözsüz, bedensel bir boyutta yaşadığını iddia eder. Birliktelik hissi ise annenin bebeğin duygulanımını yansıtılabilmesi sonucunda gelişir. Böylece bebek hem ayrışıklık hem de bütünlük yaşama potansiyelini kazanır. Modell'e göre bu diyalektik dengeyi ancak çok düzeyli bir bilinç kapasitemiz olduğunu varsayarak açıklayabiliriz; yani bir yanda "duygulanım alanında sınırı olmayan bir benliğin" (1993, s. 115) farkında olmak, öte yanda öznel, mahrem, paylaşılmayan bir alanın farkında olmak. Schore gibi yazarların dediği gibi, duygulanımın ilişki içinde geliştiğini düşünürsek, o sınırsız alana "ilişki alanı" adını verebiliriz. Diğer alanın ise Modell'in "mahrem benlik" [private self] adını verdiği, bireyin kendi içine dönük, başkalarıyla paylaşılmaya açık olmayan yaşantısını ifade eden alan olduğunu söyleyebiliriz ki bu da Roland'ın "mahrem benlik" kavramıyla örtüşüyor.

Modell daha sonra duygulanıma yönelik bir "biyolojik benlik" [biological self], özdüşünümsel süreçleri içeren bir "kendinin farkında olan bireylik" [self reflective personhood] ve başkalarına dair farkındalık içeren bir "sosyal benlik" [social self] şeklinde çeşitlemeler de yapmış ve buna benzer tüm olguları anlamak için bir "epistemik çoğulculuğun" [epistemic pluralism] gerekliliğine işaret etmiştir (2003, s. 201). Ona göre bu çoğulluk hem beden, zihin ve ilişkiyi hem de nörobilimsel ve psikolojik anlamı içermeye çalışan, gerçekleştirilmesi zor, ama anlamlı bir çabadır. Bu tür bir çoğulluk kavramının Doğu kültürlerinde örneklediğim düşüncelere yakın olduğu açık: Bir yanda dışa kapalı mahrem benlik, öte yanda yakın dışarısı ile geçirgen bir ilişkisel benlik ve son olarak uzak dışarısı ile ilişkisi rol tanımları temelinde şekillenen bir sosyal benlik. Bu kavramların ilişkisel psikanalizle uyumunun düşünülmesi, araştırılması gerekir.

Bir diğer ilginç yaklaşım, ilişkisel psikanalizle evrim kuramından beslenen bir düşünce geliştirmiş olan Malcolm Owen Slavin ve Daniel Kriegman tarafından ileri sürülmüştür (1992). Bu kişiler bireyin aynı anda hem kendi çıkarına, öznel gereklerine yönelik hem de ilişkiye, paylaşıma yönelik bir şekilde var olduğunu evrimsel bir gerçek olarak ele alırlar. Bireyin kendi çıkarına yönelik tarafı onun mahremidir; dış dünyaya, hatta belki kişinin kendisine açık değildir. İlişkisel yanı ise tam da ilişkisel psikanalizin öngördüğü şekilde anlaşılır. Bu katmanlı durum sonucunda birey için hem içsel hem de ilişkisel çatışma kaçınılmazdır; çeşitli savunma ve kendini yanıltmalar da bir ölçüde buna bağlıdır. Slavin ve Kriegman bu mahremliğin Winnicott'ın "kişili-

ğin çekirdeği" [core of the personality] (Winnicott, 1960) olarak adlandırdığı öğe olduğunu ileri sürerler. Bu ikiliye daha sonra sekizinci bölümde tekrar değineceğim.

Benliğin karmaşıklığını anlamanın kolay olmadığı açıkça görülüyor. Psikolojik kavramlaştırmalar içinde oluştukları kültürlerin birey olmakla ilgili tarih boyunca benimsenmiş ideolojilerinden pek de sıyrılamamışlar gibi bir görünüm çiziyor. Ancak her ideoloji ve felsefenin sorgulanmakta olduğu günümüzde, en azından ilişki içinde birey olma hâlini daha kapsayıcı bir şekilde kavramlaştırma çabasına girmemiz gerekir diye düşünüyorum.

8

Çözüm Arayışları ve Psikanalitik Önermeler

Toplumsal değişmelere ayak uydurmak isteyen, kendilerini geliştirmeyi arzulayan, ancak zorlanan insanların bu zorluklarla baş etmek için çeşitli yollara başvurabildiğini, bu yolların bazıları işlevsel olurken bazı çözüm seçeneklerinin daha büyük sıkıntılara yol açma riski taşıdığını söylemiştim. Bireyselleşen ailevi benlik sahibi kişiler kendi istekleri, arzuları doğrultusunda bir yaşam sürmek isterken bildikleri ilişki tarzından, geçmişlerinden kopmakla ilgili ikilemler yaşayabiliyorlar. İnsanların zihninde âdeta "ya öyle ya böyle", "ya tam özgür ya da ilişkiye bağımlı" türünde bir ikililik vardır.

İkiliklerle düşünme alışkanlığı ise başlı başına bir risk unsuru olabilir. Birbirine zıt tercihler söz konusu olduğunda olası üçüncü yolların kapısı kapanmış olur; kişi zıt seçenekler arasında kalıp gelgitler, savrulmalar yaşayabilir. "Kendim olmak istiyorum." diyen kişi, kendisi olmayı içindeki ve bağlamına ait bazı alışkanlıkları reddederek özgün bir kimliğe kavuşmak olarak anlıyor, ama bu reddin getirebileceği olası boşlukla nasıl baş edebileceğini de bilmiyor gibidir. Bunun sonucunda çeşitli tıkanmalar ve çözümsüzlüklerin gündeme gelmesi olasılığı yüksektir.

Oysa çözüm yolu, var olanı reddetmektense var olanla yüzleşip daha farklı bir sentez aramak olabilir mi? Örneğin ilişkisel bağlamda çözüm "bağımlılık ya da özgürlük" ikiliği yerine, bir tür "bağlılık içinde özerklik" aramakta olabilir mi? Yani var olan yakın ilişki içinde güvende olma gereksinimini kabul edip bu güveni saklı tutarak bir özerklik alanı oluşturmanın yolları aranabilir mi? Tabii ki bu tür bir sentezin ifadesi kolay, uygulanması zor-

dur. Zor da olsa bu konuyu irdeleyerek ikililiklerden kurtulup farklı bir tarz oluşturmanın yollarını aramakta yarar var.

Böyle bir düşünüşün aile, ilişki ve birey düzeyinde ne tür imaları olabilir? Bu düzeyler birbirlerinden bağımsız olarak ele alınamaz. Dolayısıyla başlangıçta konuyu en geniş düzeyde, aile bağlamında ele alsak da söz konusu süreçler ilişki ve bireysel deneyimlerle ilgilidir.

Bağlılık içinde özerklik yaşantısını yerleştirmek için profesyoneller olarak aile bireylerine, öncelikle ana-babalara ne önereceğiz? Kabul etmeliyiz ki ailenin tüm bireylerinin, çocuğun da ana-babanın da eşlerin de insani hakları, farklı gereksinimleri, sözünü, sesini duyurma hakkı vardır. Eşler kendi arzularının farkındadır; çocuk kendi isteğinin peşinden gider, ana-baba da kendi gündemini gütmek durumundadır. Yani her bireyin diğeriyle hem ortak hem de farklı, hatta zıt gündemleri olduğu fikrini evrimsel bir gerçek olarak kabul edebiliriz. Bu gerçek özellikle kuşaklararası ilişkide öne çıkar. Slavin ve Kriegman (1992), güncel evrim kuramına göre, kuşaklararası dayanışma ve paylaşım kadar, çatışmanın dagüdüsel bir gerçek olduğunu iddia ederler. Bu zıtlıklar insanlığın tüm varoluşu boyunca geçerli olmuş ve sosyal ilişkilerimize olduğu kadar içsel süreç ve gereksinimlerimizin içine de yoğrulmuştur. Her kuşak kendi gündemine göre davranma eğilimindedir. Bu nedenle özellikle kuşaklararası karşılıklı çatışma olasılığı yüksektir. Buna karşın ötekini gözetme, kollama güdüsü de evrim kuramının "kapsayıcı uygunluk" [inclusive fitness] kavramıyla açıklanır. Bu kavram, bireyin, kendi genlerini bencilce sürdürmeyi, kan bağı olanları da içeren geniş bir şekilde anlıyor olduğunu ifade eder (Slavin ve Kriegman, 1992). Evrimcilere göre ebeveyn fedakârlığının temelinde bu yatar.

Aileyi benzerlik ve farklılık, aynılık ve zıtlık içeren bir bağlam olarak kabul edelim. Geleneksel yaklaşımımızda, benzerlik ve farklılıklar, Güvenç'in (1995) deyimiyle törenin öngördüğü şekilde, ataerkil hiyerarşi bağlamında gelişmiş sınırlarla düzenleniyordu. Oysa günümüzde bazı ortamlarda töre etkin olmaktan uzaktır, bu nedenle yeni bir dizi tanımlamaya ihtiyaç duyulmaktadır. Aile ve birey düzeyinde gördüğümüz yeni tanımlamalardan doğan bir oluşumun da demokratikleşme olduğunu düşünebiliriz. O zaman aile içi demokrasiyi nasıl anladığımıza bakalım. Demokrasinin öngördüğü aile yapısı, liderliği reddetmeyen, eşitliği de özgür fikir beyanı ve yaşa uygun seçme hakkı olarak anlayan, farklılığı kabul eden, ancak konuşarak bir orta yolda buluşmayı öngören bir yapıdır. Yani eşler ya da ana-baba ve çocuk arasında ortak paydada, ortak çıkarlarda, hedeflerde birleşirken bireysel tercihlere duyarlı, bunlara da yer veren bir yapı söz konusudur.

Daha önceki bölümlerin diliyle anlatırsak, kontrol ve bakım hiyerarşisinin görece zayıflaması, yakınlığın sadece alt sistemler içinde olmaktansa tüm aile sistemine açılması, tüm bunlar olurken yine de bireyler ve altsistemler arası sınırların belli bir ölçüde korunması, böylece bireyin fikir beyanına alan açılması söz konusudur. Özetle, aile bireylerini birbirlerinden uzak tutan hiyerarşinin azaltılması, tüm bireyler arasında karşılıklı paylaşımı arttıracak şekilde sınırların esnetilmesi, ancak her bir bireye öznel bir alan tanıyan sınırlara saygı duyulması gerekir. Böyle bir ortamda tüm aile bireyleri birbirleriyle konuşma ve birbirlerinin seslerini duyma imkânı bulabilirler.

Bu fikrin geçerliliğini ve aile bireyleri arasında farklı gündemler, hatta zıtlıklar olabileceğini de kabul edersek, bir ayar, pazarlık yapma, iletişim kurma gerekliliği ortaya çıkar; aslında karşılıklı etkileşime dayalı bir düzenleme[1] süreci söz konusudur. Bu süreç bir ilişki pazarlığıdır, ama taraflar eşit değildir. Tabii ki çocuğun ana-babası daha deneyimli, daha bilgili, uzun vadeli ortak çıkarları daha iyi görebilir bir konumdadır; davranışları bu bilinç çerçevesinde düşünülmelidir. İşte burada, ana-babanın kendi değerlendirmeleri kadar çocuğun etkileşimli düzenleme girişimlerini de göz önüne alarak davranmaları gerekir. Özetle ailede hiyerarşi kaçınılmazdır. Özellikle küçük çocuklu bir ailede tam eşitlikçi demokrasi yoktur. Aile sisteminin karmaşık yapısı buna izin vermez; unutmayalım ki hiyerarşinin bir unsuru üsttekinin alttakine bakım verme gereğidir. Dolayısıyla bir ilişki pazarlığında çocuk görece bencilce kendi gündeminin peşinde giderken, ana-babanın, kendi gündemleri kadar, belki daha da çok, çocuğun gündemini ve gereksinimini hesaba katmaları gerekir. Önemli olan çocuğun sesinin duyulmasıdır. Ana-baba bu sesi gerçekten duymalıdır ki çocuğun gündeminin kendi gündemlerinden farklı olabileceğini anlasınlar, kendi gündemlerinin çocuğunki ile eş anlamlı olmayabileceğini fark etsinler. Bu farkındalık çok önemli bir ön koşuldur; ancak bu şekilde çocuğun gereksinimini de içeren bir ortak çözüme gidebilirler. İkili sistem modeline dönersek, ana-baba, çocuğun etkileşimli düzenleme girişimlerine açık olmalı, o girişimler karşısında kendi tepkilerini, yani duygularını düzenlemeli, çocuğa verecekleri yanıt karşısında çocuğun da kendi duygularını düzenlemesine yardımcı olmalıdır.

Doğal olarak ailelerin yaşam döngüsünün farklı evrelerinde bireylerin hiyerarşik konumu değişim geçirir; önceleri üstte olan ana-baba zamanla yetişkin çocukları ile daha eşit olurlar, hatta yaşlılıkta alta da düşebilirler. İki

---

1 "Etkileşimli düzenleme" [interactive regulation] (Beebe ve Lachmann, 2002).

taraf da yetişkin olduğunda birbirlerine geçmişten gelen anıların buğulandırdığı, ama aynı zamanda çıplak gözlerle de bakarken, karşılarındakinin bir birey olduğunu görmeleri, hem kendilerinin hem de diğerlerinin haklarının farkına varmalarına yardımcı olur.

Bu farkındalık ulaşılması zor görünen bir şey olabilir. Buradaki soru şu: Bireyin "Herkesin farklı gündemi olabilir." fikrine dayanarak kendi gündeminde ısrarcı olması neleri riske atar? Neticede kişinin kendi gündemini ortaya koyması "Ben varım." demektir ve bu bir haktır. Ancak ya bu ifade öteki tarafından "Sen yoksun." anlamında algılanırsa? Ya var olan ilişki zedelenir, daha da kötüsü onarılamaz hâle gelirse? Unutmayalım, geleneksel bizben alışkanlığı ahengi bozmamayı bir düstur olarak kabul eder. Yani ahengi bozmaktan korkan kişinin "Ben varım." derken ötekini yıkmayacağına güvenmesi bir sorundur. Bir terapi danışanımdan örnek verecek olursam:

> Annesinin sürekli işlerine karışması karşısında sınır koyamayan evli ve çocuklu bir kadın "Ona benim istediğim bu diyemedim... Çünkü o zaman o kötü olur... Tartışma çıkmasın." derken annesine atfettiği incinebilirliğin gerçek olduğunu düşünüyor ve bu düşünceyi sorgulamıyor; annesine karşı yakın ve uysal davranmaktan da vazgeçemiyordu. Aslında annesini kendisine karışmaya davet ettiğinin farkına varamıyordu. Ancak bu durum onu sürekli annesine ve kendisine karşı öfkeli kılıyordu. Zamanla bu atıflarının kendisini ne denli kısıtladığını görüp bir çıkış yolu aramaya başladı ve bir "kopmadan özgürleşme" kavramı geliştirdi; en önemlisi isteklerini dile getirmenin annesini reddetmek anlamına gelmediğini gördü. "Ben istediklerimde net olunca annem 'peki' dedi." sonucuna vardı. Hâlâ çok sık görüşüyorlar. Ama gerilim yerini farklılık içinde birlikteliğe bıraktı. Belki annesinin ilk kez kendisine karşı saygılı davranmaya başladığını görüyordu.

Belki de en iyi çözüm "kopmadan özgürleşme" ifadesinde saklı. Bu tür bir varoluş, kültürümüz için belki de yeni bir varoluş tarzı. Belli ki bu varoluş tarzını uygulayabilen aileler ve bireyler var; olduğunu daha önceki örneklerde gördük. Ancak bunu yapamayanlar da var. Bu aşamada bu varoluş tarzının yapı taşlarını aramakta, incelemekte yarar var.

OİDİPUS KARMAŞASI VE KUŞAKLARARASI İLİŞKİLER

Yukarıdaki anlatım kuşaklararası çatışma konusunda ilişkiye odaklanan bir anlatımdır. Slavin ve Kriegman da kuşaklararası çatışmayla ilgili anlatımlarını ilişkisel yaklaşımın çerçevesi içinde sunmuşlardır; yani vurgu daha çok ilişkidedir. Ancak bu çatışmalı ilişkinin bireysel gelişimde nasıl bir rol oynadığı-

na da bakmamız gerekir. Bu bağlamda klasik psikanalizin de kuşaklararası ilişkiye birinci derecede önem verdiği Oidipus karmaşası kavramına yeniden bakmakta yarar var. Daha önce Freud'un eşsiz bir aile dinamiği kuramcısı olduğunu söylemiştim. Freud'dan sonra da ödipal aile dinamikleri ve bu dinamiklerin nevrozlara yol açan olumsuz ruhsal sonuçları birinci derecede önemli olmuştur. Burada Oidipus karmaşasını bireysel gelişimin içerisinde gerçekleştiği aile dinamikleri çerçevesinde ele almak istiyorum.

Freud, ödipal çocuğun (söz konusu olan erkek çocuk, kız çocuğun kaderi yine görece görünmez olmak) babasınının otoritesine öldüresiye bir saldırganlık ve bu yüzden iğdiş edilme kaygısıyla yaklaştığını söyler. Kendi saldırganlığı ve kaygısı ile baş etmek için bunları bastırmanın yanı sıra babasının otoritesi ile özdeşleşim kurarak yeni bir ruhsal yapının, süperegonun oluşumuna adım atar. Dolayısıyla Freud için de Oidipus karmaşası bir ruhsal olaydan öte bir ilişkisel olgudur.

Zaman içinde ödipal olgulara çeşitli farklı yaklaşımlar getirilmiştir. Bu farklı yaklaşımları öne sürenlerden birisi de Hans Loewald olmuştur. Loewald "The waning of the oedipus complex" ["Oidipus karmaşasının çözülmesi"] (1980c) adlı yazısında kuşaklararası çatışmaya değinmiş ve Freud'un anlatımını bazı bakımlardan zenginleştirmiştir. Aşağıda Loewald'ın anlatımını ayrıntılı bir şekilde sunmak istiyorum; çünkü gelişim sürecindeki ruhsal ve ilişkisel dinamikleri çok iyi anlattığını ve benim anlatmaya çalıştığım süreci zenginleştirdiğini düşünüyorum.

Loewald bu karmaşayı "merkezî önemde, dürtüsel motivasyonlu, üç taraflı çatışmalı bir çocuk-ana-baba kümesi" (1980c, s. 384) olarak tanımlamış ve işe Freud'un kullandığından farklı bir terim kullanarak başlamıştır. "Babanın öldürülmesi" anlamına gelen "patricide" sözcüğünün yerine daha geniş bir anlam taşıyan ve "ana-baba ve hatta akrabaların öldürülmesi" anlamına gelen "parricide" sözcüğünü kullanır. Bu sözcüğün sözlük anlamı şudur: "Aralarında kutsal bir bağ olan birini, örneğin anne, baba ya da bir yakın akrabayı öldürmek" (s. 387). Bu kullanım farkının önemi, Loewald'ın doğal bir olgu olarak kabul ettiği ve babayı öldürmekten çok daha geniş bir kuşaklararası çatışmayı içermesinde yatar.

Loewald çocuğun saldırgan dürtüsünü şöyle açıklar: "Öldürülen ana-babanın otoritesidir; bu şekilde çocukla ana-baba arasındaki bağın kutsallığının zedelenmesidir... [çocuğun amacı] ana-babasında sevilesi ve hayran olunası saydığı şeyleri elde etme arzusudur." (1980c, s. 387). Çocuk kendi özgürleşmesini bu kutsal bağı yok ederek elde etme çabasındadır. Oysa ana-babanın

çocuğa karşı sorumluluklarını yerine getirmesi kutsal bir görevdir; onları düşlemde bile öldürmek de bu kutsallığa karşı bir suç olarak deneyimlenir.

Aslında amaç gerçekten öldürmek değil, ana-babanın gücüne, bağımsız ve bireysel varoluşlarına kavuşmaktır. Bu amaç, ana-babayı reddetme, zorlama, ödipal bağımlılık bağlarını koparma isteği anlamına gelir. Bu arzu çocuğun özerk ve bireysel bir varoluşa kavuşma arzusudur. O kadar ki Loewald'a göre "Bireyin kendi yaşamı ve onu nasıl yönettiğiyle ilgili sorumluluk alması, ruhsal gerçeklikte ana-babasını öldürmekle eş anlamlı olup bundan kaynaklanan suçlulukla baş etmektir." (s. 389).

Bu düşlemsel cinayet süperegonun bastırmadan öte bir olgu olarak gelişmesine zemin hazırlar. Süperego bir yandan ödipal nesne ilişkilerinin, yani ana-babayla ilişkinin dönüştürülerek içselleştirilmesiyken, aynı zamanda ana-babanın öldürülmesi ve bu suç için "kefaret ödenmesini" [atonement] içerir. Çocuk kendini cezalandırmaktansa suçunu ve çelişkili duygulanımını kabul ettiği ölçüde suçunun kefaretini öder. Hatta bundan da öte, süperegonun gelişmesi içsel bir ruhsal yapının oluşmasını içeren bir başkalaşımdır [metamorphosis] (s. 389).

Loewald'a göre kuşaklararası çatışma ailenin bir gerçeğidir. Ana-babanın çocuğu zaman zaman zorlayan bir otorite sahibi olması zorunlu olduğu kadar çocuğun da buna direnmesi, yukarıda dediğim gibi kendi gündemini gütmesi doğaldır. Ana-baba hâliyle çocuğun direnmesine karşı koyarlar; ancak çelişki yaşasalar bile bu süreci desteklemek durumundadırlar. Onlar kuşak farkını kabul ederek çocuklarını ezmemek uğruna, bir yandan otorite kurarak, öte yandan çocuğun direnmesine izin vererek onun kendilerini düşlemsel ölüme götürmesini kabul etmelidirler. Çocuğun ana-babasına karşı beslediği ölümcül düşlemlerini rahatlıkla deneyimlemesi, ancak bu düşlemlerin aslında gerçekleşmeyeceğine, onların otoritesine, bakımına, kendi kendisine koyamadığı sınırı onların sağlayacağına güvenmesi sayesinde olur.

Gerçek ve tutarlı bir ana-baba otoritesi yoksa çocuğun karşı gelerek elde edebileceği bir şey yoktur. Bu nedenle aşırı müsamahakârlık, sanal bir eşitlik tavrı çocuk için zararlıdır. Karşı çıkacağı bir sınır bulamayan, yani karşısında ana-babasını bulamayan çocuk ne için çabaladığını bilemez, kendisini de bulup keşfedemez. Saldırgan düşlemleri boşlukta kalır ve bu düşlemlerin korkutuculuğu onu aşırı sert bir süperego ve ona karşı tepkisel, öfkeli bir gerilime iter ki bu da onu ileride gelişecek nevrotik çatışmalara aday kılar.

Ana-baba otoritesi gerçekten varsa çocuk düşlemsel saldırganlığını güvenle deneyimler, bastırmaya pek gerek duymaz; süreç bir dönüşüm süreci

hâline gelir. Bu sevecen cinayeti düşlemsel olarak işleyen çocuk ana-babasında hayran olduğu özelliklere sahip çıkar; onları içselleştirdiği kadar onlardan daha fazlası olma imkânını da bulur. Çocuk, ancak böyle bir süreçle büyüdüğünde, ödipal dinamiklerden görece arınmış, yeni ve farklı, ensest içermeyen nesne ilişkileri kurma olanağına kavuşabilir. Her şey yolunda giderse sonuç aile bireyleri arasında "şefkat, karşılıklı güven, saygı ve eşitliğin işaretleridir" (Loewald, 1980c, s. 390). İşte bu süreçte gelişen süperego bireyin kendisinden ve davranışlarından sorumlu, ailesi ve çevresiyle barışık, yetkin, "iç disiplini" olan biri olarak tanımlar.

Gelelim Oidipus karmaşasının ensest nitelikli dürtülerle ilgili tarafına. Loewald ödipal dinamiklerin bebeklik dönemi ilişkilerinden ayrı düşünülemeyeceğini ileri sürer ve bu konuda ana-babaya karşı saldırganlıktansa sevginin ön planda olduğunu söyler. Ancak bu sevgi de kötüdür; çünkü kutsal bir aile bağını yıkma anlamına gelir. Bu kötülük en çok anne-çocuk arasındaki birincil "ikili bütünlüğü" [dual unity] yıkmak anlamına gelir.[2] Loewald'a göre bu erken dönem bütünlük-birliktelik hissi "daha sonraki aile ilişkilerinin en içsel çekirdeği olarak hissedilir" ve bu anlamda kutsaldır (1980c, s. 396). Daha sonra gelen ödipal çatışmalar "temel bütünlük-ayrışma sorunsalının yeni türevleri olarak anlaşılabilir." (1980c, s.404) ki bu sorunsal ömür boyu varlığını sürdürebilir.

Özetle Oidipus karmaşası sadece ruhsal bir olay değil, bir ilişkidir; çünkü ana-babayı düşlemsel ölüme götürmeyi içeren çatışmalara girmeden özerk bir benliğe kavuşmak mümkün değildir. Bu kuşaklararası çatışmanın en belirgin olduğu dönem de ergenliktir. Dolayısıyla bu ruhsal cinayet ve ölümsüzlük, süregelen, kuşaktan kuşağa geçen bir öyküdür. Çocuk ana-babayı içselleştirip onlar gibi olarak onlardan af diler, hatta onlardan daha da fazlası olarak onları da daha ilerilere taşır, yani kuşaklararası süreklilik ve aynı zamanda yenilik söz konusudur. Dolayısıyla Oidipus sürecinin bir başkalaşım/dönüşüm olduğunu da söyleyebiliriz.

Loewald'ın bu tanımını inceleyen Ogden bir kelebek teşbihi ile bu dönüşümü açıklar (2014). Kelebeğin kozasından tüm ihtişamı ile çıkabilmesi için kozadaki larvanın ölmesi/yok olması gerekir. Ancak tıpkı kelebeğin içinde larvanın DNA'sı olduğu gibi çocuğun süperegosunda da ana-babasının DNA'sı yer bulur. Kuşaklararası süreklilik de bu anlamda gerçekleşir. Dolayısıyla "Benlik özerkliği taşıdığı kadar bir kefaret ödeme, bir barışma yapısıdır ve böylelikle müthiş bir başarıdır." (Loewald, 1980c, s. 394).

---

2 Burada da daha çok annesine bir libidinal nesne olarak yaklaşan erkek çocuğun söz konusu olduğunu görüyoruz.

Loewald'ın anlatımını bu denli uzun aktarmamın birkaç nedeni var. Bir yandan daha önce dile getirdiğim evrimsel kuşaklararası çatışma yaklaşımını gündelik yaşama uyarlıyor; öte yandan aile içi demokrasi kavramına daha zengin bir içerik getiriyor. Her iki kuşağın da ne tür arzular, çekinceler ve kaygılar yaşayabildiğini; kendi gündemlerini gütmek, kendi sınırlarını korumak ile ötekini algılayıp kabul etmek arasındaki gerilimli dengeyi kurmanın ne denli önemli olduğunu net bir şekilde ortaya koyuyor. Bütün bunları yaparken klasik psikanaliz, ilişkisel psikanaliz ve demokrasi gibi daha farklı bir alana ait kavramların ortak paydasını da ortaya koymuş oluyor.

Bu katkılardan öte, bizimkine benzer kültürlere özgü ailevi benlik kavramına da bazı atıflar yapabilmeye olanak sunduğunu düşünüyorum. İlk olarak Loewald'ın bebeklik dönemi vurgusuna bakalım. Anne-bebek arasındaki birincil bütünlük kavramı ile Doğu kültürlerinde anne-bebek arasında gelişen ve bebeğin benliğinde yer bulan birliktelik-karşılıklılık kavramının benzerliği dikkat çekici. Anneyle birliktelik hissinin bireyin benliğinde ömür boyu sürebilen ve duygusal yakınlık deneyimine temel oluşturan bir unsur olarak evrensel bir nitelik taşıması değerlendirme gerektiren bir olgu. Bunun yanı sıra, Loewald'ın kuşaklararası çatışma düşüncesi Doğu anlatımında yer alan erkek çocukla babanın gerilimli ilişkisine de ışık tutabilir. Şöyle ki bu ilişkide var olan yapısal hiyerarşi – ilişkinin niteliksel tarzı bileşiminin hem çocuğun babasına beslediği hayranlık ve haset bileşimini hem de babanın oğluna karşı erkini savunma ile şefkat gösterme eğilimini açıkladığını düşünüyorum. Dolayısıyla psikanalitik düşüncenin temel bazı kavramları, varoluşumuzun en temel olgusu, aile yaşamı ve kuşaklararası dinamikler anlamında evrensel nitelik kazanma imkânı buluyor.

Ayrıca bu anlatım sayesinde, temel bir evrensel olgunun yerel düzeyde gösterdiği çeşitliliğe farklı bir gözle bakma olanağını elde edebiliyor olabiliriz. Burada gündeme getirmek istediğim yerel kavram daha önce sözünü ettiğim Doğu benliğine özgü "biz-ben" hissi. Anne-bebek arasındaki birliktelik-karşılıklılık olgusu ikisinin arasındaki sınırı esneten, ikisini birlikte sarmalayan bir biz-ben hissine yol açabiliyor. Baba ile çocuk arasındaki hiyerarşinin niteliksel tarzı, yani bakım hiyerarşisi de onlar arasında bir bizlik oluşturma potansiyeli taşıyor. İşte burada çok temel bir gerilim var. Bir yanda kuşaklararasındaki ayrımı reddeden, hatta çocuğun özgün varlığını reddeden, ama ona güçlü bir korunma ve güven hissi veren bir birlikte olma hâli var. Öte yanda çocuk için olduğu kadar anne ile baba için de kendi özgün benliğine sahip çıkma gereksinimi var. Belki bu gerilim ve kendi benliğine sa-

hip çıkma gereği, Doğu kültürleri özelinde mahrem benlik olgusuna neden oluyor.

Yukarıdaki paragrafta sözünü ettiğim gerilim geçmişte bir şekilde, belki törenin öngördüğü kimlikler yoluyla halledilebiliyordu. Ama bugün değişen ve küçülen dünyada bu gerilime başka bir çözüm aramak durumundayız. Bu çözüm şu soruya bir yanıt aramalıdır: Eski kuralların geçerliliğini yitirmekte olduğu günümüzde, birey öteki ile ilişkide kendisini nasıl tanıyabilir? Ötekini nasıl tanıyabilir? Birlikteliğin güvenini yakalarken özgünlüğün ayrıcalığını nasıl korur? Güncel psikanalizin bu konulara yaklaşırken geliştirdiği farklı bir bakış açısını aşağıda sunmak istiyorum.

BİR KAVRAMSAL ÇERÇEVE: ÖZNELLİKLERARASILIK

Şu ana kadar sözünü ettiğim birey olma ve bir öteki ile ilişkide olma konusuna ikili ilişki bağlamında bakarsak Beebe ve arkadaşlarının (2005) ikili sistem modelinde yeralan etkileşimsel düzenleme [interactive regulation] ve özdüzenleme [self regulation] kavramları önem kazanır. Bu modelin gündeme getirdiği ve çok önemli olduğunu düşündüğüm bir diğer kavram var. Beebe ve arkadaşları anlattıkları birlikte-olma [being-with] ilişkisine güncel ilişkisel psikanalizin vurguladığı bir kavramla değinirler: "öznelliklerarasılık" [intersubjectivity]. Önce öznellikle başlarsak, burada kullanıldığı şekliyle öznel olan, bireyin kendi zihninde olan, öznelliklerarası olan da bireylerin/öznelerin arasında karşılıklı bir etkileşimde ortaya çıkan görüngüler anlamına gelmektedir (Beebe ve ark., 2005, s. 73).

Karşılıklı etkileşim kavramı Freud'un aktarım ve karşı-aktarım kavramlarını ortaya koyuşundan itibaren psikanaliz düşüncesinde yer bulmuştur (Beebe ve ark., 2005). Aktarım ve karşı-aktarım kavramları zaman içinde evrilmiştir. Başlangıçta bireyin içinde, kendi ruhsallık içi dinamiklerine bağlı olgular olarak ele alınırken zamanla ilişki içinde de gerçekleşen, karşılıklı etkileşim sürecinde ortaya çıkan görüngüler olarak görülmeye başlanmıştır (Racker, 1957). Benzer şekilde, Melanie Klein'ın "yansıtmalı özdeşleşim" [projective identification] (1946) kavramı da zamanla ilişkisel bir niteliğe bürünmüştür (ör. Bion, 1959; Ogden, 1982).

Öznelliklerarasılık kavramını psikanalitik ilişki bağlamında kullananlar olduğu kadar (ör. Benjamin, 1998; Ogden, 1999; Stolorow ve Atwood, 1992), erken bebeklik dönemi araştırmacıları da ele almıştır. Hatta Stern (2004) öznelliklerarasılığın bir düzeyde doğuştan var olan evrimsel bir olgu olduğunu ileri sürmüştür. Stephen Seligman gelişimsel psikanaliz ve nörobili-

min bir "öznelliklerarası güdülenme sistemi" [intersubjective motivation system] kavramına geçerlilik sağladığını belirtir (2009). Beebe ve arkadaşlarını iddialarında yalnız bırakmayan Colwyn Trevarthen, kendisinin ve diğerlerinin on yıllara dayanan çalışmalarının sonucunda şöyle der:

> Bebeklerde öznelliklerarasılık kuramı, farklı yakınlık derecelerinde birlikteliği [o buna "eşlik" der] aktif ve bilinçli bir şekilde düzenlemek için doğuştan var olan ritmik güdülerin kuramıdır... İnsan kişiler birey olarak doğmazlar; tersine karşılıklı taklit etme ve yaşam edimlerini birlikte duygusal olarak düzenleme niyetiyle diğer insan kişileri arayan sosyal kişiler [olarak doğarlar] (Trevarthen, 2009, s. 509-510).

Trevarthen bu ilişkisel paylaşımı oluşturan unsurun psikolojik edimlerin ritmik hareketlerle ifade edilmesine dayanan öznelliklerarası iletişim dinamikleri olduğunu, bu sayede zihinsel durumların paylaşılabildiğini ileri sürerken bir "bedensel öznelliklerarasılık" [embodied intersubjectivity] olgusuna dayanarak bir "birincil öznelliklerarasılık" [primary intersubjectivity] olgusuna işaret eder. Dolayısıyla psikolojik yaşamın ve öznelliklerarası birlikteliğin temelinde bedensel yaşam vardır. Bu sözlerin daha önce sözünü ettiğim ayna nöronları çağrıştırdığını düşünebiliriz.

Beebe ve arkadaşlarının yaklaşımını tercih etmemin bazı nedenleri var. İlk olarak bu yaklaşım araştırılmaya açık. Ayrıca yakınlık, benzerlik ve farklılığı ele alışında olumlu ya da olumsuz bir ima içermiyor. Dolayısıyla görece yansız bir yaklaşım olarak farklı kültürlere uyarlanabilir. Bu ekibin sözsüz iletişim ve örtük ilişkisel biliş vurgusunun bizimkine benzer bir biz-ben ortamında gelişen bireyselleşme süreçleri için çok önemli olduğunu düşünüyorum. Son olarak, içeriktense sürece önem verilmesinin kültürlerarası karşılaştırmalı bir bakış açısına olanak sağlamasını da yararlı buluyorum.

Beebe ve arkadaşlarının başlangıç savı şudur: "Deneyimin başlangıcı ikilidir ve diyaloğa dayalıdır [dialogic]." (2005, s. 57). Öznelliklerarasılık kavramı, anne-bebek diyaloğundaki karşılıklı düzenlemede bu iki öznel yaşamın karşılaşmasını, birbirlerinin benzerlik ve farklılıklarını farklı düzeylerde de olsa algılamalarını ve benzerlikle farklılık arasında gidip gelebilmelerini ifade eder. Yukarıda değindiğim gibi, anne-bebek ilişkisinde ortaklığın yanı sıra farklılığın da varlığı önemlidir. Hatta söz konusu grup bu konuya değinirken benim yukarıda değindiğim evrim kuramına da atıfta bulunarak karşılıklı etkileşimde, ortaklık kadar farklı gündemlerin yarattığı durumla baş etmenin önemini de vurgularlar: "Farklılıklar öznelliklerarasılığın yapısında te-

mel bir unsurdur... Benzerlik ve farklılık arasında hareket etme süreci ilişkiyi yapılandırır." (Beebe ve ark., 2005, s. 73). Benzerlikle farklılık ya da uyumla uyumsuzluk arasında eşnek hareket edebilmek çok önemlidir. Bu sayede ilişkideki anlaşmazlıklar çözümlenebilir; ilişkide gerçekleşen bir "kırılma" [rupture] "tamir" [repair] edilebilir, yani yanlış anlamalardan doğan tepkiler düzeltilebilir. Hatta bu gruba göre, "etkileşimsel tamir" [interactive repair] sıklıkla gerekli olduğu için karşılıklı uyumdan daha da önemlidir (2005, s. 73).

Çok erken dönemlerdeki anne-bebek ilişkisine neden bu denli odaklanıyorum? İlk olarak anne/bakıcı ile bebek arasındaki süregelen etkileşimin bebeğin zihninde gelişen ilişki temsillerinin, zamanla benlik hissinin oluşmasında önemli bir rol oynadığı kabul gören bir tespittir. Bunun yanı sıra bu erken dönem etkileşiminin ileride gelişen bağlanma niteliğine etki yapıyor olması da önemlidir. Ancak benim en yararlı bulduğum unsur, bu yaklaşımda ikili etkileşimin ince ayrıntılarına bir mikroanaliz yöntemiyle bakılmış olmasıdır. Bu şekilde daha sonraki ilişkisel sorunlarda ne olup bittiğini anlamamızın daha kolay olabileceği düşüncesindeyim. Bu yaklaşıma benzer bir şekilde Sullivan, ruhsallık içi bir şikâyetle karşılaşınca kişinin adım adım ne yaşadığını, kimin ne dediğini, kimin ne cevap verdiğini, ancak bu aşamadan sonra ne tür bir iç deneyim yaşandığını sorgular (1953/1997). Burada söz konusu olan yaklaşım, işte bu ilişkisel alışverişin ince ayrıntılarına bakarak, o ayrıntıların ruhsallık içi yansımalarına ve uyarılan iç dinamiklere ulaşmayı amaçlar.

Daha önce söylediklerimi tekrar edersem, bebek bir ben ve öteki hissini, birlikte ve ayrı olma hâlini, kendisini ve ilişkiyi düzenleme süreci içinde geliştirir. Beebe ve arkadaşlarının daha önce değindiğim denge modeli, orta düzeyde bir düzenlemenin esnek bir denge ve "güvenli bağlanma"ya [secure attachment] yol açtığını ifade eder. Buna göre ne özdüzenleme ne de ilişkiyi düzenleme aşırıdır; bu uçlar arasında annesiyle birlikte esnek hareket edebilen bebek en uygun düzeyde dikkat, duygulanım ve uyarılma kapasitesi geliştirebilir ve işlevsel bir etkileşimi sağlayabilir. Esnek ve dengeli orta düzey dışında hareket etme çabası etkileşimde bir bozulmanın işaretidir (Beebe ve ark., 2005, s. 87).

Tabii ki bu olguda anne tarafında çok daha içerikli bir farkındalık söz konusudur; annenin bebeğini içsel niyetleri, duyguları olan bir varlık olarak anlaması gerekir. Bu anlayışı ifade eden terim de Fonagy ve arkadaşlarının bu beceriyi adlandırmak için kullandıkları "zihinselleştirme" [mentalization] ifadesidir (2002). Zihinselleştirme kavramı bireyin kendisinin ya da bir başkasının zihinsel süreçlerinin farkında olabilmesini ifade eder, yani "Benim de

senin de birer iç dünyamız var." anlayışını yansıtır. Bu kısaca dışarıdan görülen ifadelerin bir içsel düşünce, inanç, duyguya dayandığını ve bunun davranışta görülebildiği düşüncesidir. Bu süreci empatinin yapı taşı olarak adlandırabileceğimiz kadar, ayna nöronların rolünü de hesaba katabiliriz. Bu beceriye sahip bir anne, hem kendisinin hem de bebeğinin davranışlarına bir istek, niyet, plan vb. atfedebilir, kendi tepkisini ona göre düzenleyebilir.

Anne çocuğun niyetinin, duygusunun farkına varınca, yani zihinselleştirince, algıladığı duyguyu biraz farklı bir şekilde "imleyerek" [marking], daha abartılı ya da daha yumuşak vb. şekillerde yansıtır (Fonagy ve ark., 2002). Yani bebeğin ifadesini aynı yoğunlukta değil, biraz daha farklı bir şekilde, ama o duyguyu anladığını gösterir bir şekilde geri bildirir. Bebek annenin geri bildirdiği duygunun annenin sahici duygusu olmadığını, "sahiciymiş gibi" [pretend] (Fonagy ve ark., 2002) görünen oyunsu bir unsur olduğunu algılamaya başlar. Çünkü anne kendi duygusunu ifade ederken farklı bir görünüm gösterir, farklı davranır. Dolayısıyla bebekte annenin yansıttığı duygunun kendi etkisi, duygusu olduğu hissi gelişir. Aynı zamanda anneden algıladığı duygu durumuyla ilgili bir temsil oluştururken, bu geri bildirimi o sırada yaşadığı bedensel durumla bağdaştırarak kendi duygusunu tanımaya başlar ve kendi duygu durumunda da olumlu bir değişim gerçekleşir. Fonagy ve arkadaşları (2002) bu sürecin Winnicott'un "kucaklama" [holding], Bion'un "kapsayıcılık" [containment] kavramlarıyla ifade edildiğini ileri sürerler. Bu deneyimler güvenli bağlanmanın ve bir benlik hissinin gelişimindeki öncü adımlardır.

Dolayısıyla bebeğin yaşadığı durum, kendi organizmik gelişiminin yanı sıra, ilişki içinde örtük olarak algıladığı, ancak zamanla bilinçli farkındalığa evrilen bir süreçtir. Bebeğin annesini ayrı bir özne olarak tanıması başlangıçta daha bedensel, işlemsel bir süreçle gerçekleşir; zamanla, özellikle dil gelişimi ile daha bilinçli bir farkındalığa doğru evrilir (Stern, 1985). Bu anlamda Benjamin (1998), Winnicott'un (1971) analizinden yola çıkarak öznelliklerarası farkındalığın bebek için gelişimsel bir kazanım olduğunu ileri sürer.

Fonagy ve arkadaşları bu kazanıma "zihinselleştirilen duygulanım" [mentalized affectivity] derler (2002). Bebek büyürken yukarıda anlattığım süreç içinde kendi duygusunu kendi zihninde değerlendirebilmeye, duygusuna bir isim verebilmeye başlar. Ayrıca yaşadığı duyguyu önceki deneyimlerine dayanarak düzenler, yumuşatır ve sonra yaşadığını ifade edebilir. Bütün bunların gerçekleşebilmesi için annenin bebeğini olduğu kadar kendisini de niyetleri, bir iç dünyası olan biri olarak deneyimlemesi gerekir ki bebeğin iç

dünyasına atıfta bulunabilsin. Bu deneyimin gerektirdiği farkındalığa daha sonra da değineceğim.

Öznelliklerarasılığı ve zihinselleştirmeyi sağlayan içsel mekanizmalar bebeğin repertuarında doğuştan bulunmaktadır ve bunlardan önemli bir tanesi "kişilerarası ilişkide bir sonraki olgunun bir öncekine dayanması, tahmin edilebilirliği"dir [contingency detection] (Beebe ve ark., 2005, s.78). Kısaca bebeğin gösterdiği davranışların sonuçlarını izleyebilme, fark etme, algılama kapasitesi (Fonagy ve ark., 2002), onun davranışlarının ardından sıklıkla gerçekleşen sonuçları önceden tahmin etmeyi kolaylıkla öğrenmesini sağlar. Bu beceri sadece ilişkilerde değil, ilişki dışı dünyada da bebeğin kendi duygularını düzenleyebilmesini sağlar. Özetle anne-bebek ikilisinin davranışları birbirlerine bağlı olarak gelişir. Sonuçta benzerlik ve farklılığı deneyimlemek kadar karşılıklı etkileşimde şekillendirilen ilişkisel öngörme örüntüleri de önemlidir.

Böylece anne ve bebek hem kendi iç süreçlerini hem de ilişkiyi düzenleyecek girişimleri "eşgüdüm" [coordination] içerisinde gerçekleştirebilirler. Eşgüdüm önemlidir; her iki taraf da kendi girişimlerinin etkin olduğuna, karşılık bulma olasılığına, yani bir sonraki tepkinin bir öncekine dayandığına güvenebilmelidir. Özellikle bebeğin kendi tahminine güvenebilmesi ve eşgüdümlü etkileşim sayesinde girişimlerinin anne üzerinde etkili olduğunu deneyimleyebilmesi gerekir. Ancak bu sayede annesinin duygu içeren geri bildirimini algılayıp kendisine mal edebilir.

Tabii bebeğin bu şekilde etkili olabilmesi annenin buna izin verebilmesine bağlıdır; yani annenin bir başkasının zihnine atıfta bulunabilmesi, onun tarafından etkilenmeye açık olması, savunmaya kaçmadan, bebeğinden korkmadan onun girişimlerini karşılayabilmesi gerekir. Böylesi bir ortamda güvenli bağlanma bebeğin kendine ve dünyaya güvenerek bir içsel iyilik ve etkinlik hissi geliştirmesini sağlar. Tersine, girişimlerinin ardından beklentileri sıklıkla boşa çıkan, annesi tarafından karşılanamayan bebeğin tahmin edebilme yetisi bozulur, öğrenme süreçleri olumsuz etkilenir, kendini ve dünyayı anlama becerisi zedelenebilir.

Bu noktada bir çekince dile getirmeliyim. Bebekle ilişkiye giren kişi olarak sürekli anneden söz etmenin, olası tüm sorunlarda anneyi suçlama tehlikesine neden olması mümkündür. Burada başta sözünü ettiğim sistem düşüncesini hatırlamakta yarar var. Anne-bebek ilişki süreci bir boşluk içinde gerçekleşmez; maalesef yakın zamana kadar sanki onları çevreleyen, etkileyen başka kişiler, olgular ve sistemler yokmuş gibi davranılmış ve bu özellikle klasik psikanalizde bir anneyi suçlama tepkisine yol açmıştır (Caplan,

1990). Gerek bireyin deneyiminin gerekse herhangi bir ikili ilişkinin dinamik bir bağlam içinde gerçekleştiği ve çeşitli karşılıklı etkileşimlerin söz konusu olduğu mutlaktır.

Bebeklikte başlayan öznelliklerarası deneyimlerin ömür boyunca sürdüğü, kesinti ve tamir süreçlerinin, öngörülebilirlik olgusunun ve zihinselleştirebilme becerisinin ileriki yaşantılarda da önemini koruduğu kaçınılmaz bir gerçektir. Yukarıda anlattığım erken dönem deneyiminde, yaklaşımlarına gelecek tepkileri görece öngörebilen, ilişkilerde kesinti olsa da tamir olasılığına güvenen, yaşadığı olguları anlamlandırabilen birey, kendine ve ilişkilere güvenen bir birey olarak büyür. Burada vurgulanması gereken olgu bu özgüvenin temelinin ilişki olmasıdır; yani bebeğin güvenli bir birey olması için güvenle karşılanması, kendiliğinden gerçekleşen edimleriyle "Ben varım." deyişinin görülmesi gerekir.

ÖZNELLİKLERARASILIK VE BİZ

Bütün bu anlatımlar erken dönemde anne ve diğer bakım verenlerle bebek arasındaki ilişkinin ne denli önemli oldugunu gösteriyor. Bebeğin "Ben varım." ifadelerinin kabul görmesi onun geleceği için önemli bir yapı taşıdır. Beebe ve arkadaşları öznelliklerarasılık kavramını anlatırken ikili etkileşim ve karşılıklı düzenlemede denge kavramını vurgularlar. Ben denge kavramını kabul etmekle birlikte, etkileşimin farklı kültürlerde farklı noktalarda dengelenebileceğini ileri sürmüştüm. Bebeğin organizmik özdüzenleme süreçleri evrensel psikobiyolojik temellere dayanır; annenin etkileşimsel düzenleme hamleleriyse o güne kadar edindiği deneyimlerinden ve kültüründen de etkilenir. Özellikle ben ve öteki yaşantısının görece iç içe olduğu, yani içinde yaşadığımız kültürdekine benzer anne-bebek ilişkilerinde annenin etkileşimsel düzenlemesi bebeğin hareketlerine, öznelliğine, etkileşimsel düzenlemesine uyum kurmanın yanı sıra, bebeği etkilemek yönünde, yani yüksek koordinasyon yönünde de olabilir. Önemli olan unsur annenin bunu yaparken bebeğin tepkisini gözden kaçırmaması, öngörebilmesi, gerekirse olası anlaşmazlığı tamir/telafi edebilmesidir. Daha önce de belirttiğim gibi, farklı eğilim ya da eğimler kültürlerarası bağlanma araştırmalarınca da bulunduğu gibi, bazı kültürlerde normatif olabilir. Daha önce sözünü ettiğim kültürlerarası nörobilim çalışmaları da böylesi bir tezi destekler nitelikte olup, kültürün ilişkisel ve hatta ruhsallık içi süreçlere etkisini ortaya koymuştur (Han, 2013). Bu konuyu tekrar gündeme getirmemin nedeni ise öznelliklerarasılığın farklı kültürlerde farklı şekillerde ortaya çıkma olasılığıdır.

Bizim kültürümüzde karşılaştığımız olgulardan bazıları bu olasılığa örnek gösterilebilir. Yeni anne olmuş genç kadınlarla yapılan niteliksel bir araştırmadan (Buldur, 2009) bir alıntı bu duruma örnek verilebilir:

> Dokuz aylık oğluna bir şeyler yaptırmaya çalışan genç anne: "Onunla konuşuyorum, 'Hadi onları ısıtalım, giyinelim... Bak karnın aç, birazcık yiyelim, sonra oynayalım.'" (Buldur, 2009).

Ortaklık hatta birlik ima eden bu sözlere bir de güncel bir örnek verelim:

> Annesiyle yolda yürüyen küçük bir kız sürekli annesine, yani yukarıya doğru bakarak konuşuyordu. Annesi onu uyardı: "Önüne bak anneciğim, yoksa düşersin."

Bebeğe bir şey yaptırmak için "sen" hitabının içine "ben"i de katarak "biz"li konuşmak, o kadar da küçük olmayan çocuklara, gençlere "anneciğim...babacığım", hatta "ablacığım... amcacığım" diye hitap etmek ne anlama geliyor olabilir? Epey yaygın olan bu kullanım, bir birliktelik-karşılıklılık, bir "biz-ben" ifadesi olabilir mi? Bu ifadelerin genellikle çocuğa/kişiye bir şey yaptırmak, onu bir konuda yönlendirmek, uyarmak gibi amaçlarla kullanıldığını düşünürsek, yüksek koordinasyonla etkileşimi düzenlemeye yönelik olduklarını söyleyebilir miyiz? Bu konuda bir hipotez yürütürsem, bazı kültürlerde söz konusu olan yüksek kordinasyonla etkileşimi düzenleme vurgusunun, birliktelik-karşılıklılık deneyiminin işlevsel tanımı olup, bebeğin biz-ben hissi gelişiminin altyapısını kurabildiğini ifade edebilirim. Bu şekilde işlev göstermeyi öğrenen bebek de aynı şekilde davranmaya başlar.

Peki bu durum bebeğin gelişimini olumsuz etkilemez mi? Beebe ve arkadaşlarının açıklamasına bakarsak karşılıklı etkileşimde önemli olan unsur ikilinin birbirinin edimlerini ve ifadelerini tahmin edebilir, öngörebilir olmaları, bu edimlere niyet atfedebilmeleri ve yanıtlayabilmeleridir. Özellikle bebek bir davranışının ardından gelecek tepkiyi öngörebilmeye başladıkça, annenin tepkisinin, yani eğiminin yüksek koordinasyon yönünde olabileceğini öğrenir ve ona göre bir karşı tepki oluşturur. Bu süreci sağlıklı bir eşgüdüm içinde yürütebilen anne-bebek ikilileri, farklı noktalarda olsa da Beebe ve arkadaşlarının sözünü ettiği dengeyi kurabilirler. Böylece annede var olan biz-ben hissi bebeğe geçiyor olabilir.

Genç annelerle yapılan bir araştırmada bazı annelerin bebekleriyle yaşadıkları biz-ben hissi ortaya çıkıyor (Buldur, 2009):

> Altı aylık bir erkek bebeğin annesi: "Onu kucağıma alınca sanki o benim bedenimin bir parçası gibi. Kendim ve bebeğim için güvende hisediyorum, sorumlu, başarılı."

Bu ortamda bebek, anneyle aralarındaki ilişkide kesintiye uğrama ve tamir süreçleri, annenin farkındalığı, bebeği sözsüz de olsa izleyebilmesi, onun girişimlerini kabulle karşılayabilmesi ve bebeğin annenin tepkilerini öngörebilirliği sayesinde özdüzenleme işlevini sürdürmeye devam edebilir. Ancak annenin yüksek koordinasyonu, eğimi dolayısıyla bebeğin kendini yatıştırma davranışları bir ölçüde ötekine dair bir empatik farkındalık ve duygulanımsal geçirgenlik taşıyacaktır. Ayna nöronların bu bağlamda hem bebek hem de anne açısından önemli bir rol oynadığını, karşılıklı edimlerinin kendi içlerinde yankılandığını düşünebiliriz.

Bebek geçirgenliğin, paylaşımın mutlak olmadığını, annenin onu her zaman anlayamadığını, her şeyi paylaşmadığını, tümüyle saydam olmadığını, sürekli onun için orada olmadığını, bazı deneyimlerin paylaşılmayacağını, annenin her davranışını öngöremeyeceğini deneyimledikçe geliştirdiği baskın organizasyon ilkeleri, örtük ilişkisel bilişleri de birlikteliğin mutlak olmadığı gerçeğini içermeye başlar. Zaten Winnicott'ın (1960) söylediği gibi, annenin yanındayken bile bebeğin kendi kendine "süregiden varoluş" [going on being] deneyimine gereksinimi vardır. Bebek annenin yanında kendi kendine var olmanın yanı sıra, bunu onsuz da yapabilmeye, kendine ait bir iç yaşam oluşturmaya başlar. Bu olguyu psikanalitik kuramda annenin yokluğunda bebeğin zihninde anne temsillerinin yer alması, yani "içselleştirme" [internalization] olarak görüyoruz. İçselleştirilen ilişkisel senaryolar (RIGS) (Stern, 1985) bebeğin ruhsallık içi dünyasının bir parçası olduğu ölçüde onun yalnızken kendini düzenleyebilmesine yardımcı olur.

İşte belki bu bağlamda Roland'ın (1988) "mahrem benlik" kavramını, belki Doğulu annenin yüksek koordinasyonuyla, yani biz-ben yaklaşımı ile karşılaşan bebeğin geliştirdiği bir iç denge unsuru olarak görebiliriz. Bebek çoğunlukla ona açık olan annesinin bazen de paylaşımdan uzak olabildiğini deneyimledikçe, kendisi de benzer bir çeşitliliğe doğru yönelebilir, etkileşime girmeden kendi kendine olmayı tercih edebilir. Öznelliklerarası farkındalığı olan anne de bebeğinin tekil olmakla ilgili bu tercihine saygı duyar.

Bu tahminlerde bir gerçeklik payı varsa, tanımlanan benlik, daha önce Modell'in söylediği gibi, çoğul ve katmanlı olmak durumundadır. Öyle ki bebek aynı anda hem öteki ile sınırsız bir etkileşimsel koordinasyon alanında

var olur hem de kendisine sakladığı bir içsel benlik alanına sahip olur. Böyle biri, bir yandan kendisinin geniş bir sistemin parçası olduğunu hissederken diğer yandan da sadece ayrı bir birey olma hissini yaşar. Hem öznelliklerarası alanda var olma hem de kendi kendine bir özne olma, işte bu ailevi benliğin zenginliği ve gerginliğidir.

Öznelliklerarasılık kavramını geçmişten gelen geleneksel düzenimiz açısından değerlendirmeye çalışalım. Çocuklar açısından geleneksel düzenimizin önemli bir özelliğinin ilişkilerin çoğulluğu olduğunu sıkça belirttim. Tarihimizle ilgili bölümde eski hanelerimizin çoğunlukla çekirdek niteliğinde olduğunu, ancak özellikle yakın akrabalar arasında işlevsel paylaşımın yoğun olduğunu görmüştük. Bunun çocuk için anlamı çoklu etkileşimdi; yani çocuk birçok kişiyle ilişkiye girerek çeşitli düzeylerde etkileşimsel düzenleme yetisini geliştirme imkânına sahipti. Roland'ın bu olguyu bir sosyal bireyselleşme mekanizması olarak adlandırdığını hatırlayalım. Bunun anlamı şudur: Çocuk benlik hissini ve mahremiyetini sadece anneyle etkileşimi sayesinde geliştirmez; kendisini çeşitli ilişkilerde algıladıklarıyla geliştirdiği bir iç-benlik deneyimi de oluşturur. Stern (1985) ve Lyons-Ruth'un (1998) söyledikleri gibi, çocuk deneyimlerinden kaynaklanan örtük ilişkisel bilişlerden bir ortak algı soyutlayarak bir "farklı-ilişkilerde-de-olsa-değişmez-olan-ben" algısı yaratır. Bu onun bireyselliğinin ifadesidir, yerine göre bu algıyı hiç kimseyle paylaşmayabilir de. Üstelik bu tür bir deneyimler dizisiyle yetişkinliğe ulaşan birey, kendi çocuğuna bir yandan kendisinin bir parçası olarak bakarken bir yandan da onun farklı bir birey olarak gelişeceğini örtük bir şekilde de olsa bilme imkânına sahiptir. İşte belki de bu nedenle, "Oğlumu ben doğurdum ama gönlünü ben doğurmadım." diye bir de atasözü vardır.

Birliktelik-karşılıklılığın tanımını hatırlarsak, bu olgunun önemli bir özelliği olan sözsüz ilişkisel duyarlılık açık iletişime göre önceliklidir. Sözsüz duyarlılık geleneksel düzende ağırlıklı olarak aile içi ilişkilerde ve özellikle hiyerarşik olarak yakın düzeyde olan kişiler arasında (örn. anne-kız) önem kazanır. Şöyle ki, duyarlılığın amacı iletişim ve birbirini anlamak olduğu kadar ilişkisel ahengi, dolayısıyla belki de en çok mahrem/iç benliğin bütünlüğünü korumak olabilir. Dolayısıyla geleneksel yakınlık ve birliktelik-karşılıklılığın bazı ilginç sonuçları olabilir. Aile bireyleri birbirlerine güvenseler bile açık sözlülük her zaman uygun görülmez; çünkü bazı açık sözlü ifadeler, özellikle karşıtlık içerenler, ahengi bozabilir ve bu hiç de istenmeyen bir durumdur. Ahenk, bireylerin açık iletişim yerine karşılıklı sözsüz duyarlılık yoluyla bir-

birinin mesajlarını anlayıp ona göre davranması sayesinde korunur. "Arif olan anlar." atasözü de sanki bunu ifade etmekte gibidir.

Bu konuda Loewald'dan (1980c) esinlenerek psikanalitik bir yorum yapmaya kalkacak olsam şöyle derdim: Bu kültürde açık sözlülük, özellikle de sıklıkla olduğu gibi farklılık, karşıtlık içeriyorsa, birliktelik-karşılıklılığın temsil ettiği temel bütünlük hissini zedeleme ihtimali taşır. Bu da bireyde bir sadakatsizlikte bulunduğu, nankörlük ettiği hissinden kaynaklanan bir suçluluk duygusu yaratır ve susmasına neden olur. Ancak özgün bir birey olma ve tanınma isteği geçerliliğini korudukça sözsüz iletişimle, ima ile tanınma çabası devreye girer.

Dolayısıyla duyarlılık, çoğunlukla farklı gündemler, ahengi bozabilecek farklı tercihler su yüzüne çıktığında zorlanabilir. Bu tür durumlarda ikilinin öznelliklerinin, yani karşılıklı duyarlılığın göz ardı edilmesi riski söz konusu olabilir. Kendi gündeminin önceliği kişiyi ötekinin gündemine kör kılabildiği kadar, birtakım kaygılar ve savunmacı tepkiler de kişiyi bilerek ya da bilmeyerek ötekinin gündemini reddetmeye itebilir. Kişi için kendi gündemi, arzuları, kaygıları çok öncelikli olduğunda birliktelik-karşılıklılık hissi "benimle-aynı-olmalı" hissine dönüşebilir; ötekinin ayrılığını, öznelliğini görmeyi, ötekini zihinselleştirmeyi zorlaştırabilir. Bu sıkıntı bazı anne-kız ikilileri arasında gerilim yaratan bir durum olarak karşımıza çıkarken, mahremiyeti koruma gereği belki de bu nedenle ortaya çıkıyor. Bir genç kadın danışanımdan bir itiraf:

> Anneme çok şeyi söyleyemiyorum, ona kapalıyım gibi. Ama onun sağlam olduğunu, beni destekleyeceğini ve benim için çözümler bulacağını biliyorum.

Hiyerarşik sınırların ilişkileri düzenlediği durumlarda (ör. baba-çocuk, karşı cinsler arasında) ilişkilerin niteliği sözsüz duyarlılıktan çok rol tanımları arasındaki farklılıklarla belirlenebilir. Söz konusu olan rollere göre ilişkiye girmek olduğunda bireylerin ayrışıklığı açıktır; ötekinin öznelliği daha ön planda olabilir. Bu düşünceleri destekleyen ve daha önce sözünü ettiğim bir araştırmada, üniversiteli gençler annelerini "Bana karşı çok sevecen." gibi ilişkisel terimlerle tanımlarken babalarını "Çok çalışkandır." şeklinde ilişki ifade etmeyen bireysel terimlerle tanımlamışlardır (Sefer, 2007). Bir başka deyişle, yapısal hiyerarşi farklılığı belirginleştirir.

Ancak güçlü hiyerarşik sınırlar da ilişkide zorluklar yaratabilir, üsttekiyle alttakinin birbirlerini tanımalarına engel olabilir. Yapısal hiyerarşinin

içerdiği mesafe, ötekinin öznelliğini yabancı kılabilir ve uzak durulması gereken bir şeye dönüştürebilir, ötekinin duygusunu zihinselleştirmekten kaçınma gelişebilir. Bu konudaki sıkıntı da bunun, baba ile hem kız hem de erkek çocuklar arasında duygusal mesafe yaratan bir unsur olarak karşımıza çıkmasıdır. Gerek klinik paylaşımlarda gerekse araştırmalarda, yetişkin bireylerin babaları ile karşılıklı olarak içtenlikle tanışma fırsatı bulamamaları sıkça karşılaşılan bir yakınmadır. İşte babasına ulaşmak, kendiliğini ona tanıtmak isteyen, ama bunu mümkün kılacak iletişimi kuramayan genç bir kadın danışanın yakınması:

> Ona kendimle ilgili bir konuda ne düşündüğümü anlatmaya kalksam beni dinlemeyecek.

Bu durumun tersi bir örnek ise Bolak Boratav ve arkadaşlarının yaptığı bir araştırmada (2017) ortaya çıkmıştır. Babasının ona yaklaşma çabasını anlatan bir erkek şöyle der:

> Konuştu bir kere. Konuştu bir kere de ben pek oralı olmadım... Babama sevgim, saygım sonsuzdur. Ama bizde de babayla altından, üstünden karı-kız muhabbeti yapılır; o ayrı da böyle ciddi ciddi "Oğlum senin böyle böyle problemlerin varmış." diye girdi mi ben sıkılıyorum, daralıyorum, utanıyorum yani. İnsan babasından utanır mı? Utanıyorum yani. Dediğim gibi karı-kız muhabbeti çok yaparım babamla. Ooo, gırla, o ayrı. Ama öyle ciddi bir mevzu anlatmaya çalışsa sarmaz beni yani. Şimdi yalan yok. Konuşmaya çalıştı, denedi yani... Ama ben makaraya vurdum, öyle altından, üstünden öyle gittik.

Bu uzunca örnek, geleneksel ortamda baba-oğul arasında erkek rolünün içerdiği konuların gündeme gelebildiğini, ancak öznelliklere değinmenin utanma, belki yabancılaşma hissi yarattığını göstermektedir. Sanki oğul, öznelliğinin, iç dünyasının babasına saydam olmasında, paylaşılmasında, birbirlerinin duygularını karşılıklı olarak zihinselleştirmekte bir sakınca görmüş gibidir. Bu tür bir ilişkinin erkeklik gelişiminde ne tür sorunlar yaratabileceği ayrı bir konudur.

Yine Loewald'dan (1980c) esinlenerek bir varsayımda bulunsam şöyle derdim: Bireysel gündemlerin çatışma olasılığı barındırdığı kuşaklararası hiyerarşik ilişkilerde, açık sözlülük, genç kuşağın saldırgan dürtülerini, şikâyetlerini uyarma, öznelliğini ötekine dayatma riski taşıdığı için sakıncalıdır. Bu dayatmayı duymak aynı şekilde yaşlı kuşak için de sakıncalıdır.

Sonuç olarak, geleneksel düzenimizde çok hassas bir denge söz konusu gibidir. Birliktelik-karşılıklılık vurgusu, güvenli bir içsel iyilik hisini beslerken bireyler arasındaki farklılıkların göz ardı edilmesine yol açmamalı, yapısal hiyerarşi ise en azından bakım hiyerarşisinin sunduğu ilişkisel duyarlılığa izin verebilmelidir. Tüm bu hassas dengelerde, kritik unsurun bireyin mahrem benliğini yaşayabilmesi, onu koruyabilmesi olduğunu düşünüyorum. Başka bir deyişle, mesele, bireyin hem ilişkisini açıklık içinde yaşayabilmesi hem de kendi öznelliğini koruyabilmesi ve özdüzenleme işlevini yerine getirebilmesidir.

Geleneksel düzenimizin hassas dengesine baktık; gelelim bugün bazı kesimlerde, ailelerde ve gençlerde gördüğümüz sorunlu duruma. Toplumsal değişimin getirdiği arayışlar bazı aile ve bireyleri yeni sentezler geliştirmek konusunda zorluyor. Hiyerarşinin sağladığı ayrışıklık zayıfladıkça "Su küçüğün, söz büyüğün." kuralının yerini sanki "Söz herkesin." söylemi alıyor. "Anneciğim, babacığım" artık çocuklara bir şey yaptırmak konusunda pek yeterli olmayabiliyor; ancak ana-babalar başka seçenekler bulmak konusunda da zorlanıyorlar. Genç insanlar ya "Ben varım." demeye korkuyorlar ya da "Sen de varsın." kısmını göz ardı ediyorlar, ötekini görmemeyi yeğliyorlar. İnsanlar birbirini gerçekten dinlemekten, duymaktan vazgeçmeye başlayınca geçerli talepleri olan bireyler iletişimden kopuyorlar. İşte bu noktada başka bir unsur devreye girmezse kimsenin kimseyi dinlememesinden, ortaya çıkacak kakofoniden, hatta karşılıklı incinmelerden kurtulmak zor olacaktır; bunun örneklerini de günümüzde görüyoruz.

Bu durumu anlamak, çözümlemek zorundayız. Acaba geleneksel ilişki düzeninden uzaklaşırken neler yitirildi? Yapısal hiyerarşi ve onun sağladığı ayrışıklık aşınınca birliktelik-karşılıklılık empatiden, duyarlılıktan sınırsızlığa, iç içeliğe doğru mu evrildi? Sınırsız ilişkilerde yükselen duygulanımı denetlemek, düzenlemek zorlaşır; bu durumda yitirilen en önemli şey ötekinin öznelliği olur. İç içelikten kaçan kişi aşırı bireyciliğe kayma riski taşıyabilir. Eğer durum buysa, bireyin gelişimi, benlik yapılanması açısından ciddi eksiklikler söz konusu olacaktır. Değişimin taşıdığı risklerden söz ederken çaresiz ana-babalardan ve içsel yapısı gelişmemiş, duygulanımını düzenleyemeyen çocuklardan, kim olduğunu bilemeyen genç bireylerden söz etmiştim. Bu konularla ilgilenen psikologlar ve diğer profesyoneller olarak, bu risklere karşı yeni bir denge aramak durumundayız. Yoksa şu an kliniklerde, merkezlerde gördüğümüz sorunlu aile ve bireylerin sayısının artma riskiortaya çıkıyor. Bölümün başından beri, toplumsal değişimin etkisiyle bireylerde ailevi benli-

ğin genişleyerek bireyselleşen unsurlar içermeye başladığından, içsel çoğulluklara doğru evrildiğinden ve bu sürecin bir zenginlik kaynağı olduğu kadar bir gerilim kaynağı olduğundan bahsettim. Yaşadığımız sorunları daha iyi anlamak için yukarıda sunduğum özmelliklerarasılık, zihinselleştirme ve duygulanım düzenleme kavramlarının oluşturduğu çerçeveden yararlanacağım. Burada da gelişimsel bir anlayış söz konusu olduğu için çıkış noktam erken dönem ilişki içinde kendini bulmaya başlayan bebek olacak.

ÖZNELLİKLERARASILIKTA BOZULMALAR

Daha önce dediğim gibi öznelliklerarası deneyimde bozukluklar söz konusu olduğunda, ilk akla gelen konu bağlanma bozukluklarıdır. Bu konuda da Beebe ve arkadaşlarının çalışmasından yola çıkacağım. Dört aylık bebeklerin anneleriyle etkileşimlerinin, on ikinci ayda belirlenen bağlanma niteliğini yordadığını daha önce belirtmiştim. Bu sonuçlara daha ayrıntılı bakmakta yarar var.

Sonuçlara göre "güvenli" [secure] bağlanma özelliği gösteren bebeklerle anneleri arasında, eşgüdümsel uyum, gerek öznel gerek ilişkisel ritimlerinin öngörülebilir olması, birbirlerini kolaylıkla izleyebilmeleri, özellikle annenin bebeğin iletişimine katılması ve bebeği izleyebilmesi, onu aynalaması öne çıkan özelliklerdi. Araştırmacılar bu özelliklerin, sanki bebeğe, annesinin onu gördüğü, anladığı, onun içsel durumunu paylaşabildiği hissini verdiği yorumunda bulundular. Bebek annesinin onu zorlamayan dikkatine güvenircesine kendi istediği gibi davranıp annesini sürekli olarak izlemeye çalışmıyor, "var olmaya devam ediyordu" (Winnicott, 1960). Özellikle bebeğin bir sıkıntı, zorlanma ifadesinin anneden yanıt alması sonrasında bebek kendi kendisini de düzenleyebiliyor, yatışabiliyordu.

Bu tür bir erken dönem geçiren bebekler, büyüdüklerinde de daha önce örneklerini gördüğümüz, kendine ve ailesine güvenen gençler olurlar. Başkalarından ve kendilerinden ne bekleyeceklerini kestirebilirler; yerine göre kendi çelişkili duygularını da anlayabilir, taşıyabilir ve düzenleyebilirler.

"Güvensiz" [insecure] bağlanma özelliği gösteren bebeklerle anneleri, birçok bakımdan güvenli bağlananlardan farklı değillerdi. En önemlisi, bu anneler bebeklerine duyarsız değillerdi, karşılıklı eşgüdümleri çoğunlukla yerindeydi. Fark, annenin bebeğe yaklaşımındaki öngörülemezlik, izlenemezlikteydi. Anne bir an bebeğin üzerine aşırı dikkatle eğilirken, bir an geri çekilmiş olabiliyordu. Üstelik bu davranışlar bebeğin bir istek ya da ihtiyaç ifadesine yanıt olmaktansa, sanki daha çok annenin kendi yakın olma sorunlarıyla ilgili gibiydi. Bebek annesinin bakışından ne bekleyeceğini kestire-

mezmiş gibi geri çekiliyordu; sanki annesinin yaklaşması ve dokunması onu etkilememiş gibi tepkisiz kalıyordu. Bu tepkisizliğinde kendisine de dokunmayı bırakıyor, genel bir "yatıştırılmadan kalakalmışlık" hâlinde kendi duygu durumunu düzenlemekten uzak kalıyordu. Bebek, aynı zamanda, sanki anneyi anlamak ve tepkisini ayarlamak uğruna, annesinin yüz ifadesini, duygusunu görsel olarak çok dikkatle izliyordu. Annenin dengeli bir etkileşimde bulunamaması bebekte bir iç tutarsızlığa yol açıyor gibiydi. Bebek annesinin girişimlerine karşı bir "geri çekilme, ketlenme" [withdrawal, inhibition] savunmasıyla karşılık verirken, annesini izleme konusunda "aşırı dikkat" [hypervigilance] gösteriyordu ve bu tutarsızlık hâlinde özdüzenleme süreci de aksıyordu.

Bu tür bir deneyimle büyüyen çocuk, yakınlarının girişimlerine karşı reddedici ve çekimser yaklaşır; ilişki kurma çabalarına ters tepki verebilir. Aynı zamanda kendini düzenleyemediği için bir ötekine muhtaçtır. Yakınını kaygıyla ve dikkatle izlemek, ondan uzak kalmamak ihtiyacındadır, yakınlığı ise yatıştırıcı bir deneyim olarak yaşayamamaktadır.

Böyle bir durumun ilerideki yansımalarına bir örnek olarak süpervizyon verdiğim bir terapiştin bir danışanından söz edeceğim:

> On iki yaşındaki bir erkek çocuk annesi tarafından bir merkeze getirilmişti. Çocuk daha çok küçükken annesi çok şiddet gördüğü eşinden ayrılmıştı. Ancak oğlu babasına benzediği için ona bakınca eşini görür gibi olup geriliyor, sakin kalmakta zorlanıyordu. Çocuk da annesiyle konuşmayı, ona açılmayı reddediyor, ancak annesine karşı talepkâr ve yer yer saldırgan olabiliyordu. Ayrıca evde yalnız kalamıyor, gece annesiyle uyumak istiyor, banyoda bile yalnız kalmaktan korkuyordu.

Bu örnek çok açık bir şekilde annenin kendi iç süreçlerinin, eski eşiyle yaşadıklarını hazmedememiş olmasının oğluyla ilişkisine nasıl yansıdığını gösteriyor. Anne kendi kaygısı yüzünden çocuğun öznel durumunu, niyetini algılamakta zorlanıyor, hatta belki bundan kaçınıyor. Çocuk da annesinin ilgili olmakla kaçınmak arasındaki ikilemini algıladığı ölçüde kendi tepkisi de anneden kaçınma ile anneyi izleme arasında gelgitler gösteriyor. Ayrıca çocuğun bu çelişkili davranışının ev dışında da devam etmesi güven konusunda genel bir sorunu olduğunu ortaya koyuyor. Annenin bu durumla yalnız başına baş etmek zorunda olduğu, onu çevreleyen, destekleyen bir sistemin olmadığı gözden kaçırılmamalı. Annenin geleneksel ailesi, boşanmış kızlarına destek olmak konusunda tutarsızlık gösteriyor.

"Düzensiz-Bozuk Düzenli" [dysregulated-disorganized] bağlanma gösteren anne-bebek ikilileri de bazı açılardan güvenli ikililerden pek farklı, bu anneler ötekilerden daha az duyarlı değildiler. Önemli bir fark anne ve bebeğin gerek tekil gerekse ikili olarak birbirini izleyen davranışları arasındaki eşgüdüm ve öngörülebilirlikte sorun olmasıydı. Bu bebekler hareketleri arasında bir ahenk kuramıyorlar, davranışları dağınık ve öngörülemez oluyor, kendilerine ve annelerine daha az dokunuyor, annelerinden talepte bulunmuyorlardı. Özellikle de bir dertleri olduğunda bunu yüz ve ses ifadesiyle gösterirken karmaşık ve tutarsız örüntüler gösteriyorlardı. Örneğin sıkıntılarını sesli olarak, ağlayıp sızlayarak ifade ederken, yüz ifadeleri olumluydu (ör. gülümsemek). Sanki iki zıt duygu durumunu birlikte ifade ediyorlardı. Anneleri için de böylesi ani değişikliklere uyum sağlamak zor gibiydi. Bu anneler bebekleri onlara dokunduğunda ya da bebeğin zorlanma ifadeleri karşısında, bebekle birlikte hareket edebilmek konusunda zorlanıyorlardı. Geri çekiliyorlardı, yüz ifadeleri durgunlaşıyordu ya da tam tersine bebeğin zorlanması karşısında annenin yüzü sevinç ya da şaşkınlık ifade edebiliyordu, bebeğin zorlanması ise artıyordu. Anneler bebeğe bakmaktansa başka yerlere bakıyorlardı ya da aşırı, neredeyse saldırgan bir şekilde bebeğin üzerine eğildikleri görülüyordu. Sanki anneler kendi hisleriyle o kadar meşguldüler ki bebeğe odaklanmak mümkün olamıyordu.

Sonuçta, etkileşimsel eşgüdüm açısından bir dengesizlik, karşılıklı bir "düzensizlik" [dysregulation] ortaya çıkıyordu. Anne bebeğin durumunu algılayıp etkileşimsel düzenlemeye girişemedikçe bebeğin içsel düzeni bozulup dağılma riski gösteriyordu. Bu durumdaki bebeklerin stres hormonu kortizol düzeyleri çok yüksekti. Araştırmacılar bu annelerin yaşadığı zorlanmayı, onların kendi geçmişlerindeki zorluklarla açıkladılar; olay annenin beceriksizliği değil, travmasıydı; anneler sanki bebeğin sıkıntılı ve yüksek duygu içeren durumlarında, tetiklenen tepkileri karşısında travmaya uğramamak için karmaşık savunmacı davranışlar gösteriyor gibiydiler.

Araştırmacılara göre bu durum aşırıya kaçarsa, bebek annesi tarafından görülmediğini deneyimler, annenin onun için orada olduğuna güvenemez, paylaşım bekleyemez. Kendisine de dokunmayınca kendi kendini yatıştırabilmekten uzak kalır; bu da onu bedensel duyumlarından mahrum bırakır. Üstelik bebeğin annenin zihnini tanıma ve annesinin zihni tarafından tanınma süreci sekteye uğrar; kendi zihnini tanıması, öznelliğini deneyimlemesi olanaksızlaşır. İleride kendisinin ne yaşadığını bilemez olur, tutarsız, bütünleşmemiş zihinsel süreçler yaşar (Lyons-Ruth, 1991). Annenin ilişkisel,

duygusal tutarsızlığı bebeğin içsel tutarsızlığı hâline gelir. Bebeğin aşırı zorlanması, çatışma ve şaşkınlık yaşaması duygusal düzeninin bozulmasına yol açar, telafi gerçekleşmez, kortizol salınımı artar ve benliği duygusal çalkantılarla şekillenmeye başlar.

Kendini anlayamayan, özdüzenleme işlevini kendi başına yerine getiremeyen bebek hem kendi deneyimlerini düzenleyebilmek hem de dış dünyayı anlamak için aşırı bir dikkatle annenin davranışlarını anlamaya çalışır. Ancak algıladıklarını kendisini düzenlemek için kullanamaz; çünkü annenin davranışındaki koordinasyonsuzluk kaygı yaratmaktadır. Bu durumdan korunmanın iki yolu vardır; bebek ya disosiyasyona kayar, zihinselleştirmeden, yani yaşadığını zihninde değerlendirmekten iyice uzaklaşır, dış gerçeklerden kopar ya da karmaşık duygulanımını "dışsallaştırmaya" [externalization] çalışır ki iç yaşantısı bütünselliğe kavuşsun. İç karmaşıklığını dışarıya yansıtan kişi sorunu dışarıda zannedip kontolcü yaklaşımlara, anneyi manipüle etmeye yönelir. İçini dışarı yansıtması, ona yalancı bir iç bütünlük, kontrol ve güven hissi verir. Yalnız kalınca da içindeki tehlikeye karşı güvensiz hisseder. Ya dışsallaştıracaktır ya da disosiyasyona kaçacaktır.

Allan Schore'a (2003) göre beynin sağ hemisferi erken dönem deneyimlerinden daha çok etkilendiği için, erken dönemde yaşananlar sonucunda sağ beyinde yer alan sistemlerin zedelenmesi söz konusudur. Onun analizi Beebe ve arkadaşlarının ilişkisel ortamlarda gözlemledikleri psikolojik sorunlara biyolojik bir altyapı sunar. Stres dolu etkileşimler karşısında peşpeşe tetiklenen, sakinliğe geçişi sağlayamayan bebekte bir otonomik homeostas bozukluğu kronikleşir. Schore bu anormalliklerim hem ruhsallık içi yaşantıya hem de davranışa yansıdığını belirtir.

Bu tür bir durumla karşı karşıya kalan çocuk büyüdükçe gelecek tehlikelere hazır olabilmek uğruna başkalarının duygusal durumlarına aşırı bir duyarlılık gösterebilir; ancak iç ve dış dünya arasında bağlantı kuramaz, kendi durumu ile ötekinin durumu arasındaki benzerlik ve farklılıkları algılayamaz. İç temsilleri sağlam olmadığı için kendisini anlamasına yardım edecek ve iç yaşantısını düzenleyecek bir nesne arayışı içindedir; yalnızlığa dayanamaz, terk edilme korkusu yaşar. Yaşadığı kimi zorlanmalar onun bağlanma sistemini tetikler, strese giren kişi yakın olma ihtiyacını daha fazla hisseder. Ancak zihinsel yakınlık acıtıcı olduğu için ihtiyacını fiziksel olarak belli eder. Sonuç fiziksel yakınlık, zihinsel kaçınma olur.

Bu tür sorunlar yaşayan bebeklerin anneleri, çoğunlukla depresyonda olup, bebeklerini ihmal ediyor, onların ihtiyaç duydukları öngörülebilir etki-

leşimi sağlayamıyor olabilirler. Bir danışanımdan, bu durumun kronikleşmesine dair bir örnek sunayım:

> Ailesi Bulgaristan'dan göçtüğü sırada çok küçük olup anlamadığı zorluklara şahit olan bir anne, kızı doğduğunda depresyondaydı. Bebeğiyle ilgilenememişti; bebeğe ağırlıklı olarak bir başkası bakmıştı. Anne-babanın boşanması genç kadının yetişkinliğinde yaptığı evlilikte de tekrar etmişti. Kız tüm yaşadıklarından annesini sorumlu tutuyordu, onun üzerinde zaman zaman fiziksel saldırganlığa varan bir kontrol kurmuştu; annesi olmadan hiçbir şey yapamaz hâldeydi. Terapötik girişimlere cevap veremiyordu; çünkü yaşadıkları üzerinde düşünmek bir tehdit gibiydi. Sıklıkla yaşadığı olumsuzlukları anlamak istemekle birlikte, kendisinin ne yaşadığını değerlendirmekten kaçıp o olayla ilgili kim varsa onu suçlama yönünde bir dışsallaştırma ona sahte bir bütünlük sağlıyordu.

Burada tekrar önemle işaret etmem gereken bir nokta var: Bu araştırmalar hep anne-bebek ilişkisine odaklanmış, sanki babaların hiçbir önemi yokmuş gibidir. Bu çok yanlış uygulama karşısında bize düşen, benzer çıkarsamaları babalar için de yapmamız olmalıdır. Daha önce bir grup araştırmacının anne-baba-bebek üçlüsünü içeren benzer çalışmalar yaptığını dile getirmiştim. O çalışmalarda babanın da erken dönem etkileşimde anne gibi olumlu ya da olumsuz girişimleri, kaçınmaları olduğunu, bebeğin de bu tür durumlarda zorlanarak daha çok erken zamanlarda baş etme amaçlı savunmalar geliştirmek zorunda kaldığı saptanmıştır (Fivaz-Depeursinge ve ark., 2006).

Bu çalışmalara benzer sonuçlar veren, bu kültürde güvenli ve güvensiz bağlanma ile ilgili ana-baba davranışlarına değinen bir araştırma vardır (Sümer ve Kağıtçıbaşı, 2010). Bu araştırmaya göre, annenin kaçınma davranışı okul çağındaki çocuğun anneyle, babanın kaygılı/saplantılı tavrı ise babayla bağı üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Her ikisi için de çocuğun üstüne üstüne gitmek olumsuz, koruyucu-kollayıcı tavırlar ise olumlu etki yaratmıştır. Burada da görülen şey, ana-babanın çocuğun gereksinimine odaklanmaktansa kendi gereksinimlerine odaklanmasının çocuğu güvensizliğe ittiği gerçeğidir.

Bu kavramları bu yazının diline çevirirsek, kaygılı/saplantılı tavır, yetişkinin yakın olma isteğini kuvvetle vurgulayarak çocuğu hesaba katmayan bir yüksek koordinasyon örneği ortaya koymaktadır. Kaçınma ise yakınlıktan uzak durmayı örnekleyerek çocuğun ortada kalmasına yol açar. Çocuğun üstüne gitmek ise yine çocuğu göz ardı eden, onun beklentilerinin öngörülebilir olmasını engelleyen bir tavir olarak güvensizliği beslemektedir. Belli ki bu ana-babalar yakınlık-uzaklık dengesi konusunda emin değildirler ve ken-

di belirsizlikleri yüzünden çocuğun öznel gereksinimlerine yanıt verebilmeleri zorlaşmaktadır. Benim vurgulamak istediğim de bu sorun. Özel kişisel bozukluklar bir yana, kendi yetiştirilme tarzlarından vazgeçen ana-babalar farklı davranmak konusunda güvensiz, korkulu ve kaygılı olunca, çocuklarına güven sağlamakta da zorlanıyorlar. Bu ana-babaların koruyucu-kollayıcı davranışlarının aslında bakım hiyerarşisinin bir parçası olarak olumlu sonuçlar verdiğini, bu tavrın çocuğa asgari düzeyde de olsa bir gözetilme hissi verdiğini düşünebiliriz.

BU ÇALIŞMALARDAN NE ÖĞRENEBİLİRİZ?

Görüyoruz ki öznelliklerarasılık konusunda erken dönemde yaşanan düzensizlikler ileride vahim sonuçlara yol açabilmektedir. Araştırmalar bize bebeklerin organizmik sorunlar dışında, kendileri için yararlı bir ilişkiye girme konusunda doğuştan donanımlı olduklarını gösteriyor. O zaman öncelikle ana-baba için çıkarsayacağımız unsurlar neler olabilir?

Yukarıda anlattığım araştırmadan vardığımız sonuç şu: Annelerin bebeklerine karşı duyarlı olmakla ilgili bir eksiklikleri yok; kendi iç meseleleri konusunda farkındalık sahibi ve bu meselelerle başa çıkabilen, kendileriyle barışık olanlar bebeklerini algılayabiliyor; bebeğin girişimlerini genelde bebeğe yarayacak şekilde karşılayabiliyorlar. Olası kırılmaları tamir edebiliyorlar. Bu bebekler de kendi iç süreçlerine ve başkalarına güvenerek büyüyorlar. Anlaşılabileceklerine güveniyor, kendilerini anlamak konusunda da sorun yaşamıyorlar; zorluklarla karşılaşınca duygulanımlarını düzenleyebiliyorlar ve kendi kendilerine var olabiliyorlar.

Yine Loewald'dan (1980c) esinlenerek bir yorumda bulunursam şunu söylerdim: Bebekleriyle olumlu etkileşime girebilen ana-babalar, onlarla bir bütünlük yaşarken bebeklerin bireysel girişimlerini bir tehdit olarak algılamak yerine doğal kabul ediyorlar; Onların farklı birer birey olduklarını görebiliyorlar, yani kuşaklararası farklılıkları, farklı gündemleri kabul edebiliyor, tamir/telafi süreçlerine girebiliyorlar.

Ancak bazı ana-babalar kendi meseleleriyle barışık olmadıkları, kendi iç sorunlarını çözümlemedikleri için bebeklerine yaklaşımları bebeğin iletisinden çok kendi gündemlerine cevap niteliği taşıyor. Kendi gündemleri, yani yakınlık, güvenme, yatıştırılma ya da duygulardan kaçınma ihtiyaçları çerçevesinde bebeklerine açık olmakta zorlanıyorlar ya da kendi hazmedilmemiş acıları, travmaları bebeğin acı ifadelerinden kaçınmalarına neden oluyor. Bu da bebeğin benliğini güvenli bir biçimde düzenlemesini engelliyor. Bu bebek-

ler ne başkasına ne de kendilerine güvenebiliyorlar; ilişkiden uzak ama ilişkiye muhtaç bir arayışla duygulanımlarını düzenlemeye çalışıyorlar. En kötü durumda ne kendilerini ne de ötekini tanıma imkânını bulabiliyorlar, duygusal çalkantı içinde yaşamak zorunda kalıyorlar.

Beebelerin denge modeline geri dönersek, bu modelin, ilişkilerdeki düzenleme eğimlerinde farklı bağlamlara, ortamlara özgü dinamik bir dalgalanma, "salınım" [oscillation] sürecini de ifade ettiğini düşünebiliriz. Bu salınımda hatalar olabilir; hiçbir yetişkin birey çocuğunu, eşini, yakınını her zaman mükemmel bir şekilde karşılayamaz. Önemli olan, kesinti, kopukluk sonrası tamir süreçlerini gerçekleştirebilmektir. Aşağıda, üç yaşındaki çocuğunun direnmesi ile karşı karşıya kalan bir anne bu tamir süreçlerine bir örnek paylaşıyor:

> Kızım geç saatte radyonun sesini yükseltince komşuları rahatsız etmesinden ürküp uyardım ama dinlemedi. Sonunda ben sesi kısınca da ağlamaya başladı. Ben suçlu ve kızgın hissettim; onu yatıştıramadım. Kızım bebeğini aldı, ona "Pembe Barbi'nin annesine gidelim." dedi ve odanın öte yanına gidip öbür annenin çocuğunu ne kadar sevdiğini anlatmaya başladı. "Ben de seni seviyorum." demem bir işe yaramadı; uzun süre öfkemi ve reddedilmişlik hissimi denetlemeye, onun ne istediğini anlamaya çalıştım. Biraz sakinleyince sütünü hazırlayıp "Bana kızdın, ben hep pembe anne olamıyorum ama yarın müzik dinler, dans ederiz." dedim. O da gelip bana sarıldı ve "Sen benim annemsin." dedi. Ben de "Sen benim kızımsın." dedim.

Yukarıda verdiğim örneği süreç olarak ele alalım. Anne "Komşular ne der?" kaygısıyla kızıyla eşgüdüm kurmamış, onun tepkisini öngörememiş, üstüne gitmiş; çocuk da bir köşeye çekilerek kendi duygulanımını düzenleme yoluna gitmiş. Anne ancak kendi iç dengesini bulup, davranışının kaynağını anladıktan, yani kendi duygulanımını düzenledikten sonra çocuğu ile bir eşgüdüm yakalayabilmiş. Burada önemli olan çocuğun özdüzenleme sürecini gerçekleştirebilmek için bir yöntem bulabilmesi ki bu da aslında bu anne-kız arasında güvenli bir bağlanma ilişkisi olduğunu gösterir. Kesinti durumunda çocuk ağlayarak başladığı süreci özdüzenleme sürecine yardımcı olacak bir yol bularak halletmiş; kendisine anlattığı Barbi öyküsü zihninden geçenleri dile getirmesine yaramış. Bu da anneye toparlanma ve olumlu sonuçlanan bir tamir fırsatı vermiş. Şunu gözden kaçırmamakta yarar var; annenin komşularla ilgili kaygısı haklı da olabilir, yetişkinle çocuk arasındaki birçok kopukluk aslında yetişkinin haklı olduğu durumlarda gerçekleşmiş olabilir. Ancak bu durum etkileşimde bir kopukluk yaşandığı gerçeğini ortadan kaldırmaz;

kişiler, özellikle yetişkin kendi duygulanımını düzenlerse o kopukluğu tamir etme imkânı bulur.

Peki bütün iyi niyetlerine rağmen bunu yapamayanlar? Kendi geçmişlerini reddeden, çocuklarına açık olmak, onlara insanca hitap etmek isteyen ailelerde ters giden ne olabilir? Bu ana-babalar geleneksel kalıplardan uzaklaşırken kendi zihinsel temsillerinin içerdiği çatışma ve gerilimden de kaçmakta ya da bunu tanımamakta gibidirler. Demokratik ebeveynliği iyi niyetli bir "arkadaşlık" olarak niteleyip kendi karşılıklı ilişki gereksinimlerine açık olurken, gerilimin içerdiği olası öznelliklerarası zıtlıklara, kuşaklararası gündem farklarına kapalı kalıyorlar. Yani gerek kendilerinin gerekse çocuklarının iç gündemlerindeki çatışmalarla yüzleşmeyi yakalayamıyorlar. Ancak öyle görünüyor ki kişinin bir anlık bile olsa bir iç çatışmanın, gerilimin, tutarsızlığın farkına varması yeni bir sentez için gereklidir. Buradaki kilit sözcükler, kendi gereksinimi ve niyetiyle ilgili farkındalıktan ve ilişkide farklılıktan çekinmemek, tamir ve telafiye güvenmektir.

Bu ana-babalar aslında çok karmaşık bir ilişki tarzının sadece bir parçası olan hiyerarşik kontroldan vazgeçerken bakım sorumluluğundan, hiyerarşinin niteliksel hâlinden de vazgeçiyorlar; geriye sadece birliktelik-karşılıklılık gereksinimlerini bırakıyorlar. Bu kaçınmanın altında içsel ve ilişkisel çatışma, gerilim ve kaygıdan kaçma motivasyonu olmalı. Çünkü her hiyerarşi bir çatışma içerir; ebeveyn-çocuk ilişkisinin birliktelik kadar çatışma da içermesini evrimsel bir olgu olarak nitelendirmiştim. Denge modeli açısından bakarsak, bu ana-babalar adını koyamadıkları gerilimi ya yakın koordinasyonla, çocuğun üzerine gitmek suretiyle düzenleyerek ya da çocuğun girişimlerine kapalı kalarak halletmeye çalışıyorlar. Bu duruma örnek olarak bir başka terapistin naklettiği bir olayı gösterebilirim:

> Bir anne on bir yaşındaki oğlunu sorumsuz, okulda başarısız ve mutsuz olduğu için bir merkeze getirmişti. Çocuk tüm görüşmeyi şaklabanlık yaparak ve annesini konuşturmayarak kontrol ediyordu. Anneye göre çocuk istekleri yerine gelmeyince mutsuz oluyor, anne de buna dayanamıyordu. Bir yıl önce yeni bir bebeğin doğumundan beri durum daha da kötüleşmişti ve anne oğlunu yatıştırmak için bebeği göz ardı ediyordu.

Bu tür bir biz-ben deneyimi, empatik karşılıklılık, yani ötekinin zihnini anlama sorumluluğunu taşımayan bir biz-ben deneyimidir. Ana-babanın düzenleyemediği kendi duygulanımı, çocuğun düzenlenemeyen duygulanımı ile etkileşime girip, bütünleşme ile uzaklaşma arasında bir gelgite yol açıyor.

Bu durumun hâlâ ana-babasının duygulanımına açık olan ve yakın koordinasyon-denetim sistemine bağlı olan çocuğu ne hâle soktuğunu kolaylıkla hayal edebilir, kliniklerde görebiliriz.

Bu ailelere Mahler'in (1975) önerdiği şekilde Batılı bir bireyleşme-ayrışma çabasına girmelerini önermek bir çözüm gibi görülebilir, ama en iyi çözüm bu olmayabilir. Çünkü bu çözüm ilişkinin örtük alt-yapısındaki bizliği göz ardı eder. Daha iyi bir öneri şu olabilir: Ana-babanın ilişkideki çoğul karşılıkların, birlikteliğin ve çatışmanın, kendini ve ilişkiyi düzenlemedeki gerilimlerinin farkına varmaları ve bunlarla var olmaları. Ana-babadan söz ediyorum; çünkü burada atılacak ilk adım onlardan gelmelidir. Onların hem kendi gündemlerinin farkına varmaları hem de çocuğun gündemine empatik duyarlılıkla yaklaşmaları, yani olası zıtlıkların farkına varmaları genişleyen bir biz-beni geliştirmek konusunda çok fayda sağlayabilir. Yetişkin kişi kendi derdinin farkında olmaktan kaçındığı ölçüde ya çocuğuna duyarsız, onu zorlayan, hükmedici bir otoriter "efendilik" tavrına girebilir ya da çocuğunun her talebine uyarak onun "kölesi" hâline gelir (Benjamin, 1988, 1995, 1998). Bu tavırlar da büyüyen çocuğun ihtiyacı olan gerçek ve dengeli bir otorite tavrından uzak kalmaktadır. Ancak kendini tanımaya cesaret eden kişi ötekinin öznelliğini tanımaya cesaret edebilir.

Genç ana-babaların önemsedikleri değerleri çocuklarına nasıl aktardıklarını ele alan bir niteliksel çalışma, onların ne tür zorluklar yaşadığını gözler önüne sermiştir (Akyıl, Prouty, Blanchard ve Lyness, 2014). Özellikle ikisi de çalışan liberal ana-babalar çocuklarına karşı çok daha müsamahakâr, "arkadaşça" davranmaktadırlar, ancak istedikleri sonuca ulaşmakta da zorlanmaktadırlar. Onlara önerilen ise tıpkı benim önerdiğim gibi biraz geri durup kendilerini, otomatik tepkilerini sorgulamaları ve kendi gündemlerinin çelişkileri hakkında biraz farkındalık kazanmalarıdır.

Ana-baba ve çocuk arasında yaşanan bu gerilimler, yetişkilerin ilişkilerinde de aynı şekilde tekrarlanır. Kendisinin ihtiyacını ve karşısındakinin niyetini anlamak kişiyi ürkütüyorsa, ötekine çelişkili bir şekilde yaklaşması mümkündür. Öteki gelen mesajdan bir şey anlamadığında da eşgüdümsel bir uyum kurmak ya da olası tıkanmaları tamir etmek mümkün olmayabilir. Bir danışanımın yaşadıkları bu duruma örnek verilebilir:

> Kendisini özgür ve bağımsız olarak tanımlayan bir genç kadın yakın ilişkilerinde hiç de bağımsız davranamıyordu. Diğer kadınlarla yakınlığa güvenemiyor, onlardan uzaklaşıyor; mutlaka bir erkeğin ilgisine ihtiyaç duyu-

yordu. Erkek arkadaşından ilgi beklerken, ilgisinden de şüphe ediyor, fırsat buldukça erkeğin cep telefonunu karıştırıyor, orada gördüğü mesajları yanlış yorumlayarak kızıp ilişkiyi kesip atıyordu. Erkek durumu anlamaya çalışınca bir şekilde barışıyorlar, ancak aynı süreç tekrar tekrar yineleniyordu. Sonuç her ikisinin de mutsuz ve doyumsuz olmaları ve ayrılmalarıydı.

Buraya kadar daha çok ana-baba-çocuk ilişkisinden söz ettim, ama aslında odak noktam ebeveyn oldu. Çünkü temel mesele, yetişkin bireyin kendi iç çatışmalarının, çelişkilerinin farkına varması, zihninde açık olarak yaşadığı niyetleriyle onu örtük olarak etkileyen anılar, korkular, beklentiler, alışkanlıklar arasındaki zıtlıkları deneyimlemesi, onlardan kaçmaması, kendini tanımasıdır. Bunu beceren birey bir başkasını tanımaktan, onun kendi zihninde yarattığı etkiyi anlamaktan kaçınmaz. En önemlisi, uyumluluk kadar zıtlığın da yaşamın bir parçası olduğunu kabul etmektir.

Sonuç olarak yaşadığımız toplumsal değişimler, bireyleri törenin öngördüğü rollere dayalı yaşam tarzından uzaklaştırırken, onları ortaya çıkan duygusal beklentileri karşılamak konusunda hazırlıksız bırakıyor. Yakın olma ihtiyacının bugünün ilişkisel olarak görece yapısız ortamında nasıl karşılanacağını bulmak zor; özellikle temel bağlanma konusunda güvensiz bir benlik yapısı söz konusu olduğunda bu zorluk katmerleniyor. Bu durumun yarattığı riskler zaman zaman çok tedirgin edici boyutlara varabiliyor; bireyler kendi durumlarını zihinlerinde değerlendirmekten kaçınıyorlar.

Dile getirmeye çalıştığım, içinde bulunduğumuz geçiş dönemine ait çözüm arayışlarında, elimden geldiği kadar, geleneksel varoluş tarzımız değişirken bu tarzın zararlı yanlarını (mutlak hiyerarşi) geride bırakıp yararlı yanlarını (yakınlık) koruyarak yine de kendimize ve ilişkilerimize sahip çıkmanın yollarını aramaya çalıştım. Bu yolları ararken de üç kavrama değindim; demokrasi, kuşaklararası dinamikler ve öznelliklerarasılık. Aslında bu kavramların hepsi aynı temel olgulara dayanan kavramlar. Şöyle ki, bireyin, kendisinin olduğu kadar ötekilerin de özgün arzu ve gereksinimleri olduğunu; ötekinin ve birbirlerinin arzularını ve gereksinimlerini otomatik olarak bilmenin mümkün olmayabileceğini; sormanın, anlatmanın, yani konuşmanın gerekli olduğunu idrak etmesi gerekir. Yani bireylerin gerek kendi öznelliklerini gerekse ötekinin öznelliğini deneyimlemeleri; ahengin o kadar kolay bozulmayacağına, farklılığın mutlaka reddedici, zedeleyici olmayabileceğine, tamir ve telafiye güvenmeleri gerekir. Bunu içselleştiren birey, hem kendine hem de ötekine saygı duymayı bilir. Bunun örneklerini de daha önceki araştırma bulgularında gördük.

Erken çocukluk dönemine çok vurgu yaptım. Çünkü karşılıklı farkındalık da diyebileceğimiz sürecin ilk adımının bebeklik döneminde atıldığını düşünüyorum. Bebeklerin içsel değer mekanizmaları (Edelman, 2002) onları daha doğuştan mükemmel birer özne kılar, yeter ki ana-babalar bunu algılayabilsin, kaygılarıyla bunu köreltmesinler. Bu konunun en somut örneği daha fazla mama istemeyen bebeğin başını çevirmesi, hatta mamasını geri tükürmesidir. Bu davranış bir etkileşimsel düzenleme hamlesidir. Bebek yetişkine bir mesaj vermektedir; yani bebek öznelliğini, bedensel farklılığını daha ilk anlarda ortaya koymaktadır. Mesele yetişkinin bu hamleyi nasıl karşılayacağıdır. Kimi yetişkin bunu bebeğin doyduğu anlamında algılayıp kabul ederken, kimilerinin de yeterli besleme kaygısıyla, yani kendi kaygısıyla mamayı zorla vermeye çalıştığını biliriz. Bu yetişkin, bebeğin mesajını almama, bebeğin mamayı yeniden almaya hazır olmasını beklememe, onun yerine kendi öznel gündemine duyarlı olma yolunu tercih etmiştir. Aslında bu yetişkin muhtemelen bebeğe duyarlı olup, onun mamayı reddettiğini anlamıştır; ancak yeterli besleme kaygısı, yani kendi gündemi onun bebeğin mesajını göz ardı etmesine yol açmıştır; bu durumun bağlanma olgusunun gelişmesine etkisini gördük.

Özetle bebeğin kendisini niyetleri, duyguları, tepkileri olan bir "özne" olarak deneyimlemesi için yetişkinin de onu öyle görmesi gerekir. İşte bu görme yetisi gerçek demokrasinin içerdiği farklılıklara, bebeğin gündemine saygının başlangıcıdır ve bebeğin de bu duyarlılığı deneyimleyip içselleştirmesine yardımcı olur. Bu şekilde yola çıkan bebek, zamanla hem ayrı bir birey hem de ötekine duyarlı, genişleyen ailevi benlik sahibi bir birey olabilir. Bu türden, ilgili ama farklılığa duyarlı bir başlangıç yaşayamayanlar, sıkıntılarıyla kendi başlarına yüzleşemedikleri, kendilerini, içsel niyet ve ihtiyaçlarını tanımaktan kaçındıkları için psikoterapi/psikanaliz gibi süreçlere gereksinim duyarlar. Bir sonraki kısımda psikoterapi konusuna değineceğim.

DÖRDÜNCÜ KISIM

Psikoterapi

9

Değişimde Kilit Unsurlar

Buraya kadar aile ve bireylerin içinde bulunduğu ortamı anlamaya çalıştım. Bu ortamın sunduğu olanak ve risklerden söz ettim, bu risklerle başa çıkmaya çalışanların nelere odaklanabilecekleri hakkındaki düşüncelerimi paylaştım. Önceki bölümde anlattıklarım olası en kötü sonuçlardır ve bu düzeyde sorunlar karşısında ancak uzman kişilerin desteği ile psikoterapi yoluyla çözüme ulaşılması mümkündür. Günümüzde bu tür sorunlar yaşayan bireyler merkezlerde sıkça görülebiliyor; gerek çocuklar gerek yetişkinler sorunlarıyla baş etmek için terapötik desteğe başvurmak zorunda kalıyorlar.

Aslında sıkıntıların tamamı toplumsal değişimden kaynaklı değildir. Değişim, sorunların nedenleri arasında sadece bir etmen olarak açığa çıkar; ancak tüm faktörler arasında değişimin rolünü de ele almak diğer sorunları ele almanın önünü açabilir. Ben burada, kendisine özgü ciddi sorunlu dinamikleri yüzünden zorlanan kişiler kadar, ciddi bozuklukları olmasa da günün çelişkili gerekleri karşısında zorlanan, eskiden getirdikleriyle yeni istekleri arasında kalan, kendileriyle barışıklık konusunda aksaklıklar yaşayan, niyetleriyle korkuları arasında ikileme düşen kişilerin ne yapabilecekleri hakkında da bir şeyler söylemeye çalışıyorum.

Psikanaliz/psikoterapi sadece çok sorunlu kişiler için önerilen değil, kendisini daha iyi tanımak isteyen, değişken ortamlarda zorluk yaşayan kişiler için de anlamlı bir çalışma süreci olabilir. Hatta bazı kişiler kendilerini tanıma sürecini, bu tür bir destek olmadan, yaşamlarının getirdiği fırsatlardan yararlanarak da yürütebilirler ve bazı çözümlere ulaşabilirler. Peki çoğunluk-

la terapötik destekle ulaşılabilen ya da kendiliğinden gerçekleşebilen kendini tanıma, nasıl bir şüreçtir? Burada söz konusu etmenler neler olabilir? Benim için kilit bir mekanizmaya değinmek istiyorum.

Burada bir açıklama gerekir. Psikanaliz ve psikanalitik yönelimli psikoterapi birtakım farklı yaklaşımlar ve yöntemler kullandıları ölçüde birbirinden farklı, ortak bazı kavramlardan yararlandıkları ölçüde de akrabadırlar. Ben burada psikanalizden söz etmeyeceğim; psikanalitik yönelimli psikoterapiden söz ettiğim için açıklamalarımda psikoterapist ve danışan terimlerini kullanacağım.

KENDİNİ YAKALAMAK - FARKINDALIK

Bu konuya bir danışanımın yakınmasıyla başlayalım:

> Eşim de ben de çalışıyoruz ve eve yorgun geliyoruz. Bu nedenle benden hizmet beklememeli diye düşünüyorum. Ama yemekten sonra benden bir bardak su istiyor, ben kendimi mutfağa koşarken yakalayınca duraklıyorum.

Psikoterapi uzun soluklu olabilen ve çeşitli evreler içeren bir süreçtir ve bu süreçte birçok önemli aşama söz konusudur. Bu aşamalarda beklenen, bireyin deneyiminde, varoluş biçiminde bir "dönüşüm" [transformation] yaşamasıdır. Bana öyle geliyor ki anlamlı değişimin önemli öğelerinden biri tam da bu dönüşümdür: "kendini yakalayabilmek". Buna farkındalık da diyebiliriz ki psikanalitik kuramda bu olguya "içgörü" [insight] diyoruz. İçgörü psikolojik çalışma sürecinde zamanla gelişen bir özellik olarak gündeme gelir. İşte bir danışanımın yaşadıklarından bir örnek:

> Babasının kurduğu işte, babasının vefatından sonra ağabeyleri ile çalışmaya başlayan genç kadın psikoterapiye depresif şikâyetlerle gelmişti. Bir yandan bitmeyen yası, öte yandan özellikle bir ağabeyiyle anlaşamamak onu zorluyordu. Annesindense bir umudu yoktu; onunla ilişkisi kopuktu. Uzunca süren bir çalışmada ağabeyiyle rekabet konusu epey işlendi. Ailenin küçük çocuğu olmak, bir kızdan beklenenleri, özellikle annesinin beklentilerini yerine getirmemek, annesinden uzak olmak, herhangi bir erkekle ilişkiye girmekle ilgili çekimserlik konuları açık bir ödipal dinamiğe işaret etmesine karşın kendisi bu farkındalıktan kaçınıyordu. Önceleri ağabeyiyle yaşadığı rekabeti iş anlayışındaki fark olarak tanımlamakta ısrar ederken, terapistine karşı güveni anlayışlı bir anne aktarımı sayesinde arttıkça bu ısrarını yumuşatmaya başlamıştı. Bir gün psikoterapistin bir sorusu üzerine şaşkınlık içinde "Ben babamın takdiri, sevgisi için rekabet ediyormu-

şum. Ona âşık mıydım?" dedi. Bu farkındalık onu sarstı. Terapistinin bu farkındalığı doğal karşılaması ile başlayan süreçte kısa bir süre içinde toparlanıp ağabeyiyle rekabet etmektense kendisi için anlamlı olan bir yolda ilerleme kaydetmeye başladı. Kendisine sunulan geleneksel kadın rolü ile nihayet yüzleşip, annesinden farklı da olsa yine de kadın olabileceğini de kabul etti.

Bu anekdot, değişimin, psikoterapistle danışan arasındaki diyalog ve danışanın ruhsallık içi dinamikleriyle yüzleşmeye hazır olması sayesinde zamanla gelişen bir olgu olduğunu gösteriyor. Ancak değişim bazen sadece sözel diyalog yoluyla değil, bazı örtük bedensel süreçlerin işlemesiyle de ortaya çıkabilir. Bir erkek danışanımın deneyimi buna örnek olabilir:

Uzun süredir depresyonla boğuşan genç bir erkek yoğun bir terapi sürecinde sürekli soyut ve duygudan arınmış bir şekilde insanlarla iletişim kurmakla ilgili zorluklarından söz ediyor, güncel sıkıntılarına sarılarak geçmişten taşıdığı yüklere kolayca giremiyor, sadece bazı sıkıntılı davranışlarını tekrar tekrar yaşadığını anlatıyordu. Terapist bu tekrara değiniyor, ancak yanıt alamıyordu. Nihayet bir gün terapistin yeniden bu tekrarı sorgulaması üzerine "Eğer geçmişle ilgili bazı şeyleri paylaşırsam belki daha bütünsel bir resim çıkar. Şimdiye dek hiç paylaşmadığım bir şeyleri paylaşma kaygısı beni soyutluğa itiyor." dedi. Kaçamak bir göz teması kurdu ve kaçtı, sesi kısıldı, nefes alışı belirginleşti. Terapist kendi nefesini tuttuğunun farkına varıp nefesini düzenledi. Danışan kendi kendine konuşur gibi bir sürece girdi: "Duygu düşüncemi bloke ediyor, duygular çıkıyor, düşüncem anlamını yitiriyor..." Uzun bir sessizlik... "Zihin ve kalp arasında bağ oluyor..." Nefes alıp verişi hızlandı, önemli bir anısı ile temas kurduğu, onu yeniden yaşadığı belli oluyordu. "Patlamaktan korkuyorum..." Ama patlamadı. Yavaş yavaş yeniden göz teması kurdu, sanki odaya geri döndü. Kendi deyimiyle zihni ve kalbi arasındaki bağ bir açılım yarattı ve çocukluğundan beri yaşadığı cinsel yetersizlik kaygısını ve annesinin bu durumla ilgili duyarsız tavrını örneklerle ilk kez anlatmaya başladı.

Psikoterapi yoluyla olmasa da içgörüye, hiç olmazsa anlık farkındalıklara yol açabilecek durumlar gündelik yaşantıda da karşımıza çıkabilir ki bu farkındalıklara çoğunlukla psikoterapi sürecinden yararlanmış kişilerde daha kolay ulaşılır. Bu durumlar, bir eyleme girişme ya da bir davranışta bulunma niyetindeyken bir ikilem yaşadığımızda ya da ilişkisel bir açmaza girdiğimiz anlarda daha çok ortaya çıkar. Aşağıda bir annenin yuva çağındaki kızıyla yaşadığı olayı anlatışı bunu örnekliyor:

> Kızım yaptığı bir resmi bana gösterdi. Ben kızımın yaptığı resmi beğenmemiştim; tam onu eleştirmeye başlarken kafamda bir söz yankılandı: "Bu tam da annemin bana yaptığı şey." Bu iç mesaj karşısında sarsıldım ve durakladım. Bu sayede eleştiriden vazgeçip kızımın keyfine ortak olmaya çalıştım.

Bu ani farkındalık, kişinin, ilişkideki alışkanlığının, kendi eski deneyimlerini yansıtan örtük temsillerinin uyarılması, aynı zamanda farklı davranma isteklerinin bilincinde aniden çarpıştığını yakalamasıyla gerçekleşir. Sanki aynı anda geçmişin tortuları ile geleceğin hedefleri arasında sıkışınca o anı yaşama farkındalığına varılıyor. Vurgulanması gereken nokta, yukarıdaki örnekteki annenin kendi anılarının uyarılmış olduğudur. Nasıl oldu da bu anılar uyarıldı acaba? Anne yola çıktığında niyeti kızının daha güzel resim yapabilmesini sağlamaktır; ama o anda yeni bir şey oluyor. Sanki kendi doğruyu gösterme niyeti, o ana kadar örtük kalan, vaktiyle annesinin ona doğruyu göstermesiyle ilgili anılarını tetikliyor; o tavır kaşısında yaşadığı iç çatışmayı, yetersizliği anımsıyor. Özetle kendi iç süreçlerinin farkına varıyor ve ancak o anda kendi gündeminden vazgeçip kızının gözündeki pırıltıyı görüyor, belki ayna nöronları aktive oluyor. Sonuçta kızının keyfini zihinselleştirebiliyor ve o keyfe ortak olabiliyor. Tüm bunlar bir anda gerçekleşiyor.

Önceki bölümlerde anlattığım öznelliklerarasılık ve zihinselleştirme kavramlarına dönelim. Bu anne kızına bakarken kendi iç süreçleri, unuttuğu annesiyle-birlikte-olma temsilleri uyarılıyor ve o anıların açık deneyime taşıdığı olumsuz duygular su yüzüne çıkıyor. O anda kendi olumsuz deneyiminin kendisine ait olduğunu, kızının başka bir şey yaşadığını, onun keyfini zihinselleştirebiliyor; kendi gündemini, deneyimini kızına yansıtmaması gerektiğini anlıyor. Sonuç olarak kızının yüzündeki olumlu duyguyu görebiliyor ve tepkisi değişiyor. Belki o resmi beğenmemesi kızının daha iyi resim yapmasını sağlama niyetine dayanıyordu. Ancak o anda yaşadığı farkındalık ona çok katmanlı bir süreç yaşatıyor: O niyetin kendi öznel derdi olduğu, kızınınsa sadece resim yapma keyfi yaşamakta olduğu gerçeğiyle yüzleşiyor; benzer durumlarda kendi annesinin nasıl kendisini görmediğini hatırlıyor. Ve mikro saniyelik bir anda kızının öznelliğini görüyor, onunla eşgüdüm sağlayabiliyor. İşte bu durum Beebe ve arkadaşlarının anlattığı karşılıklı etkileşim mikroanalizinin gündelik bir örneğidir. Ayrıca Loewald'ın sözünü ettiği, bir önceki kuşağın bir sonrakinin çabalarına yer verme gereğinin de genel bir anlatımıdır.

Bu konu aslında çeşitli bağlamlarda farklı isimlerle karşımıza çıkıyor. Örneğin antropolojide bu olguya "eşikte olma" [liminality] (Turner, 1969) deniyor. Turner'a göre eşikte olma anı günlük yaşam olayları ve düzeniyle farklı bir zaman hissi arasında kalmaktır. Bu arada kalma anı, alıştığımız saate dayanan gündelik zamanın dışında, her türlü olasılığa açık, duyguların, düşüncelerin oyunsu bir özellik kazandığı, kanıksanmış yapıların dışına çıkma olasılığını barındıran bir andır. İşte böyle bir anda eşikten dışarı, alışılmışın dışında, farklı ve yeniliklere açık bir adım atma imkânı doğar. Eşikte kalma anının yarattığı durum kişide bir an için güncel bilincine yabancılaşmaya neden olabilir; aynı anda hem bir şey yaşamaya hem de onu yaşarken bir adım geriden olayı, kendini izleyip değerlendirmeye yol açabilir. Bu gerilimi yaşayan kişi o anda kendisi kadar karşısındakinin de farkına varmadan edemez; o anda karşısındakinin öznelliğiyle, onun tıpkı kendisi gibi olmayabileceği gerçeğiyle yüz yüzedir. İşte o anlık farkındalık bir dönüşüme, yeni açılımlara kapı açabilir.

Bir anne yetişkin oğlunun ona yardım eden bir yakınını arayıp teşekkür etmesini sağlamak konusunda başarılı olamıyordu. Yaşadığı gerilimi şöyle anlattı:

> Sonunda kızgınlık içinde ısrardan vazgeçtim. Ben niye uğraşıyorum diye kendime sorunca durakladım; o anda kendi usturuplu davranma ihtiyacımın beni her şeye kör ettiğini, oğlumdan uzaklaştırdığını anladım. Bu düşünceyle oğluma, "Tamam bu benim isteğim ve buna uymanı isterdim ama uymayabilirsin. Yeter ki benim neden bunu istediğimi anla." dedim. Oğlum şaşırdı, ama onu kabul ettiğim için de sevindi. O yakınımızı hemen aramadı; ama onun tercihlerinin farklı olabildiğini kabul etmemi, onu tanımam, tercihinden mutlu olmasam da saygı duymam olarak algıladı.

Bu örnekte önemli olan, annedeki farkındalığın, kendi benlik organizasyonunun, oğlunun davranış tercihlerini, yani aslında oğlunun öznelliğini kabul etme yönünde bir genişlemeyle sonuçlanmış olmasıdır. Bu da eski beklentilerle yeni durumların çatıştığı ortamlarda ortaya çıkan eşikte olma hâlinin yarattığı kendilik farkındalığı ile gerçekleşebilir.

Anlaşılıyor ki bazı kişiler alışılagelmiş eğilimlerin etkisinin farkında olup, eski ile yeni yaklaşımların zıtlaşmasındaki belirsizlikle yüzleşmeye razılar. Önemli olan yüzleştikleri bu eski-yeni zıtlaşmasını kendi içlerinde taşıyabilip, yine de farklı bir varoluş olanağı oluşturabilmek, dönüşebilmektir. Bu durum eskisinden farklı bir biz-bene işaret ediyor gibi; içinde fark-

lar, hatta aykırılıklar taşıyan, çoğulluk ve zıtlıklarla yaşayan bir biz-ben. Bu olguyu birey düzeyinde değerlendirirsek, bireyin genişleyen benliği farklı gündemleri, çeşitli karşıtlıkları içinde barındırabilen bir hâle evriliyor. Bireyin bu çoğulluktan rahatsız olmadan yaşayabilmesi için zaman zaman yukarıda sözünü ettiğim türden bir yabancılaşma eşiğinde durup kendini izleyebilmesi, zihinselleştirebilmesi gerekir diye düşünüyorum. İşte farklı bir düzlemde var olabilmekle ilgili bu beceri bir dönüşüm olgusudur. Psikoterapinin bir işlevi de bu süreci birey için mümkün ve zamanla olağan kılabilmesidir.

Tekrarlarsam, bu tür bir süreç çok da gizemli bir sonuca yol açmaz; daha çok bir rahatlama, benlikte genişleme yaratır. Daha önce örneklediğim gençler ana-babalarına yakın olmakla ilgili kendi içlerindeki istekle, kendi yollarına gitme isteği arasındaki olası zıtlığın farkındalar. Bu zıtlığın yarattığı gerilimi de taşımaya razılar. Demek ki içinde geliştikleri ortam ana-babalarının yaşadığı dönüşümden yararlanmalarına imkân tanımış ve onlar bu yeni ve geniş benlikle yaşamayı olağan sayabiliyorlar.

Psikoterapide bu süreci inceleyen Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu bu olguya işaret eden çalışmalar yapmıştır (2010). Onların "buluşma anları" [moments of meeting] olarak adlandırdıkları anlarda, danışan ve terapist arasındaki öznelliklerarası ortamda bir değişim olur. Terapötik ikilinin örtük ilişkisel bilişlerinde bir değişimin işareti olan bu anlarda, tıpkı yukarıdaki bir örnekte olduğu gibi duygulanımda niteliksel bir fark olduğu hissi ortaya çıkar. Grup bu anın bir "açık alan" [open space] yarattığını ve yeni bir düzlemde harekete olanak sağladığını ifade eder. Onlara göre bu anlar daha çok örtüktür, bazen dile dökme imkânı ortaya çıkabilir. Hatta gruba göre iyi, işe yarayan terapötik yorumlar tam bu anlarda yapılabilen ve o örtük anı dile dökebilen açıklamalardır (2010, s.46).

Bu olguyu ilişki ya da aile düzeyinde değerlendirirsek, yeni bir ben ve öteki anlayışını içeren başka bir sistemik düzeyde uyumlanma, yani "ikinci kademe değişim" [second order change] (Hoffman, 1981) olarak görebiliriz. Sistem dilinde "ikinci kademe değişim" denilen bu olgu aslında bir dönüşümdür. Bireyde, ailede ya da aile dışında oluşan gelişmeler, alışılmış davranış kalıplarının işlemediği ve tüm sistemin zorlandığı stresli bir ortam yaratır. Herhangi bir bireyin eski davranışlarını farklı şekillerde de olsa sürdürme çabası bir tıkanıklığa yol açar. İşte bu aşamada ya bireylerin kendileri bir eşikte olma durumu yaşarlar ya da bunun için bir terapötik müdahaleye gereksinim duyarlar (Gerson, 1996). O anda aile ya da tekil bireyler alışageldikleri kural-

ların, sınırların dışında bir performans göstererek ilişkilerinde bir dönüşüm sağlayabilirler.

Daha önce söylediğim gibi, farkındalık, ister günlük yaşamda ister psikoterapide olsun, değişim için kilit bir unsurdur. Ben bu konuyu çok önemsediğim için öne aldım. Ancak psikoterapiye daha geniş bir açıdan bakarak bu değişimin gerçekleşebildiği ortamı değerlendirmekte yarar var. Sonraki bölümlerde bunu yapmaya çalışacağım.

10

Psikoterapi Sürecini Nasıl Anlamlandırabiliriz?[1]

Doktora öncesi stajımın ilk günü tanıştığım, karşımda tesbih böceği gibi büzüşmüş duran genç kızı bugün gibi anımsıyorum. Bir yıl sonra veda ettiğim, artık omzu dik, alımlı genç kadını da aynen anımsıyorum. Bugün, kırk küsur yıl sonra, kendimi, kendime şu soruyu sorarken buluyorum: Peki ne oldu aradaki bir yılda? Şimdiki çalışmalarımda ne oluyor? Ne yapıyorum ya da yapamıyorum da olumlu değişimler oluyor ya da olamıyor?

Bireysel psikoterapi, çok yalın anlamıyla, iki insanın, bir tanesinin sorununa yardımcı olma amacıyla buluşması, karşılaşması, karşılıklı bazı konuşmaların yapılması, bazı sözlerin söylenmesi, sözden öte bazı bilgilerin birinden diğerine bilerek ya da bilmeyerek iletilmesi ve bunun sonucunda olumlu bir noktaya, bir açılıma varılması, bir değişimin, dönüşümün gerçekleşmesidir.

Değişim konusu benim için daha genel bir konunun bir parçasıdır; o da gelişimdir. İnsanoğlu doğumundan ölümüne dek bir gelişme süreci içindedir. Gelişim kavramını psikoterapiyle ilişkili olarak şu şekilde açayım: Güncel nörobilim çalışmaları, beynin yapısının ve gelişiminin, genetik, organizmik bir temeli olduğu kadar yaşanan deneyimlere de dayandığını söyler (Edelman, 2004; Schore, 1994). Bunun iması şudur: Beyin ve dolayısıyla birey, deneyimlerle sürekli kendini yenileyen bir varlıktır (Beebe ve Lachmann, 2002). Bu yenilenme sonsuz ölçüde açık uçlu değildir; deneyimler yaşam hakkında bir beklenti çerçevesi oluşturur. Bağlanma kuramı da bunu anlatır (Bowlby,

1 Bu bölümde yazılanlar kısmen 2006 III. Işık Savaşır Klinik Psikoloji Sempozyumu'nda yaptığım bir sunumun gözden geçirilmiş hâline dayanmaktadır.

1980). Her yeni deneyim eskilerinin üzerine inşa edilebilir ya da eski beklentileri sarsıp yeni oluşumlara yol açabilir. Optimal sağlık da bununla ilgilidir; mevcut beklenti örüntüsünü korumak, ama yeni oluşumlara, dönüşümlere de açık olmak arasında bir denge gereklidir. Psikopatoloji ise bu dengenin esnekliğini yitirmesiyle ilgilidir. Bu kavramlaştırmada psikoterapinin görevi, bireyin yaşantısıyla baş edebilmesi için yeniden esnekliğe kavuşmasına olanak sağlamaktır.

Gelişim tercihen olumlu addedilen bir yöndedir, ama tersi de olabilir. Olumlu gitmeyen bir sürece, kuramsal yaklaşımımıza göre çeşitli adlar verebiliriz; gelişimsel sapma, tıkanma/durma, bozuk/patolojik yönde gelişme/değişme, yanlış öğrenme diyebiliriz. Psikoterapi bu aşamada devreye girer ve olumsuz gelişim/değişimleri olumluya çevirmeye çabalar. Ve ağırlıklı olarak başarır da. Araştırmalar psikoterapinin genelde plasebodan ve sadece ilaç tedavisinden daha etkin olduğunu göstermiştir (Seligman, 1995).

Bu başarı neye bağlıdır? Olumlu değişimde etkin olan nedir? Psikoterapi bu isim altında var olmaya başladığından beri bu soru sorulmuştur ve yakın zaman araştırmalarından bazı yanıtlar alınmıştır. Değişimde etkin olanı bulmak için kuramsal yaklaşımlar, kullanılan teknikler, yaşanan süreç, danışan özellikleri, terapist özellikleri ve terapötik ilişkinin niteliği araştırılmış ve farklı yaklaşım ve tekniklerin etkinlik açısından farklı olmadıkları ortaya çıkmıştır (Wampold, Mondin, Moody, Stich, Benson ve Ahn, 1997). Bunun yerine farklı yaklaşımların bazı ortak paydaları belirlenmiştir (Grencavage ve Norcross, 1990; Luborsky, 1975). İddiaya göre değişim bu ortak özellikler dolayısıyla gerçekleşir.

Weinberger terapötik özelliklere dair iyi bir özet sunar: "Danışanla terapist arasındaki ilişki, sorunla yüzleşmek, sorunun üstesinden gelmek, danışanın beklentileri, danışanın sonucu kendi çabasına atfetmesi"dir (1995, s. 46). Diğer birçok araştırmacı da bu özelliklerin çeşitli varyasyonlarından söz ederler (ör. Garfield, 1997; Reisner, 2005). Bunlara ek olarak danışanın ve terapistin nitelikleri de gündeme getirilmiştir (Lambert ve Okiishi, 1997). Ancak bu çalışmaların en önemli ortak noktası danışanla terapist arasındaki ilişkiye yaptıkları vurgudur.

İlişki söz konusu olduğunda bu ikili arasında neyin paylaşıldığına bakmak gerekir. O odada olanları ince ince ele almaya başlarsak, aslında paylaşımdan önce ele alınması gereken şeyin bir yaşantı olduğunu görürüz. Her şeyden önce, sorunuyla gelen kişinin, içsel olarak yaşadığı, ayrıca dışarıdan içine aldığı çeşitli uyaranları deneyimlemesiyle başlayalım. Paylaşım için ge-

len kişi ilk önce ağırlıklı olarak kendi içinde duygusal açıdan yoğun bir deneyim yaşamaktadır; aynı anda dışarıda algıladıkları karşısında da ham bir tepki yaşayarak yola çıkmıştır. Ham bir tepki diyorum, çünkü bu iç ve dış algılar kümesi kişinin kendi gerçeğine ait en doğru, en özgün, işlenmemiş deneyimlerdir. Kişi hemen sonra, belki farkında olmadan, bu deneyimleri, savunmalarını da içeren bir zihinsel süzgeçten geçirir, değerlendirir, simgeleştirme çabasına girer, bilinçli hâle getirir, bir şekilde söze döker. Ham deneyim işlenip söze dökülürken iki kişi arasında açık iletişim kurma olanağı doğar, birbirlerini anlamaya başlarlar. Benzer bir süreç yeni bir danışanla karşı karşıya gelen bir psikoterapist için de geçerli olabilir.

Klasik psikanalizin öne çıkardığı ve psikanalitik yönelimli psikoterapide de söz konusu olanların bir kısmı da bu faaliyettir: Danışanın ham iç yaşantısının, hatta bilinçdışında süregiden düşlemsel deneyiminin simgeleştirilip söze dökülmesini sağlamak, bu suretle bilinçli, mantıksal değerlendirmeden geçmesine olanak tanımak, dış gerçekle bağdaşmayanı ayıklamak ve kişiyi kendi yaşantısına hâkim kılmak: "İdin olduğu yere Ego gelecek." (Freud, 1923). Psikoterapist bu süreci gerçekleştirmek için danışanın deneyimini söze dökmesine yardımcı olmak üzere onu dinler, soru sorar, yorum yapar, açıklar, yüzleştirir.

Danışan çoğu kez özellikle travmatik deneyim ve duygulanımını simgeleştiremez; bir şeyler yaşar, ama anlamlandıramaz. Onu farkında olmadan yönlendiren sorunları, düşlemsel öykünmeleri kendisinin anlam veremediği tepkilere yol açar. Özellikle de en sorunlu tepkilerini, geçmişten gelen dramını terapistine yansıtarak onun üzerinden yeniden yaşar. Özetle kendi yaşantısından terapistine aktarım gerçekleştirir,[2] ama bunun farkına varamaz, gerçeğe ve duruma uygun tepkiler verdiğini zanneder. Bunların farkına varıp kendi yaşantısına hâkim olabilmek için terapistinin yardımına gereksinimi vardır.

Peki danışanın söze dökemediği deneyimi psikoterapist nasıl anlayıp yorumlar? Burada birkaç unsur söz konusudur. İlk olarak tabii ki psikoterapistin kuramsal bilgisinin olması gerekir. Psikoterapist bu bilgiye dayanarak danışanın ne zaman ne yapmakta olduğuna ilişkin hipotezler üretir. Bunun yanı sıra psikoterapist danışanın kendisinde yarattığı etkiyi, yani kendi karşıaktarımını deneyimler, kendi içinde oluşan tepkiyi değerlendirir, simgeleştirir ve bu tepkileri hipotezinin de merceğinden geçirerek danışanı daha farklı bir şekilde anlamak için kullanır. Kısaca danışanın dile getiremediği deneyimi

2 Aslında aktarımın her türlü terapide gerçekleştiğini düşünenlerdenim.

simgeleştirir, söze döker ve danışana sunar. Danışan zaman içinde bu geri iletimi değerlendirir, hazmeder, kendisine mal eder ve o da söze dökebilmeye başlar. Böylelikle bu süreç içinde birbirleriyle anlamlı bir iletişim kurar, anlaşırlar. Danışan da bu anlaşma sürecinde kendi yaşantısına sahip çıkar, deneyimlediklerini farklı ve daha işlevsel bir şekilde değerlendirmeye başlar. Bu sürecin danışanla terapistin zamanla da olsa birbirlerini anlamalarını gerektirdiği açıktır. Belki önceleri terapist danışanı onun kendisini anladığından daha iyi anlıyordur. Ama zamanla bu anlayışın karşılıklı olması, karşılıklı bir anlaşmaya dönüşmesi beklenir.

Yukarıda anlatılan süreç önemli ölçüde ham yaşantının simgeleştirilip söze dökülmesini ve bu suretle kişinin deneyimine hâkim olmasını ifade eder. Oysa kimilerine göre (Stern, 1985) sözcükler iletişimi mümkün kılsalar bile özgün yaşantıyı kısıtlar, hatta öldürürler; söze dökülenler yaşananın sadece bir kısmıdır, bunun üzerine kurulan anlayış da kısmi olmaya mahkûmdur. O zaman sormalıyız; kısmi anlayışa dayanan bir psikoterapi nasıl olur da başarılı olur? Oysa yukarıda değindiğim gibi, doğru dürüst sürdürülen bir psikoterapi sürecinin başarılı olduğunu biliyoruz.

O zaman gereğince sürdürülen bir psikoterapide konuşulandan öte bir sürecin gerçekleştiğini düşünmemiz gerekir. İşte burada simgeleşmemiş yaşantı, yani başta sözünü ettiğim o özgün, belki ham, tepki, duygulanım, duyusal içerik ve yaşantı devreye girer. Bu deneyimler, simgeleştirme süreci onları farklı bir düzleme taşısa da yok olmazlar. Çeşitli şekillerde, sözsüz, örtük olarak var olmaya ve dahası iletilmeye, yaşananı etkilemeye, şekillendirmeye devam ederler; bakışlar, hareketler, bedensel duruşlar, yüz ifadesi, ses tonu bunların sadece dışarıdan görülen birer ifadesidir. Aslında sadece konuşulanlara baktığımızda bile, sözcüklerimizin de söz ötesi bir yanı ("ritmi ve tonu" (Knoblauch, 2011), onları nasıl kullandığımız gibi) olduğunu görürüz. Üstelik Lacan'ın da söylediği gibi, sözcüklerin taşıdığı bir de "metonimik ve bağlamsal" (akt. Knoblauch, 2013) bilgi vardır. Bütün bunlara bir de sibernetik epistemolojinin (Bateson, 1978) öngördüğü çift düzeyli iletişimi katalım; herhangi bir mesaj bir "içerik bilgisi" sunduğu kadar bir "ilişki tanımlama işlevi" de içerir. Örneğin "Söylediklerine katılamayacağım." derken hem bu içerik bilgisini hem de "Benim seni reddetmeye hakkım var." mesajını vermiş oluruz. Bu iki düzeyli mesajın psikoterapide de işlevsel olduğunu kabul etmeliyiz.

Yukarıda sıralanan tüm etmenler psikoterapi süreci içinde hem danışan hem de terapist için işlev gösterir. Üstelik bu bilgi çok hızlı, sözel bilginin ulaşamayacağı, bilinçli süreçlerin dışında bir hızla yayılır ve karşı tarafça bi-

lerek/bilmeyerek algılanıp devreye alınır (Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu, 2010). Üstelik yeni nörobilimsel bulgular sözsüz iletişimin beyinden beyine gerçekleştiğini de öne sürer (Schore, 1994)

Psikoterapiyi anlamlandırmak açısından mesele de burada; hem de iki açıdan. Birincisi bu söz dışı bilginin de hem kuramsal hem de deneyimsel olarak sürecin içine katılması gerekir. İkincisi ise bu söz dışı bilginin sadece danışandan terapiste değil, terapistten danışana doğru da aktığının görülüp hesaba katılması gerekir.

Freud'dan bu yana psikanalizde yaşanan değişiklikler zamanla bu gerekleri dayatmaya başlamıştır. İlk olarak danışandan kaynaklanan söz dışı bilginin terapist tarafından kullanılması öne çıkmıştır. Bu kullanım danışanın deneyimlediği ve terapistine aktardığı unsurlar hakkında terapistin içinde yankılanan tepkilerin terapistin karşı-aktarımı olarak tanımlanması şeklinde kavramlaştırılmıştır (Racker, 1957). Başlangıçta Freud ve onun ardından gelenler karşı-aktarımı terapistin kendi yaşantısından getirdiği ve terapi sürecini bulandırmaması gereken deneyim ve tepkiler olarak kavramlaştırmışlardır (Freud, 1910b). Racker ve onun ardından gelen birçok psikanalist karşı-aktarımı, terapistin kendi yaşamından getirdiği tepkilerin yanı sıra odada yaşadığı ve terapiste danışan hakkında bilgi sunan olgular olarak ele almışlardır. Bu yeni kavramlaştırmanın, aslında odada, "şimdi ve burada" olanın da ele alınmasına kapı açtığını söyleyebiliriz (Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu, 2010).

"Şimdi ve burada"nın katkısı ne olmuştur? Yukarıda dile getirilen, sözsüz olarak sürüp giden karşılıklı yaşamın, yani psikoterapinin, iki kişilik bir süreç olduğunun, farklı şekillerde olsa da her iki tarafın da birbirini etkilediğinin kabul edilmesini sağlamak. Özetle Beebe ve arkadaşlarının anne-bebek ilişkisinde araştırdıklarına benzer bir sürecin yetişkinler arasında, özellikle de psikoterapide ortaya çıktığı anlaşılmıştır (Beebe ve ark., 2005). Daha önce sözünü ettiğim ilişkisel psikanaliz de bu anlayışı savunur olmuştur.

Bütün bunların psikoterapi sürecinde danışan ve psikoterapist ilişkisine nasıl yansıdığına bakalım. Ben bu ilişkiye bakmak için, Louis Sander'in düşüncelerinden (2008) esinlenerek farklı terapötik yaklaşımlara bir kavramsal çerçeve oluşturabileceğini düşündüğüm "İkili Sistemler Modelini" [Dyadic Systems Model] kullanacağım. Bu modelden yola çıkarsak:

- Danışan ve terapist arasındaki iletişim anbean oluşan sözlü ve sözsüz bir etkileşim sürecidir.

- Bu süreçte her ikisi de bilerek ya da bilmeyerek birbirlerini izlemektedirler ve kendi tepkileri ile birbirlerinden aldıkları sinyalleri birbirleriyle uyumlu hâle gelecek şekilde düzenlemeye çalışmaktadırlar.
- Bu karşılıklı alışveriş aslında iki tür düzenlemenin bir bileşimidir. Yani her ikisi de bir yandan kendi öznelliklerini (algı, düşünce, duygu, beklenti vb.), diğer yandan da konuşarak, bakışarak, anlaşarak, anlaşmayarak ilişkilerini düzenlemektedirler.

Bu modeli genelgeçer bir örnekle açıklayayım:

> Terapiye yeni başlayan birisi odaya kaygı içinde girer. İlk dakikalarda kendi kaygısını azaltmak, düzenlemek, kendisini sakinleştirmek için yavaş, belki tutuk bir şekilde konuşmaktadır. Bir yandan da nasıl bir etki yarattığını anlamak için terapisti gözlemektedir. Belki o dikkatli tavrıyla sözsüz olarak "Fazla üstüme gelme." sinyalleri yollamaktadır. Danışanın kaygısı, kendisi de yeni birisiyle nasıl anlaşacağından emin olmayan ve az da olsa bir tür "sahne heyecanı" yaşayan terapistin zihninde yankılanır. Terapist o tereddütlü bakıştan, belki tam farkına bile varmadan, mesajı alır. Hem danışana hem de kendisine ait hisleri kaydeder, sakin ve saygılı bir şekilde danışanın temposuna uyarak ilişkiyi düzenlemeye çalışır, söylenenleri dinler, konuşur. İlerleyen dakikalarda aşırı kaygı hâli ortadan kaybolmaya başlar, ikili daha rahat bir etkileşim düzeyine ulaşır, birbirlerine karşı ilgi ve umutlu bir tepki duyarak ayrılırlar.

Bu örnek şunu gösterir: Bireyin içsel süreçleri hem bireyin özdüzenlemesi, iç ayarı hem de karşılıklı etkileşimle oluşturulur, düzenlenir. Yani terapist ve danışan birbirlerinin içsel süreçlerini birlikte gerçekleştirmişlerdir. Bir terapistin bana anlattığı bir örnek:

> İlk görüşmesine geç kalan danışan ayakta durarak öfkeyle terapi ortamını eleştirir. Danışanın kaygılı durumunu algılayan terapist bir an için duraksar, kendi tepkisine hâkim olduktan sonra sakin bir sesle ilk görüşmenin zor olduğuna işaret eder. Danışan biraz durulmuş bir şekilde yerine oturur.

Burada söz konusu olan süreçler konuşma gibi açık süreçler olduğu kadar ses tonu, bakışlar, konuşma ritmi, beden dili gibi örtük süreçlerdir de (Knoblauch, 2011; Schore, 1994). Terapist bu süreçlerin kendisinde yarattığı sonuçları belki bilinç düzeyinde farkında olmadan veri olarak kullanır. Bu bir tür "örtük ilişkisel biliş"tir (Lyons-Ruth, 1999; Stern, 2004). Özetle, deneyimlerin hem kendini hem de ötekini etkileyen bir niteliği vardır. Terapötik

ekol her ne olursa olsun, eğer söz konusu olan iki kişiyse bu süreçler devrededir. Dolayısıyla psikoterapinin temelini ilişki oluşturur.

DANIŞAN NE İSTER?

Bu yaklaşıma göre danışan var olan olumsuz beklenti örüntülerinin katılığı sonucunda darboğaza girmiş bir kişidir. Terapistten medet umar; ancak yeniliğe, dönüşüme hemen hazır değildir. Burada bir noktaya işaret etmek isterim. Benim kuramsal yaklaşımım bundan sonra söyleyeceklerimi ister istemez etkilemiştir. Ancak elimden geldiğince kuramdan arınmış, temeli psikoterapinin temel özellikleri arasında bulunan şeylerden söz etmeye çalışacağım.

Ben psikoterapiye başvuran biri olsam, şikâyetlerimi anlatabilmem, içimi açabilmem, belki en gizli, en utandığım özelliğimi paylaşabilmem için ne gerekirdi? Terapiye başladığımda bir yandan kendi iç dünyamın dengesini korumakla meşgul olacak, diğer yandan da bilerek ya da bilmeyerek odanın içinde gelişecek ilişkiyi düzenleme çabasına gireceksem karşımda nasıl biri olsun isterdim?

- İlk olarak beni dinleyen, tanımaya çalışan, yargılamayan, meli/malılar önermeyen, "yanılıyorsun" demeyen biri olsun isterdim; yani beni değerlendirerek değil, can kulağıyla, insan-insana dinleyen, duyulduğum, anlaşıldığım hissini veren biri. Ancak bütün bunları çok sağlam bir arkadaşım da sunabilir, dahası lazım.
- O kişi, beni anlamakla kalmayıp içinde bulunduğum darboğazdan çıkmama yardım edebileceğine, bunu sorumlu ve yetkin bir şekilde yapabileceğine güvendiğim birisi olsun.
- O kişi sağladığı güven ortamı ve umudumu pekiştiren yetkin tavrı ile beni kendimi sorgulamaya davet etsin, farkındalığıma açılımlar sunsun.
- Bu açılımlar beni de meraklandırıp cesaretlendirsin; kaçındıklarım, kendimden sakladıklarımla yüzleşebileyim. Bunu yaparken zorlandığımda, karmaşık acılarla çözüldüğümde duygularımı paylaşıp taşıyabilsin.
- Arada hata yaparsa bunu dile getirsin ki ben de kusurlu bir insan olmanın insan olmaya engel olmadığına inanayım ve hataların tamir edilebileceğini göreyim; gerektiğinde beni uyardığında, sorunlarımla yüzleştirdiğinde bunu kaldırabileyim.

- Son olarak bütün bunları yaparken bana da bir pay versin. Benim yapmaya çalıştığım çok zor bir şey; bunu takdir etsin, çabama saygı duysun, çorbada benim de tuzum olduğunu göreyim.

Bütün bunlar her görüşmemizde aynı yoğunlukta gerçekleşmeyebilir, ama temelde bu öğeler varsa ben değişe-gelişe-bilirim. Tedirgin düşlem ve duygularımı, dar görüşlerimi, kısır döngü oluşturan davranışlarımı, yani eskiye dayalı beklenti örüntülerimi bir kenarda tutup, adım adım yeni açılımlar denemeye, gelişmeye heves etmeye cesaret bulabilirim.

TERAPİST NASIL BİRİ OLMALIDIR?

Bu etkileşim sürecine girmek, danışana bu hevesi verebilmek için nasıl bir insan olmak gerekir?

- Bu konuda profesyonel ömrüm boyunca iki temel özelliğin gereğine inandım: merak ve saygı. Bu özellikleri literatürde de bulunca çok sevindim; Nancy McWilliams da buna merak ve kişiye karşı "hayranlıkla karışık bir saygı duygusu taşımak" [awe] diyor (2004, s. 29). İnsanoğlu ne muazzam bir bilmecedir; ne zengin gizemleri vardır. Bunu merak etmek söz konusu olan. Bu gizemi biraz olsun anlayabilme fırsatını, bir kişinin psikoterapiste sunması ne büyük bir armağandır, buna saygı duymak gerekir.
- Bu meraka ve saygıya temel olarak, kendisi dâhil insanoğlunun karmaşık, zıtlıklar, çelişkiler içerebilen bir varlık olduğu görüşüne sahip olmak.
- Empati duyabilmek; diğerinin yaşadığının kendi içinde yankılanmasına paniklemeden, yargılamadan izin verirken ne yaşadığını anlayabilmek. Buna "zihinselleşme süzgecinden geçmiş duygulanım" [mentalized affectivity] da diyebiliriz (Fonagy, Gergely, Jurist ve Target, 2002).
- Özfarkındalığını geliştirmeye çalışmak.
- Bağlanabilmek, sevebilmek, iyimser olmak.

KURAMIN, TEKNİĞİN YERİ NEDİR?

Şimdiye kadar "Danışan ne ister?", "Psikoterapist bunları nasıl sağlar?" sorularına yanıt bulmaya çalıştık. İyi bir terapist olmak için gereken eğitimden, kuramsal birikimden, yetkinlikten söz etmedik. Oysa eğitim çok önemli; han-

gi kuram olursa olsun, insanoğlunu anlamak için bir çerçeve öğrenilmeli ve bu çerçevenin kavramları sindirilmelidir. Sağlam ve tutarlı bir kuramsal çerçeve olmadan kavrayış yarım kalır düşüncesindeyim.

O zaman şöyle bir soru söz konusu olabilir: Kuram ve teknik daha önce anlattığım insan-insana karşılaşmanın neresindedir? Ben burada kesinlikle kendi yaklaşımımdan etkilendiğini düşündüğüm, ama belki başka yaklaşımların da paylaştığı bir saptama yapacağım.

Daha önce değindiğim gibi, danışan ve terapist karşılıklı olarak açık ve örtük şekillerde ilişkilerini ve birbirlerinin iç süreçlerini düzenlerler. Danışan bu sürecin niteliği üzerinde fazlaca kafa yormak durumunda değildir. Oysa terapist için tam tersi bir durum geçerlidir. Psikoterapinin tam eşitlikçi bir sosyal ilişki olmamasının önemli bir nedeni de budur (Aron, 1996).

Psikoterapi sürecini terapistin en azından iki düzlemde yaşaması gerektiğini, katmanlı bir deneyimin söz konusu olduğunu düşünüyorum. Bunlardan biri daha önce danışanın isteği olarak sözünü ettiğim, "burada bu an"ı yetkin ve sorumlu bir insan olarak yaşama deneyimidir. Diğeri ise yaşadığını kavramadır; bir yandan yaşarken diğer yandan yaşadıklarını ve gözlediklerini tanımlama, düşüncelerini formüle etme, nasıl davranacağına karar verme olarak ifade edebileceğim kuramsal kavramlaştırma, yaklaşım oluşturma deneyimi. Yani söz konusu olan, insani özelliklerimizi kaybetmeden, bir başkasının dünyasını bizimle paylaşmasına duyduğumuz saygıyı önde tutarak, yine de bu paylaşımın onun hakkında, yaşanan süreç hakkında, nereye gittiğimiz hakkında neler ima edebileceğini kuramsal bir çerçeveye oturtmaya çalışmak diye düşünüyorum. Bu ikinci deneyime bir tür "içsel süpervizyon" [internal supervision] da (Casement, 1991) diyebiliriz. Bir danışanımla yaşadığım süreçten bir örnek vereyim:

> Bir danışan seansta takıntılarının vardığı aşırı noktayı uygulamalı bir şekilde ellerini ovuşturarak gösterirken, bunları saklamak için ne denli manevralar yaptığından bahseder, kendisinden utandığını söyler. Bu utancın ve kontrolü kaçırma korkusunun yarattığı kaygı ve sıkıntı terapistin kendi içinde yankılanır "yüreğinin sıkıştığını" hisseder. Terapist aynı zamanda obsesif-kompulsif bozukluk ile ilgili kuramsal varsayımları da zihninden geçirir ve sonunda dile getirdiği tepki, hissettiği ve düşündüğünün bir bileşimi olur.

Dikkat ederseniz tekrar tekrar danışanın duygusunun terapistin içinde yankılandığını söylüyorum. İkili sistemler modeli bu karşılıklı yankılanmanın var olduğunu ileri sürer, güncel nörobilimin ayna nöron ve sağ beyinden sağ

beyine iletişim kavramına ilişkin önermeleri de bu savı destekler (Gallese, 2009; Schore, 1994; Stern, 2004).

Bu tür bir katmanlı deneyimi terapi sürecinin her aşamasında taşımakta başarılı olamayacağımız kesin. O nedenle daha önce hata yapmaktan söz ettim. Önemli olan arada yaşadığımız empati yoksunluklarının, kavram karmaşalarının bir aşamada farkına varıp, ortaya çıkan hatalı durumu telafiye gitmektir. Bu, anne-bebek ilişkisinde söz konusu olan kesinti ve tamir süreçlerinin bir diğer örneğidir. Terapist de nihayetinde bir insandır ve her zaman en uygun etkinlikte çalışamayacaktır. Mesele hedefini gözden kaçırmayıp ilişki dengesi bozulduğunda onarım yapabilmektir. Tabii ki bu konuda da iç supervizyon süzgecinden geçmiş bir onarım söz konusu olmalıdır.

Bütün bunlar nasıl gerçekleşecek? Her şeyden önce terapist olacak kişi yukarıda saydığım özelliklere sahip olmalıdır. Bence bu özelliklere sahip kişi iyi bir kuramsal eğitimden geçmeli, kendisi bir psikoterapi deneyimi yaşamalı, yakın plan süpervizyon ve denetim içeren bir çıraklık dönemi yaşamalıdır. Bu çıraklık döneminin bazı bakımlardan ömür boyu süreceğini içine sindirdiğinde sorumlu ve yetkin bir psikoterapist olma hedefinde yol almış demektir.

11

Psikoterapi ve Kültür: "Oranın" Yaklaşımını "Buraya" Nasıl Uyarlayacağız?

Bir önceki bölümde dile getirdiğim kavramları bağlama değinmeden dile getirdim. Şimdi bir de kültürel bağlama bakalım. En geniş anlamda, psikoterapinin kendini anlama, gelişme ve daha etkin sorun çözme hedefleri evrenseldir. Ancak bunları gerçekleştirirken kültürel, sınıfsal, ailevi koşulların da bir rol oynadığını gözden kaçırmamak önemlidir. O zaman evrenselliği daha geniş bir çerçeveye oturtup, belli bir farklılık-içinde-aynılık ve aynılık-içinde-farklılık bilincinde olmalıyız; hepimizin aynı insanoğlu ailesine ait olduğumuzu, ama aynı zamanda birbirimizden farklı olduğumuzu kabul etmek, bir tür ayrışmış bütünlük gözetmek gerekir. Unutmamamız gereken, farklılıkların sadece bireysel özgünlüklerden doğmadığı, ekonomik, sosyal-yapısal, tarihsel ve hatta ekolojik özelliklere göre sistematik olarak değişebildiğidir.

Bağlamsal bir sistem perspektifine dayanan psikoterapi, her şeyden önce bir tavır ve farkındalık meselesidir. Terapist, ekolü ne olursa olsun, danışanının içinde bulunduğu bağlama, o bağlamın etkilerine ve ayrıca kendi bağlamının kendisini nasıl koşullandırdığına duyarlı olduğu sürece, daha etkin girişimlerde bulunabilecektir.

Son zamanlarda psikolojinin gösterdiği olumlu gelişmelerden biri giderek artan bir kültürel duyarlılıktır. Farklı kültürler arasında, soyut ve somut, çeşitli farklar varken evrensellik iddiasında bulunan psikolojik düşünce, kültürler birbirlerini tanıdıkça fiziksel-toplumsal-tarihsel bağlamın psikolojik işleyiş üzerindeki etkisini ve bunun psikoterapiye yansımalarını ele almaya başlamıştır. O kadar ki bugün kültürel duyarlılık etkin bir psikoterapinin temel

unsurlarından sayılmaktadır (Dyche ve Zayas, 1995; Falicov, 1995; McGoldrick ve Ashton, 2012).

Literatürde kültürel bir bakış açısıyla ele alınan psikoterapi tartışmaları, çoğunlukla gerek danışanla terapist gerek bireyle yabancı kültürel ortamlar arasında bir kültürlerarası karşılaşma sorunu olarak ele alınmaktadır (Abel, Metraux ve Roll, 1987; Seeley, 2000). Daha az ele alınan bir konu ise kuramsal ve ideolojik kökenleri Batı Avrupa/Kuzey Amerika olan psikoterapilerin diğer kültürlerde uygulanmasıdır. Bu konu Çin, Japonya, Hindistan gibi kültürel dokusu Batı toplumlarından çok farklı ülkeler açısından ele alınmıştır (Kakar, 1982; Landrine, 1992; Roland, 1988).

Bu incelemeye neden olan durum, konuya Türkiye gibi kendini kısmen Batılı sayan bir toplum açısından pek değinilmemiş olmasıdır. Her ne kadar Türkiye'de gelişmiş olan kültür yapısı bir Uzakdoğu kültürü kadar Batı'dan uzak değilse de iki nedenden dolayı kültüre duyarlı bir incelemenin burada uygulanan psikoterapiler için önemli olduğunu düşünüyorum. İlk olarak, daha önce sözünü ettiğim gibi, geleneksel şekliyle toplumda var olan kimlik ve insan ilişkileri kavramlarının alt-yapısını oluşturan varsayımlar, ayrıca toplumun büyük çoğunluğunun dini aidiyeti ile ilgili tutumlar, Batı kökenli varsayımlardan farklıdır (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999). İkinci neden ise toplumun geçirmekte olduğu çok hızlı, ancak tekdüze olmayan değişimdir; öyle ki danışanlar ve terapistler, ait oldukları alt kültüre göre birbirlerine alabildiğine yabancı olabilirler. Dolayısıyla Türkiye'de çalışan psikoterapistlerin, kuramsal yaklaşımları ne olursa olsun, bağlamsal bir duyarlılık geliştirmeleri zorunludur.

Kanımca bu konudaki yanılgılar özellikle Batı'da kültürel değerlerin bilimsellik kisvesi altında yanlış uygulanmasından kaynaklanmaktadır (Hsu, 1985; Landrine, 1992) ve yapısal ve ilişkisel değişkenlerin benlik oluşumundaki rollerini yeterince anlamamaktan ileri gelir. Dolayısıyla bağlama kör bir şekilde sürdürülen psikoterapi, danışana haksızlık gibi bir etik sakınca içerebilir. Örneğin orta/üst sosyo ekonomik düzeyden, kent kökenli ve profesyonel psikoterapi alt kültürünün bir üyesi olan terapistlerce köy kökenli ve düşük eğitimli kişiler için sarf edilen "Bu kişiyle terapi yapılamaz." sözü ne kadar haklıdır? Ne ölçüde bir bağlamsal tembellik ifade etmektedir? Ya da bu devirde bile olsa, boşanmış bir kadının kendi ailesiyle yaşamaya başlaması ne ölçüde kendi gelişmemişliğinin, bağımlılığının ifadesi, ne ölçüde bir zorunluluk ifadesidir? Bu demek değil ki karşılaştığımız her sorun bir kültür farklılığı sorunudur; burada savunulan sadece karşılaştığımız sorunlardaki kültürel öğelere duyarlı olmamız gerektiğidir.

SÜREÇ VE İÇERİK AYRIMI

İnsanın işleyiş süreçlerini belirleyen temel kavramlar evrenseldir. Örneğin öğrenme, bilişsel gelişim evreleri, duygulanım gelişimi, savunma mekanizmalarının gelişimi, insanlararası gereksinimler, bağlanma gibi süreçlere ait unsurların evrensel olduğunu kabul ederiz. Süreçlerin bireyde kendini gösterme şekli, tezahürü, yani içerikler ise bağlamca belirlenebilir, evrensel değil, yerel olabilir. Örneğin her çocuk büyüklerinin yanında uygun davranmayı öğrenir; ancak "uygun davranma" Porto Rikolu, ya da Türkiyeli anneler için usturuplu bir uslulukken, ABD'li anneler için güvenli bir duruştur (Çatay ve ark., 2008; Harwood, Yalçınkaya, Çıtlak ve Leyendecker, 2001)

Fakat en temel içerikler evrensel değil midir? Aşk, aile, kazanç ve kayıplar, sevinç ve hüzünler? Bir Japon ya da Türk yazarın romanı dünya üzerindeki herkesi etkileyebilir. Psikoterapi de bu en derin temellere dokunmuyor mu? Hem evet hem de hayır. Evet, en derin evrensel duygular hedefimiz, ama bu duygular nasıl bir kılıkla çıkarlar karşımıza? Bu farklı kılıkları görmek için bir bağlama oturtulmuş karşılaştırmalı bir analiz yapmamız gerekir (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999).

Peki neden? Batı psikoterapilerinin ideolojik altyapısına bir göz atarak başlayalım. Daha önce de anlattığım gibi, genelgeçer Batı ideolojisi için birey tekil, kendi sınırları içinde var olan bir varlıktır. Dünyaya öngörülmüş bir kişilikle gelmez, benliği deneyimlediği ilişkiler sonucunda şekillenir. Davranışsal, bilişsel ya da psikanalitik, tüm terapiler bu varsayımdan yola çıkarlar. İdeal birey bağımsız, özerk, bireyselleşmiş, iç denetime sahip, kendisinden sorumlu ve kendiliğinden bir özgüvene sahip, kendisiyle öteki arasında pek geçirgen olmayan bir sınırı olan, ilişkiyi kendiliğinden bir şey yitirmeden sürdüren birisidir. İlişki, hatta aşk, iki özerk birey arasında karşılıklı rızaya dayanan bir anlaşma ya da sözleşme olarak gelişir. İlişkideki kişilerin koşulları değiştikçe ilişkinin koşulları da değişebilir; dolayısıyla sürekli bir takip, hatta ilişki pazarlığı gerekir. Özetle iletişim çok önemli bir ilişki ön koşuludur (Fişek, 1994).

Bazılarınıza göre biz de böyleyiz. Ya danışanlarımız? Aynı toplumda bile terapi odasında en az iki alt kültür olabilir; sosyal sınıf, kent, kır, din, dil, eğitim, cinsiyet, cinsel tercih gibi farklar söz konusu olabilir. Üstelik daha önce anlatmaya çalıştığım gibi, içinde olduğumuz kültür çoğunlukla şöyle insanlar üretir: Tekil olmaktansa ilişki içinde var olmayı yeğleyen, yalnızlığı reddeden, kendisine cinsiyetine göre bir kimlik elbisesi giydirilen, kendisinden belirli davranış, düşünce ve duygu kalıpları beklenen, bağımsızlığı bencil-

lik olarak görebilen, bırakın aşkın, arkadaşlığın bile kişiye bazı yükümlülükler yüklediğini düşünen, güveni bu yükümlülüklerin karşılanmasına bağlayan, ilişkinin sürekli pazarlığa açık olmasındansa bir kez kurulduğunda değişmez ve dayanıklı olmasını isteyen ilişkisel bireyler (Fişek, 2002). Bu kimliği daha önceki kısımlarda ayrıntılı olarak anlatmaya çalıştım. Bu resmi esas alıyorsak psikoterapimizi ona göre yönlendirmek, en azından danışanımızın özelliklerine ön yargısız bir şekilde bakmak durumundayız. Howard, psikoterapi için "ilginç bir kültürlerarası öykü tamiri deneyimi" (1991, s. 194) tanımlamasını yapar. Mesele bu tamiri birlikte yapabilmek için ortak insanlığımıza ulaşmaktır. Bunu yapmak için bazı olası ön yargılara dikkat etmekte yarar vardır.

TERAPİSTİN GETİRDİKLERİ: FARKLILIKLARA İLİŞKİN OLASI ÖNYARGILAR

Bir psikoterapist kendisi ve danışanı arasındaki farklılıklara bakışında iki tür önyargıya kapılabilir; bunlara *Alfa* ve *Beta önyargıları* diyelim (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999; Hare-Mustin ve Marecek, 1988).

Alfa önyargısı bireyler ya da gruplar arasındaki farklılıkların abartılmasını içerir, bir anlaşma zemininin olamayacağı düşüncesine yol açar. Bu önyargı, kişileri, "baş örtülü ise ...dır" gibi kalıplarla tanımlar. Bu önyargının olumlu yanı farklı değerlere saygı ifade etmesi olabilir. Ancak bu bir çifte standardı da gizleyebilir; bir tür kültürel göreceliğe [relativism] yaslanarak "Onun tercihi onun için uygun, benimki de benim için." diyen farklı fakat eşit olmaya dair bir söylem güder. Örneğin bir erkek terapist bir kadın danışanı için "Kocası tarafından dövülmeyi bir sevgi ifadesi olarak görüyor." ön kabulüyle bu durumu daha fazla sorgulamaktan vazgeçebilmiştir.

Aslında bu söylemin sakladığı önyargı örtük bir biçimde "Benim düşüncem ötekinin düşüncesinden daha değerlidir." (örneğin "Bağımsız olmak bağlılıktan daha iyidir.") fikrini ifade etmektedir, bu yönüyle gizli bir hiyerarşi iması taşımaktadır. *Alfa önyargısı*nın olumsuz yanı işte bu gizli değere dayanır; farklı olanı kötü görmeye ve kişiyi kendisinden ayrı tutmaya yol açmasıdır. Aşağıdaki örnek bu önyargının ne kadar kolay devreye girebildiğini göstermektedir:

> Bir merkeze değerlendirme için başvuran küçük çocuk, annesi, dayısı, dedesi ve anneannesi ile gelmişti. Bunu gören terapistler "Ne kadar iç içe geçmiş bir aile." dediler. Sonra öğrenildi ki şehrin merkeze uzak bir bölgesin-

de yaşayan bu aile kentin o semtini hiç görmemişti ve değerlendirmeye dayının arabasıyla bir gezinti eklemek istemişti.

Beta önyargısı ise var olan farklılıkları reddetmeyi, "Hepimiz insan ailesindeniz, birbirimize benzeriz." düşüncesini ima eder. Bu olumlu ifadeyle ilgili sorun şurada ortaya çıkar: Benzerlik "Bana benziyor." olarak tanımlanma riski taşır. Bilinçli önyargının *Beta önyargısı* olması olasıdır; farklar bireysel fark olarak görülebilir, ama bu tavırla ötekinin özgün nitelikleri göz ardı edilebilir, bağlamın etkisi gizli kalır (ör. sosyal sınıf, güç, kaynak farkları). Egemen kültürün üyeleri ile diğerleri, yansız sayılan kurallardan eşit biçimde yararlanamayabilirler, kurallar herkes için yansız olmayabilir, davranış hakkaniyetli olmayabilir. Örneğin görüşmeye vaktinde gelmekle ilgili bir kural kamusal sözleşme kavramına aşina olmayan biri tarafından cezalandırıcı bir unsur olarak algılanabilir ve gerekçesinin açıklanması gerekir.

Alfa önyargısı ise daha gizli işleyerek psikoterapisti farkında olmadan etkileyebilir, farklı danışanlara tepkisel davranmaya yol açabilir. Bir danışanımla yaşadığım bir olaydan bir örnek vereyim: Batı'da eğitim almış bir terapist olarak Türkiye'de çalışmaya başladığım ilk günlerde geleneksel bir danışanımın bana küçük bir öğretmenler günü armağanı getirmesi karşısında şaşırdım. Onu reddetmem gerektiğini düşünürken danışanımın "Sizi öğretmenim olarak görüyorum." demesiyle kendime geldim.

Aynı şekilde bilginin gizliliği ve sınır kavramlarının da ailevi biz-ben tarzı bir yaşama alışkın kişilere kendi bağlamlarına uygun bir şekilde açıklanması gerekebilir. Örneğin yetişkin çocuğu için randevu alan anne bilgi sahibi olmayı bekleyebilir ya da ailesine bilgi vermeyi reddeden ergen terapiye bir arkadaşını bir sözcü, "eşterapist" ya da "eşdanışan" olarak getirebilir. Belli ki gizlilik farklı şekillerde tanımlanabilirdir ve bunun açıklığa kavuşturulması gerekir.

Aşağıda sıralanan öneriler terapistin duyarlılığını arttırmasında yardımcı olabilecek bazı unsurlar içermektedir.

- Açıklık: Açıklık, terapistin kendi önyargılarını, kendi toplumsal alt-kültürünü olduğu kadar, kendi psikoterapi alt-kültürünü de şekillendiren ideoloji ve varsayımlar konusunda açık olması anlamına gelir. Kişi, kendi düşüncelerinin içerisinde bulunduğu bağlam tarafından ne ölçüde belirlendiğini gördüğü nispette, hatalı tanımlamalardan, patolojiye ya da sağlığa ilişkin atıf ve yanılgılardan ko-

runabilir. Kendi bağlamı içine gömülmüş olduğunun farkına varan psikoterapist, danışanının öyküsündeki bağlamsal unsurları daha kolay görür.

- Birlikte çalışmak: Eğer bağlamsal bilinç danışanı anlamak için olduğu kadar psikoterapist için de geçerli ise, psikoterapistin psikoterapi sürecini nasıl bir dille kavramlaştırdığına bakması gerekir. Eğer dil bir "terapi uygulama, sağaltma, iyileştirme, düzeltme" dili ise psikoterapistin danışanın öyküsünü duyma becerisi kısıtlanabilir. Eğer dil bir "birlikte konuşma", "birlikte çalışma" dili ise o zaman karşılıklı ilişkiye odaklanmak ve karşıdakini duymak daha kolay olabilir.

  Türkçe, "danışmak", "tartışmak", "anlaşmak", "gülüşmek" gibi, karşılıklı olarak birlikte yapılan eylemleri anlatan fiiller açısından çok zengin bir dildir. Bu sözcüklerdeki karşılıklılık içeren morfem en az iki kişilik bir eylemi ifade ederken etken birinin edilgen birine bir işlem yapması durumunu reddeder. Demek ki bu kültürün bir üyesi ile psikoterapi sürecinde yapılanın birlikte gerçekleştirilen bir eylem olduğunu unutmamak, o kişinin bazı davranış, tavır ve taleplerini daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir. İlginçtir, bu düşünce bugünlerde Batı psikoterapilerinde de dile getirilmektedir.

  Buradaki anahtar sözcükler "dikkat, farkındalık, merak"tır (Falicov, 1995, s. 385). İletişim ve öğrenme içeren bir ortak calışmanın ilk koşulu meraktır. Merak, önceden bilmemeyi, öğrenmek istemeyi, karşıdakinin bilgi verebileceğine, öğrenmeye yardımcı olabileceğine güvenmeyi ima eder. Özetle: Varsayma, sor ve öğren!
- Katılmak: Yukarıda söylenenler hep psikoterapistin tavrına ilişkin sözler; danışanın tavrına değinmiyorlar. Danışan kişi psikoterapiye başvurmakla yardıma gereksinimi olduğunu ve terapiste göre bir alt konumda olduğunu itiraf etmiş durumdadır. Bu hiyerarşik konum, bizimkine benzer bir kültürün üyesi olan danışanın kültürü itibariyla tanışık olduğu ve dolayısıyla iki zıt eğilim içeren bir durumdur. Bir taraftan, danışan "otoriteyle gelen hiyerarşi"yi (Roland, 1988) kabul etmektedir ve kendini psikoterapiste teslim etmektedir. Diğer taraftan hiyerarşi, hiyerarşide altta kalanda kendiliğinden bir uzaklık hissi yaratmaktadır, bazı konuları kendine saklama, hatta direnme eğilimini perçinlemekte ve açık iletişime ket vurmaktadır. Bu davranışı sadece psikanalitik anlamda "direnç"

[resistance] olarak isimlendirmek davranışın kültürel katmanlarına kör olmak demektir.

Kanımca bu durumda danışana anlamlı bir şekilde katılmanın yolu, hiyerarşiyi yadsımak değildir. Hiyerarşiyi yadsımak, reddetmek *Beta önyargısı* tarzı eşitlik varsayımlarına dayanır ve bu kültürel bağlamda ilişkinin gerçekliğini yapay bir şekilde göz ardı etmek olur. Üstelik bu Batı'da bile geçerliliği sorgulanan bir varsayımdır (Aron, 1996); sahte bir eşitlik birlikteliği zedeler, sonuçta iş birliğine giden yolu uzatır. Onun yerine farklı konumlarda da olsa birlikte-çalışmak çok daha anlamlı olabilir. Karşımıza çıkabilecek hiyerarşik unsurlara benim deneyimimden bir örnek:

> Benimle çok iyi çalışan kır kökenli bir danışan "Siz eğitim görmüş olanlar..." diyerek söze başladığı zaman sadece bir savunma yapmıyor, profesyonel kimliklerden öte bir toplumsal farka işaret ediyordu.

Bu farka kör olan psikoterapist gerçekçi ve güvenilir olmama riski ile karşı karşıyadır; dolayısıyla terapist hiyerarşik konumuyla barışık olmak durumundadır. Mesele, gerçek olmayan bir eşitliktense, farklılıklarla birlikte olmayı ve çalışabilmeyi savunmaktır. Özetle, terapist için ailevi benliğin önemli bir yansıması olan hiyerarşik ilişki kavramını kabul etmek, ancak bu ilişki içinde de danışana olduğu gibi görünme izni olduğunu iletebilmek önemlidir.

Peki hiyerarşiyi kabul edip, oluşan mesafeyle nasıl baş edebiliriz? Doğal olma izni olduğunu danışana nasıl iletebiliriz? Hiyerarşi kavramının danışanla terapist arasında bir sınır oluşturduğunu düşünürsek, terapist icin mesele sınırın öbür tarafına geçmek, yani her iki kişiyi de içine alan yeni bir sınır oluşturmaktır. Kanımca buradaki en önemli unsur, ötekini kabul ederken kendini de kabul etmek, yani farklılıklara saygı ile yaklaşmak, farklılık-içinde-birliktelik olarak isimlendirebileceğim bir atmosfer yaratmaya çalışmaktır.

- Farkındalık ve Kısıtlar içinde Etkinlik: Sorunların bağlamla ilişkisini, sorunu çerçeveleyen anlayıştan kaynaklanan karmaşıklıkları tanımak, sorunun çözümüne yönelik ipuçlarını da beraberinde getirecektir. Neticede psikoterapideki hedefimiz kendini anlama, gelişme ve sorun çözme değil midir? Sorunlu kişiler ve aileler sabit ve dar bir bakış açısına kapılmışlardır ve sorunu bir düzdoğrusal sebep-sonuç çereçevesi içinde görüp ona göre birbirlerine suç atfet-

mektedirler. Psikoterapistin bağlamsal bilinçten kaynaklanan bir bakış açısı genişliği sunması, kişinin kendisini ve ortamının sağladığı olanakları ve dayatmaları daha net görmesine yardımcı olabilir. Bu netlik ise kişiye eski örtük ilişkisel bilişlerini sorgulayıp yeni bilişler geliştirme imkânı verebilir; kısıtlar içinde bile etkin karar alma olanağı sağlayabilir.

Amaç sorunu yok saymak ya da suçu soyut bir günah keçisine yüklemek değil, kişiye daha geniş bir bakış açısından bakabilmenin yaratacağı rahatlığa imkân vermektir. Psikoterapist, danışanın eski şikâyetlerine saygıyla yaklaşırken yeni isteklerinin gelişmesine de alan açarsa, suçluluk ve utancın yükü bağlamsal çerçevenin içinde ele alınınca, danışan savunmacı konumundan sıyrılıp eski baş etme yollarının işe yaramadığını görerek yeni yollar denemeye cesaret bulabilir. Aşağıda, anlatmaya çalıştığım durumla ilgili bir örnek:

> Otuzlu yaşlarında, boşanmış, profesyonel bir genç kadın yeni bir eş bulmakta zorlanıyor, karşısına çıkan geçici ilişkilere girme fikri ise ona kendisini suçlu hissettiriyordu. Sonuç olarak olumlu ya da olumsuz, her türlü ilişki olasılığından kaçınıyordu. Dul birisi olarak yaşamayı kendi ailesinin öngörülerine ihanet olarak görüyordu. Psikoterapist, bu sorunun çeşitli ruhsallık içi dinamiklerine eğilmenin yanı sıra, ona diğer kadın arkadaşlarının durumunu da sordu. Bu yaşlarda uygun eş bulmanın genel bir sorun olduğunu anlatmaya başlayan danışan birden irkilip "Ben de bu gruptanım." dedi. Bu farkındalık kendi özgün dinamiklerine daha farklı bir istekle yaklaşmasını sağladı.

Özetle, sorunun iç odağı kadar bağlamını da anlamak çözüme daha çok yaklaşmak demektir. Genişlemiş bir bağlamsal değişim perspektifi farkındalığı arttırarak, sorun karşısında yabancılaşma ya da sorun içinde boğulma riskinden korur, çözümün çekirdeğini içinde taşıyabilir.

Bundan sonraki bölümlerde sunacaklarım, yukarıda anlatmaya çalıştığım konulara değinen çalışmalarımdan bazı örnekler.

12

"Ben Seni Görmesem de Sen Beni Gör Lütfen": Psikoterapide İlişkisel Buluşmalar[1]

İletişimde örtük ve açık süreçler genellikle birbirinden ayrılmaz bir şekilde iç içe geçmiştir. Bu durum özellikle örtük olanın ilişkilerin önemli bir boyutu olduğu kültürlerde böyledir. Bu ifade, ilişkisel mesajların sözlü, sözsüz, beden dili, bakışlar, ses tonu, jestler gibi çeşitli düzeylerde iletildiği psikoterapi için özellikle geçerlidir. Danışan için olduğu kadar psikoterapist için de, aktarımda olduğu kadar karşı-aktarımda da aynı durum söz konusudur. Ayrıca bu tür iletişim kültürce kodlanmış karşılıklı ve örtük olarak anlaşılan varoluş şekillerine atıf yaptığı ölçüde aktarım süreçlerinden öte bazı anlamlar taşıyabilir. Görünürde sıradan sözcük ve davranışların taşıdığı örtük ilişkisel mesajları tanıyan bir bakış açısı daha zengin bir deneyim ve anlayışın önünü açabilir.

Burada, bu tür süreçleri örnekleyerek tartışma yoluyla açıklamayı amaçlıyorum. Farklı yaş, cinsiyet ve sosyal konumda kişilerle yaşanmış birtakım karşılaşmalardan kaynaklanan bazı düşünceleri, terapötik sürecin başı, ortası ve sonlarından alınmış vaka anlatıları yoluyla sunuyorum. Söz konusu vaka örnekleri çocuk kimliğinin tanınması arayışındaki bekâr, profesyonel bir genç kadın, varlığının kabul edilmesini arzulayan orta yaşlı evli bir kadın ve ilişkisel çıkmazlarla boğuşan genç profesyonel bir erkekten oluşuyor. Vaka sunumlarını, öznelliklerarası tanınma, kendini ve etkileşimi düzenleme ve kültürel bağlam çerçevesinde değerlendiriyorum.

1 Bu bölüm Yıllık Uluslararası İlişkisel Psikanaliz ve Psikoterapi Kongresi'nde yapmış olduğum bir sunumun gözden geçirilmiş hâlidir. Madrid, 29 Haziran-2 Temmuz, 2011.

Başlangıçta bu konuyla ilgili başka niyetlerim vardı. Ama yazmaya başlayınca yazı kendisini başka bir yöne çevirdi, sanki gizli bir niyet yazıyı bu sonuca götürdü. Kısa bir süre önce Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu'nun *Psikoterapide Değişim: Bütünleştirici bir Paradigma* [*Change in Psychotherapy: A Unifying Paradigm*], (2010) adlı kitabını okumuştum ve farkına vardım ki gizli/örtük niyetim elimdeki örnekleri onların fikirleri doğrultusunda ele almaya çalışma isteğiydi.

Boston Değişim Süreci Çalışma Grubu, psikoterapötik değişim süreçlerini çalışmak amacıyla bir araya gelmiş, güncel çalışma alanları bir ölçüde örtüşen kişilerden oluşmuştur. Söz konusu alanlar iki-kişi-psikolojisini odak almak, bebeklik araştırmalarının önemi, dinamik sistemler kuramı, örtük süreçlerin rolü ve ister bilinç ister bilinçdışı düzeyde olsun, "niyetlilik"tir [intentionality].

Aşağıda önce kısaca bu grubun kitaplarında sunduğu "terapötik eyleme örtük ilişkisel yaklaşımın temel kavramları"nı (BCPSG, 2010, s. 192), daha sonra bu kavramların bazılarını örnekleyen alıntıları sunacağım.

İlk olarak, psikoterapi süreci, ortadaki ilişkinin değişimin temel unsuru olduğu iki kişilik bir süreç olarak kavramlaştırılıyor. Her iki kişi için de bu ilişkinin açık ve örtük bir yönü vardır; amaç bu ikili arasında bir "uyumluluğa" [fittedness] ulaşmaktır. Beklenebileceği gibi bu süreç çoğunlukla yavaş ilerler ve dolaylıdır; kesintiler ve tamirler içerir. Grup bu süreci "dağınık" [sloppy] olarak nitelendirir.

Dağınık olsa da etkileşimde giderek artan uyumluluk hâli, giderek artan bir canlılık hissi terapötik sürecin açılmasının oluşmasına yol açar; buna "kapsayıcılık" [inclusiveness] adı verilir (BCPSG, 2010). "Yürüyedurmak" [moving along] olarak isimlendirilen bu süreç hedeflerin uyuşmasını amaçlayan dağınık, doğrudan olmayan bir çaba olarak görülür. Ancak bu süreç "şimdi anları" [now moments] ya da "buluşma anları" [moments of meeting] olarak anılan duygulanım dozu yüksek öznelliklerarası karşılaşmalar içerebilir. Dağınık olsun olmasın, etkileşim örtük ve açık düzeylerde ilerler. Öyle ki, terapötik değişimin kilit hedeflerinden biri danışanın "örtük ilişkisel bilişinde" [implicit relational knowing] (BCPSG, 2010; Lyons-Ruth, 1998) ya da ilişkisel beklentilerinde bir değişim yaratmaktır. Bu fikirler beni hayecanlandırdı ve yazmaya başlarken ele almaya niyet ettiğim konuyu kısmen rehin aldı, çünkü çalışmalarımda deneyimlediklerimi kelimelere döküyorlardı.

Otuzlu yaşlarında ve tıp sektöründe bir satış temsilcisi olan **Filiz,** erkek arkadaşı onu aniden terk edince terapiye başlamıştı. Ona, resmî bir bi-

çimde, bu kültürde yeni tanışan kişiler arasında olağan hitap şekli olan "siz" kelimesiyle hitap ettim. İlk görüşmeyi tanışarak geçirdik; onu tüm acısına karşın yetkin bir genç yetişkin olarak algıladım. Ancak görüşmenin sonuna doğru benden bir ricası oldu; kendisine "sen" diye hitap etmemi istedi. Nedenini sorunca, bu şekilde daha rahat konuşabileceğini söyledi. Ben de isteğini kabul ettim; sonuçta aramızdaki yaş farkı bunu makul kılıyordu ve tam olarak nedenini bilemesem de bu ricanın onun için önemli olduğunu algıladım. O bana daha yaşlı ya da iyi tanımadığı biriyle konuşurcasına "siz" diye hitap etti.

Ancak birkaç görüşme sonra kabaca benimle yaşıt olan ve uzakta olan annesinin ölümcül bir hastalığı olduğunu dile getirdi. O zaman onun ricasının benim ona bir tür ikame anne olmama yönelik bir talep olabileceğini düşündüm. Ama o ricanın tam olarak ne anlama geldiğini hâlâ bilmiyordum. Çalışmamızın erken dönemlerinde bir noktada farkında olmadan ona "siz" dediğimde beni yakaladı: "Unuttunuz!" Bu hatayı tekrarlamadım. Uzun süre kayıpları üzerine çalıştık; annesinin yavaş yavaş çökmesini kabullenmek onun için özellikle zordu. Sonunda annesinin yanında olmak için şehirden ayrıldı ve bir yıl boyunca geri gelmedi. Bu dağınık yürüyedurma sürecinde, tüm acısıyla birlikte, birlikte anlamlı bir çalışmayı yakalama çabası vardı; yaklaşmak, ama tam bir uyum hissi yakalayamamak vardı. İkinci gelişinin nedenini yeni bir erkek arkadaşla ilgili olarak sunsa da aslında gündem annesinin vefatıydı. Gelmediği süre içinde yasını dondurmuştu ve bunu konuşmak onun için hâlâ zordu. Annesinin onu başka hiç kimsenin göremediği gibi görebilmiş olduğunu anlamaya başladım. İşte o zaman daha önce benim için bir "sen" olma isteğinin anlamını idrak etmeye başladım. Karşımda, tanınmak, görülmek isteyen, bunun yoksunluğunu çeken bir çocuk vardı. O kadar ki kendisine yas tutma iznini bile verememişti. Ben onu bir yetişkin olarak görsem de onun hâlâ içinde taşıdığı çocuğu görmeme ihtiyacı vardı.

Onun bu gereksinimini görmemi ve onun da istediği gibi görüldüğünü hissetmesini içeren tüm bu süreç, sessiz ve örtük bir süreçti; örtük bir buluşma anı, uyumluluğun yakalandığı andı. Daha önce akmasına izin vermediği gözyaşları akmaya başladı. Sonraları biz tekrar yürüyedurmaya başladık. Ama büyümeye hazır olduğunun işaretleri giderek artıyordu. Zaman içerisinde, büyümek, yetişkin olmak, işi, ilişkileri ve en çok da kendisiyle ilgili sorumluluk almak öne çıkan konular oldu. İlginçtir ki aynı zamanda bana sadece "siz" diye hitap etmek yerine adımı da kullanmaya başladı. Artık ben de odada farklı bir birey olarak bulunuyordum.

Bu sürece aktarımsal açıklamalar getirebilirsiniz. Ancak burada söz konusu olan bana onun annesiymişim gibi yaklaşması değildi. Asıl isteği, annesinin onda gördüğü kişiyi görmemdi. Bir aktarım-karşı-aktarım ricası mı? Belki benden bir "rol duyarlılığı" [role responsiveness] (Sandler, 1976) beklentisi mi vardı? Ya da Boston grubunun dediği gibi bir birlikte-olma-şeklinin oluşturulmasını mı bekliyordu? Bana karşı belli bir yaklaşım göstermekten ziyade benim ona karşı belli bir yaklaşım göstermemi, o zamanlar görülmesini istediği çocuğu görmemi istiyordu: Amacı yakın zamanda deneyimlediklerini kapsayan bir örtük ilişkisel biliş geliştirmekti. Bu örtük mesaja ses veren açık bir iletişim kurarak temel niyetini ortaya koymuş, ben de zamanla bu niyeti anlamaya başlamıştım.

Otuz yaşlarında bir avukat olan **Okan**'la iki yılı aşkın bir süredir bir dizi kız arkadaşla yaşadığı ilişkiler üzerinde çalışıyorduk. Yeni bir ilişkiye umut ve heyecanla, genç kadını tanımaya zaman vermeden başlıyor ve kısa sürede uyuşmadıklarını anlıyor, sonuç hüsran oluyordu. Son kız arkadaşıyla bu son evreye gelmişti; bu ilişkinin de sona yaklaştığını bir çaresizlik duygusuyla ifade etmeye başlamıştı. Bu durumun çeşitli iç dinamiklerini anlıyor, ama ilişki tarzını değiştiremiyordu.

Bir seans ortasında genel şikâyetlerini sıralarken oluşan ağır havada birden tuhaf bir şey oldu: O sabah kız arkadaşıyla ilgili "Bakalım o bugün neden şikâyet edecek?" kaygısıyla uyandığını anlatırken birden benim zihnime bir imge düştü: Yorganına sarılmış, altından korkuyla bakan küçük bir oğlan çocuğu. Aynı anda o da birden hayret içinde "Bu annem... Onu hoş tutma kaygısıyla büyüdüm. Şimdi de hissetiğim bu." dedi. Ben bir şey söylemedim, susmam gerektiğini hissettim. Sadece onun sesindeki keşif heyecanını, kendi heyecan ve merakımla dinledim. Bu ânı, geçmişe ait bir dizi anı takip etti. Bu anıların bazıları olumsuz olduğu hâlde, sesi giderek canlandı, daha dik oturur hâle geldi. Yaşadığı bu ilişkisel örüntüye son verme kararı ve paylaştığımız ânı ifade eden karşılıklı bir gülümsemeyle görüşmeyi sonlandırdık. Bu görüşmenin ardından yaşamında önemli ve olumlu sonuçlanan değişiklikler yapmaya başladı.

Burada bir şimdi ânı, bir buluşma ânı, uyumluluk vardı; gelişen bir keşif hissi, yeni bir canlılık ve değişim için açılan bir alan. Bu ânı önceden haber veren hiçbir işaret yoktu. Sadece yürüyedurmak, ilişkilerinde ne olduğunu birlikte anlamaya çalışmak vardı. Fakat aynı zamanda, örtük bir düzeyde, bu buluşma ve keşif ânının itici gücünü ve alt-yapısını oluşturan bir öznellikler-arası iletişimdeydik. Onun benim imgelemime yansıyan keşfi Ogdenvari (1982) bir "yansıtmalı özdeşleşim" [projective identification] kavramı ile

açıklanabilir; ancak bu açıklama bu olgunun öznelliklerarası niteliğini, karşılıklı ama örtük yaşanan keşif heyecanını açıklamakta yetersiz kalıyor.

Geleneksel bir kesimden gelen kırklı yaşlarındaki **Esra** bir süredir sürdürdüğü psikanalitik psikoterapi çalışmasını bırakmıştı. Yeniden ve yeni biriyle başlama isteğiyle benim bir boş zamanım olana kadar bekledi ve birlikte çalışmaya başladık.

Başlarken önceki çalışmasını neden bıraktığına pek açıklık getirmedi, sadece kendi kendine çalışmak istediğini söyledi. Hikâyesi acıydı. Annesinin fiziksel ve duygusal şiddettine maruz kalmış, babasından telafi edici bir anlayış bulamamıştı. Bu yoksunluk daha sonra eşi ve –zamanla anlaşıldı ki– bir ölçüde önceki terapistiyle de yaşanmıştı. Bu bilgileri bir araya koyunca, belli bir süre önce, aslında daha birlikte çalışmaya başlamadan önce başlamış bir anne aktarımı yaşayacağımı düşündüm. O bana "yaşlı, bilge" biri olarak saygı duyduğunu ve "aktarımın nasıl gelişeceğini" merak ettiğini söyleyerek beni doğrularken, süreçle ilgili kavramları da bildiğini bildirmiş oldu.

Dördüncü görüşmeye bir sorgulamayla başladı. Terapiye gelerek şimdilerde kurduğu düzeni bozuyor muydu? Önceki çalışmasındaki zorluklarından söz ettikten sonra konuyu "tokalaşmaya" getirdi. Tokalaşma onun için yakınlık anlamına geliyordu. Yakınlık denetlenmeliydi: "Ya öteki seni reddederse?" Bu sözleri annesinden dayak yedikten sonra onu öpmek zorunda kaldığı, annesinin onun saçını hiç okşamadığı ve benzeri anılar izledi. Derken şunu söyledi: "Seansa gelip giderken sizinle tokalaşmak isterdim, önceki terapistim hiç benimle tokalaşmadı." Kullandığı "tokalaşma" sözcüğünün karşılıklı bir eylem ifade etmesinin önemli olduğunu düşünüyorum. Benden bir tepki beklemeden eşiyle ilişkisinden söz etmeye başladı; zaman içinde nasıl yavaş yavaş bir kabul bulduğunu anlatırken sürekli annesinin sertliği araya giriyordu. "Kabul ve onay"ın kendisi için önemli olduğunu söyleyerek sözünü sonlandırırken benden bir tepki bekler hâlde idi. Ben ona tokalaşma konusundaki âdetimin danışanın tercihine uymak olduğunu söyledim. O gün ayrılırken tokalaştık.

O günden sonra her seferinde, ikimizden birinin nezle olup diğerine geçirmek istemediği durumlar dışında tokalaştık, bu istisnalara da gülebildik. Önemli olan şuydu: Her seferinde göz teması kuruyorduk. Oysa daha önceleri çoğunlukla yere ya da başka bir tarafa bakardı.

Burada kişinin kendisi tarafından dile getirilen ve içinde aktarımsal unsurlar olan açık bir tanınma ricası var. Şimdi önceki terapisini neden sonlandırdığını daha iyi anlıyorum. Orada epey önemli bir çalışma yapmıştı, ama bir şey eksik kalmıştı. Henüz kendisi de ötekini görmeye çok hazır değilken görül-

düğünü de hissetmemişti. Özellikle daha yaşlı birisini arayarak terapiye geri dönmüştü. Bu, kendisinin de söylediği gibi, aktarımı üzerinde çalışmak için miydi? Aktarımsal dinamiklerin yanı sıra hem kim olduğunun tanınması hem de ötekini görmekle ilgili bir çaba mıydı? Aktarım tarafı onun açık niyetiydi ve ben buna uygundum. Ancak örtük bir niyeti de vardı. Bu da bir başkasıyla yeni bir şekilde birlikte olmak, yeni bir örtük ilişkisel biliş oluşturmak, bunu büyürken öğrendiği eski bilişlerine eklemek, zamanla onları terk etmekti.

Tokalaşma konusundan sonra da zaman zaman terapiye geri dönme konusunda çelişki ifade etmeye devam etti. Bir görüşmenin sonuna doğru uzun bir monolog başlattı:

> Hasta tarafım zedelendi, rasyonel tarafım hayatta kalmaya çalıştı. Ben bu koltukta hasta olanım, sağlıklı yanım bana hasta muamelesi yapıyor, beni buraya getiriyor... Beni olduğum gibi kabul etmenize ihtiyacım var, güvenebileceğim bir ilişki... Ama emin değilim... Sürekli öbür kişiyi izlerim, beni görüyor mu?... Çok temel bir şeye ihtiyacım var, burası bunu veremez, burası (terapi formatını kasdederek) formatlı.

Tüm bu sözler yere bakarak söylendi ve şöyle bitti: "Bunu çalışmalıyım." Ben burada sözünü kestim: "Ben ne oluyorum? Bunu birlikte çalışamaz mıyız? Burada sadece bir kişi mi var? Ya siz ya ben?" Şaşkınlıkla bana baktı. Bu bir şimdi ânıydı. Süremiz dolmuştu. "Bu fikir zihninizde biraz demlensin." dedim. Güldü, "Demlenme... Beğendim." dedi. Elimi sıktı ve çıktı. Bir sonraki görüşmede önce bana baktı, sonra yere ve "Geçen hafta iyi hissettim... Bazı temel şeyler... Sizi görmediğimi söylemeniz... Beni gördüğünüze sevindim." dedi.

Bir süre sonra benim gayri ihtiyari bir tepkim sonucunda o beni gördü. Tipik bazı geleneksel erkek ikiyüzlülüklerine duyduğu öfkeyi örneklerle anlatıyordu ki bu durum ailesinde sıklıkla karşılaştığı bir durumdu. Onu dinlerken birden erkeklere karşı tahammülsüzlük ifade eden derin bir nefes alıp bıraktığımın farkına vardım. O gözüme bakarak "Anlıyorsunuz değil mi?" dedi. Bir diğer buluşma ânı, beni terapisti olarak değil, olduğum kişi olarak gördüğü bir andı bu. O günden sonra aynı fikirde olsak da olmasak da çalışmamız daha açık ve rahat oldu, yürüyedurduk, mesafe katettik.

Diğerlerinden farklı olarak bu kişiyle hâlâ çalışıyoruz ve bu yazdıklarım için ondan izin istedim. İzni verdi ve "Tokalaştığımız zaman görüldüğümü hissediyorum." dedi. Ona bir yerde okuduğum Afrika kökenli bir selamlaşma sözünü anlattım: İki kişi karşılaştıklarında "Seni görüyorum." derlermiş. Aynen böyle olduğunu söyledi.

13

İlişkisellik, Öznelliklerarasılık ve Kültür: Bir Sanal Akrabalık Terapötik Söylemi İçinde Deneyimler[1]

İlişkisel terapilerin bağlamsal vizyonu, terapötik ikiliden genişleyerek kültürel bağlamı ve ilişkiye etki yapabilecek yerel inançları ve pratikleri de içine almalıdır. Bunun bir örneği, Türkiye kültüründe yaygın olan, akraba olmayan, özellikle sınıf ve cinsiyeti farklı olan bireylerle etkileşimde kullanılan ve gerçek akrabalıkta geçerli olan, karşılıklılıkla ilgili örtük bir kodu harekete geçiren bir "sanal akrabalık" söylemidir. Bu bölüm, bu söylemin terapistten farklı sınıf ve cinsiyetten danışanlarca kullanımına klinik örnekler sunmaktadır. Ayrıca bu söylemin terapist üzerindeki ve terapötik anlam oluşturmak için bir öznelliklerarası alan yaratmakla ilgili etkisi ele alınmaktadır. Herhâlde çoğumuz gibi ben de iki-kişilik bir psikolojiye yavaş yavaş geçtim. Ancak kendimi, geçmişimi, gelişimimi, bugün nasıl biri olduğumu kişisel ve profesyonel olarak değerlendirdikçe psikoterapiyi her zaman bir ilişkisel süreç olarak deneyimlediğimi fark ediyorum. Aslında epey ilişkisel yönelimli bir kültürden geldiğime ve ilişkisel yönelimli bir "ailevi benlik" (Roland, 1988) sahibi olduğuma göre benim için bunun başka bir şekilde olması da mümkün değildi. Psikoterapiyi ilişkisel bir süreç olarak düşününce, kültürel bağlamla başlayan ve kişilerarası ve ruhsallık içi bağlamı da içeren çok düzeyli bir bakış açısıyla başlamadan edemiyorum. Kişilerarası alanı giderek daha çok vur-

---

1 Bu bölüm, 2010'da *Studies in Gender and Sexuality* dergisinde yayınlanan, "Relationality, intersubjectivity, and culture: Experiences in a therapeutic discourse of virtual kinship" [İlişkisellik, öznelliklerarasılık ve kültür: Bir terapötik sanal akrabalık söyleminde deneyimler] adlı makalenin Taylor and Francis Yayınevi'nin izniyle yapılmış çevirisidir.

gulayan psikanalizin kültürel olana yeterli dikkati vermemesinin talihsizlik olduğunu düşünüyorum. Öyle ki bazen ilişkisellik ya da öznelliklerarasılık tanımlarının altında başka kültürlerin gerçeklerini yansıtmayan evrensellik varsayımları olabiliyor.

Kültürel düzeyin yanı sıra, terapi odamda deneyimlediğim sosyal sınıf olgusunu göz ardı edemem; tıpkı kültür ve sosyal sınıfın birleşerek nasıl karşımda oturan insanla benim aramda belirli bir öznelliklerarası matris yarattığını göz ardı edemediğim gibi. Son olarak, farkındayım ki danışanlarım da benim gibi psikoterapiyi birkaç düzeyde ilişkisel bir süreç olarak deneyimliyorlar.

Bu makalede ilişkiselliğin çokdüzeyliliğini yansıtan ve benim kültürel bağlamımda belirgin olan bir olguya odaklanıyorum: "Sanal akrabalık" dediğim bir söylemin psikoterapide kullanımı. Sadece bazı danışanlarla ortaya çıksa da bu olgunun bazı kültürlerdeki klinik etkileşimlerin altında yatan örtük dinamikleri örneklediğini düşünüyorum. Irk ve etnik köken de önemli bağlamsal unsurlar olmakla birlikte, benim bu unsurlarla yakın zamandaki deneyimim kısıtlı olmuştur.

VAKA ÖRNEĞİ

Şimdi sanal akrabalığın klinik ortamda ortaya çıkışı ve kullanımı ile ilgili iki öykü sunayım; sonra ifadenin ne anlama geldiğine bakabiliriz. Otuz yıl kadar önce Amerika Birleşik Devletleri'nde geçirdiğim on yapılandırıcı yıldan sonra Türkiye'ye döner dönmez bir üniversitenin danışmanlık merkezinde çalışmaya başladım. Kapımı çalan ilk kişilerden biri otuzlarında olmakla benden birkaç yaş büyük, bir tür ileri eğitim programına devam eden bir devlet memuru olan A. Bey idi. Bana karşı, adımı ya da ünvanımı kullanmadan, resmî bir tavır takındı. Uzun süre, yetişkin bir adam, bir baba olarak "yeniyetmeler" arasında çalışmanın, ailesinden uzak olmanın zorluklarından ve çalışmalarına köstek olan belirsiz bir şeyden söz etti. Her ne kadar sıla hasretine empati duysam da o belirsiz şeyin ne olduğunu anlayamadım. Onun ne olduğunu sorarak bir yere varamayınca bekledim, ta ki bir gün bana doğru eğilip samimi bir ses tonuyla "Benim bacımsın, sana söyleyebilirim." diyene kadar. Ve İngilizce hocasının cinsel tahrik içeren giyimi ve davranışının kendisini ne kadar rahatsız ettiğini anlattı. O andan itibaren sözleri doğallık ve akıcılık kazandı. O kadın sütyensiz hâlini o kadar açıkça sergileyip, danışanımın sanki onun kadınlığının farkına varmasını ama varmamasını dayatırken, onun derse yoğunlaşması nasıl beklenebilirdi? Bu davranışı kendi yetiştirilme tarzıyla bağ-

daştırması ve onu hafif bir kadın olarak yaftalamaması –ki bu durum o kadının eğitiminden yararlanmasını engelleyebilirdi– nasıl mümkün olabilirdi? Eşinden ayrı kalmış evli bir erkek için bu tür bir kışkırtmayla baş etmek zorunda kalması haksızlıktı. Onun ikilemini anlayabiliyor muydum? Benden bir yanıt beklemeden öfkesini paylaştıktan sonra, bu tepkisiyle çalışma amacını ayrı tutup yoğunlaşabileceğini söyledi. Bundan sora bu konuyu geride bırakıp başka konulara geçebildik.

Ben bu olaydan çok etkilendim; çünkü hâlâ kısmen kültürel geri dönüş ve uyum dertleriyle meşguldüm. Gerçi fazla ayrıntı hatırlamıyorum; ancak iki düzeyli bir deneyim yaşadığımı hâlâ hatırlıyorum. Bir yandan kendimi yerel bir ritüeli izleyen bir antropolog gibi, diğer yandan da bu ritüelin, yeni oluşmakta olan ve fakat bir şekilde tanıdık bir varoluş ve ilişki kurma şekli olarak, profesyonel benliğimin yanı sıra işlerlik gösterdiğini hissediyordum. Tam da Sullivan'ın (1953) dediği gibi, bu çiftdüzeyli deneyim yoluyla bir "katılımcı-gözlemci" [participant-observer] oldum. Ama biraz daha değerlendirince A. Bey'e karşı-aktarımımla, rezonansımla ilgili daha kişisel bir deneyim ortaya çıkıyor: Amerikalı gözlemci benliğimle Türk katılımcı "bacı" benliğim arasında sanki bir "şekil değiştirme" [shape shifting] olgusuna benzer bir iç deneyim.

Yıllar sonra benzer bir deneyimi başka bir erkek danışanımla yaşadım. Benden yıllarca genç, taşra kökenli, sadece lise diploması sahibi, dindarlığını dile getiren bir dükkân sahibi olan E. Bey'in karşısında oturuyordum. Tüm bu unsurlar bizi ayrı tutuyordu ve bu durum onun çok saygılı ama ihtiyatlı ve biraz müşteki tavrında görülüyordu. Eşi evlilik çatışmalarından dolayı destek isteyerek gelmişti. E. Bey'de eşine destek olmak istediğini söyleyerek geldi. Ben ikisini birlikte görmeden önce E. Bey'i de bireysel olarak olarak görmek istemiştim.

İlk görüşmeye haksızlığa uğramış, ama iyi niyetli bir eş olarak başladı. Suçunun fazla anlayışlı olmak olduğunu söyledi ve kendi iyi niyeti ile eşinin kavgacılığını ortaya koyan olayları sıraladı. Eşinin en büyük suçu E. Bey'in hasta babasına karşı duyarsızlığıydı ve bu onu üzüyordu. O noktada yavaşladı, yere baktı ve sanki kendi kendine konuşur gibi "Onu sevdiğime pişmanım." dedi. Derken bana döndü ve "Ablam sayılırsın." dedi ve eşinin davranışlarının onu, ona karşı cinsel ilgisini kaybetmesine yol açacak kadar kırdığını anlatmaya başladı. Bu, duygularını benimle daha açık olarak paylaşmaya başladığının bir işaretiydi.

E. Bey dört erkek kardeşin dördüncüsüydü. Yedi yaşına kadar uzun saçlı ve elbise giydirilen bir kız çocuğu gibi büyütülmüştü. Tersine, eşi, altı kız kar-

deşin en büyüğüydü ve bir erkek Fatma olarak büyütülmüştü. E. Bey kendisinin "kadınca hisli" olduğunu, eşininse "erkeksi ve duygusuz" olduğunu söyledi. Tuhaf bir paralellik gösteren bu toplumsal cinsiyet karmaşası onda yeterli saygı görmemek yüzünden sıklıkla öfke patlamalarına yolaçıyor, eşi bunlara öfkeyle karşılık veriyor ve sonuç yumruklaşma olabiliyordu. Bu tür kavgalardan sonra "ilişkiler" diye adlandırdığı cinsel birliktelik anlarında, kendisini "soğuk ve uzak, duygusal olarak kopuk" hissettiğini söyledi. Burada çok sayıda bireysel dinamik var; ama benim vurgulamak istediğim danışanın bunların hiçbirini bana "abla" diyene kadar anlatamamış olmasıdır. Başlangıçtaki resmîliğine karşın bu akrabalık terimini nisbeten erken kullandı. Bana "abla" olarak hitap ederken, itiraflarını onu yargılamadan kabul etmemi, onu anlayıp sorunlarına empati göstermemi beklediği açıktı. Hatta bu, onun için tartışmasız bir beklentiydi. O andan itibaren beni dinlemeye daha hazırdı; benimle hemfikir olmaya, bana itiraz etmekten zevk almaya başladı, hatta bir aşamada "Bizim sorunlarımız sizi aşar, ancak Allah halleder." diyebildi.

SANAL AKRABALIK SÖYLEMİ

Antropolog Alan Duben (1982) akrabalık söylemini şöyle tanımlar: akraba olmayanlar, hatta yabancılar arasında, özellikle sosyal ayrışma bağlamlarında etkileşimi kolaylaştırmak için kullanılan akrabalık terimleri. Akrabalık söylemi gerçek akrabalığı dillendirerek, çağırarak sosyal karşılıklılığı yöneten örtük bir kod üretir:

> Bu tür bir ilişki... [akrabalık] niteliği taşımayan iki kişi arasında bir aracı bağ olarak harekete geçer... Günlük hayatta bu terimler bir süreklilik, yükümlülük ya da önem hissi vermek için kullanılır." (Duben, s. 91).

Diğer bir antropolog Nükhet Sirman (2004), akrabalık söyleminin "Akrabalık ortamı dışında insanlarca girilen ilişkileri yönetmekte kullanılan, kültürce tanınan bir kod" (s. 4) olduğunu söyler. Buna göre, farklı yaş ya da sosyal konumlardan erkekler birbirlerine "ağabey" ya da "kardeş" terimleriyle hitap edebilirler; böylece ilgili hak ve yükümlülükleri içeren bir hiyerarşik yakınlık ilişkisindeki karşılıklı pozisyonlarına işaret etmiş olurlar. Yaşça büyük bir erkek amca olunca kulanılan terim babacan bir bakım ifade etmeye yarar. Daha yakından bakarsak dayı, yani annenin kardeşi, daha yüksek bir yakınlık beklentisi içerir. Tüm hayatım boyunca deneyimlediğim ve benim için en çarpıcı olan kullanım cinsiyet farklılığı üzerinden gerçekleşir. Daha genç yaşlarda bile taksi şöförleri bana, tıpkı E. Bey gibi, beni bir üst konuma

yerleştiren "abla" ifadesiyle hitap ederlerdi. Ama hiçbir zaman A. Bey'in eşitlik ifade eden "bacı" hitabını kullanmadılar. Zamanla "yenge" oldum, daha sonra "teyze" ve "anne" olmayı bekliyorum.

Bu terimlerin kullanımı belirli bir bağlamda geçekleşir: Türkiye yaşlı bir imparatorluk ve genç bir cumhuriyet arasındaki ayrılıklardan doğan farklı varoluşların bir bileşkesidir. Kırsal ve kentsel, eğitimsiz ve eğitimli, geleneksel ve modern, dindar ve seküler, ataerkil ve eşitlikçi arasındaki kültürel bölünmeler birbirleriyle sürekli bir gerilim içerisindedir; bireyler ve gruplar da olası çatışmalı tercihlere rağmen ortak bir zemin bulmaya çabalamak durumundadırlar. Bu gerilimler en çok kişilerarası ve aile içi ilişkilerde ve özellikle heteroseksüel toplumsal cinsiyet ilişkilerinde görülmektedir (Sunar ve Fişek, 2005).

Geleneksel olarak erkekler ve kadınlar arasındaki ilişkiler ailevi alana sıkıştırılmıştır; çünkü kadınların kamusal alana çıkışı görece yakın zamanda gerçekleşmiştir. Kadınların kamusal alana çıkışlarının kısıtlanması sıklıkla dine bağlansa da kökenleri çok daha eskiye, yörede yerleşik tarımın başlamasıyla oluşan güç ilişkilerine kadar uzanır. Aile içinde akrabalıkla yapılandırılan hiyerarşik rol ilişkileri cinsiyetler arasındaki ilişkileri de düzenler. Tüm bu bölünmeler üzerinde süregiden bir ortak bağ, ailevi değerlerin önceliğidir.

Burada aile içindeki cinsiyetlerarası ilişkiler konusunda biraz parantez açmalıyım: Farklı bir deyişle, sistemik bir bakış açısı akrabalık söylemini üreten kültürel ve ailesel bağlamı anlamayı gerektirir. Sosyal, tarihsel koşullar içinde evrilmiş olan dış yapısal parametrelerin ilişkisel deneyimlerle aynı derinlikte içselleştirildiğine ve ruhsal işlev anlayışımıza eklemlenmesi gerektiğine inanıyorum. Obeyesekere'nin dediği gibi, "Kişisel semboller birey için bilinçdışı kişisel anlamı olan kültürel sembollerdir." (1985, s. 637).

Ailevi ilişkilerin yapı ve ilişki boyutları üzerinden tanımlanabileceği önermesinden (Fişek ve Kağıtçıbaşı, 1999) yola çıkarsak, birer yapısal boyut olan cinsiyet ve kuşak hiyerarşisi, aile sistemi içindeki güç ve rol ayrışımını tanımlamamıza ve hiyerarşi içinde yakınlığın da sınırlarını değerlendirmemize yardım eder. İlişkilerin düzeyini ifade eden yakınlık boyutu, ilişkilerdeki karşılıklı bağlılığı ve hiyerarşik düzeyler içinde deneyimlenen duygusal geçirgenliği gösterir (Minuchin, 1974; Wood, 1985). Türkiye'de geleneksel aile organizasyonu güçlü hiyerarşi ve yüksek yakınlık gösterir (Fişek, 1991); örneğin hiyerarşik düzeyler arasında paylaşım resmî kurallarca kısıtlanmışken, hiyerarşik sistemler içindeki kadınlar alt-sistemi gibi katmanlar içinde çok mahrem açılmalar olasıdır. Birey hiyerarşik rol açık seçikliği ve yakınlarla yüksek

düzeyde duygusal bağlılık arasındaki deneyimsel bitişiklik sayesinde kendi benlik hissini oluşturur. Kültürlerarası araştırmacılar bu organizasyon içinde gelişen benlik deneyimini prototipik bir Batı toplumundaki "bağımsız benlik"ten farklı olarak "karşılıklı bağlılık" olarak tanımlamışlardır (ör. Markus ve Kitayama, 1991). Böylece Batılı bağımsız benlik kendisini "yapısal eşitlikçi ilişkiler" (Roland, 1988, s. 7-8), yoluyla tanımlarken, karşılıklı bağlılık içeren benlik için kişilerarası ilişkisellik pazarlıkla elde edilmeyen bir veri olarak kabul edilir. Ben Türkiye deneyimini bir "ailevi benlik" (Roland, 1988) olarak tanımlıyorum. Bu, "birliktelik-karşılıklılık" adıyla anılan ve yakın ötekilerle iç içe, yüksek miktarda duygulanımsal ve deneyimsel bir benlik hissi içeren bir "biz-bendir"; aynı zamanda bir sosyal psikolojik boyut olan "yapısal hiyerarşi" resmî rol ilişkilerini yönetir (Roland, 1988, s. 7). Ailedeki yapısal hiyerarşi ilişkisi duygusal deneyim, bakım ve yol gösterme konusunda farklı hak ve yükümlülükler karşılığında söz dinleme ve saygı beklentisi temeline dayanır. Böylece aynı ya da karşı cinsler arasında hiyerarşik yakınlık bu farklı beklentiler tarafından tanımlanmış bir ilişki yansıtır. Bu beklentiler en yakınlara bile nadiren doğrudan dillendirilir; en iç istekler, düşünceler ve duygular, görece geçirgen bir dış benlik sınırına rağmen mahrem tutulur. Aksine, sözsüz iletişim ve empatik anlayışa dayanılır (Fişek, 2003). Hiyerarşik yakınlık ilişkileri içindeki anlaşılma beklentileri, ötekinin, hiyerarşik pozisyonunun içerdiği yükümlülüklere uyacağı varsayımını taşır. Akrabalık söyleminin çağırdığı tam da bu beklentidir. Böylece çok çeşitli akrabalık terimleri geniş ailedeki hiyerarşik yakınlık ilişkilerini yansıtır; "aynı soydan gelme, cinsiyet ve kuşak içinde göreli yaş [ayrım yapar]... ahlak yaşlı akrabanın otoritesine boyun eğmek" (Sirman, 2004, s. 3) ve karşılıklı bakımdır.

Bu terimler aile dışında neden bu kadar yaygındır? Duben'e göre (1982) bu kültürde kamusal alanda olan çeşitli ilişkileri düzenleyen bir kod yoktur ve "bir sivil toplumun kamusal ahlakı" adını verdiğimiz alternatif kodlar yeterince gelişmemiştir (s. 89). Bu farklılık kültürün ataerkil ailesel geleneklerine bağlı olabilir; her ne kadar geniş aile grubundaki cinsiyet ve kuşaklararası hiyerarşik pozisyonlar incelikle tanımlanmış olsa da yabancıların birbirleriyle nasıl ilişkiye gireceklerini açıklayan bir referans noktasının görünmemesi, bu ilişkileri düzenleyecek sanal akrabalık gibi bir söylemi gerekli kılmıştır. Duben, akraba olmayanlar ya da yabancılar arasındaki boşlukta, akrabalık terimi sayesinde, ilişkilerde "hiç olmazsa 'diğerkâmlık' [altruism] görüntüsü veren bir sistem [içinde] belirgin haklar ve görevler ve beklentiler vardır." der (s. 92). Akrabalığa atfedilen belirli hak ve görevlerle ilgili ayrıntı vermek mümkün değil;

ancak antropologlarca akrabalık ahlakının tanımı bir "hembedenlilik" [consubstantiality] ve "hısımlık" [affinity] (s.92) varsayımına dayanır; belirsiz ve zamana dayalı olmayan bir karşılıklı diğerkâmlık beklentisi söz konusudur. Yabancılar arasında bir akrabalık söyleminin kullanımı bu tür bir akrabalık ahlakını çağrıştırıyor olabilir. Sirman'a göre (2004) bu söylemin temelinde ataerkillik yatar. Ataerkillik tıpkı hâlâ aile içi ilişkileri tanımladığı gibi, "ötekinin ne düşündüğünü ya da hissettiğini değerlendirmek için" (s.4) başka bir temel olmadığından, aile dışına uzanıp yabancılar arasındaki ilişkileri de tanımlar. Sirman'a göre erkekler arasındaki kullanım şöyle işler: Ailevi hiyerarşinin yapısal verilerinin yokluğunda, erkekler kamusal alanda kendilerini ötekine karşı hiç olmazsa eşit bir konuma getirmek için yarışmak durumundadırlar. Bu değiş tokuşun sonucu belirsizdir; böylece kişinin bir an için kendini bulduğu nokta Sirman'ın deyişiyle "eşik evresi"dir [liminality]:

> ...tüm yapılar ve toplumca tanımlanmış konumlar arasındalık... Bu eşik alanında her adım kişinin uygun davranış kodunu bulmasını gerektiren bir performans anına işaret eder... Bu kararsızlık anlarında pazarlığı yapılan şey, kişinin benliğinin ayrışıklığına yönelik bir özne olma konumudur. Mesele kişinin kendini hangi konuma oturtacağıdır. Bhabha'nın ifadesiyle, edimsel olan, eylemdeki özne ile sosyal dokuda özdeşleşebileceği konum arasında bir "zamansallık" ya da "gölge düşürme" işlevi görür (Bhabha, 1990, s. 299). O eşik alanında, o kararsızlık anında tüm yapısal özdeşleşimler özne içinde eşit uzaklıktadır (s. 6).

Bu noktada özne kendi öznelliğini oluşturmak ve kendisini hangi anlam bağlamına oturtacağını belirlemek durumundadır. Bu karar noktası etkileşimsel açıdan önemlidir; çünkü kişinin kendini oluşturması ötekine göre olmalıdır. Kişi ötekinin öznelliğini kabul mü edecek, yoksa bir hükmetme-boyun eğme ahlakı yaratarak red mi edecektir? Akrabalık terimi bir çelişki yaratıyor gibi görünüyor. Bir yandan yabancıyla ilişkiye yapısal bir hiyerarşi söylemi getiriyor. Öte yandan ailesel yakınlık iması, hasmane güç denemesi olasılığını dışarıda bırakıyor. Şu nokta önemli: Bu akrabalık sanal olduğu için dile geldikten sonra göz ardı edilebilir. Bu terimin dile gelmesi hasmane gerilimi etkisizleştirir ve göz ardı edildikten sonra etkileşenlerin kendileri olmalarına, yani iki özne olarak karşılaşmalarına izin verir.

Gerson da (1996) eşik evresi kavramını antropolog Turner'dan ödünç alır ve aile terapisindeki bazı anlara uygular: "Eşik evresi ânı ritüelde boşluk yaratan mekân-zaman ânı olarak dönüşüm yaratır." (s. 166). Turner'dan alıntılar:

> "Eşikte-olmak" yapısal statü kaydı içeren normal günbegün kültürel ve sosyal durumlarda arada kalma durumu ya da sürecidir... Bir fikirler oyunu, kelimeler oyunu, semboller oyunu, metaforlar oyunu olabilir. Önemli olan oyundur (Turner, 1969, s. 33, akt. Gerson, 1996, ss. 166-167).

Bana öyle geliyor ki Turner'ın kelimeler, semboller ya da metaforlar dediğine ben akrabalık söyleminin sanal kullanımı diyorum. Böylece yapısal statüyü aşmanın yolu, buluşma ve tanımanın yolu, terimin sanallığında ve bir diğer ilişkisel anlayıştan kaynaklanan o terimin işleviyle ilgili sözsüz anlayış ve kabulde yatar. Sirman'a göre sanal akrabalık söyleminin altında yatan anlayış [ethos] "'kommunitas'dır... tüm hiyerarşi ve tabakalaşma altında tanınan bir temel [generic] bağ"dır. (Turner, 1969, s. 51, akt. Sirman, 2004, s. 4). Turner "kommunitas"ı şöyle açıklar:

> Temelde kommunitas somut, tarihsel, kendine özgü bireyler arasında bir ilişkidir. Bu bireyler roller ve statülere bölünmemiştir; birbirleriyle Martin Buber'in "Ben ve Sen"i gibi karşı karşıyadırlar. İnsan kimliklerinin bu doğrudan, anında ve tümden doğrulanması ile birlikte, söz konusu olan toplum modeli, sınırları idealde insanoğlu ile belirlenen homojen, yapısız bir komunitas'dır (Turner, 1969, ss. 94-165, akt. Schwalbe, 1998, s. 567).

Böylece eşik evresi deneyimi sıradan özne-nesne karşıtlığını aşma ve bir öznelliklerarası buluşma hissine giriş yolu sağlar.[2]

Duben (1982) ve Sirman (2004) erkekler arasındaki aile dışı etkileşimleri yapılandıran meselelerden söz ederler. Cinsiyetler arasındaki etkileşim daha karmaşık ve kaygı doludur. Daha önceki aile içi ve dışı ilişki tanımlamalarına göre, hiyerarşik yakınlık ilişkileri aile içi ilişkileri düzenlerken aile dışı etkileşim apaçık bırakılmıştır. Duben ve Sirman bu probleme işaret ederler. İlişkilerin sözleşmeye yönelik pazarlık yoluyla zaman içinde yapılandığı bağlamlarda bireylerin birbirlerine karşı konumlanabileceği düşünülebilir.[3] Pazarlık yapmak için bir kod olmadığında hasmane bir durum gelişebilir. İşte tam bu noktada akrabalık söylemi, onun üzerinden ilişki kurulabilecek bir kod yaratır.

---

2 Beels (2007) Family Process dergisindeki "Bir geçiş ritüeli olarak psikoterapi" makalesinde hem eşikte kalmayı hem de "kommunitas" kavramını dile getirmekle, biz psikoterapistlerin antropologlardan öğreneceği çok şey olduğu inancımı onaylıyor.

3 Bu Batılı yabancılar arasındaki ilişki modeli olabilir. Ancak Hegel'in Batı düşüncesinde gördüğü efendi ve köle paradoksu, burada da Benjamin'in (1995) incelediği türden eşikte kalmalar olduğunu gösteriyor.

Eski ataerkil normların hâlâ hüküm sürdüğü geleneksel sektörlerde aile dışı etkileşime giren yabancı erkek ve kadınlar için sorun özellikle belirgindir. Bir kadının ev dışında verilmiş bir rolü yoksa, "kadın" olarak düşük statülü bir dişi öteki olması, erkek için bir red-hükmetme-arzu nesnesi olması dışında, bir erkeğin bu kadına hitap etmesinin, onu "görme"sinin bir yolu yoktur. Aile içinde, kadının hiyerarşik yakınlıktaki konumu onunla ne tür bir ilişkiye girileceğini belirler. Benzer şekilde, bir kadının da yabancı bir erkeği, gücünü kullanma olasılığı olan ve uzak durulması gereken birinden farklı biri olarak görmesinin bir yolu yoktur. Dünyanın bu tarafındaki ataerkil gelenek toplumsal cinsiyet ve "arzu" arasındaki ilişki konusunda çelişkide gibi görünmektedir. Gelenek, bir yandan arzuyu kadına değil, arzusu karşısında zayıf olan erkeğe ait bir özellik olarak alır; erkeklerin arzu nesnesi olan kadınların örtünerek erkekleri tahrik olmaktan, heyecanlanmaktan bizzat korumaları gerektiğini öne sürer. Öte yandan kadınlar erkekler üzerinde gücü olan dünyevi, arzu dolu varlıklar olarak görülürler. Bu tehlikeyle başa çıkmanın tek yolu, ailenin namusunu öne sürerek kadınların cinselliği üzerinde egemenlik kurmaktır (Delaney, 1991; Mernissi, 1975). Türkiye'de çalışan bir antropolog olan Delaney'ye göre, erkekler tarafından geliştirilmiş tüm toplumsal cinsiyet sistemi "kadının dünyaya can getirme ve onu yaşatma gücüne karşı kullanılan, ayrıntılı olarak hazırlanmış bir yadsıma ve 'kapatma'; aynı zamanda bu gücü elde etme, yönlendirme ve kontrol etme çabasıdır." (1991, s. 323).

Kadınların, Akdeniz havzasını çalışan birçok düşünürün sözünü ettiği bu saklı ve belirsiz gücü (Fallers ve Fallers, 1976; Peristiany, 1976; Kandiyoti, 1995) Batı'ya çok da yabancı olmayabilir; Frosh (1995), bir psikanalitik geleneği sürdürerek, egemenliği erkeğin, kadın tarafından tanınmakla ilgili bağımlılığını yadsıma çabası olarak ifade eder.

Bu önermeye göre, alışılmış ailevi rollerin dışına çıkıldığında kadınlar ve erkekler (esas suç Havva'nın olmak üzere) arzularının esiri olurlar ve etkileşimi düzenlemek için yapısal hiyerarşilerin göreve çağrılması gerekir. Toplumsal cinsiyet ve kuşaklararası hiyerarşiye ilişkin bir sınır kavramı olan ensest yasağı burada işe yarar. Akrabalık konumunun, güçlü bir işaret ya da imleyici işlevi görerek bireylerin cinsiyetler arası ilişkilerin cinsel boyutunu bastırmalarına yardımcı olduğu düşünülebilir. Geleneksel Türk kültüründe çok önemli bir konu olan ailevi namus çerçevesinde ensest yasağının ruhsallık içinde nasıl deneyimlendiği çok fazla ilgi görmemiştir.

Böylece E. Bey, tıpkı benimle olduğu gibi, akraba olmayan bir kadınla yüz yüze geldiğinde birçok soruyla karşı karşıya kalır. Herhâlde kadınlarla,

ama ancak akraba olanlarla, nasıl ilişkiye gireceğini bilmektedir. Yabancı bir kadın çabalarını nasıl yorumlayacaktır? Gözüne bakılabilir mi? Bu baştan çıkarıcı bir eylem olarak mı, yoksa hasmane bir jest olarak mı görülür? Yoksa namusuna halel mi getirir? Onunla, özellikle mahrem konuları konuşmak aralarındaki mesafeyi ortadan kaldırır mı? Sonunda ne olur? Bu tehlikelerden sakınıp onu bir dişi özne olarak tanımak nasıl mümkün olur? Bu eşik evresi ânı nasıl dönüştürülmelidir ki ilişki bir buluşma ânını mümkün kılacak bir şekilde deneyimlensin?

Yanıt yaratıcı: kendini ailevi alana atıp sanal akrabalık hitabıyla onu akrabalığa davet etmek, böylece hasmane boşluğu aşarak ailevi hiyerarşik yakınlığa ulaşmak. Sanal akrabalık çağrısının bir yabancıya hitap etme geriliminden öte bir işlevi olduğu bilinir; bu işlevinin yanı sıra diğerkâmlığa dayanan haklar ve görevler de getirir. Böyle bir yargısız buluşma ortamı kurulduktan sonra akrabalık çağrısı unutulabilir ve iki özne arasında bir karşılaşmadan keyif alınabilir.

PSİKOTERAPİDE AKRABALIK SÖYLEMİ

Buraya kadar sunulan fikirler genel sosyal, kişilerarası ilişkileri tanımlıyor. Psikoterapi bağlamında, bir terapötik işbirliği kurmak, el uzatmak, katılmak ve birlikte anlam yaratmaktan söz ederiz. Birlikte anlam yaratma sürecine terapistin katkısından söz etmeye daha alışkınız, ama benim örneğimde görüldüğü üzere, özellikle kültürel açıdan terapistten farklı olan danışan da bu sürece katılır ve bu durumla kendi belirli kodları ile baş eder.

E. Bey ile seansıma geri dönelim. Onunla orta yolda buluşmak için gösterdiğim her türlü çabaya karşın, ben ona kendi terapötik kültürümün ahlakına dayanan bir çerçeve sunuyorum ki bu çerçeve, temelinde eşitlikçi bir diyalog varsayımı olan sivil bir kamusal ilişki ahlakını ifade ediyor. Ancak bu, çelişki içeren bir sivil kamusal ilişki; mahremiyet içeren, sadece danışanın en derin mahrem benliğine inen, terapiste değinmeyen ve seans bittiğinde biten bir yakınlık. Bu çelişkili düzen, danışan için, sadece geleneksel kültürden olduğu için değil, bu nedenle psikoterapiyi yeni ve farklı bulduğu için de yabancı ve kafa karıştırıcıdır. E. Bey benim yardımıma muhtaç olmakla, özellikle kendisinden güçlü bir kadının karşısında olmanın onun için ima ettiği anlamlar ve hiyerarşik güç meseleleri tarafından ezilmekten kaçınmak arasında kalmıştır. Ya ben eşinden, yani bir diğer kadından yana olursam? Daha kötüsü, ortamın mahremiyetinin çok tahrik edici olup, ilişkinin cinsel boyutunun ahlakıyla ilgili yığınla soru yaratması olabilir. Bu bağlamda, bir erkek için uy-

gun davranış nedir? Herhangi bir öznelliklerarası alan ortaya çıkacak, bana ulaşacak, tanıyacak ve tanınacaksa, rekabetçi-hasmane tutumunu çözümlemesi, ya eşitlik kurmanın ya da daha aşağı bir konumda olmakla ilgili daha rahat hissetmenin bir yolunu bulması gerekir.

Ben E. Bey'in sorununu çözmesine yardımcı olamam. Hatta başlangıçta benimle olmayı nasıl deneyimleyeceğini, ne demeye, neyi saklamaya ihtiyacı olduğunu bilmiyorum. İnsanca ilişki ve acı konusunda bir şeyler bilen, ama onun acısını bilmeyen ve öğrenmeye razı olan birisi olarak kendimi ona sunuyorum. Aynı zamanda bu erkeğin benim görüşme davetimi kabul etmesi karşısında hayranlıkla karışık bir merak hissediyorum. Başlangıçta pek bir şey söylemesem de karşı-aktarımım içsel bir his ve sözsüz bir mesaj olarak "Buraya hoş geldiniz." şeklinde. Hem kendi statüm, yaşım ve cinsiyetimle hem de onun statüsü, yaşı ve cinsiyetiyle barışık olduğum duruşumda saklı. Farklılıklarımızla yaşayabilir, ona saygı ve ilgi duyabilirim.

Onun başlangıçta saygılı bir uyum gösterirken bazı şeyleri kendine saklamasını, evlilik kavgalarındaki payını eşinin kavgacılığını örnekleyerek sıfırlamasını kabul etmem saygımın en somut belirtisi. Burada edimsel bir unsur var: Sanki benim üstün bilgime boyun eğiyor, ama mahremiyetine sarılıyor ve ben onun bu uyumlu mahremiyetini kabul ediyorum. Başlangıçta bana, eşiyle arasındaki ilişkide cinsiyetsiz, yaşlı bir hakemmişim gibi, yapısal hiyerarşi üzerinden hitap ediyor; bana bazı şeyler söyleyerek atlatabileceği bir öğretmen gibi davranıyor. Bu tutumu, hikâyesinin gittiği yerin mahrem, kişisel ayrıntılarını açığa vuracağının farkına varana kadar sürdürüyor. O an benim sadece daha yaşlı bir hakem olmadığımın farkına vardığı an. Ben kişisel bir biçimde konuştuğu, konuşmak, açılmak istediği yabancı bir kadınım. İşte o an rol temelli iletişim ve kendisi olarak tanınma isteği arasındaki kırılma ânı ve eşikte kalma durumu ortaya çıkıyor; benimle nasıl mahrem bir ilişkiye girebilir? Ben onun için kimim ve o benim için kim? Repertuarında bu tür bir etkileşim için nasıl bir ilişki kurma modeli var? Bir an için aramızdaki alan açılıyor ve kaygılı bir seçimle karşı karşıya kalıyor: Rol temelli bir ilişkiye geri çekilerek öznelliklerarası tanınma olanağını reddetmek ya da öznel bir birey karşısında öznel bir birey olmak. Aslında ben de terapist rolüm içinde yapısal hiyerarşiden yola çıkıp onu konuşmaya davet ediyorum. Ancak ben sözsüz takdir mesajımın ona ulaşacağını ummaktayım. Onun eşikte kalma anında ben onun yere bakan/içeri dönen duruşunun ve sesinin farkına varıyorum. Bunun ardından yüzünü bana çeviriyor ve o sözler geliyor: "Ablam sayılırsın." Bu sözcükleri bir çağrı, bir davet olarak alıyorum. Motivasyonunun bi-

linçli olduğunu düşünmüyorum; bu değişimi düşünülmüş değil, kendiliğinden ortaya çıkan bir değişim olarak algılıyorum. Bunun iki nedenle oluştuğunu düşünüyorum: onu saygıyla dinlememi doğru okuyarak bana katılmaya davet olarak alması ve mahrem hislerini açıklama arzusu. Bu klasik anlamda bir aktarım değil; ailevi bir tarihçeyi bana aktarmaktansa kendisini bana tanıtmanın yolunu arıyor. Ayrıca bu hareketin dinamikleri sadece onun ruhsallık içi süreçleriyle değil, kültüre ait bir etkileşimsel sürece başvuruyla ilgili.

Kendin olarak görülmek yerine, bir "abla" ya da "anne" olarak görülmenin başka bir nesneleştirilme biçimi olduğu söylenebilir; ancak benim karşı-aktarımım öyle değil. Geçici olarak, bir şekilde akraba-bağlantılı görülmek, bana öbür kişinin sadece "otorite sahibi bir kadını" değil, aynı zamanda o kadın olan bireyi de görmek için kendine izin verdiğini hissettiriyor. Bu hitabın dile gelmesinin benim sunduğum çerçeveye bir alternatif yarattığını söyleyebilir miyiz? Bundan da öte, bu başka tür bir dönüşüm/başkalaşma mı? Öyle ki her ikimiz de diyalog ve değişim olasılıklarına açılan bir dönüşüm geçiriyor olabilir miyiz? Bu durum kesinlikle başkalaşmaların içerebildiği oyunsu eşikte olma hâllerine izin veren bir "geçiş alanı" [transitional space] (Knafo, 1998, s. 54) barındıran bir terapötik alan yaratıyor. Her hâlükârda, ben bu daveti örtük, sözsüz bir biçimde kabul ediyorum, çünkü bu sözleşme dile getirilmemelidir; dile getirilmesi, o ilişkinin sanallığını bozar. Ben bu kullanımı ne yorumlamalı ne de sorgulamalıyım. Sadece profesyonel kimliğimin yanında o varoluş şeklini de muhafaza etmeliyim. Örtük kabulü aldıktan sonra onun iç dünyası açılabilir.

Kabulümü nasıl iletiyorum? Tekrar, bu konuya değinmiyorum. Sadece onun beni bu sanal konuma koyma ihtiyacı içimde yankılanırken, aslında bu "kommunitas"ın bir üyesi olan bir parçamın da ona açıldığını, ihtiyaç hâlindeki benliğini tanıdığımı hissediyorum. Ve mahrem benliğinin bana açılmasını bir armağan olarak kabul ediyorum. Burada kilit bir terim "karşılıklılık"tır; yani o benim sanal bir "abla" olmanın ahlaki imalarına saygı duyacağımı varsayabilir. Terapi bağlamında benim karşılığım danışanın kendini açmasına gösterdiğim saygıdır.

Karşı-aktarımımla ilgili olarak, onun çağrısına-davetine iki düzeyde tepki verdiğimi görüyorum. Terapist benliğim onun ne yaptığını, tam hangi anda yaptığını ve bunu izleyen içeriği not ediyor. Kendi iç dinamiklerimdeki "ablaca" bir sevginin ve bir kommunitas yaşantısının, "Evet, aynı evrene aitiz." hissimin uyarıldığını ve onun kendini bana tanıtma çabasının içsel kavrayışını yaşıyorum. E. Bey akrabalık çağrısını yaptıktan sonra ben, sessiz ka-

bulüm ve onun benimle aynı fikirde olma ve olmama hâllerini keyifle karşılayarak, bu karşılıklı tanıma atmosferi içine giriyorum. Otuz yıl önce şekil değiştirme olarak yaşadığımı, şimdi bu çoğulluğa ayak uyduran bir genişleme olarak deneyimliyorum.

"İçine girme" sözünü bilerek kullanıyorum; çünkü bu olgunun birlikte sıfırdan bir atmosfer yaratmaktan ziyade, aktörlerden biri ya da her ikisi tarafından etkileşimsel alanda potansiyel olarak var olduğu varsayılan bir atmosfere ya da çerçeveye çağrı yapmak olduğunu düşünüyorum. Belki bu nedenle, Batılı "birlikte yaratma" [cocreation] tanımları Batı dışı okuyucuya kültürel olarak bağlamsız gelmektedir. Ancak bu bağlamsız görünümün gerçek mi olduğunu, yoksa Batı'da bir "kommunitas" hissinin saklandığını, yadsındığını ya da unutulduğunu mu gösterdiğini araştırmak ilginç ve önemli olabilir.

Bu gizli komunitas çağrısının hiçbir şekilde ilişkinin dengesini bozmadığını söylemeliyim. E. Bey benimle konuşmakta daha rahat olsa da ona sunduğum çerçevenin sınırlarını, zaman, ücret ya da eşiyle ilgili tutumuma dair ricalarla ihlal etmiyor. Akrabalık daveti sunulup kabul edildikten sonra unutulup yola devam ediliyor. Dolayısıyla bunun gerçekten bir sanal çağrı olduğu, üzerinde durulmaması gerektiği, böylece sessizce, birlikte iyi bir çalışma yürütmemizi sağladığı açık.

E. Bey'in ikilemi belki bu kültürdeki çoğu erkek tarafından da paylaşılıyor. Kentsoylu, eğitimli, daha "bireyselleşmiş" bir erkek, herhâlde sivil kamusal ilişki konusunda daha rahat olma avantajına sahip olduğundan, akrabalık söylemlerine gereksinim duymayabilir. Ancak benim klinik deneyimim, bu alt-kültürdeki erkeklerin de kararlarında benzer eşik anları yaşayabildiğini ortaya koyuyor. Ne kadar görmüş geçirmiş ve bireyselleşmiş olursa olsun öyle bir erkeğin de görünen benlik deneyiminin katmanları içinde geleneksel bir ailevi benlik taşıdığını gördüm. Ancak daha bireyselleşmiş bir erkeğin bana karşı tavrında ince bir fark var gibi; bunu kendi karşı-aktarımımdan ve onun, eşik hâlinin üstesinden nasıl geldiğinden yola çıkarak anlıyorum. E. bey ile deneyimim onun en çok yabancı bir kadınla mahrem konular konuşmanın aykırılığına tepki verdiğini ifade ediyor. Daha görmüş geçirmiş bir erkekle deneyimim ise, onun benim yabancılığıma değil, otorite ve güç ima eden bir konumda olmama tepki verdiği şeklinde.

Kısa bir örnek vereyim. Depresyonda olan eşiyle ilgili olarak bana "istişare"ye gelen kabaca ben yaşlarda emekli bir polis müdürü, uzunca bir süre geçmiş başarılarını anlattıktan sonra, "Hocam siz anlayacaksınız." diyerek iki oğlunun da onun otoritesini hiçe saydıklarını anlatmaya başladı. "Ho-

ca" bir akrabalık terimi değil, sadece terapi ortamı dışında öğretim üyesi olmamla ilgili bir terim. Ancak aynı zamanda genel kabul gören bir hiyerarşik otoriteyi de ifade ediyor. Böylece bu polis benim bir dış özelliğimi terapi odasına getirerek hem otoriteme saygı göstermeyi hem de kendi otorite sorununu benimle paylaşabilmeyi başarıyor. Benim karşı-aktarımım içten bir olumlu tepki ve yardım isteyen bir polis olmanın zorluğunu takdir etmek oldu. Bunların hiçbiri dile gelmedi. Ama mesaj ona gitmiş olmalı ki çelişkili duygularını açığa vurabildi.

PSİKANALİTİK REZONANSLAR

Şimdi, öznelliklerarasılıkla ilgili psikanalitik literatüre baktığımda, bu olguyu çağrıştıran herhangi bir tartışma bulabiliyor muyum? Thomas Ogden'in (1999) "analitik üçüncü" kavramı bu deneyimin bazı yönlerini paylaşıyor gibi görünüyor:

> Üçüncü özne analist ve analizanın ayrı, bireysel öznellikleriyle diyalektik bir gerilim içinde durur; öyle ki bireysel öznellikler ve üçüncü birbirlerini yaratır, yadsır ve korur (1999, s. 487).

Ancak temel bir fark şudur: Ogden daha önce bir varlığı olmayan ve sadece o ikiliye ait bir olgudan söz ediyor. Önceden var olan bir öznelliklerarası alana örtük bir şekilde girmekle sıfırdan bir alan yaratmak arasında bir fark vardır. Ben Jessica Benjamin'in (2006a) psikanalizden politikaya kadar genişleyen bir alanda çeşitli sosyal etkileşimleri içeren bir üçüncü fikrini daha yakın buluyorum. Benjamin ben-öteki, özne-nesne zıtlıkları ve tamamlayıcılıklarıyla [complementarities] ilgili problemlerin gerçek iletişime engel olmasına odaklanmıştır. Onun "ahlaki üçüncü" [moral third] kavramı bu tamamlayıcılıklara bir panzehirdir:

> Bir tür iç zihinsel "alan" bağlantısı olan bir öznelliklerarası ilişki niteliği... birlikte-yaratma paradigması... her iki tarafta da bir saygı ve etkinlik ilkesi içeren... üçüncü kavramına yol açar (s. 119).

Ben, onun bir özne olmakla ya da bir başkasının nesnesi olmakla ilgili temel bir problemden söz ettiğini düşündüğüm için, benim sözünü ettiğim olguyu, bu problemin belirli bir sosyal bağlamda gelişen bir örneği olarak alıyorum. Danışanın akrabalığa davet ve kabulü onun şu şekilde tanımladığı sürece benzer olabilir:

> Eğer öteki, ben'in kendini ortaya koymasından zedelenmez de kabul edebilirse, bir tür ayrışma gelişir. O zaman her iki ben de hem ayrışmayı hem de tanımayı sağlayan bir süreçte ortak olurlar (Benjamin, 2006a, s. 117).

E. Bey ve benim aramızdaki etkileşim bunun bir örneğidir. Ben onun getirdiği cinsiyetlerarası etkileşimle ilgili gerilimi taşıyarak, onun orada olmasına duyduğum saygıyla öznelliklerarası bir alana imkân sağlıyorum. O, bu gerilimi, akrabalık söylemini çağırarak aşıyor ve Benjamin'in dediği gibi ben, "Paylaşılan ahlaki üçüncünün bir parçası olarak kontroldan vazgeçiyorum." (2006a, s. 141). Tek fark tanımlamada olabilir. Benjamin (2006a) öznelliklerarası ilişkisellik alanını iki özne tarafından yaratılan bir içsel zihinsel alan olarak tanımlıyor. Bense bunu, dışarıda potansiyel olarak var olan bir zihinsel alan (eşzihinsel diyebilir miyim?), öznelerin biri tarafından öznelliklerarası ortama "çekilen" bir alan olarak deneyimliyorum. Bu komünitas hissi, bir biz-ben olma, aynı anda hem kendisi hem de birlik-olma deneyimidir. Akrabalık söylemi bir tür direnç olarak görülebilir; ancak ben bu söylemi bir "tanınma ısrarı" (Benjamin, 2006a, s. 124) olarak deneyimliyorum. Bu, "yansıtmanın dili" de değildir (Benjamin, 2006b, s. 378). O bana bir şey yapmıyor, sadece beni, üzerinde birbirimizi tanıyabileceğimiz bir köprüde buluşmaya davet ediyor. Benjamin (2006a) ikili ilişkide kişilerin birbirlerini tanıyamamalarını, birlikteliğe ulaşamamalarını şu şekilde anlatıyor: kişide kendisinin ya da ötekinin "etkinlik hissinin [kaybı]... sadece kontrol ve boyun eğme seçeneğini yaşadığımız" (s. 127) bir karşı karşıya kalma [complementarity] durumu. Bu tanımlama benim zihnimde Sirman'ın (2004) anlattığı, aralarındaki rekabet ve hiyerarşinin çok daha belirgin olduğu birbirine yabancı erkekler arasındaki ilişkiyi canlandırıyor. Eğer bu olgular arasında bir paralellik varsa Benjamin gerçekten genelgeçer bir olgudan bahsediyor ve ben sıkça hissettiğim şekilde benim kültürümde açık olan bir olgunun başka yerlerde de yankı bulduğunu, ancak altta kaldığı için tanınmadığını hissediyorum.

Ogden (1999) ve Benjamin (2006a) öznelliklerarasılığın ilk örneğini bebek-anne ilişkisinde bulmuşlardır. Benim tanımladığım olgu ile onların kavramlaştırmalarının her ikisini de içerebilen bir çerçevenin, özellikle Beebe ve Lachmann'ın (2002) kendini ve etkileşimi düzenleme çalışmalarında örneklediği kapsayıcı bir dinamik sistem yaklaşımında bulunabileceğini düşünüyorum. E. Bey ve ben karşılaşmamızın başında, birbirimize karşı tepkilerimizi gözlemlemeye çalıştık ve bir özdüzenleme çabasına girdik. Bu tür buluşmalara daha aşina olan ben, sözsüz rahatlık ve onun orada olmasını takdir

mesajımla etkileşimimizi düzenlemeye çalıştım. O bu mesajı ilişkimizde rahatlamak amacıyla özdüzenlemede kullandı. Benim buna uyum sağlamamla bir buluşma ânı gerçekleşti ve çember tamamlandı. Akrabalık terimi onun benim de kabul ettiğim bir "tanıdık öteki" zihinsel temsilini çağırmasıyla ortaya çıktı ve bu terimin sağladığı ahlaki üçüncü deneyimi ile birbirimizi tanıyıp tanınabildik. Buna bir şey daha eklemek isterim: Fonagy ve arkadaşlarının (2002) dile getirdiği, annenin bebeğin duygulanımsal deneyimini işaretli, "imleyici" [marked] bir şekilde aynalaması. Akrabalık söyleminin sanallığı, ilişkiyi bir şekilde işaretleyip onun gerçekliğinden zedelenmeden onu kullanabilmemizi sağladı. Bu, bu canlandırmanın [enactment], ikimizce de kabul edildikten sonra bir kenara bırakılıp sahici bir tanımanın mümkün olduğu, böylece bu terimin gerçekten bir köprü işlevi gördüğü anlamına gelmektedir.

Sonuç olarak ilişkisel fikirleri irdelemek ve terapötik ilişkiyi anlamak için zengin bir kültürlerarası zemin olduğu fikrini sunmak isterim. Bu tür olguların taşıdığı olası anlamları incelemek çok kültürlü bir dünyayı "tanıyan" ve ona uyum kuran bir öznelliklerarası yaklaşım inşa etmeye yardımcı olabilir. Ayrıca daha kapsayıcı bir sistemik bakış açısı çağrısında bulunmak isterim. İlişkiselliğimizi hatırlamak neredeyse bir yüzyıl aldıysa, belki şimdi hepimizin bağlamsal sistemler içinde var olduğunu kabul etmenin ve birey ve ikiliden daha büyük sistemleri hesaba katmanın zamanı gelmiştir; neticede bu sistemler birey ve ikilinin derin yapılarında var olup rol oynamaktadır.

Son Söz

Çocuk meraklı, öğrenmeye yatkın bir varlıktır. Şansı varsa zaman içinde bir öğretmen, bir kitap, bir yazı, ona merakını biçimlendirecek, somutlaştıracak bir konu, bir alan sunar. Benim insanı anlama merakıma daha ortaokulda sunulan şey, Freud hakkında, babamın bir tıp dergisinde bulunan bir yazıydı. O müthiş tanımlamalar, o gizem çözümlemeleri bana çok zengin bir öykü sundu ve beni zamanla klinik psikoloji yoluna soktu. Zamanla gördüm ki o gizem çözümlemeleri tekil insanla bitmiyor; onu halka halka sarmalayan ilişkiler ve çevre de devreye sokulunca öykü daha da zenginleşiyor, "ben"i anlamaya yardımcı oluyor. İşte bu nedenle, bendeki ben ailemin içinde ve dışında, tekil ve çoğul bir varlık olarak var oluyor.

Bu çalışmada elimden geldiği kadar benliğimizin ilişkisel boyutlarını, bu durumun kültürümüzce yapılandırılışını, toplumsal değişimin olumlu ve olumsuz etkilerini nasıl anladığımı dile getirmeye çalıştım. Bunun yanı sıra, bu tür bir anlayışın psikanalitik düşünce içinde nasıl yer alabileceğine değindim. Son olarak da bu tür bir anlayışın psikoterapi çalışmalarına nasıl yansıyabileceği hakkında görüşlerimi sundum. Dileğim, bu çalışmanın alanımıza işe yarar bir katkı sunmasıdır.

Kaynakça

Abel, T. M, Metraux, R. ve Roll, S. (1987). *Psychotherapy and Culture*, University of New Mexico, Albuquerque.

Akhondzadeh, S. M. (2002). *Enhancement of self-esteem in hierarchical relationships*, Yayınlanmamış master tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Akyıl, Y., Prouty, A., Blanchard, A. ve Lyness, K. (2014). "Parental experiences of intergenerational value transmission in Turkey's changing Society: An interpretive phenomenological study", *Journal of Family Therapy*, 25, 1, s. 42-65.

Altınay, A. ve Arat, Y. (2007). *Türkiye'de Kadına Yönelik Şiddet*, Metis yayınları, İstanbul.

Altman, N. (2015). "Economic Globalization and Mental Health: Individual Suffering in Social Context", http://www.publicseminar.org./2015/07/econo0mic globalization and mental health/#BxpNViko.

Ammaniti, M. ve Trentini, C. (2009). "How new knowledge about parenting reveals the neurobiological implications of intersubjectivity: A conceptual sysnthesis of recent research", *Psychoanalytic Dialogues*, 29, s. 537-555.

Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds*. Hillsdale, The Analytic Press, NJ.

Ataca, B. Sunar, D. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). "Variance in fertility due to sex-related differences in child-rearing practices", H. Grad, A. Bianco ve J. Georgas (der.) *Key Issues in Cross-Cultural Psychology*, Swts ve Zeitlinger, Lisse, s. 331-343.

Baranger, M. (2012). "The intrapsychic and the intersubjective in contemporary psychoanalysis", *International Forum of Psychoanalysis*, 21, 3-4, s. 130-135.

Baştuğ, S. (2002). "The household and family in Turkey: A historical perspective", E. Özdalga ve R. Liljestrom (der.), *Autonomy and Dependence in the Family: Turkey and Sweden in Critical Perspective*, Swedish Research Institute, İstanbul.

Bateson, G. (1978). "The birth of a matrix", M. Berger (der.), *Beyond the Double Bind*, Brunner Mazel, New York, s. 39-64.

Beebe, B. ve Lachmann, F. M. (2002). *Infant Research and Adult Treatment*, The Analytic Press, Hillsdale, NJ.

Beebe, B., Knoblauch, S., Rustin, J. ve Sorter, D. (2005). *Forms of Intersubjectivity in Infant Research and Adult Treatment*, Other Press, New York.

Beebe, B., Jaffe, J., Markese, S., Back, K., Chen, H., Cohen, P., Bahrick, L., Andrews, H. ve Feldstein, S. (2010). "The origins of 12-month attachment: A microanalysis of 4-month mother-infant interaction", *Attachment and Human Development*. 12, 1, 3-1-141.

Beebe, B. ve Lachmann, F. M. (2014). *The Origins of Attachment: Infant Research and Adult Treatment*. Routledge, New York.

Beels, C. C. (2007). "Psychotherapy as a rite of passage", *Family Process*, 46, s. 421-436.

Behrens, K. Y. (2004). "A multifaceted view of the concept of *Amae*: Reconsidering the indigenous Japanese concept of relatedness", *Human Development*, 47, s. 1-27.

Benjamin, J. (1988). *The Bonds of Love*, Pantheon Books, New York.

Benjamin, J. (1995). *Like Subjects, Love Objects*, Yale University Press, New Haven.

Benjamin, J. (1998). *Shadow of the Other*, Routledge, New York.

Benjamin, J. (2006a). "Two-way streets: Recognition of difference and the intersubjective third", *Differences: A Journal of Feminist Cultural Studies*, 17, 1, s. 116-146.

Benjamin, J. (2006b). "Crash: What can we do when we cannot touch", *Psychoanalytic Dialogues*, 16, s. 377-385.

Bion, W. R. (1959). "Attacks on linking", *International Journal of Psychoanalysis*, 40, s. 308-315.

Bolak Boratav, H., Fişek, G. O. ve Eslen Ziya, H. (2014). "Unpacking masculinities in the context of social change: Internal complexities of the identity of married men in Turkey", *Men and Masculinities*, 17, 3, s. 299-324.

Bolak Boratav, H., Fişek, G. O. ve Eslen Ziya, H. (2017). *Erkekliğin Türkiye Halleri*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.

Boston Change Process Study Group (2010). *Change in Psychotherapy: A Unifying Paradigm*, W. W. Norton and Co, New York.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Loss.*Vol. 3. Basic Books Inc, New York.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development, Experiments by Nature and Design*, Harvard University Press, Cambridge, MA.

Buldur, A. N. (2009). *A qualitative investigation of maternal representations in pregnancy and early motherhood*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Cancian, F. M. (1989). "Gender Politics: Love and Power in the Private and Public Spheres", A. B. Skolnick ve J. H. Skolnick (der.), *Family in Transition: Rethinking Marriage, Sexuality, Child Rearing and Family Organization*, Scott Forsman Co., Glenview, Illinois.

Caplan, P. J. (1990). "Making mother blaming visible: The emperor's new clothes", *Women and Psychotherapy*, 10, 1-2, s. 61-70.

Çarkoğlu, A. ve Kalaycıoğlu, E. (2012). *Türkiye'de Aile, İş ve Toplumsal Cinsiyet*, Sabancı Üniversitesi İstanbul Politikalar Merkezi, İstanbul.

Casement, P. J. (1991). *Learning from the Patient*, The Guilford Press, New York.

Çatay, Z., Allen R. ve Samstag, R. (2008). "Maternal regulation strategies in the U.S. and Turkey: A brief report", *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 39, 5, s. 644-649.

Çavdar, A. (2003). *The Self-with Sibling Representation and the oedipal Themes in the Sibling Relationship*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Chodorow, N. (1978/1999). *The Reproduction of Mothering*, University of California Press, Berkeley, CA.

Damasio, A. (1999). *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the making of Consciousness*, Harcourt Brace and Company, New York.

Dayı, A. (1997). *A grounded theory of family distance explaining independence/interdependence in modernising Turkish families*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Pennsylvania State University, College Park.

Delaney, C. (1991). *The Seed and the Soil*, University of California Press, Berkeley.

Doğan, İ. (1992). "Tanzimat sonrası sosyo-kültürel değişmeler ve Türk ailesi", *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Cilt I, Ankara, 176-198.

Doi, T. (1971). *The Anatomy of Dependence*, Kodansha International, Tokyo.

Doi, T. (1992). "On the concept of *Amae*", *Infant Mental Health Journal*, 13, s. 192, 7-11.

Duben, A. (1982). "The significance of family and kinship in urban Turkey", C. Kağıtçıbaşı (der.), *Sex Roles, Family, and Community in Turkey*, Indiana University Turkish Studies, Bloomington, IN, s. 73-99.

Duben, A. ve Behar, C. (1991). *İstanbul Haneleri: Evlilik, aile ve Doğurganlık 1880-1940*, İletişim Yayıncılık A.Ş, İstanbul.

Durakbaşa, A. (1998). "Cumhuriyet döneminde modern kadın ve erkek kimliklerinin oluşumu: Kemalist kadın kimliği ve 'münevver erkekler'", *75 Yılda Kadınlar ve Erkekler*, Tarih Vakfı Yayınları, İstanbul, s. 29-50.

Edelman, G. M. (2002). *Wider than the Sky*, Yale University Press, New Haven.

Dyche, L. ve Zayas, L. H. (1995). "The value of curiosity and naivete for the cross cultural psychotherapist", *Family Process*, 34, 4, s. 389- 439.

Eagle, M. (2011). *From Classical to Contemporary Psychoanalysis*, Routledge, New York.

Edelman, G. M. (2004). *Wider Than the Sky: the Phenomenal Gift of Consciousness*, Yale University Press, New Haven.

Emde, R. (1992). "Social referencing reserach: uncertinty, self and the search for meaning" S. Feinman (der.), *Social Referencing and the Social Construction of Reality in Infancy*, Plenum, New York, s. 79-94.

Emde, R. N. (2009). "From ego to "We-Go": Neurobiology and the questions for psychoanalysis: Commentary on papers by Trevarthen, Gallese and Ammaniti & Trentini", *Psychoanalytic Dialogues*, 29, s. 556-564.

Ergüder, Ü., Kalaycıoğlu, E. ve Esmer, Y. (1991). *The values of Turkish society,* Tüsiad Yayınları, İstanbul.

Erten, Y. (2013). "Dinozorlar ve kuşlar... Steven Knoblauch'un sunumu üzerine düşünceler", *Suret: Psikokültürel Analiz*. 3, s. 217-226.

Esen, N. (1992). "Türk ailesindeki değişmenin romanımıza yansıması", *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Cilt II, Ankara, s. 660-676.

Fairbairn, W. R. D. (1941/1952). A revised psychopathology of the psychoses and psychoneuroses, *Psychoanalytic Studies of the Personality*. Routledge & Kegan Paul, Londra, s. 28-58.

Falicov, C. (1995). "Training to think culturally: A multidimensional comparative framework", *Family Process.* 34, 4, s. 373-388.

Fallers, L. A. ve Fallers, M. C. (1976). Sex roles in Edremit. *Meditarranean Family Structures*, J. G. Peristiany (der.), Cambridge University Press, Cambridge, İngiltere, s. 243-260.

Fişek, G. O. (1982). "Psychopathology and the Turkish family: A family systems theory analysis", Ç. Kağıtçıbaşı (der.), *Sex roles, family and community in Turkey*, Indiana University Press, Bloomington.

Fişek, G. O. (1986). "A family systems theory approach to child rearing patterns: The case of the democratic pattern", Uluslararası Kültürlerarası Psikoloji Birliği Sekizinci Kongresinde sunulmuş bildiri, İstanbul, Türkiye.

Fişek, G. O. (1991). "A cross- cultural examination of proximity and hierarch as dimensions of family structure", *Family Process*, 30, s. 121-133.

Fişek, G. O. (1993). "Life in Turkey", L. L. Adler (der.), *International Handbook on Gender Roles,* The Greenwood Press.

Fişek, G. O. (1994). "Paradoxes of intimacy: An analysis in terms of gender and culture", *Boğaziçi Journal: Review of Social, Economic, and Administrative Studies,* 8, 1-2, s. 177-186.

Fişek, G. O. (1995). "Is gender hierarchy a useful concept in describing family structure?", J. van Lawick ve M. Sandlers (der.), *Family Gender and Beyond,* Heemsted, The LS Press, Netherlands.

Fişek, G. O. (1998). "Auswirkungen der migration auf die familienstruktur und auf die erfordernisse der familientherapie", E. Koch, M. Ozek, W. M. Pfeiffer, R. Schepker (der.), *Chancen und Risikin von Migration,* Lambertus, Freiburg im Bresigau.

Fişek, G. O. (2001). *Child Health and Family Process in the Turkish Urban Context*, Proje Raporu, Boğaziçi Üniversitesi, Istanbul.

Fişek, G. O. (2002). "Bende bir ben var ailemden içeri", XII. Ulusal Psikoloji Kongresinde sunulmuş bildiri, 11-13 Eylül, Ankara.

Fişek, G. O. (2003). "The traditional self and family in flux: opportunities and risks engendered by change", The Transcultural Center, Stockholm, İsveç'te yapılmış seminer, 23 Eylül, 2003.

Fişek, G. O. (2009). "Self development, individuation and culture: a psychoanalytic search", S. Bekman, ve A. Aksu-Koç (der.) *Perspectives in Human Development, Family and Culture*, Cambridge University Press, Cambridge.

Fişek, G. O. (2010). "Relationality, intresubjectivity, and culture: Experiences in a therapeutic discourse of virtual kinship" *Studies in Gender and Sexuality*, 11, 2, s. 47-59.

Fişek, G. O. ve Scherler, H. R., (1996). "Toplumsal değişim ve eşler: Cinsiyet senaryolarının sınırlarını genişletme amaçlı bir terapi yaklaşımı", *Türk Psikoloji Dergisi*, 11, 36, s. 1-11.

Fişek, G. O. ve Schepker, R. (1997). "Kontext - bewusstsein in der transkulturellen Psychotherapie: Deutsch- Turkische Erfahrung", *Familiendynamik*, 22, 4, s. 396-413.

Fişek, G. O. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). "Multiculturalism and psychotherapy: the Turkish case", P. Pedersen (der.), *Multiculturalism as a Fourth Force*, Taylor and Francis, Philadelphia, Pa.

Fivaz-Depeursinge, E. Lopez, F., Python, M. ve Favez, N. (2009).. "Coparenting and toddlers' interactive styles in family coalitions", *Family Process*, 45, s. 3-48.

Fonagy, P. ve Target, M. (2003). *Psychoanalytic Theories*, Whirr Publicatons, Londra.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. ve Target, M (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*, Other Press, New York.

Freud, S. (1895/1966). "Project for a scientific psychology", J. Strachey (der.), *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, The Hogarth Press, Cilt 1, Londra, s. 295-343.

Freud S. (1910b). "Future prospects of psychoanalysis", J. Strachey (der.), *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, The Hogarth Press, Cilt 11, Londra, s. 139-151.

Freud, S. (1914). "On narcissism: An introduction", J. Strachey (der.), *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, The Hogarth Press, Cilt 12, Londra, s. 157-171.

Freud, S. (1923). "The Ego and the Id", J. Strachey (der.), *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, The Hogarth Press, Cilt 19, Londra, s. 12-66.

Freud, S. (1932/1933). "New introductory lectures on psycho-analysis", J. Strachey (der.), *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, The Hogarth Press, Cilt 22, Londra, s. 3-182.

Frosh, S. (1995). "Unpacking masculinity: From rationality to fragmentation", C. Burck ve B. Speed (der.), *Gender, Power and Relationships*, Routledge, Londra. 218-231.

Gallese, V., Fogassi, L., Fadiga, L. ve Rizzolatti, G. (1996). "Action recognition in the premotor cortex" *Brain*, 119, s. 593-609.

Gallese, V. (2009). "Mirror neurons, embodied simulation, and the neural basis of social identification", *Psychoanalytic Dialogues*, 19, s. 519-536.

Garfield, S. (1997). "Brief psychotherapy: The role of common and specific factors", *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 4, 4, s. 217-225.

Gerson, M. J. (1996). *The Embedded Self*, Analytic Press, Hillsdale, NJ.

Goldner, V., Penn, P., Sheinberg, M. ve Walker, G. (1990). "Love and Violence: Gender Paradoxes in Volatile Attachments", *Family Process*, 29, 4, s. 343-364.

Gökçe, B., Acar, F., Ayata, A., Kasapoglu, A., Ozer, I. ve Uygun, H. (1993). *Gecekondularda Aileleraras Dayanışmanın Çağdaş Organizasyonlara Dönüşümü,* Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Ankara.

Greenberg, J. ve Mitchell, S. A. (1983). *Object Relations in Psychoanalytic Theory*, Harvard University Press, Cambridge, MA.

Grencavage, L. M. ve Norcross, J. C. (1990). "What are the commonalities among the therapeutic factors?", *Professional Psychology: Research and Practice*, 21, s. 372-378.

Guisinger, S. ve Blatt, S. (1994). Individuality and relatedness, *American Psychologist*, 49, 2, s. 104-111.

Güvenç, B. (1995). *Türk Kimliği: Kültür Tarihinin Kaynakları*, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Halfon, S. (2007). *Attachment in Cultural Context*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi.

Han, S. (2013). "Understanding the self: A cultural neuroscience perspective", S. Barnow ve F. Balkır (der.), *Cultural Variations in Psychopathology*, Hogrefe Publishing, Göttingen, Almanya, s. 27-42.

Hare-Mustin, R. T. and Marecek, J. (1988). "The meaning of difference", *American Psychologist*, 43, 6, s. 455-464.

Harwood, R. L., Yalçınkaya, A., Çıtlak, B. ve Leyendecker, B. (2001). "Exploring the Concept of Respect among Turkish and Puertorican Immigrant Mothers", D. W. Shwalb ve B. J. Shwalb (der.), *Respect and Disrespect: Cultural and Developmental Origins. New Diretions for Child and Adolescent Development*, 114, Jossey Bass, San Francisco, s. 9-24.

Hayim, B. (2009). *The sense of self, superego and ego-ideal in Turkish Sephardic Jewish young adults,* Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Hoffman, L. (1981). *The foundations of family therapy,* Basic Books, New York.

Horney, K. (1926/1967). *Feminine Psychology,* W. W. Norton & Company, New York.

Hortaçsu, N. (1989). "Targets of communication during adolescence", *Journal of Adolescence*, 12, s. 253-263.

Hortaçsu, N. (2002). *Çocuklukta İlişkiler: Ana Baba, Kardeş ve Arkadaşlar,* İmge Kitabevi yayınları, Ankara.

Hortaçsu, N., Gençöz, T. ve Oral, A. (1995). "Perceived functions of family and friends

during childhood, adolescence and youth: Developmental theories of two Turkish cohorts", *International Journal of Psychology*, 30, s. 591-606.

Howard, G.S. (1991). "Culture tales: A narrative approach to thinking, cross-cultural psychology and psychotherapy", *American Psychologist*, 46, 3, s. 187-197.

Hsu, F. L. K. (1985). "The self in cross - cultural perspective", A. Marsella, G. DeVos ve F. L. K. Hsu (der.), *Culture and the self*, Tavistock, London.

Işın, E. (1992). "Tanzimat ailesi ve modern adab-ı muaşerat", *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Cilt I, Ankara, s. 216-227.

İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. ve Selçuk, E. (2011). "Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendilik ve ilişkisellik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde", *Türk Psikoloji Dergisi*, 26, 67, s. 27-43.

Jacobson, E. (1964). *The Self and the Object World,* International Universities Press, New York.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1985). "Culture of separateness-culture of relatedness", (1984) *Vision and Reality, Papers in Comparative Studies,* 4, s. 91-99.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1990). "Family and socialization in cross- cultural perspective: A model of change", F. Berman (der.), *Nebraska Symposium on Motivation,* 37, Nebraska University Press, Nebraska.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). "The autonomous relational self: A new synthesis", *European Psychologist*, 1 (3), s. 180-186.

Kağıtçıbaşı, Ç., (2007). *Family, Self and Human Development Across Cultures,* Lawrence Erlbaum Publications, Mathway, New Jersey.

Kağıtçıbaşı, Ç., Sunar, D. (1992). "Family and Socialisation in Turkey", J. Roopnarine ve D. B. Carter (der.), *Parent Child Socialisation in Diverse Cultures Annual Advances in Applied Developmental Psychology*, Ablex Publ. Co. 5, s. 75-88.

Kağıtçıbaşı, Ç., Bekman, S. ve Sunar, D. (1993). *Başarı Ailede Başlar*, YA-PA Yayınevi, İstanbul.

Kandel, E. A. (1998). "An intellectual framework for psychiatry", *American Journal of Psychiatry*, 155, 4, s. 457-469.

Kandel, E. A. (1999). "Biology and the future of psychoanalysis: A new intellectual framework for psychiatry revisited", *American Journal of Psychiatry*, 156, s. 505-524.

Kandiyoti, D. (1995). "The paradoxes of masculinity: Some thoughts on segregated societies", A. Cornwall, ve N. Lindisfarne (der.), *Dislocating Masculinity.* Routledge, Londra, İngiltere, s. 197-213.

Kakar, S. (1982). *Shamans, Mystics and Doctors*, Alfred E. Knopf, New York.

Kernberg, O. (1976). *Object Relations and Clinical Psychoanalysis,* Jason Aronson, New York.

Kıray, M. (1976). "Changing roles of mothers: Changing intra-family relations in a Turkish town", J. G. Peristiany, (der.), *Mediteranean Family Structures*, Cambridge University Press, London.

Klein, M. (1946). "A contribution to the psychogenesis of manic-depressive states", *Love, Guilt and Reparation, and Other Works*, 1921-1945, Free Press, New York, s. 262-289.

Klein, G. S. (1969/1970). "The emergence of ego psychology: The ego in psychoanalysis", *Psychoanalytic Review*, 56, s. 511-525.

Knafo, D. (1998). "Transitional space in the treatment of immigrants", *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 35, 1, s. 48-55.

Knoblauch, S. H. (2011). "Contextualizing attachment within the polyrhythmic weave: The psychoanalytic samba", *Psychoanalytic Dialogues*, 21, 4, s. 414-421.

Knoblauch, S. H. (2013). "İlişkisellik: Yorumdan duygulanımsal düzenlemeye", *Suret: Psikokülütrel Analiz*, 3, s. 197-215.

Knudsen-Martin, G. (2012). "Changing Gender Norms in families and Societies", F. Walsh (der.), *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*, 4. baskı, The Guilford Press, New York, s. 324-346.

Lambert, M. J. ve Okiishi, J. C. (1997). "The effects of the individual psychotherapist and implications for future research", *Clinical Psychology, Science and Practice*, 4, s. 66-75.

Landrine, H. (1992). "Clinical implications of cultural difference: The referential versus indexical self", *Clinical Psychology Review*, 12, s. 401-415.

Leffert, M. (2010). *Contemporary Psychoanalytic Foundations: Postmodernism, Complexity, and Neuroscience*, Routledge, New York.

Lehtonen, J. (2012). "At the corossroads of psychoanalysis and neuroscience", *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 35, s. 9-20.

Loewald, H. W. (1980a). "Preface", *Papers on Psychoanalysis*, Yale University Press. New Haven, s. vii.

Loewald, H. W. (1980b). "Instinct theory, object relations and psychic structure formation", *Papers on Psychoanalysis*, Yale University Press, New Haven, s. 207-218.

Loewald, H. W. (1980c). "The waning of the oedipus complex", *Papers on Psychoanalysis*, Yale University Press, New Haven, s. 384-404.

Luborsky, L., Singer, B., ve Luborsky, S. (1975). "Comparative studies of psychotherapies: Is it true that 'Everyone has won and all must have prizes'?", *Archives of General Psychiatry*, 32, s. 995-1008.

Lyons-Ruth, K. (1991). "Rapprochement or approchement: Mahler's theory reconsidered from the vantage point of recent research on early attachment relations", *Psychoanalytic Psychology*, 8, 1, s. 1-23.

Lyons-Ruth, K. (1998). "Implicit relational knowing: Its role in development and psychoanalytic treatment", *Infant Mental Health Journal*, 19, 3, s. 282-289.

Lyons-Ruth, K. (1999). "The two-person unconscious: Intersubjective dialogue, enactive relational representations and the emergence of new forms of relational organization", *Psychoanalytic Inquiry*, *19*, s. 576-617.

Mahler, M.S., Pine, F. ve Bergman, A. (1975). *The Psychological birth of the human infant*, Basic Books, New York.

Markus, H. R. ve Kitayama, S. (1991). "Culture and the self: Implications for cognition, emotion and motivation", *Psychological Review*, 98(2), s. 224-253.

Maruta, T. (1992). "Does an American puppy amaeru? A comment on Dr. Doi's paper", *Infant Mental Health Journal*, 13, 192, s. 12-17.

Mayer, B., Trommsdorff, G., Kağıtçıbaşı, Ç. ve Mishra, R. (2014). "Family models of independence/intersependence and their intergenerational similarity in Germany, Turkey, and India", *Family Science*, 3, 1, s. 64-74.

McGoldrick, M. ve Ashton, D. (2012). "Culture: A Challenge to Concepts of Normality", F. Walsh (der.), *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*, 4. bas-

kı, The Guilford Press, New York, s. 249-272.
Mc Williams, N. (2004). *Psychoanalytic Psychotherapy: A Practitioner's Guide*, The Guilford Press, New York.
Meltzoff A. ve Moore, M. (1998). "Infant intersubjectivity: Broadening the dialogue to include imitation, identity and intention", S. Braten (der.), *Intersubjective Communication and Emotion in early Ontogeny*, Cambride University Press, Cambridge, s. 47-62.
Mernissi, F. (1975). *Beyond the Veil*, Wiley, New York, NY.
Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*, Harvard University Press, Cambridge.
Mitchell, S.A. (1988). *Relational Concepts in Psychoanalysis: An Integration*, Harvard University Press, Cambridge.
Mitchell, S. A. ve Black, M. J. (1995). Freud and Beyond, Basic Books, New York
Mitrani, N. (1999). *Self-with-Other Representation in Intimate Relationships*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
Modell, A. H. (1993). *The Private Self,* Harvard University Press, Cambridge, MA.
Modell, A. H. (1999). "Psychoanalysis, neuroscience, and the unconscious self", *Psychoanalytic Review*, 99, s. 475-483.
Modell, A. H. (2003). *Imagination and the Meaningful Brain*, The MIT Press, Cambridge, MA.
Obeyesekere, G. (1985). "Symbolic foods, pregnancy cravings, and the envious female", *International Journal of Psychology*, 20, s. 637-662.
Ogden, T.H. (1982). *Projective Identification and Psychoanalytic Technique*, Jason Aronson, New York.
Ogden, T. H. (1999). "The analytic third: Working with intersubjective clinical facts", S. A. Mitchell, ve L. Aron (der.), *Relational Psychoanalysis: The Emergence of a Tradition*, Analytic Press, Hillsdale, NJ, s. 459-492.
Ogden, T.H. (2014). "Reading Loewald: Oedipus Reconceived", Hans W. L. Anma Ödül Semineri, Uluslararası Psikanalitik Eğitim Forumu 25. Yıllık Disiplinlerarası Konferansı'nda sunulmuş bildiri, 8 Kasım, 2014.
Okonogi, K. (1992). "*Amae* as seen in diverse interpersonal interactions", *Infant Mental Health Journal*, 13, 192, s. 18-25.
Olson, E.A. (1982). "Duofocal family structure and an alternative model of husband-wife relationship", Ç. Kağıtçıbaşı (der.), *Sex roles, family and community in Turkey*, University Press, Bloomington, Indiana.
Onur, B. (2012). "Çocukluğun ve çocuk yetiştirmenin tarihi", M. Sayıl ve B. Yağmurlu (der.), *Ana Babalık: Kuram ve Araştırma*, Koç Üniversitesi yayınları, İstanbul, s. 19-59.
Ortaylı, İ. (2000). *Osmanlı Toplumunda Aile*, Pan Yayıncılık, İstanbul.
Özbay, F. (2015). *Aile, Kent ve Nüfus*, İletişim Yayınları, İstanbul.
Özkarar-Gradwohl, F. G., Panksepp, J., İçöz, F. J., Çetinkaya, H., Köksal, F., Davis, K. L. ve Scherler, N. (2014). "The Influence of culture on basic affective systems: The comparison of Turkish and American norms on the affective neuroscience personality scales", *Culture and Brain*, 2, 2, s. 173-192.
Panksepp, J. (1998). *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*, Oxford University Press, New York.
Panksepp, J. ve Solms, M. (2002). "What is neuropsychoanalysis? Clinically relevant studies of the minded brain", *Trends in Cognitive Science*, 16, 1, s. 6-8.

Parsons, A. (2010). "Is the Oedipus complex universal?", R. A. LeVine (der.), *Psychological Anthropology: A Reader on Self in Culture*, Wiley-Blackwell, s. 131-153.
Peristiany, J. G. (1976). "Introduction", J. G. Peristiany (der.), *Meditarranean Family Structures*, Cambridge University Press, Cambridge, İngiltere, s. 1-26.
Racker, H. (1957). "The meanings and uses of countertransference", *Psychoanalytic Quarterly*. 26, 3, s. 303-357.
Reis, B. (2009). "We: Commentary on papers by Trevarthen, Ammaniti & Trentini and Gallese", *Psychoanalytic Dialogues*, 29, s. 565-579.
Reisner, A.D. (2005). "The common factrors, empirically validated treatments, and recovery models of therapeutic change", *The Psychological Record*, 55, s. 377-399.
Roland, A. (1988). *In Search of Self in India and Japan*, Princeton University Press, New Jersey.
Roland, A. (1995). *Cultural Pluralism and Psychoanalysis*, Routledge, New York.
Sander, L. (2008). "Thinking differently: Principles of process in living systems and the specificity of being known", G. Amodei ve I Bianchi (der.), The Analytic Press, New York, s. 215-223.
Sandler, J. (1976). "Countertransference and role-responsiveness", *International Review of Psycho-Analysis*, s. 43-47.
Schepker, R. ve Fişek, G. O. (2000). "Der Familiere Umgang mit psychosozialen Krizen Jugendlicher: Eine transkulturelle Untersuchungzur Frage der Effekte von Minoritatenstatusund Kulturhintergründen", E. Koch, R. Schepker ve S. Taneli (der.), *Psychosoziale Versorgung in der Migrationgesellschaft: Deutsch- Turkische Perspektiven*, Lambertus Verlag, Freiburg.
Schmitt, D. P., Alcalay, L., Allensworth, M., Allik, J., Ault, L. ve Austers, L. (2004). "Patterns and universals of adult romantic attachment across 62 cultural regions: are models of self and of other pancultural constructs?", *Journal of Cross Cultural Psychology*, 35, s. 367-402.
Schore, A.N. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self*, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, N.J.
Schore, A.N. (2003). *Affect Dysregulation and Disorders of the Self*, W. W. Norton & Co, New York.
Schore, A. N. (2009). "Right brain and affect regulation: An essential mechanism of development, trauma, dissociation and psychotherapy", D. Fosha, D. Siegel ve M. Solomon (der.), *The Healing Power of Emotion: Affective Neuroscience, Development and Clinical Practive*, W. W. Norton, New York, s. 112-144.
Schwalbe, M. (1998). "Mythopoetic men's work as a search for communitas", M. Kimmel ve M. A. Messner (der.), *Men's Lives*, Allyn & Bacon, Boston, MA, s. 186-204.
Seçkin, K. B. (1996). *A narrative analysis of the construction of self in a group of Turkish university undergraduates: A self amidst tradition and change*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
Seeley, K.M. (2000). *Cultural Paychotherapy: Working with Culture in the Clinical Encounter*, Jason Aronson, New York.
Sefer, N. (2007). *Paternal Representations in Late Adolescence*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
Seligman, M. (1995). "The effectiveness of psychotherapy: The Consumer Reports study",

American Psychologist, 50, 12, s. 965-074.

Seligman, S. (2009). "Anchoring intersubjective models in recent advances in developmental psychology, cognitive neuroscience and parenting studies: Introduction to papers by Trevarthen, Gallese and Ammaniti & Trentini", *Psychoanalytic Dialogues*, 29, s. 503-506.

Seyidoğlu, B. (1992). Türk mitolojisi ve efsanelerinde aile, *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Ankara, s. 571-581.

Sinan, S. F. (1998). *Self experience and intimate friendships: An exploration of Roland's concept of familial self*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Sirman, N. (2004, Mayıs). "Intimate publics: Equality and competition among strangers in Turkish society", Prises de risques en famille atölyesinde sunulmuş makale: "La parente a l'epreuve de economie et du politique de l'Iran aux Balkans" [Parenting tested by economics and politics from Iran to the Balkans], İstanbul.

Slavin, M. O. ve Kriegman, D. H. (1992). *The Adaptive Design of the Human Psyche*, Guilford Press, New York.

Sluzki, C. E. (1979). "Migration and family conflict", *Family Process*, 18, s. 379-390.

Solms, M. ve Turnbull, O. (2002). *Beyin ve İç Dünya: Öznel deneyimin Sinirbilimine Giriş* (çev. Hakan Atalay), Metis Bilim, İstanbul.

Solms, M ve Turnbull, O. (2011). "What is neuropsychoanalysis?", *Neuropsychoanalysis*, 13, s. 133-145.

Stern, D. N. (1985). *The Interpersonal World of the Infant,* Basic Books, New York.

Stern, D. N. (1995). *The Motherhood Constellation: A Unifying View of Parent-infant Psychotherapy,* Basic Books, New York.

Stern, D. N. (2004). *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*, W. W. Norton and Co, New York.

Stern, D. N., Sander, L. W., Nahum, J. P., Harrison, A. M. Lyons-Ruth, K. Morgan. A. C., Buschweilerstern, N. ve Tronick, E. Z. (1998). "Noninterpretive mechanisms in psychoanalytic psychotherapy: The something more than interpretation", *International Journal of Psycho-analysis*, 79, s. 908-921.

Stern, D. B. (2008). "One never knows, do one?", Commentary on the paper by the Boston Change Process Study Group, *Psychoanalytic Dialogues*, 18, s. 168-196.

Stolorow, R. D. ve Atwood, G. E. (1992). *Contexts of Being*, The Analytic Press, Riverside, N. J.

Sullivan, H. S. (1953/1997). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, Norton, New York.

Sunar, D. (2002). "Change and Continuity in the Turkish Middle Class Family", E. Özdalga ve R. Liljestrom (der.), *Autonomy and Dependence in the Family: Turkey and Sweden in Critical Perspective,* Swedish Research Institute, Istanbul, s. 137-217.

Sunar, D. ve Fişek, G. O. (2005). "Contemporary Turkish families", J. L. Roopnarine and U. P. Gielen (der.), *Families in global perspective*, Allyn and Bacon, Boston, s. 169-183.

Szapoznick, J. ve Kurtines, W. M. (1993). "Family psychology and cultural diversity", *American Psychologist*, 48, 4, s. 400-407.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). "Psychometric evaluation of adult attachment measures on Turkish samples and a cross-cultural comparison", *Turkish Journal of Psychology*, 14, 43, s. 71-106.

Sümer, N. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). "Culturally relevant parnting predictors of attachement security: perspectives from Turkey", P. Erdman ve N. Kok-Mun (der.), *Attachment: Expanding the Cultural Connections*, Routledge, New York, s. 157-179.

Tekçe, B. (2004). "Paths of Marriage in Istanbul: Arranging Choices and Choice in Arrangements", *Ethnography*, 5, 2, s. 173-201.

Tokgöz, T. (1999). *Conflict in cross- gender intimate relationships: The effect of Westernization on the "Expanding Self" of Turkish undergraduates*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Toprak, Z. (2013). *Türkiye'de Popülizm 1908-1923*, Doğan Egmont Yayıncılık, İstanbul.

Trevarthen, C. (2009). "The intersubjective psychobiology of human meaning: Learning of culture depends on interest for co-operative practical work and affection for the joyful art of good company", *Psychoanalytic Dialogues*, 19, s. 507-518.

Triandis, H. C., Bontempo, R. ve Villareal, M. J. (1987). "Individualism and collectivism: Cross - cultural perspectives on self - ingroup relationships", *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, s. 323-338.

Turan, R. (1992). "Osmanlıların kuruluş yıllarında Türk ailesi", *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Cilt I, Ankara, s. 82-91.

Turner, V. (1969). *The Ritual Process: Structure and AntiStructure,* Aldine, Chicago.

Türkdoğan, O. (1992). "Türk ailesinin genel yapısı", *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Türk Ailesi*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Cilt I, Ankara, s. 29-66.

Üstünel. A. Ö. (2010). "Constructions of masculinity and development in young men: A sample from Turkey", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Wampold, W. E., Mondin, G. W., Moody, M., Stich, F., Benson, K., ve Ahn, H. (1997). "A meta-analysis of outcome studies cmparing bona fide psychotherapies: Empirically, 'all must have prizes'", *Psychological Bulletin*, 122, 3, s. 203-215.

Watanabe, H. (1992). "Difficulties in *Amae*: A clinical perspective", *Infant Mental Health Journal*. 13, 192, s. 26-33.

Weinberger, J. (1995). "Common factors aren't so common: The common factors dilemma", *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 1, s. 45-69.

Weingarten, K. (1991). "Discourses of intimacy: Adding a social constructionist and feminist view", *Family Process*, 30, s. 285-305.

Winnicott, D. W. (1960). "The theory of the parent-infant relationship", *The International Journal of Psychoanalysis*, 41, s. 585-595.

Winnicott, D. W. (1971). "The use of an object and relating through identification", *Playing and Reality*, Routledge, London, s. 86-94.

Wood, B. (1985). "Proximity and hierarchy: Orthogonal dimesions of family interconnectedness", *Family Process*, 24, s. 487-507.

İsim Dizini

Abel, T. 152
Acar, F. 46
Ahn, H. 142
Akhondzadeh, S. M. 29, 40, 47
Akyıl, Y. 57, 127
Alcalay, L. 71
Allen, R. 34
Allensworth, M. 71
Allİk, J. 71
Altınay, A. 58
Altman, N. 50
Ammaniti, M. 83, 84
Andrews, 70
Arat, Y. 58
Aron, L. 149, 157
Ashton, D. 152
Ataca, B. 29
Atwood, G. E. 94, 107
Ault, L. 71
Austers, 71
Ayata, A. 46

Bahrick, L. 70
Baranger, M. 86
Baştuğ, S. 21, 22
Bateson, G. 144
Beebe, B. 70, 71, 74, 75, 81-83, 85, 87, 91, 101, 107-109, 111-113, 119, 122, 136, 141, 145, 179
Behar, C. 22-24, 28
Behrens, K. Y. 69
Bekman, S. 29
Benjamin, J. 73, 90, 107, 110, 127, 172, 178, 179
Benson, K. 142
Bergman, A. 31
Bhabha 171
Bion, W. R. 107, 110
Black, M. J. 67
Blanchard, A. 57, 127
Blatt, S. 14
Bontempo, R. 10
Boratav, H. B. 29, 31, 33, 52, 58, 117
Bowen 13
Bowlby, J. 141
Bronfenbrenner, U. 8, 9, 34
Buck 70
Buldur, A. N. 113

Cancian, F. M. 32
Casement, P. J. 149
Chen, H. 70
Chodorow, N. 90
Cohen, B. 70
Çarkoğlu, A. 32
Çatay, 34, 153

Çavdar, A. 42
Çıtlak, B. 153

Damasio, A. 89
Dayı, A. 34
Delaney, C. 173
Descartes, R. 84, 89
Doğan, İ. 24
Doi, T. 69
Duben, A. 22-24, 28, 168, 170, 172
Durakbaşa, A. 28
Dyche, I. 152

Eagle, M. 35, 85, 90
Edelman, G. M. 76, 82, 83, 129, 141
Emde, R. N. 85, 86, 87, 94
Ergüder, Ü. 32
Erten, Y. 94
Esen, N. 23
Esmer, Y. 32

Fadiga, L. 84
Fairbairn, W. R. D. 90
Falicov, C. 46, 152, 156
Fallers, I. A. 173

Fallers, M. C. 173
Favez, N. 93
Feldstein, S. 70
Fişek, G. O. 8, 10, 11, 15, 29, 30, 32-35, 46, 52, 53, 57, 66, 72, 73, 75, 152-154, 169, 170
Fivaz-Depeursinge, E. 93, 123
Fogasi, L. 84
Fonagy, P. 14, 91, 109-111, 148, 180
Freud, S. 66, 83-85, 87, 88, 90, 103, 107, 143, 145, 180
Frosh, S. 173

Gallese, V. 84, 150
Garfield, S. 142
Gençöz, T. 29
Gergely, G. 91, 148
Gerson, M. J. 7, 138, 171, 172
Goldner, V. 58
Gökçe, B. 46
Grencavage, L. M. 142
Guisinger, S. 14
Günaydın, G. 31
Güngör, D. 71
Güvenç, B. 30, 100

Halfon, S. 42
Hare-Mustin, R. T. 72, 154
Harwood, R. L. 153
Hayim, B. 40, 47
Hegel, G. W. F. 172
Hoffman, L. 45, 46, 51, 52, 138
Horney, K. 90
Hortaçsu, N. 24, 29, 32
Howard, G. S. 8, 154
Hsu, F. L. K. 8, 10, 12, 152

Işın, E. 23

İmamoğlu, E. O. 31

Jacobson, E. 66-68, 70-73, 80
Jaffe, J. 70
Jurist, E. 91, 148

Kağıtçıbaşı, Ç. 8, 10, 13, 29-31, 32, 33, 66, 71, 123, 152, 153, 154, 169
Kakar, S. 152
Kalaycıoğlu, E. 32
Kandel, E. A. 88
Kandiyoti, D. 173
Kasapoğlu, A. 46
Kıray, M. 46
Kitayama, S. 14, 170
Klein, G. S. 87, 90, 107
Knafo, D. 176
Knoblauch, S. H. 70, 94, 144, 146
Knudsen-Martin, G. 33
Kriegman, 96, 100, 102
Kurtines, W. M. 46

Lacan, J. 144
Lachmann, F. M. 70, 71, 74, 75, 81, 83, 101, 141, 179
Lambert, M. J. 142
Landrine, H. 10, 12, 14, 76, 152
Leffert, M. 7, 90
Lehtonen, J. 94
Leyendecker, B. 153
Loewald, H. W. 87, 103-106, 116, 117, 124, 136
Lopez, F. 93
Luborsky, L. 142
Lyness, K. 57, 127
Lyons-Ruth, K. 75, 76, 80, 92, 115, 121, 146, 160

Mahler, M. S. 31, 67, 79, 80, 127
Marecek, J. 72, 154
Markese, S. 70
Markus, H. R. 14, 170
Maruta, T. 69
Mayer, B. 31
McGoldrick, M. 152
McWilliams, N. 148
Meltzoff, A. 81
Mernissi, F. 173
Metraux, R. 152
Minuchin 10, 11, 73, 169
Mitchell, S. A. 7, 67, 90-94

Mitrani, N. 42
Modell, A. H. 66, 95, 96, 114
Mondin, G. W. 142
Moody, M. 142
Moore, M. 81

Norcross, J. C. 142

Ogden, T. H. 105, 107, 178, 179
Okiishi, J. C. 142
Okonogi, K. 69
Olson, E. A. 28
Onur, B. 24
Oral, A. 29
Ortaylı, İ. 22-24, 28

Özbay, F. 28
Özer, I. 46
Özkarar-Gradwohl, F. G. 89

Panksepp, J. 88, 89
Penn, P. 58
Peristiany, J. G. 173
Pine, F. 31
Prouty, A. 57, 127
Python, M. 93

Racker, H. 107, 145
Reis, B. 84
Reisner, A. D. 142
Rizzolatti, G. 84
Roland, A. 8, 10, 13-15, 17-19, 30, 35, 39, 40, 42, 45, 65, 66, 68-72, 90, 95, 96, 114, 115, 152, 156, 165, 170
Roll, S. 152
Rustin, J. 70

Samstag, R. 34
Sander, L. 7, 92, 145
Schepker, R. 8, 35
Scherler, H. R. 57, 89
Schmitt, D. P. 71
Schore, A. N. 74, 75, 83, 85, 86, 88, 96, 122, 141, 145, 146, 150
Seçkin, K. B. 29, 36, 40, 47, 48, 49
Seeley, K. M. 152
Sefer, N. 29, 42, 116
Selçuk, E. 31
Seligman, M. 107, 142
Seligman, S. 107, 142
Seyidoğlu, B. 29
Sheinberg, M. 58
Sinan, S. F. 39
Sirman, N. 168, 170-172, 179
Slavin, M. O. 96, 100, 102
Sluzki, C. E. 52
Solms, M. 88, 95
Sorter, D. 70
Stern, D. N. 31, 74-76, 79-82, 91, 92, 95, 107, 110, 114, 115, 144, 146, 150
Stich, F. 142
Stolorow, R. D. 94, 107
Sullivan, H. S. 7, 90, 109, 167
Sunar, D. 29, 32-34, 169
Sümer, N. 71, 123
Szapoznick, J. 46

Target, M. 14, 91, 148
Tekçe, B. 32
Tokgöz, T. 39
Toprak, Z. 27
Trentini, C. 83, 84
Trevarthen, C. 81, 108
Triandis, H. C. 10, 14
Trommsdorff, G. 31
Turan, R. 23
Turnbull, O. 88, 95
Turner, V. 38, 137, 171, 172
Türkdoğan, O. 21

Uygun, H. 46

Üstünel, A. Ö. 41

Villareal, M. J. 10

Walker, G. 58
Wampold, W. E. 142
Watanabe, H. 69, 71
Weinberger, J. 142

Weingarten, K. 32
Winnicott, D. W. 68, 90, 96, 97, 110, 114, 119
Wood, B. 10, 11, 12, 169

Yalçınkaya, A. 153

Zayas, L. H. 152

Dizin

açık alan [open space], 138
ahlaki üçüncü [moral third] 178-180
aktarım 83, 86, 94, 95, 107, 134, 143, 159, 162-164, 176
alan kuramı [field theory] 86
Alfa önyargısı 154, 155
amae 69, 71
analitik üçüncü 178
ataerkillik 6, 10, 22, 24, 28, 30, 38, 50, 54, 100, 169-171, 173
ayıklama [pruning] 83
ayna nöronlar [mirror neurons] 84, 89, 95, 108, 110, 114, 136, 149
ayrılma-bireyleşme [separation – individuation] 31, 67, 70-72, 79

bağlama yerleştirilme [recontextualization]14
bağlamdan çıkarma [decontextualization] 14
bağlanma
  güvenli bağlanma 61, 71, 109, 110
  güvensiz bağlanma 71
  saplantılı bağlanma, 71, 123
bağlılık içinde özerklik 99
baskın organizasyon ilkeleri 75, 76, 81, 83
başkalaşım 104, 105
bedensel
  öznelliklerarasılık [embodied intersubjectivity] 108
  simülasyon [embodied simulation] 84
ben ile öteki [self-with-other] organizasyonu 83
ben ve öteki ayrışması 68
benlik
  ailevi benlik 9, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 27, 31, 35, 36, 39-42, 49, 54, 69, 73, 76, 77, 99, 106, 129, 165, 170, 177
  bireysel benlik 9, 14, 15, 85
  bireyselleşen ailevi benlik 35, 42, 77
  biyolojik benlik [biological self] 96
  edilgen ve ayrışmamış benik 24
  genişleyen benlik 18, 36, 74, 77, 138
  ilişkili-kendileşmiş benlik 31
  mahrem benlik 18, 60, 96, 114, 174, 176
  özerk ilişkisel benlik 30
  sosyal benlik 96
  yapısı 15, 19, 36, 118, 128

Beta önyargısı 154, 155, 157
birey düzeyi 9, 13, 27, 28, 31, 56, 65, 100, 138
birincil öznellıklerarasılık [primary intersubjectivity] 108
birlikte yaratma [cocreation] 177
birliktelik-karşılıklılık 37, 69, 70, 72, 73, 126
birlikte-olma-şemaları [schemas- of-being-with] 74
biz-alanı [we-domain] kuramı 86
bizlik [we-go] 87, 106, 127
biz-merkezli alan [wecentric domain] 84
buluşma anları 86, 138, 160

dağınık [sloppy] süreç 160
değer sistemleri 82
demokratikleşme 28, 57, 100
Denge Modeli [Balance Model] 70, 109, 125, 126
derinlemesine çalışma 86, 94
dışa atım [projection] 67, 68
dışsallaştırma [externalization] 122, 123
diğerkâmlık [altruism] 170, 171, 174
dinamik bilinçdışı 92, 93
disosiyasyon 94, 122
diyaloğa dayalı deneyim [dialogic experience] 108
dönüşüm 46, 50, 104, 105, 134, 137-139, 141, 142, 147, 171, 176
dürtü-yapı kuramı [drive-structure theory] 90

düzensiz/bozuk yönelimli [dysregulated-disorganized] bağlanma 80, 121
düzensizlik [dysregulation] 121

efendi ve köle paradoksu 172
ego
  ideali 17
  sınırları 14, 36, 39, 68
eğim [tilt] 70-72, 83, 112-114, 125
epistemik çoğulculuk [epistemic pluralism] 96
esneklik [plasticity] 86, 93, 142
eşik evresi 171, 172, 174
eşikte olma [liminality] 137, 138, 176
etkileşimli düzenleme [interactive regulation] 70, 81, 101
etkileşimsel
  eşgüdüm 121
  tamir [interactive repair] 109
evrim kuramı 96, 100, 108

geçiş alanı [transitional space] 176
gen ifadesi [gene expression] 88

haz [pleasure] 66, 67, 91, 92
haz-karşıtı [unpleasure] 66, 92
hembedenlilik [consubstantiality] 171
hısımlık [affinity] 171
hiyerarşi
  ailevi hiyerarşi 74, 174
  ataerkil hiyerarşi 28, 30, 100
  bakım hiyerarşisi 11, 19, 33, 48, 53, 56, 101, 106, 118, 124
  cinsiyet hiyerarşisi 32, 34
  ebeveyn-çocuk hiyerarşisi 47
  güç hiyerarşisi 76
  kontrol hiyerarşisi 10, 33, 34, 53, 54
  kuşaklararası hiyerarşi 11, 53, 117, 170, 173
  özel niteliğe dayalı hiyerarşi 18
  yapısal hiyerarşi 19, 36, 37, 40, 42, 106, 116, 170, 173, 175

iç
  çatışma 23, 36, 39, 40, 60, 77, 85, 126, 128, 136
  disiplin 48, 61, 105
iç içelik 11, 29, 46, 61, 118
  iç içe bağlanmış sistemler 46
içe atım [introjection] 67
içgörü [insight] 94, 134, 135
içsel
  çalışan modeller 83
  süpervizyon [internal supervision] 149
içselleştirme [internalization] 114, 70, 114, 129
iki görünümlü teklik [dual aspect monism] 95
ikili
  ayrım [dichotomy] 14, 72
  bütünlük [dual unity] 105
  sistemler modeli 81, 107
ikinci kademe değişim 138
ilişkisel
  konfigürasyonlar 91
  matris [relational matrix] 91
  psikanaliz 90, 91, 94-96, 106, 145
  süperego 41, 48
  tarz 13, 15, 34, 42
  yönelim 10, 30, 165
ilişki-yapı [relation-structure] kuramı 90
imleme [marking] 110
işlemsel [procedural] anılar 75, 92

kapsayıcılık [containment] 91, 110, 160
karşı-aktarım 107, 145, 159, 162, 167, 175, 177, 178
kefaret ödenme [atonement] 104, 105
kendini yakalamak - farkındalık 58, 59, 68, 73, 82, 92, 96, 101, 102, 109-111, 114, 124, 126, 127, 129, 134-137, 139, 147, 151, 156, 158
kendinin farkında olan bireylik [self reflective personhood] 96
ketlenme 6, 36, 55, 58, 66, 68, 69, 72, 92, 120
kırılma [rupture] 109
kommunitas 172, 176, 177

kompartmanlaşma 18, 35
kopmadan özgürleşme 102
kopukluk 12, 52, 56, 93, 125, 126
kucaklama [holding] 110
kuşaklararası
  çatışma 52, 57, 102-106
  dayanışma 100
  dinamikler 106, 128
  farklılık 124
  ilişki 100, 102, 103
  mesafe 46
  rekabet 56
  süreklilik 105
kültürel düzey 10, 166

libido 66, 67, 68

melez söylem 32

Narsisizm Üzerine 83
Nöronal Darwinizm [Neuronal Darwinism] 82
nöronal grup seçimi [neuronal group selection] 83
Oidipus karmaşası 102, 103, 105
oluşan [emergent] ben 81

örtük ilişkisel biliş 75, 76, 86, 92, 93, 108, 114, 115, 138, 146, 158, 160, 162, 164
özdeşleşme [identification] 84, 67, 171
özdüzenleme [self regulation] 70, 107, 109, 112, 114, 118, 120, 122, 125, 146, 179, 180
özgüven 5, 17, 40, 47, 49, 112, 153
  bireysel özgüven 17
  biz-kaynaklı-özgüven 17
  karşılıklı özgüven 40
öznelliklerarası
  güdülenme sistemi [intersubjective motivation system] 108
  matris 166
öznelliklerarasılık 111, 112, 119, 138, 163, 178

parricide ya da *patricide* 103
psikanaliz 7, 14, 19, 35, 62, 65, 66, 72, 76, 79, 80, 83-91, 94-96, 103, 106, 107, 111, 129, 134, 143, 145, 166, 178
psikoterapi 3, 19, 66, 85, 86, 88-90, 94, 95, 129, 133-135, 139, 141-145, 147, 148, 150-157, 159, 160, 163, 165, 166, 172, 174, 180

rol duyarlılığı" [role responsiveness], 162

sahneleme 94
saldırganlık [aggression] 17, 66-68, 72, 103-105, 123
sanal akrabalık söylemi 165, 166, 168, 170, 172, 174, 177, 178
sembolleştirme öncesi oluşmuş beklentiler [presymbolic expectancies] 74
sınır kavramı 10, 155, 173
simgeleştirme 143, 144
sosyal
  bireyselleşme 30, 72
  yapı 10, 30
sözsüz duyarlılık 115, 116
superego 17
süregiden varoluş [going on being] 114

şiddet 23, 50, 52, 57, 58, 120, 163
şimdi anları [now moments] 160

tahmin edilebilirlik [contingency detection] 111
tamir [repair] 109
temel
  benlik [core self] 80
  öteki [core other] 80
temsil
  ben ve öteki temsili 67, 68
  genelleştirilen etkileşim temsilleri [representations of interactions that are generalized - RIGS] 74
  makro düzey temsil 76, 77
  mikro düzey temsil 76, 77

zihinsel temsil 59, 76, 83, 92, 126, 180
toplumsal bağlama endeksli ego ideali 17
tümgüçlü düşlemler [omnipotent phantasies] 66

uyumluluk 128, 160, 161, 162

yakınlık 9-13, 15, 18, 19, 29-34, 36, 37, 39, 42, 46, 49, 54, 56, 61, 62, 69, 73, 76, 77, 88, 101, 106, 108, 115, 120, 122-124, 127, 128, 163, 168-174
bağlılık yoluyla yakınlık 15, 42, 77
özerklik yoluyla yakınlık 9, 15
yansıtmalı özdeşleşim [projective identification] 107, 162
Yapısal Aile Sistemi Kuramı 10
yürüyedurmak [moving along] 160-162

zihinselleşme süzgecinden geçmiş duygulanım [mentalized affectivity] 148
zihinselleştirme [mentalization] 109, 111, 116, 117, 119, 122, 136

Batılı psikoloji kuramlarının açık ya da örtük olarak varsaydığı ve idealize ettiği özerk, bağımsız, kendine yeten birey kavramsallaştırması evrensel midir? Batı ve Doğu toplumlarındaki birey ve bireyleşme süreçleri, aile dinamikleri ne kadar benzerdir, ne kadar farklıdır? Türkiye ne kadar Batı, ne kadar Doğu toplumudur? Bütün bunlar psikoterapi pratiğimizi nasıl etkileyebilir?

Bu kitap, Güler Okman Fişek'in hem bir klinik psikoloji akademisyeni hem de bir psikoterapist olarak tüm meslek hayatı boyunca imbiklerden geçirerek bu sorular için önerdiği cevaplardan oluşmaktadır. Türkiye'nin tipik bir Batı veya tipik bir Doğu toplumu olmadığı, özgün bir bileşim olduğu, bu bileşimin en iyi ailevi benlik gibi bir benlik katmanıyla anlaşılabileceğini anlatıyor Güler Hoca.

Günümüz Türkiyesi'nde sert hiyerarşik sosyal yapı ve aile formlarının geleneksel formlara göre daha gevşemiş olmakla birlikte, aile dinamiklerinde yakınlık/bağlılık ihtiyaçlarında o denli azalma gözlenmiyor ve bu özgün durum kısmen bireyselleşmiş ailevi benlik yapısını ortaya çıkarıyor. Benlik kurguları her zaman sosyo-kültürel bağlamlarında ele alınıyor. Güler Hoca, kuramsal çatısını kurarken, Alan Roland'ın kültürlerarası psikanaliz yaklaşımından, ilişkisel psikanalizden, aile sistemleri yaklaşımından ve Türkiye toplumu üzerine aile/benlik konularında yapılmış birçok araştırmadan faydalanıyor.

Kitabın son bölümlerinde ise bol vaka malzemesi ile desteklenmiş olarak bütün bu evrensele dayanan yerel bilginin psikoterapi pratiğimizde nasıl kullanılabileceğini gösteriyor. Bu sayede, hangi ekolden olursa olsun, Türkiye'de psikoterapi yapma derdi olan herkesin çok şey öğrenebileceği bir kitap ortaya çıkmış oluyor.

Murat Paker

Psikanaliz/Psikoloji

ISBN: 978-605-399-511-1



www.bilgiyay.com

İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI