

İYPPD E-bülten

İstanbul Yetişkin Psikanalitik Psikoterapi Derneği E-bülten

İYPPD E-bülten

İstanbul Yetişkin Psikanalitik Psikoterapi Derneği E-bülten

İstanbul Yetişkin Psikanalitik Psikoterapi Derneği dijital yayınıdır.

Yayın Komitesi

Banu Aslantaş Ertekin
Bilge Tunçelli Ekizoğlu
Evindar Karabulut
Revan Çamlıbel
Sera Yiğiter

yayin@iyppd.org



İstanbul Yetişkin
Psikanalitik Psikoterapi
Derneği

İYPPD

İstanbul Adult Psychoanalytic Psychotherapy Association

İçindekiler

Önsöz	2
“Psikanalitik Çerçevenin İnşası”, Berta Moreno	3
“İnşa ve Zaman”, Nilgün Sarı	17
“Yorum ve İnşa”, Sezai Halifeoğlu	29
İYPPD Etkinlikleri	47

Sevgili okuyucular,

Üçüncü sayısını yayına hazırladığımız, derneğimizin süreli yayınına dönüşmesiyle mutluluk duyduğumuz bültenimizin, ilkbahar sayısı ile karşınızdayız. Daha okunur olması ile ilgili sizlerden gelen eleştiriler doğrultusunda tasarımda bir değişikliğe gittiğimiz bu sayımızda, geçtiğimiz Kasım ayında gerçekleştirdiğimiz “Psikanalitik Psikoterapi ve İnşa” başlıklı sempozyumda yer alan konuşmalardan bir derleme sunmak istedik. Formatörlerimizden Psikanalist Sezai Halifeoğlu, derneğimiz üyelerinden formasyonda psikanalitik psikoterapistler Nilgün Sarı ve Berta Moreno bültenimizin yazarlarından. Bu sayımızda “İNŞA” yayınların ortak teması. 2021 yılında kurulan derneğimiz de bir “İNŞA süreci” içinde. Bu inşa süreci her bir üyemizin, formatörlerimizin ve siz değerli meslektaşlarımızın zihin açıcı katkılarıyla günbegün ilerlemekte. Sizleri yazarlarımızla baş başa bırakmadan önce, bu sene 30 Kasım 2024 tarihinde düzenleyeceğimiz “Zamanın Ruhu” başlıklı sempozyumumuza davet etmek isteriz.

Hepinize iyi okumalar.

İYPPD Yayın Komitesi Adına
Banu Aslantaş Ertekin

Psikanalitik Çerçevenin İnşası

Berta Moreno

Konuşmama bu metni hazırlama sürecimdeki deneyimim ile başlamak istiyorum. Etkinliğimizin başlığı olan “Psikanalitik Psikoterapi ve İnşa” temasını duyduğumda, bu kavram beni hızlıca “Psikanalitik Çerçevenin İnşası” alt başlığına götürmüştü. Beni çerçeve kavramına yönelten neydi diye düşündüğümde ise, meslektaşarımla olan vaka paylaşımlarımızda bu kavramla ilgili klinik deneyimlerimizi ne kadar sıklıkla konuşuyor olduğumuzu fark ettim. Bu konudaki literatüre bakınca geniş bir bilgi birikimiyle karşılaşmak beni heyecanlandırdı. Okumalar yapmaya başladım, bu sırada zihnimin arkasında, bu kısa sunumda, okuduklarımı nasıl “kapsayabilirim”, bu geniş içeriği nasıl “sınırlayabilirim”... gibi soruların döndüğünü fark ettim. Bunlar zihnimde bir çerçeve oluşturmaya dair sorulardı.

Ardından bilgisayar ekranımda, üzerinde çalıştığım Word dokümanının çerçevesi ilişti gözüme ve işte o an hem zihnimdeki hem de karşımdaki ekranda duran “çerçeve” ile karşılaşmak oldukça etkileyiciydi benim için. Bu kavram hepimize ne kadar yakın ve ne kadar da hayatın içinden diye düşündürdü bana...

Bu sunumda çerçeve kavramının bu en temel anlamının ötesinde, farklı kuramcılarının bakış açılarından, psikanalitik psikoterapinin kuramsal ve uygulama alanlarında nasıl anlamlar kazandığına ve farklı düzlemlerdeki inşa süreçlerine değineceğim. Öncelikle, psikanalitik çerçevenin inşası üzerine düşünürken zihnimde canlanan üç farklı düzlemden bahsetmek istiyorum. Birincisi tarihsel düzlem, S. Freud’dan bugüne çerçevenin inşa edilişi, yeni kuramsal akımların ve uygulama alanındaki değişimlerin etkisiyle bundan sonra da devam etmesi kaçınılmaz olan bir inşa süreci. Zihnimde canlanan diğer düzlem ise psikanalitik bir çalışmada klinisyen ile danışan arasındaki terapi ilişkisi içinde gerçekleşen, çerçevenin inşa süreci ve son olarak da terapistin kendi içindeki çerçevenin inşa süreci.

Tarihsel Düzlemde Çerçevenin İnşası

Tarihsel düzlem ile başlamak gerekirse, psikanaliz başlangıçtan bu yana hep değişime uğramış ve gelişmiştir. S. Freud klinik uygulamalarında telkiden uzaklaşarak, yerine serbest çağrışımı koyduğu süreçte, çerçeve kavramını doğrudan kullanmamış olsa da, bu kavramın ilk tohumlarını o dönemlerde ekmiştir. Uyguladığı tedavinin teknik kurallarının olması gerektiğini fark etmiş, buna ilişkin temel unsurları ortaya koymuştur. Ancak buna rağmen psikanalitik süreçler açısından çerçevenin hakettiği değerinin anlaşılması uzun bir zaman almıştır (J. M. Quinodoz, 2016).

Rene Roussillion (2006) çerçevenin inşasının, temel aşamalarının bir asırdan uzun bir süreye yayılmış olduğundan ve yavaş bir tarihsel olgunlaşmanın meyvesi olduğundan bahseder. S. Freud'un tek başına geliştirdiği psikanaliz kuramının ve tekniğinin kurumsallaşmasını, kurumsal bir çerçevenin oluşumu açısından bir dönüm noktası olarak düşünebiliriz. Tarihsel süreçte psikanaliz geleneğinin sonraki adaylara iletimi bu sayede yani, kurumlar, dernekler aracılığı ile mümkün olmuştur ve halen de bu şekilde mümkün olmaktadır. Kurumsal çerçeve psikanalitik yaklaşımın özgünlüğünün korunmasının, bunların en iyi şekillerde iletilmesinin yanı sıra, Freud'dan sonraki kuramsal ve uygulama alanındaki gelişmeler için de kapsayıcı olmaktadır. Ayrıca psikanalitik çerçevenin değişmekte olan dünya ile birlikte kaçınılmaz olan değişim ve dönüşümü için sağlam bir zemin sunmaktadır.

Talat Parman (2021) kurumsal yapının üç işlevinden bahseder. Kurumlar, üyeleri bir araya getirerek, üyelerin etkileşim içinde olmalarını, yan yana düşünmelerini ve gelişimlerini sağlar. Bu sayede psikanaliz kuramının gelişimini sağlayan paylaşımlara da bir zemin sağlamış olurlar. Bunu kurumsal yapının kapsayıcı işlevi olarak niteler.

Aynı zamanda kurumsal yapı birtakım kuralların ortaya çıkmasını zorunlu kıldığından, bazı sınırlamalar gerekli olur. Ancak bu sayede üyelerin birbiriyle ilişkileri ve ortak bir düzen tabi olmaları mümkün olur. Bunun da kurumsal yapının ikinci işlevi olan sınırlayıcı işlevi olduğunu söyler. Son olarak da bir derneğin dernekler kütüğüne kaydedilmesini, üyelerine bir kimlik ve yetkinlik vermesini, kurumsal yapının simgeleştirici işlevi olarak tanımlar. Bu sayede her grup, kendini diğer gruplardan ayıran özgün niteliklerini, yeni üyelerine aktarır.

Birçok ülkede olduğu gibi ülkemizde de psikanalitik formasyon, üniversitelerden bağımsız dernekler tarafından yürütülmektedir. Ülkemizdeki kurumsallaşmış psikanaliz geleneğinin oluşturulması uğraşına önemli katkılarda bulunmuş olan ve bulunmaya devam eden derneklerden, İstanbul Psikanaliz Derneği (İPD) 2001 yılında, Psike İstanbul (İstanbul Psikanaliz Eğitim, Araştırma ve Geliştirme Derneği) ise 2003 yılında kurulmuştur. Uluslararası Psikanaliz Birliği'nin (IPA) bileşen, yani tam yetkili (component society) üyesidirler.

Bugünkü etkinliğe ev sahipliği yapan, yetişkinlerle psikanalitik psikoterapi alanında Avrupa Psikanalitik Psikoterapi Federasyonu (EFPP) tarafından ülkemizdeki ilk akreditasyonlu dernek olan, İstanbul Yetişkin Psikanalitik Psikoterapi Derneği (İYPPD) ise 3 Kasım 2021’de kurulmuştur. Bu dernek, ülkemizdeki yetişkin psikanalitik psikoterapi formasyonunu sağlam bir kurumsal yapıya kavuşturmayı hedeflemektedir.

Psikanalitik çerçevenin tarihsel düzlemdeki inşa sürecine, kurumsal çerçevenin bu süreçteki önemine kısaca değindikten sonra, psikanalitik çerçevenin tanımı ile devam etmek istiyorum.

Psikanalitik Çerçevenin Tanımı

Literatürdeki kuramcılar psikanalitik çerçeveyi farklı açılardan incelemişler, farklı şekillerde tanımlamışlar ve farklı işlevlerini vurgulamışlardır. Bazıları annesel olan kapsayıcı işlev üzerinde dururken, bir kısmı babasal olan sınırlayıcı işleve veya çerçevenin simgesel öğelerini ön plana çıkaran simgeleştirici işleve vurgu yapmışlardır. Farklı bakış açılarına rağmen, klinisyenlerin büyük bir çoğunluğu, temel bir analitik çerçeve üzerinde anlaşmanın, analitik yaklaşımın özgün niteliğinin korunması ve sürekliliği için, gerekli olduğu konusunda fikir birliği içindedir.

Winnicott, psikanalizi oyun oynamanın özel bir biçimi olarak tanımlar ve şöyle der “sağlığın göstergesi olan ve evrensel olan şey oyundur, oyun oynama büyümeye, dolayısıyla da sağlığa katkıda bulunur, grup ilişkilerine girmeyi sağlar, psikoterapide bir iletişim biçimi olabilir ve son olarak psikanaliz, oyun oynamanın, insanın kendisiyle ve başkalarıyla iletişim kurmasına hizmet eden, çok özel bir biçimi olarak gelişmiştir. Doğal olan oyun oynamadır; psikanaliz ise yirminci yüzyıla özgü son derece karmaşık bir olgudur.” (Oyun ve Gerçeklik, 1997).

Ona göre oyun bir yaratıcılık ve özgürlük alanı olmanın yanı sıra, kısıtlamalar da gerektirir, çünkü özgürlük yalnızca kısıtlamalar içinde var olur. Psikoterapiyi, Winnicott'un dile getirdiği şekilde, bir çeşit oyun olarak düşündüğümüz zaman, bu oyunun kendine has kurallarını merak etmeye başlarız. Oyunu tanımlayan onun kurallarıdır. Kurallar belirlenmemişse, fazlaca muğlaklıklar içeriyorsa, oyunu sağlıklı bir şekilde oynamak da sürdürmek de mümkün olamaz.

Winnicott 1956 yılındaki bir makalesinde bahsettiği “setting” terimi ile psikanalitik ortam ya da çerçeve kavramını literatüre kazandırmıştır. Çerçeveyi, temel psikanalitik yöntemin tüm ayrıntılarının toplamı olarak tanımlar. Analitik sürecin gelişimine uygun şartların yaratılmasında analistin etkin bir rolü olduğunu söyler. Çerçeveyi aynı zamanda annenin bebeği kucaklayışı ile özdeşleştirerek, çerçevenin “tutma” özelliğini vurgular.

Bleger (1967) analist ve hasta arasındaki terapötik ilişkinin içerdiği tüm görüngüleri “psikanalitik durum” olarak nitelemiştir. Bleger'e göre psikanalitik durum, iki ayrı oluşum olan psikanalitik çerçeve ve psikanalitik süreci içerir. Çerçeve değişmezlerden oluşur. Süreç ise değişkenlerin bütünüdür ve çerçevenin sınırları içinde gerçekleşir. Sabit bir çerçeve olmadan, çerçeve içinde gelişen psikanalitik süreci araştırmanın imkansız olduğunu söyler.

Bion (1962) analist-analizan ilişkisi ile anne-çocuk ilişkisi arasında bir benzerlik kurarak, “kapsayan” “kapsanan” için ne ise, çerçevenin de süreç için aynı şey olduğunu ileri sürmüştür(J. M. Quinodoz, 2016). Danielle Quinodoz (1992) her çerçeveye karşılık gelen ayrı bir terapi biçimi olduğunu ve terapide nasıl bir sürecin ortaya çıkacağını da bu çerçevenin belirlediğini söyler. Psikanalitik çerçeveyi “psikanalitik sürecin en uygun şekilde gelişebilmesi için gerekli olan koşulların tamamı” olarak tanımlar. Gabbard ve Lester (1995) ise çerçeveyi, içinde tedavinin gerçekleştiği bir zarfa yada kılıfa benzetirler.

Psikanalitik Çerçevenin Farklı Yönleri

Bu noktada psikanalitik çerçevenin farklı yönlerini hatırlamak faydalı olabilir diye düşünüyorum. Bunlar hepimizin aşına olduğu etik çerçeve, mekanla ilgili, zamanla ilgili ve ödemeye ilgili çerçevedir.

Etik Çerçeve

Öncelikle, temelleri klasik tıbbi davranış kurallarına dayanan etik çerçeveden bahsedebiliriz. Hem danışan hem de terapist için koruyucu bir işlevi vardır. Terapistin etiği, etik çerçevede çok önemli bir yerdedir. Onun mesleğiyle olan tüm ilişkisini içine alır. Kişisel psikanalizi, formasyon süreci buna dahildir. Etik çerçeve kapsamında gizlilik ilkesinin öneminden de bahsetmek yerinde olacaktır. Etik çerçeveye yapılan herhangi bir ihlal, terapiye onarılamayacak zararlar verebilir, mesleki ve yasal cezalara yol açabilir.

Mekanla İlgili Çerçeve

Mekanla ilgili çerçeve ise; özel, sessiz, konforlu ve güvenli bir fiziksel ortamdaki yerleşim düzenini içerir. Psikanaliz çalışmasında divan kullanımı, psikanalitik psikoterapilerde yüzyüze karşılıklı oturma düzeni vardır. Mekânın kendisinin ve içindeki tüm objelerin, tedavinin farklı aşamalarında danışanlar için önemli sembolik anlamlar kazanabileceği hatırlanmalıdır. Bu nedenle, terapistin özel yaşamını yansıtmamasına özen gösterilmeli ve mümkün olduğunca mekâna dair sık değişikliklerden kaçınılmalıdır.

Zamanla İlgili Çerçeve

Zamanla ilgili çerçeve, oturumların sıklığı ve süresine ilişkin anlaşmayı içerir. Her hafta aynı gün ve saatlerde görüşülmesi, sabit seans sıklığı, seans süresi sağlanmalıdır. Zaman veya sıklıkla ilgili değişiklikler ortaya çıktığında bunların danışan için duygusal anlamları araştırılmalıdır. Resmî tatillerde ve terapistin önceden belirlediği ve önden danışana bildirdiği tatil zamanlarında seanslar yapılmayacağı çerçeve kurulurken danışanla paylaşılmalıdır.

Ödemeye İlgili Çerçeve

Ödemeye ilgili çerçeve ödeme ve ücretlerle ilgili net düzenlemeleri kapsar. Seans ödemeleri danışan tarafından her seans sonunda elden yapılır. Belirli aralıklarla seans ücretinin düzenleneceği, düzenlemenin hangi zamanlarda yapılacağı, ne oranda ve hangi ölçüte göre yapılacağı konusunda danışana önden bilgi verilmesi faydalı olur. Danışanın gelinmeyen seansların ödemesiyle ilgili sorumluluğu bu çerçeve kapsamında netleştirilmelidir.

Terapötik Tutumun Çerçeve Unsurları

Psikanalitik terapinin temel yapısını oluşturan ve terapinin etkili bir şekilde yürütülmesine yardımcı olan terapötik tutumun çerçeve unsurlarının başlıcaları ise anonimlik kuralı, tarafsızlık kuralı, perhiz kuralı ve serbest çağrışım kuralı olarak sayılabilir (Psychoanalytic Psychotherapy, Handbook, 2014). Bunlar psikanalizin kurucusu S. Freud tarafından geliştirilmiş ve o zamandan beri psikanalitik uygulamanın ayrılmaz bir parçası haline gelmişlerdir.

Anonimlik kuralı kapsamında, terapist kendisiyle ilgili, danışana verdiği, kişisel bilginin miktarını sınırlayarak, danışanın transferansının engelsiz bir şekilde gelişmesini teşvik etmeyi amaçlar. Terapistin özel hayatı, kişisel geçmişi, inançları, kişiliği veya kendi sorunlarının açığa vurulması transferans gelişimine zarar verir.

Tarafsızlık kuralı kapsamında, terapist danışana dini, ahlaki, siyasi, sosyal hedefler veya idealler dayatmaz, ahlaki yargılarda bulunmaz. Danışanın çatışmalarında taraf tutmayarak, dürtü ve savunmalarını dengeli bir şekilde desteklemeye özen gösterir.

Perhiz kuralı; terapistin danışanın dürtüsel arzularını tatmin etmemesi, doyurmaması gerektiği anlamına gelir. Bir arzunun doğrudan tatmin edilmesi, onun simgeleştirilme olasılığını, bilinçdışı sebeplerinin anlaşılmasını ve danışanın ruhsal büyümesi için kullanılmasını imkânsız hale getirir.

Serbest çağrışım kuralı danışanı aklına gelenleri serbestçe, sansürlemeden, filtrelemeden dile getirmeye teşvik eder.

Psikanalitik Çerçevenin İşlevleri

Konuşmamın başlarında kurumsal çerçevenin üç işlevinden bahsetmiştim. Şimdi de psikanalitik çerçevenin, psikanalitik sürecin oluşumunu sağlayan, üç temel işlevine değinmek istiyorum. Bunlar çerçevenin kapsayıcı, sınırlayıcı ve simgeleştirici işlevleridir.

Çerçevenin kapsayıcı işlevi annesel olandır. Anne bedeni gibi düşünlemlenebilir, anne rahmi gibi kapsar. Danışanın arzularını, çatışma ve korkularını, düşünlemlerini serbestçe dile getirmesini sağlar.

Sınırlayıcı işlev ise babasal olandır. Kural koyucudur. Bir fotoğrafın çerçevesi misali, koruyucu ve kollayıcıdır aynı zamanda.

Simgeleştirici işlev, eylem yerine dilsel simgeleri ön plana çıkararak psikanalitik süreci olanaklı kılar. Danışan duygu ve çatışmalarını eyleme dökmek yerine sözelleştirir. Psikanalitik çerçevenin her ögesi simgesele gönderme yapar. Analitik çerçeve bu üç işlevi sayesinde iç ve dış dünya arasındaki sınırı oluşturur.

Psikanalitik Çerçevenin Psikanalitik Çalışmada İnşası

Çeşitli anlamlarından ve unsurlarından bahsettiğimiz psikanalitik çerçevenin psikanalitik bir çalışmadaki inşa sürecinden bahsederek devam edebiliriz. Yani terapist ile danışan arasındaki terapi ilişkisi içinde gerçekleşen, çerçevenin inşa süreci.

Terapistin benimsediği kuramsal yaklaşım, alandaki klinik deneyimi ve danışanın ruhsal yapısı, psikanalitik bir çalışmadaki çerçevenin inşasında etkili olabilecek önemli unsurlar arasında sayılabilir. Psikanalitik uygulamaların nevrozun ötesinde psikozları da içine alacak şekilde genişlemesiyle, klasik analitik çerçeve içinde çalışmaya uygun olmayan olguları, örneğin sınır kişilik veya psikotik kişilik örgütlenmelerini de kapsayacak daha dinamik bir çerçevenin oluşturulmasının gerekliliği çoğu klinisyen tarafından kabul görmektedir.

Kendi klinik uygulamamızda çerçevenin oluşturulma sürecini düşündüğümüzde, bunun bir yapım süreci olduğunu, bu sürecin danışanla ilk karşılaşmada hatta belki de daha ilk iletişim ile başladığını fark edebiliriz. Her ne kadar ön görüşmeler sonunda çerçeveye dair temel kurallar söze dökülerek terapist ile danışan arasında bir kontrat yapılırsa da, çerçevenin yapım sürecinin hiçbir zaman orada sonlanmadığını biliriz. Danışanın ruhsal organizasyonuna ve kendi karşı aktarımlarımıza bağlı olarak çerçevenin nasıl çeşitli şekillerde sarsıldığına defalarca tanık oluruz. Bu sarsıntılar analiz edilmesi çok da değerli olan ruhsal çatışma ve zorlukları açığa çıkarırlar. Bu durumları terapi süreci boyunca anlamaya ve yorumlanmaya çalışırız. Bu sayede çerçeve tekrar tekrar inşa edilir, güvenli hale getirilir ve korunmasına gayret edilir.

Viderman (1979) “analitik alan” ve onu tanımlayan klasik kurallar dizisinden bahseder. Onun düşüncesinde, klasik kurallara titizlikle uyulması, karşı aktarım yoluyla yapılabilecek ihlallere karşı analistlere bir miktar güvence verebilecek tek koşuldur. Teknik kuralların klasik olandan farklı olan uygulamalarının, bazen tehlikeli, çoğu zaman riskli, ama hiçbir zaman tamamen güvenli olmadıklarını ileri sürer.

Künstlicher, R. (1996) çerçevenin psikanaliz odasını koruyucu işlevine dikkat çeker. Psikanalitik bir durumun bir oyun alanına karşılık geldiğini, bu nedenle psikanalizin kendi oyununu koruması gerektiğini söyler. Ancak istikrarlı bir çerçeve oluşturulduğunda çerçevedeki ihlaller görünür hale gelebilir. Dolayısıyla çerçevenin ihlali, psikanalitik sürecin ilerlemesinde kaçınılmaz bir unsurdur. Çerçevenin ihlali ve restorasyonu arasında, analizin temel alanını oluşturan, analitik diyalog ortaya çıkmaktadır. Danielle Quinodoz (2006) çarpıcı bir ifadeyle “çerçevenin bozulabilmesi için bir çerçevenin olması lazım” diyerek, kanımca hem istikrarlı bir çerçevenin varlığının önemini hem de çerçeveyi bozmaya yönelik girişimlerin psikanalitik süreçteki önemini vurgulamıştır.

Çerçeveyi cansız bir kap veya kurallar dizisinden öte, psikanalitik süreçle dinamik olarak etkileşimde bulunan aktif bir kapsayan olarak görür. Psikanalitik çerçevenin inşa süreci ilerledikçe analitik kurallar analitik durum bağlamında daha derin anlamlar kazandıkça çerçeve danışan tarafından içselleştirilir. Gabbard ve Lester (1995) hastaların da, terapinin püf noktalarını öğrenerek, çerçevenin inşa sürecine dahil olduklarını söylerler. Çerçevenin inşa süreciyle birlikte, danışanın aktarım tepkilerinin ve dirençlerinin analizi ruhsal değişim ve dönüşümün yolunu açmış olur.

Çerçevenin Terapistin Kendi İçindeki İnşa Süreci

Son olarak çerçevenin terapistin kendi içindeki inşa sürecinden bahsetmek istiyorum.

Gabbard ve Lester (1995, s.147) “Bir hastaya vermemiz gereken en güçlü ve en etkili hediye psikanalitik çerçevenin kendisidir” demişlerdir. Bu anlamlı sözden yola çıkarak, bir terapistin psikanalitik çerçeveyi danışana en iyi şekilde sunabilmesi için öncelikle, bu çerçeveyi kendi içinde sağlam bir şekilde inşa edebilmesinin önemine değinmek istiyorum. İçimizde yeterince sağlamlaştıramadığımız bir çerçevenin psikanalitik çalışmadaki inşasını, temelleri sağlam olmayan bir evin inşasına benzetebiliriz.

Terapistin içindeki çerçeve, benimsediği psikanalitik kuramın, aldığı eğitimin ve ait olduğu psikanalitik kurumun izlerini taşıyacaktır. Terapistin psikanalitik çalışmadaki, çerçeveyi inşa etme sürecini iyi bir şekilde yönetebilmesi için, çerçevenin şu ana kadar bahsettiğimiz tüm unsurlarını bilmenin ötesinde, o unsurlarla derinden bağlantılı hissetmesi, her unsurun simgesel olarak ne anlama geldiğini araştırabilmesi gereklidir. Çerçeveyi uygulanması zorunlu olan birtakım kurallar olarak görmemesi, çerçevenin hangi yönlerini ihmal etmeye meyilli olduğunu veya hangi yönlerine sıkı sıkıya bağlı hissettiğini gözden geçirip üzerine çalışabilmesi önemlidir. Ayrıca klinik deneyimi arttıkça, uygulamalarında yaratıcılığını ve terapistin sanatsal yönünü ortaya koyabileceği bir oyun alanını kendine açabilmesi, içsel çerçevesini gerçek anlamda sahiplenmesine yardımcı olacaktır. Bütün bunların gerçekleşmesini mümkün kılacak olan ise kendi analizi veya analitik terapi deneyimi, mesleki gelişimi ve klinik süpervizyonlarıdır.

Çerçeveye dair düşünülecek söylenecek daha çok şey var elbet. Konuşmamı sonlandırırken, büyük resme biraz mesafe alıp, çerçevenin şu ana kadar bahsettiğim üç farklı düzlemdeki inşa sürecine (yani tarihsel olan, analitik çalışmadaki ve terapistin kendi içindeki inşa sürecine) bakmaya çalışırsak, bu süreçlerin her birinin, psikanalizin yolculuğunda, ne kadar önemli bir rolü olduğunu görebiliriz. Aynı zamanda da bu üç inşa sürecinin birbiriyle ne kadar güçlü bir etkileşim içinde olduklarını fark edebiliriz.

İnanıyorum ki, hepimizin içimizde inşasını sürdürdüğümüz kişisel çerçevelerimiz, hem klinik çalışmalarımızı daha sağlam temellere kavuşturacak hem de psikanalitik yaklaşımın bundan sonraki tarihsel serüveninde etkili olacaktır...

KAYNAKÇA

1. Bleger, J. (1967). Psycho-Analysis of the Psycho-Analytic Frame. *International Journal of Psychoanalysis*, 48(3), 511-519.
2. Gabbard G. O. et Lester E. (1995). *Boundaries and Boundary Violations in Psychoanalysis*, New York, Basic Books.
3. Künstlicher, R. (1996). The Function of the Frame. *Scand. Psychoanal. Rev.*, (19)(2):150-164
4. Matthias Elzer ve Alf Gerlach (Eds.) (2014). *Psychoanalytic Psychotherapy, A Handbook*. Karnac Books Ltd, London.
5. Parman, T. (2021). *Psikanalizi Yazmak*. Yapı Kredi Yayınları.
6. Quinodoz, D. (1992). The Psychoanalytic Setting as the Instrument of the Container Function. *International Journal of Psychoanalysis*, 73(3), 627-635.
7. Quinodoz, J. M. (2022). *Freud'u Okumak*. Bağlam Yayıncılık.
8. Roussillon, R. (2006). *Psikanalitik Çerçevenin Tarihçesi ve Kuramı*. Psikanalitik Bakışlar 2/Psikanalitik Çerçeve. PPPD Yayınları.
9. Viderman, S. (1979). The Analytic Space: Meaning and Problems. *Psychoanalytic Quarterly*, 48(2), 257-291.
10. Winnicott, D. W. (1956). On transference. *International Journal of Psychoanalysis*, 37(5), 386-388.
11. Winnicott, D. W. (1997). *Oyun ve Gerçeklik*. Metis Yayınları. (Orijinal çalışma, 1971)

Not: Yazı, yazarın İYYPD Kasım 2023 "Psikanalitik Psikoterapi ve İnşa" Sempozyumundaki konuşmasından derlenmiştir.

İnşa ve Zaman Nilgün Sarı

Psikanalizde zaman kavramı çok geniş bir yere sahiptir. Bu sunumda sizlere “ruhsallığın inşasında zaman unsurunun” benim dikkatimi çeken yönleri ile ve zamanımızın elverdiği ölçüde ele alacağım.

Bedenimiz ve ruhumuz zaman içinde büyür. Zamanla öğreniriz, zaman içinde düşüncelerimizi büyütürüz. Yaşamı, kimlikleri, özneyi yeniden inşa etmek zaman ister. Freud psikanalitik çalışmanın uzun zaman gerektirdiğini söyler. Terapide kişisel tarih, zamanın etkisinde yazılır. Terapi için zamana ihtiyaç vardır. Zaman içinde inşa gerçekleşir.

Terapide zamanın anlamları vardır. Zaman, tutan bir olgudur. Zamanında kapıyı çalmak. Tam zamanında bitmesi. Bir sonraki seansa kadar bekleyebilmek. Zaman, beklemek demektir. Zaman kavuşmak, ayrılmak demektir. Terapide zaman, aidiyet demektir. Zaman sonludur. Ancak, hiç bitmesin, sonsuza kadar da sürsün isteriz. Zaman sınırları yaşatır, hatırlatır.

İnsanın yaşamında zaman akıp gider, kaybedilir. İnsan hep bir kayıpla karşı karşıyadır.

Danışana çerçeveyi kurarken, bu saatin ona ait olduğunu söyleriz. O saat onundur. Onun oyun alanıdır. Adeta danışanı sarıp sarmalayan bir örtüdür. Zaman zihinde oluşan soyut bir mekan gibidir. Zamanını istediği gibi kullanacaktır. Gelmese de yokluğunda seans saatinde terapist oradadır.

Psikanalitik psikoterapi, ruhsallığımızın inşa sürecidir ve iki farklı zamanı vardır.

Biri, ruhsallığın öznel zamanı; diğeri, çerçeveselendirilmiş gerçek zamandır. Seans günü, saati, seans süresi, seansların sıklığı psikanalitik çalışmanın güvenli bir alan içinde sürdürülmesini sağlar. Zaman terapinin çerçevesidir.

Freud (1915) bilinçdışının zamansız olduğunu keşfetmiştir. Seansta saniyelerin sonsuzluk gibi hissedilmesi, yılların göz ardı edilmesi, kronolojinin karıştırılması ve rüyaların tersine çevrilmesi bilinçdışının zamansızlığının kanıtıdır(Bergler&Roheim, 1946).

Zaman Kavramı ve Zamanın Algılanışı

Nesnel ve öznel zaman olarak iki farklı zamandan söz edebiliriz. Nesnel zaman ölçülebilen, gerçeklik üzerinden tanımlayabileceğimiz bir zaman türüdür. Çerçevenin zaman boyutu nesnel zamandır. Öznel zaman ise algısaldir, ölçülemez ve sabit değildir. Örneğin, çocukken zaman yavaş geçer yaşlandıkça zaman su gibi akıp gider. Terbaş (2015) “zaman sürecinin öznel deneyimi kuralsızdır ve çeşitli ruhsal etmenlere bağlıdır” der.

Ruh halimize göre zamanın akışını farklı algılarız. Neşeli zamanların çabucak geçtiğini, acı dolu olan zamanların da geçmek bilmediğini hepimiz deneyimlemiştir. Çok istediğimiz bir şeyin gerçekleşmesini sabırsızlıkla beklerken bir türlü zaman geçmek bilmez. Zaman uzun algılanır.

Hartocollis'e göre (1976) arzu ne kadar güçlüyse, zamanın akışı o kadar yavaşmış gibi görünür ve tam tersi, arzu aciliyetini yitirdikçe zaman nispeten daha hızlı akıyormuş gibi deneyimlenir. Çocuklukta zaman sonsuz uzun görünür, sadece birkaç dakika beklemek bile zordur. Yaşlandıkça, içgüdüsel dürtülerimiz daha az baskın hale gelir. Birincil arzular görece etkisiz hale geldikçe, bunların yerine getirilmesini beklemek daha kolay hale gelir.

Hartocollis (1972) zaman duygusunun her zaman şimdide olduğunu; egonun algıladığı travmatik olay gerçek ya da hayali, dışsal ya da içsel, gelecek ya da geçmiş olabilir; ama her zaman egonun kendisinde bir gerilim olarak hissedildiğini söyler.

Psikanaliz geçmiş, şimdi ve geleceğin biraradalığı meselesine ışık tutar. Loewald'a (1962) göre ruhsal yapılar, doğası gereği zamansaldırlar... Geçmiş deneyimler ve bilinçdışı fanteziler şimdinin üzerinde dinamik bir etkide bulunurlar, aynı zamanda geleceğe dair beklentileri yönlendirirler ve geleceğe şekil verirler(Akt.Terbaş, 2015).

Zaman Kavramının Gelişimi

Bazı yazarlar zaman kavramının gelişiminin; bebeğin, beslenme, dışkılama, uyku-uyanıklık örüntüsünde geliştiğini yazmışlardır. Zaman algısı, bekleme, erteleme, ayrılık, engellenme gibi unsurların deneyimlenmesi ile gelişir.

Hanns Sachs, bebeğin, zamanın anlamını ilk kez, emzirmeler arasındaki aralıklarda öğrendiğini gözlemlemiştir (Bergler ve Róheim, 1946).

Yates (1935), psikoseksüel gelişimin oral aşamasında, bebeğin ihtiyaçlarının karşılanması, Meerloo da (1954) 'zaman ve beklenti' duygusunun, çocuklukta açlık deneyiminden geliştiğini varsaydı. Benzer bir şekilde Gifford'a (1960) göre de, bebek uyku-uyanıklık örüntüsünü, annenin ihtiyaçlarına yönelik uyarlamayı öğrendiğinde zaman duygusu ortaya çıkar. Kendi ifadesiyle, "Dış dünyaya bu erken uyum bebeğe zamanın bir fonksiyonu olarak aktarılır" demiştir(Hartocollis 1974).

Zaman ve Nesne Sabitliği

Kernberg (1971) zaman duygusunun temelini, benliğin nesne temsillerinden farklılaşması ile yaşamın üçüncü ve dördüncü aylarında başladığını ve zaman mefhumunun yerleşmesinin de nesne sürekliliğinin geliştiği, yaşamın ilk yılının ikinci yarısında oluştuğunu belirtmiştir(Akt. Hartocollis, 1974).

Psikanalizin Süresi / Zamanı

Quinodoz (2019), Freud'un psikanalizin süresi ile ilgili görüşlerini şu şekilde aktarmıştır:
Freud ...kabul edilmeli ki "psikanaliz çok uzun-hastanın ummadığı kadar uzun zamanı gerektirir" der.

Freud bunu teknik yazılarında sürekli tekrarlar. Freud'a göre "tedaviyi kısaltma arzusu kendine çok haklı sebepler bulur" ise de, ne yazık ki: "çok önemli bir unsur bu girişimlerin önüne geçer: Derin ruhsal değişimlerin yavaşlığı ve her şeyden önce, bilinçdışı süreçlerimizin "zaman dışılığı" süreyi belirler(1913c, s. 88-89) (Akt. J.M. Quinodoz, 2019).

Terapi ne kadar sürecektir?

Tedavinin süresine gelirse, Freud'a göre bunu önceden kestirmek neredeyse olanaksızdır. Elbette hasta istediği an tedaviyi bırakmakta serbesttir, fakat bu durumda durumunun kötüleşmesi riski doğar. Freud analizin süresinin kısaltılması sorununun hiçbir zaman gündemden düşmediğini hatırlatır ve bu itirazlara espriyle şöyle yanıt verir: "Kuşkusuz hiç kimse ağır bir masanın sanki hafif bir tabureymiş gibi iki parmakla kaldırılabilceğini ya da büyük bir evin küçük bir tahta kulübeyle aynı sürede inşa edilebileceğini düşünmez. Fakat nevrozlar söz konusu olduğunda (...), zeki insanlar bile zaman, yapılan iş ve sonuç arasında zorunlu bir oran olacağını unutuyorlar." demiştir(1913c, s. 87)(Akt. J.M. Quinodoz, 2019).

Öznel Zaman ve İnşa

Bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık yaşamımızın ruhsal dönemleridir. Yaşamın dönemleri gibi psikanalitik terapinin de dönemleri vardır. Bir bakıma yaşam dönemlerinin tekrarı terapi sürecinde tekrar tekrar canlanır. Nesne ilişkileri ve ruhsal cinsel gelişim dönemleri, seansların içinde tekrarlanarak ve yeniden anlamlandırılarak/inşa edilerek yerine yerleştirilir. Psikanalitik psikoterapide ruhsallığın inşası ile ruhsal doğum, büyüme, olgunlaşma, bitiş ve ayrılık deneyimlenir. Danışanın ruhsal inşası onun hızında, içsel zamanına göre ilerler.

Seansta aynı şeyi defalarca anlatırız, zamanla anlar, zamanla kavrarız. Anlam, zaman içinde oluşur. Zamanla deneyimlediklerimiz içimizde inşa ettiğimiz ruhsallığımıza ait parçalar/yanlardır.

Depresif konum, ayrılma, bireyleşme, kapsanma, tutulma, kendi başına olma yetisi, düşleme, dönüşüm, anılar, düşler, düşlemler... Çocukluğun dağılmış parçaları bir araya gelir bu sürede.

Seanslarda zamanı; geçmiş, şimdi ve gelecek boyutuyla ele alırız. Zamanın üç boyutuyla danışanın anıları, rüyaları, düşlemleri, travmaları bir araya getirilir, bağlar kurulur, yeniden hikayesi yazılır, yeniden inşa edilir.

Bir danışanın terapisinin başlarında televizyondaki inşaat ev yapım programlarını izlemesi, seanslar ilerledikçe evin içine yönelmesi ve dekorasyonu ile ilgilenmesi, zaman içinde iç dünyasındaki değişimin bir göstergesiydi. İç evini inşa ediyordu. Hiç farkında olmadan, (bir yandan da sanki biliyormuşçasına) Freud'un inşa makalesindeki (1937) inşaat ve odaların iç dekorasyon unsurlarını metafor olarak (kullanıyordu) anlatıyordu.

Çerçeve: Nesnel ve Öznel Zaman

Zamanın Anlam Yüklü Yanı İle İç Dünyayı İnşa Etmek

Çerçevede zaman olgusu, nesnel ve öznel zaman olarak karşımıza çıkar. Nesnel gerçeklik olarak seans süresi 45 dakikadır ve sonludur. Bir yanımızla seansın bitişini bir dış gerçeklik olarak algılarken, iç gerçekliğimizde seans süresi türlü türlü anlamlar taşır.

İç dünyanın inşasında, terapide geçip giden zamanın gerçeklik düzeyinde algılanmasına ihtiyaç vardır. Bir zaman gelip terapi sonlanacaktır. Bir dış gerçeklik olarak belli zamanlarda yapılan ücret artışları, danışana zamanın aktığını anlatır.

Seansın Zaman Çerçevesi

Danışan analitik saate girer -kendisi de zaman aşımına uğrar. Zaman çerçevesinin yarattığı sahnede, olan her şey anlam yüklüdür. Dışardaki zaman durmuştur. Şimdi iç gerçekliğin zamanıdır. Zaman olgusu üzerinden duygularını, bilinçdışı düşlemlerini ve dirençlerini eyleme döker, bize kendisiyle ilgili bir şeyler anlatmaktadır.

Terbaş (2015) “psikanaliz, zamanın duyumsanmasını sağlayan, zamanın algılanmasına ilişkin derinlik yaratan bir deneyimdir” der ve şöyle devam eder: Analizan ilk andan itibaren analizin çerçevesiyle karşılaşır; bir bakıma zaman olarak çerçeveye çarpma anıdır söz konusu olan. Zira çerçevenin varlığı, analizana “zaman içinde varlık” olduğunu hissettirecektir; seansın süresi 45 dakikadır, haftada 3-4 kez olan bir periyodu vardır, şu kadar seans sonra sonlanacaktır.

Zaman içinde varlık olduğunun farkına varan analizan, bir başka zamana, “anlatılan-öykülenen zamana” tabi olduğunu anlar zamanla. Kendine dair anlattığı öyküyle kendi ruhsallığını inşa etmeye yönelecektir(Terbaş, 2015).

Annesel, Babasal ve Çocuksu Zaman

Çerçeve hem anneye hem babaya gönderme yapar. Sarıp sarmalayan, düşler gören, fantezilerini anlattığı bir kucaktır terapi zamanı. Terapist seansta hem anne, hem de yasayı koyan babadır. Terapist hem annesel zamanı, hem de babasal zamanı temsil eder.

Çocuksu zaman için Terbaş şunları aktarmıştır: ...Seans boyunca adeta zaman algısı ortadan kalkar; bir tür zamansızlık deneyimi yaşanır. Analizanın uygun analitik atmosferde gerilemesi ile yaşanabilecek bu deneyimde bir yandan bilinç dışının ve çocuksunun zamansızlığı (Freud, 1915; Sabbadini, 1989) devrededir(Akt.Terbaş, 2015).

Kurtz'a (1984) göre, analistin sessizliği gibi zamansızlığı da, çevre olarak anneyi kopyalar -en iyi ihtimalle bebeğin dalgalanan taleplerine göre kendini biçimlendiren ve yeniden biçimlendiren bir ortam sunar.

Winnicott "bir analizden kesitler" makalesinde baba işlevine dair şunları anlatır: Hasta doğru zamanda "hayır" diyebilecek bir erkek aramaktadır. Seansın sonu gelmiştir.

H: Bana sanki vakit dolmuş olmalı gibi geldi ve bu da bir bakıma "Hayır" demek." der."

Eğer çerçevede sabit bir psikanaliz süresi mefhumu olmasaydı hasta ile analist, seansın sonu olup olmadığına nasıl karar verebilirdi? Winnicott bugünlük analize "hayır" demektedir. Hastayı "analiz-anneden" ayırmak için doğru zamandır.

Analist "doğru zamanda" yani "tam vaktinde" seansı bitirerek baba işlevini yerine getirdikten sonra ne olur? Bunun anlamı şudur: Artık Winnicott psikanalitik "çerçevenin" özünde bulunan seans zamanlamasının koruyucusu haline gelir(Akt. Faimberg, 2015).

Çerçevenin Sabitliği

Bleger (1967) “analizin başarılı olması için çerçevenin eninde sonunda analiz edilmesi gerekiyorsa, çerçevenin istikrarı da oldukça önemlidir” der. Çerçevenin sabitliği, gelişim sırasında oluşmamış ya da aksamış sembiyozu destekleyerek, ayrılaşmış kendiliğin içinden gelişip büyüyeceği sembiyotik bir temeli temsil eder(Akt. Lafarge, 2020).

Danışanın zamana dair eylemleri; geç gelmek, erken bitirmek, hiç bitmesin istemek, seansı unutmak, dakik olmak anlamlandırılacak çarpıcı tutumlarıdır. Çerçevenin koşullarını değiştirme girişimleri, terapist tarafından yapılan beklenmedik iptallerde de danışanın duygusu ve tepkisi, nesne ilişkilerinin görünür olduğu zamanlardır.

Bergler&Roheim’a (1946) göre dakik olmamanın pek çok farklı belirleyicisi vardır; bunlar arasında saldırganlık, kendini cezalandırma, diğer insanları bekleterek çocuklukta yaşanan hayal kırıklıklarının telafisi yer alır. Zamanın saplantılı bir şekilde aşırı değerlendirilmesini, kültürümüzde kısmen çocuklukta hayal kırıklıkları üzerinde hakimiyet kurma çabası olarak ortaya çıktığını belirtirler.

Arzu ve Zaman

Danışan kendi hakikatini bilme arzusunun gerçekleşmesi için seans aralarını beklemeyi deneyimlemek durumundadır. Ruhsal durumuna göre uzun ya da daha kısa bir süre olarak algılayacaktır. Çocuksu zamanda hemen olsun, bekleyemem diyecektir. Olgunlaşan yanı geliştikçe güvenle bekleyebilecektir. Bazen de bize yeni başvuran danışanın hemen seans istemesi, bekleyememesi hepimizin dikkatini çekmiştir.

Helen L'heullet (2022), Gecikmeye Övgü kitabında arzu ile ilgili şunları yazmıştır: arzu zamana uymaz. Arzu zaman ister çünkü zaman içerisinde deneyimlenir, beklenti, gerilim gibi... kuşkusuz sonunda arzuya varmak için sıkıntıya katlanmak gerekir ama can sıkıntısı ve arzu birbirine karşıttır.

Ayrılık, Yas, Kayıp ve Zaman

Psikanalitik psikoterapide başlangıçların ve bitişlerin nasıl deneyimlendiği önemlidir.

Danışan seansın sonunda ayrılık zamanını geldiğinde, tatil ve hafta sonu ayrılıklarını ve seans aralıklarındaki ayrılığı ne şekilde deneyimlemektedir? Eğer zaman, anneden emzirilen bebeğe ayrılık anlamına geliyorsa, danışan buradaki kayıp ve yası ruhsallığında nasıl işleyecektir?

Klein (1950) sonlandırmayı süttten kesilmenin bir tekrarı ve sonraki tüm kayıpların prototipi olarak görmüştür(Akt. Lafarge, 2020).

Lacan'da seans süresi, standart olan 40, 45, 50 veya 55 dakika yerine değişken uzunluklarda "kısa seanslar" şeklinde yapılır. Lacan'nın geliştirdiği, "kesme" olarak bilinen teknikle hastanın ayrılık ve doyum deneyimi dönüştürülür(Fink, 2020).

Danışanın terapisinin bitmesi artık tam bir ayrılık zamanının geldiğini gösterir. Terapinin sonlanma sürecinde danışan yeni bir dil öğrenmiştir. Kendini ayırıştırmada ve terapistle ilişkide otonom hale gelmenin uygun kapasitesine erişmiştir.

Şairin dediği gibi; ayrılık zamanı gelmiştir ama kimse ölmemiştir.

Bekle dedi, gitti.
Ben beklemedim, o da gelmedi.
Ölüm gibi bir şey oldu.
Ama kimse ölmedi.

Özdemir Asaf

KAYNAKÇA

Bergler, E.,Roheim, G., "Psychology of Time Perception", PsychoanalyticQuarterly, 15, 1946, s. 190-206

Faimberg, H.,Winnicott'ta Baba İşlevi: Psikanalitik Çerçeve, Uluslararası Psikanaliz Yıllığı, 2015, s.184-185

Fink,B., Analiz Pratiğinde Lacancı Yaklaşımın Değeri Üzerine. Uluslararası Psikanaliz Yıllığı, 2020, s. 82

Freud,S., "Constructions in Analysis", Standart Edition(1937) (23): s. 255-270

Hartocollis, P., "Time is Dimensions of Affects", Journal of theAmericanPsychoanalyticAssociation, 20,1972, s. 92-108.

Hartocollis, "Origins of Time-A Reconstruction of theOntogenetic Development of the Sense of Time Based on Object-RelationsTheory", PsychoanalyticQuarterly, 43, 1974, s. 243-261.

Hartocollis, "On theExperience of Time andit's Dynamics with Special Reference toAffects", Journal of theAmericanPsychoanalyticAssociation, 24, 1976, s. 363-375.

Lafarge, L., Sonlandırma ve Tekrarlama: Çerçevenin Çözünümü, Uluslararası Psikanaliz Yıllığı, 2020, s.200, 202

L'heullet, H., Gecikmeye Övgü, 2022, s.28

Kurtz, S., "ThePsychoanalysis of Time", 1988, Journal of theAmericanPsychoanalyticAssociation. (36) 985-1004

Quinodoz, J.M., Freud'u Okumak, 2019, s.126

Terbaş, Ö., Sinema ve Psikanaliz 2, 2015, s.2-7, s.125

Yorum ve İnşa Sezai Halifeoğlu

Bugün psikanalitik psikoterapide inşa hakkında konuşuyoruz ve bana da inşa kavramını yorum kavramıyla birlikte ele almam teklif edildi. Ruhsal-zihinsel çalışmalarda bahsi geçen yorum kavramı hakkında basite indirgenmiş öznel bir tanımlama yaparak başlayayım. Yorum, ihtiyacına karşılık geleceğine inandığından onu almak için ödeme yapan alıcısı olan bir dil üretimidir. İki kişi arasında gerçekleşen bu türden bir alışverişe psikoterapi ve psikanaliz gibi isimler veriyoruz. Elbette ki bu türden bir ilişki biçimini tek başına böyle materyalistik bir tanımla niteleyemeyiz. Yine de yaptığı işin materyalistik boyutunu göz ardı etmeyi ya da hakkında konuşmamayı alışkanlık haline getirmiş olan mesleklerin temsilcileri olarak bu gerçeği hatırlayıp öyle başlayalım ve çıkış noktamız bu olsun istedim.

Çünkü bu konuda konuşmaktan kaçınan klinisyen de aynı danışanı gibi, yapılan ödeme karşılığında ondan talep edilen en değerli şeyin bu olduğuna inanır. Vereceği en değerli yorumun ise mesleki bilgisini ortaya koyacak, danışanının öyküsü ve güncel gerçekleri hakkında görüş ve öngörü içerecek olanlar olduğunu düşünür. Genelde klinisyen bir seansta özellikle de bu türden birkaç yorum yapmışsa, suskun kaldığı bir seansa kıyasla işini hakkıyla yaptığını daha fazla hisseder. Belki de yorum hakkında konuşmamız gereken ilk şey; yaptığımız işin yani psikoterapinin ve psikanalizin nasıl değiş-tokuş ögesinin bu olup olmadığıdır.

Sözlükte *yorum* karşılığı verilen tanımlar ile psikanalitik kuramda ve teknikte kullanılan yorum sözcüğü arasında örtüşen ve ayrışan kısımlardan bahsederek devam edeyim. Zira bu sayede psikanalitik yorumun önemli bulduğum bazı niteliklerini özetleme fırsatım olacak. TDK sözlüğünde yorum beş madde halinde tanımlanıyor.

Birinci tanımda, *“yorum, bir yazının veya bir sözün anlaşılması güç yanlarını açıklayarak aydınlığa kavuşturmadır”* diyor. Fakat klinisyen yaptığı yorumla bu tanımdaki durumun tersi bir etki yaratmayı hedefler. Psikanalitik yorum tam ve açık bir anlam sunmaz; aksine analizana açılmış gibi gelen o sırada sarf ettiği kendi sözlerinin anlamını belirsizleştirir. Yorum, dilin gizemine yaslanır. Analist yorumuyla, analizanın sözlerinin niyetlenmiş olduğu gibi tek ve basit bir anlama değil, analizanın kendisinden de saklı duran belki de hiçbir zaman tam olarak aydınlığa kavuşturulamayacak çoklu anlamlara sahip olduğunu işaret eder. Analizanı o zamana dek kendisinden bahsederken yapmış olduğu yorumlarının doğruluğuyla ilgili şüpheye düşürür. Psikanalitik yorum bir şeyleri açıklayarak aydınlığa kavuşturmayacağı gibi, analizanı hayatında ve zihninde olup bitenlere simgesel düzeyde anlamlar üretme arayışında olmaktan vazgeçirerek hakikatiyle yüzleşmeye davet eder.

Sözlükteki ikinci tanım, *“yorum, bir olayı belli bir görüşe göre açıklamak, değerlendirmektir”* der. Psikanalitik yorum bu tanımın da tersidir. Analiste eğitimi sırasında, analizanın dile getirdiği öznel deneyimlere belli bir kuramsal bilgiden veya belli bir hayat görüşünden yola çıkarak herhangi bir açıklama ve değerlendirme sunmamaya çok dikkat etmesi gerektiği söylenir. Psikanalitik yorum, kendi hakikatini kendisinden uzak tutmaya hizmet eden analizanın retoriğini (söylemini) devre dışı bırakmak amacıyla analistin kendisinin de mesleki ve kişisel retoriğinden uzak durmasını gerektirir.

Üçüncü tanıma göre, *“yorum, gizli ve hayali olan bir şeyden anlam çıkarmaktır”*. Sözlükteki bu tanım, analistin insanın yaşam döngüsünde yer alan ve psikanalizin ona öğrettiği karmaşaların izleri olduğunu varsayarak, analizanın anlamlarına kavuşturulmak için bekleyen bu tür anılardan, yaşantılardan bahsettiği yanılısamasına kolayca düşebileceği ihtimalini bize hatırlatır. Psikanalitik yorum, öznenin geçmiş deneyimini inşa etme niyetiyle de olsa psikanalitik kuramı bir şablon gibi kullanarak ona kendisine ait olmayan bir öykü sunmak değildir. İlk üçüne karşın, yorum sözcüğü için sözlükte dördüncü ve beşinci maddelerde verilen tanımlar psikanalitik yorum kavramına da uyabilir.

Dördüncü tanımda *“yorum, bir ürünün, bir modelin, bir sanat eserinin farklı bir açıdan ele alınarak yeniden oluşturulmuş biçimi, versiyonudur”* diyor. Psikanalitik çalışmada analist verdiği yorumlarla analizana yapısı ve öyküsü hakkında yeni bir anlayış sunmaktan daha çok; analizanın yaşam öyküsü, insanlarla ilişkileri ve kendi üzerine olan söyleminde yeni bir versiyonun ortaya çıkmasını kışkırtmayı hedefler. Analistin yorumları, analizanı, var olan söylem biçimini terk edip kendi üzerine yepyeni bir söylem aramaya itmelidir. Çoğunlukla sanıldığı gibi aksine, yetişkin analizan, klinisyenin onun hakkındaki söylemiyle (yorumuyla) özdeşleşmez, onu içselleştirmez yani Ötekine ait bir şeyi özne alıp kullansa da kalıcı olarak sahiplenmez. Bununla birlikte, Ötekinin söylemi öznenin kendi var olan söylemini sarsabilir, yerinden edebilir ve bu durum analizanı yine kendisinin geliştireceği farklı bir söylem aramak zorunda bırakabilir.

Beşinci ve son tanımda *“yorum, bir müzik parçasını veya bir tiyatro oyununu kendine özgü bir duyarlık ve teknikle çalma, söyleme veya oynamadır”* der. Bu tanım, aynı geçmiş deneyimlere ve yaşam öyküsüne hala sahip olmasına rağmen, iyi bir analiz çalışmasının sonundaki öznenin artık hayatını farklı kurgulayabilmesi durumunun güzel bir tarifi olabilir. Günümüzde psikanalitik yorum kavramı yalnızca analistin performansına değil, analizanın performansına da karşılık gelen bir kavrama dönüşmüştür. Psikanalist, analitik bir çalışmanın, ondan beklenildiği ve sıklıkla vurgulandığı gibi kendi yorum performansı olarak gerçekleşmesinden daha fazla analizanın yorum performansına dönüşmesi için çabalayan kişidir. Kendi yorum performansını hem analizaninkini tetikleyen ama hem de onun gölgesinde kalabilen olarak ortaya koyabilmesi yaratıcılık gerektirir.

Psikanalitik veya değil her yorumun amacı öteki üzerinde etkide bulunmaktır. Bir dil edimine yorum diyebilmemizin temel koşulu bu olsa da gerçekte her türden dil edimi öteki üzerinde etki yaratır. Yorumu özel bir dil edimi olarak ayrı tutmamızın asıl nedeni muhataplarını bir araya getiren koşuldur. Geliş nedeni -bizim ifademizle semptomu- her ne olursa olsun öznenin dile gelmez talebini şöyle seslendirebiliriz: “varoluşuma etkide bulun; varlığımın dünyadaki konumunu sen değiştiremezsin belki ama yine memnun olmadığım diğer bir şeyi, iç dünyamda işgal ettiğim konumu değiştirmeme yardım edebilirsin”. Peki, klinisyen böylesi bir talebi karşılamak için yorumdan nasıl yararlanacaktır? Ve yapacağı yorumlarla özne üzerinde nasıl bir etkide bulunmayı amaçlamaktadır?

İnsan zihnine ilişkin bu konuyu ve bu soruları bilgisayar benzetmesinden yararlanarak ele almaya çalışacağım. Bu benzetme çok abartılı gelebilir fakat aynı benzetme tersinden zaten ortaya konmuştur. Bugüne dek bilgisayar dahil bütün insan yaratıları bilerek veya bilmeyerek ya insan zihninin ve bedeninin çalışmasından ya da doğadan esinlenilmiştir. Şimdi ben aynı yolu yalnızca diğer yönde kat edeceğim; bilgisayardan zihne.

Hayatının başlarındaki öznenin, annenin (Ötekinin) diline maruz kalmasını fabrikada yeni doğmuş, mekanik olarak üretilmiş bir hard diske işletim sistemi yüklenmesine benzetebiliriz ki sonrasında yüklenecek diğer tüm programları çalıştırabilmesini sağlayacak olan da bu ilk yazılımdır. Bilgisayarlarda kullanılan işletim sistemlerinin bazılarının isimlerini artık hepimiz biliyoruz: Microsoft Windows, Mac OS, Android, İOS gibi. Yani her bilgisayar kendisinden önce üretilmiş diğer bir bilgisayarda geliştirilen yazılımla çalışır, hiçbiri özgün ve tekil bir işleyiş biçimine sahip değildir. Benzer şekilde, insanın ruhsal-zihinsel yazılımı da özneye Ötekinin diliyle yüklenir. İşletim sistemi, uygulama programları ile bilgisayar donanımı arasındaki iletişimi sağlar. Uygulama programlarının insandaki eşdeğeri ruhsal-zihinsel süreçler, donanımın karşılığı ise biyolojik kapasitemiz olabilir. Ötekinin diliyle yüklenen ruhsal-zihinsel işletim sistemi insan öznenin yaşam deneyimleri ile genetik ve biyolojik donanımı arasındaki bütünleşmeyi sağlar. İsimleri anne ve baba olan işletim sistemlerinin birbirine örülerek ikili çalışması ile insan zihni şu ana kadar üretilmiş bilgisayarlardan bu bakımdan farklıdır. Yine de insan öznenin ağır basan işletim sisteminin, onun biyolojik kasasını da kendi bedeninden imal etmiş olan anneninkiyle çok daha uyumlu olduğunu söyleyebiliriz. Babalar ise genellikle çocuk bilgisayara kendi işletim sistemlerini yükleyebilmek adına cebelleşip dururlar. Yeni doğan insan yavrusu her zaman için kasasının üretildiği fabrikanın kullandığı yazılımla çalışmaya daha eğilimlidir. Ebeveynlerin ve çocuğun büyümesine önemli ölçüde eşlik etmiş olan birkaç kişinin dışında diğerleri tarafından yapılan diğer tüm yüklemeler yalnızca var olan ana yazılımın güncellenmesi niteliğinde olabilir; sonrakiler öznenin temel yapısını değiştiremez. Güncelleme yapıldığında nasıl bir bilgisayarın işletim sistemi değişmeyip aynı kalıyorsa, özellikle de özdeşleşimi teşvik eden terapötik müdahaleler öznenin varoluş biçimini neredeyse hiç değiştiremez.

Başlangıçta bireyin zihninin işletim sistemi, yazılımı yükleyen ebeveynlerin erişimine açıktır. Ancak zamanla özne kendisine yüklenmiş olan işletim sisteminin tek ağ yöneticisi olarak kalacaktır. Ona yazılım yükleyenlerden büyük oranda bağımsızlaştığı için insan özneyi otonomi kazanan yapay zekaya benzetebiliriz. Bugün insanlar daha sık dile gelmeye başlayan yeni bir düşünme sahipler artık; kendi zihinlerinden esinlenerek geliştirdikleri bu teknolojinin yazgısının da kendilerinininki gibi olacağından endişe duyuyorlar. Ruhsal-zihinsel niteliklerimizi borçlu olduğumuz kendi anne babamızdan çoğu durumda isyan ederek ve çatışarak kopup bağımsız zihinlere dönüşmeye çalıştığımız gibi, ürettiğimiz makinelerin de yaratıcısı olan biz insanlara aynı şeyi yapacağını kurguluyoruz. Muhtemelen insan özne bir dil yazılımı olan kendi zihninin gelişim sürecinin izlediği bu yoldan hem coşku hem de kaygı duyuyor. Kendi zihninin işleyiş biçiminin diğer canlı türlerinde pek bir benzerini bulamayan insanın, teknolojik icatlarıyla bir tek yaşamını kolaylaştırmanın peşinde değil, zihninin bir modelini cansız nesnelere üzerinde kopyalayıp orada incelemenin ve onun gizemli işleyişini keşfetmenin de peşinde olduğunu söyleyebiliriz.

Peki, terapist kendine başvuran öznenin zihnindekilere ulaşip müdahale edebilen bir ağ yöneticisi olabilir mi? Kendi arzusuyla gelmiş olsa bile özne buna izin verir mi? Yorum, öznenin ruhsal-zihinsel işletim sistemine müdahale etmek için mi yapılır? Ya da öznenin ruhsal-zihinsel işletim sistemini yalnızca kendisine tanıtmak için mi yapılmalıdır? Veyahut yorum, sisteme-temel yapıya bir müdahale değil de sadece iyi çalışmayan veya hatalı çalışan programlara, uygulamalara yapılan bir güncelleme midir? Yoksa öznenin ihtiyacı olduğunu düşündüğümüz ve onda eksik olan bir donanımı eklemek için midir? Bilgisayar benzetmesinden türettiğim bu sorulara yanıt vermeye çalışayım şimdi.

Kendini, yaratıcısı olan ebeveynlerine dahi sonrasında tabi kıldırmayacak olan özne, dil yeteneği geliştikçe yeni birini içindeki avatarın hüküm sürdüğü düşlemsel matrikse ağ yöneticisi olarak bir daha asla tanımlamaz. Psikanaliz, direnç dediği bu yapısal ataletle tam anlamıyla baş edebilecek bir yorum aracı geliştirmeyi aradan yüz küsur yıl geçmiş olmasına rağmen halen başaramamıştır. Değişime direnç insan doğasına içkin bir özellik olduğundan muhtemelen bundan sonrasında da geliştiremeyecektir. Yorum, öznenin semptomlarının köken aldığı yapıya etki edemez. Öyleyse klinisyen yorum yaparak yapıyı değiştirmeyi hedef almamalı, böylesi boşuna bir çabayla meşgul olmamalıdır.

Öyleyse psikanalitik yorumun bilgisayarlara yapılan güncelleme ile kıyaslayabileceğimiz daha mütevazı amaçları olduğundan mı söz etmeliyiz? Bilgisayarlardaki programların karşılığını savunma mekanizmaları, uygulamaların (aplikasyonların) karşılığını ise özdeşleşmeler olarak düşünülebiliriz. Bunlara güncelleme yapılabilmesi için de işletim sistemine el sürdürmeyen öznenin yaşamı boyunca edindiği savunmalara yani yaşamın getirdikleri ile baş ederken geliştirdiği düşünme ve davranış tarzına müdahale edilmesine izin veriyor olması gerekir. Klinisyenler olarak biliyoruz ki danışanlarımız onlara rahatsızlık veren örüntülerini, alışkanlıklarını kendileri de istemelerine ve bizim ısrarcı yorumlarımızın katkısına rağmen değiştirememekten yakınır. Öznede hatalı çalışanı terapistten gelen düzeltme talepleri daha iyi hale getiremez. Zaten o da kendisi hakkında aynı şeyi arzulamakta, sadece bunu yapamamaktadır. Yorumun, iyi çalışmayan mevcut zihinsel programlar üzerinde etkisinin olduğu tek durum travmadır. Geçmişte yaşanmış ama yeterince simgeselleştirilememiş deneyimler, ötekinin sunacağı yeni sözcüklerle ve anlamlarla güncellenebilirler. Böylece ruhsal sistemin işleyişinde kullanılabilir zihinsel verilere dönüştürülürler.

Yorum, öznenin ihtiyacı olduğunu düşündüğümüz onda eksik olan bir donanımı eklemek için midir diye de sormuştum. Olabilir ancak analistin eklemek istediği donanım, danışanın zihninin işletim sistemine entegre olabilecek, o bilgisayarda çalıştırılabilir bir donanım olmalıdır. Ayrıca öznenin hangi donanıma ihtiyacı olduğunun tespit edilmesi bu amaçla yapılacak yorumların başarısını garantilemez. Klinisyen kendi söylem tarzını hitap edeceği öznenin söylem tarzıyla birleştirmelidir. Bu tür yorumlar vermenin iyi bir fikir olacağı hatta en önemli katkımızın bu olduğu özneler; gelişimsel sorunları olan çocuk ve ergenler ile zamanla sosyal olarak iyi uyumlanmış ve bu özelliklerini daha iyi kamufle edebilmiş olsalar da yapıları otistik olan artık yetişkinliğe ulaşmış danışanlarımızdır.

Şöyle bir soru da sormuştum; yorum, öznenin ruhsal-zihinsel işletim sistemini kendisine tanıtmak için mi yapılır? Değişimi, dönüşümü gibi büyük hedefler dururken böyle mütevazi bir amaç uğruna özneye yorum vermenin ona nasıl bir katkısı olabilir? Sorunlarını gidermeye, acılarını dindirmeye hizmet eder mi?

Öznenin acı çekmesinin kökensel nedeni kendine yabancılaşmaysa evet. Aslına bakarsanız yabancılaşma insan öznenin kaderidir; bir dil varlığı olarak ancak bu şekilde kurulabilir. Yalnızca kendi hayat öyküsünün özne tarafından düşlemsel kurgusuyla iç içe geçmiş ve az çok çarpıtılmış halde kaydedilmiş olmasını değil, insan olmanın gerçeğinden de yabancılaşmış olduğumuzu kast ediyorum. Klasik psikanalitik teknikte yorum ağırlıklı olarak öznenin hikayesini ona yeni bir bakış açısıyla sunmaya ve yeniden kurgulamaya hizmet eder. Ben kendi çalışmamda yorum verirken daha çok şu iki şeyi, insan denen konuşan varlığın o dahil her bir bireyinin kendisini ve diğerlerini dilin etkisiyle ve aracılığıyla nasıl da çarpık, hakikatinden uzak, özgünlüğü olmayan bir şekilde tasarımladığını ve tüm insanlar aslında aynı şeyi yaparken bir yandan nasıl da öznel bir yapı geliştirdikleri gerçeğini ona çitlatmayı ve bunu kendisinde keşfetme arzusunu uyandırmayı amaçlıyorum. Yaptığım çalışmada kendine ve insanın gerçeğine ilişkin yanıtları edinmiş bir öznenin değil, bu konularda artık bambaşka yeni soruları olan ve onlara yanıtlar arayan öznenin ortaya çıkmasını arzuluyorum. Benim açımdan, eğer bir psikanaliz yolculuğu analizanın kendisinin de hakikat hakkında öncekinden farklı bir düzeyde yorum yapabildiği bir noktaya kadar sürmüştü tatmin edicidir.

Peki, özneye ne tür yorumlar yaparak o noktaya doğru gitmesine eşlik edebiliriz? Yanıt: İnsanın hakikatine ilişkin sahip olduğumuz bilgiyi danışanımızın anlattıklarıyla bağlantılı olduğu ölçüde ortaya koyarak. İnsanın hakikatine dair kendi kişisel deneyiminin ve bilgisinin sınırı aynı zamanda klinisyenin yorumlarının da sınırıdır. Ayrıca psikanalist öğrenmiş olduğu psikanalitik bilgiyi danışanına yorum yoluyla aktaran bir aracı değildir. Benim anlayışına göre psikanalist, Freud'un öğrettiklerini uygulayan biri değildir, onun yaptığını yapandır. Yani onun yaptığı gibi insanın hakikatine ilişkin mevcut bilginin yetersizliğini görebilen, danışanlarının ve kendi hayat deneyimlerinin üzerine düşünebilen ve yepyeni, en azından kendisi henüz onları bir yerde okumadığı için ona yeni gelen hakikatleri kendisi de keşfedebilendir. Sonuçta, insanın hakikatine ilişkin edindiği yeni içgörülerini birlikte çalıştığı her bir öznenin getirdiklerinin yardımıyla yorumda kullanabilendir. İnsanın hakikatine ilişkin bilgimizin bugün hala oldukça yetersiz olduğunu ve eksik olan bilginin parçalarının her bir özneye keşfedilme olasılığı bulunduğunu hesaba katmayan, kuramların sunduğunu yeterli bulup fazlasıyla sadık kalan ve danışanın da yalnızca kuramın tekil bir doğrulamasını arayan psikanalistler için ise hakikat gibi gözükkenler sadece dilin yarattığı olan birer simgesel kurgudan ibaret kalabilir.

İnsanın ruhsal-zihinsel niteliklerine dair hakikatler matruşka gibidir. Çoğu kez gören ve bilen gözümüzle açtığımız son matruşkanın içinde artık yeni bir tane daha olmayacağını düşündüğümüz noktada yanılırız. Ve en içerdeki matruşka muhtemelen insan bir dil varlığı olduğu sürece belki de göremeyeceği bir boyuttadır. Psikanaliz dahil insan bilimlerinin ortaya serebildiği hakikatler hemen daima simgesel ve imgesel olanlardır. Simgesel ve imgesel yani dil ve bilgi daha içteki küçük matruşkaları yani insanın derin hakikatini kaplayan büyük matruşkalardır. Eğer özneyi daha derin hakikatlerin etkisine maruz bırakmak istiyorsak, öncelikle o da dilin bir yaratısı olan psikanalitik bilgi dahil edindiğimiz hiçbir hakikati nihai olarak görmemeliyiz. Üstelik bugün insana dair bilinen daha derin hakikatler bile henüz psikanalitik kuramların en itibar gören hakikatleri haline gelmemiştir. Yüzeydeki hakikat katmanında psikanalizin öğrettiği hepinizin bildiği Oidipus karmaşası, dürtü çatışması, ayrışma ve ayrılma zorluğu gibi hakikatler bulunur. Onun altında, dürtüler dahil saydıklarımın tümünün diğer canlı türlerinde olduğu gibi içgüdülerden evrimleşmiş olduğu hakikati; onun da altında, içgüdülerin bir canlı türünün genlerini dolayısıyla mevcudiyetini zamanda ileriye taşımasının evrimsel olarak seçilmiş özellikleri olduğu hakikati bulunur. Yani insan diğer canlı türlerinden hiç de farklı değildir. Ve benim bugün için söyleyebileceğim son hakikat ise, türümüzün bireyleri görünürde birbirinden çok farklı amaçlarla, tarzlarla, niteliklerle hayatlarını sürdürseler de son kerte canlı organizmaya ve türe özgü olarak dile getirdiğim biraz evvelki hakikatleri aslında birbirlerinin neredeyse aynısı olacak biçimde tekrarladıklarıdır. Bu sonuncu hakikat, özneliği önemsememiz gerektiği kadar, yorumumuzun kaçınılmaz olarak paylaşılan ve tekrar eden niteliklere de temas etmesi gerektiğine işaret eder.

Bir de terapötik çalışma yapmak için bir araya gelmiş iki insanın arasındaki hakikat vardır. Ve bu ikilinin arasında olup bitenler şimdiye kadar aktarım-karşı aktarım kavramları altında kuramsallaştırılmış olanlardan ibaret de değildir. Özne ve ötekinin bir aradalığının her daim insanın en derin hakikatleriyle ilişkili bir boyutu vardır ve aktarım yorumlarında da bunlar mutlaka hesaba katılmalıdır.

Simgesel kurgularımız dünyadaki varlığımızı desteklemiş olduğu ölçüde bizi semptomatik de yapmıştır. Dolayısıyla psikanalitik bir çalışmaya başvuran ve simgesel olarak kurulmuş olan özne gereken kadar hakikat tuğlası ile yeniden inşa edilmeye çalışılır. Özneyi inşa etmek ne demektir? Freud inşa kavramı ile neyi işaret etmişti ve bu kavram bugün halen psikanaliz tekniğinde geçerliliğini korumakta mıdır?

Freud *inşa* kavramını, analizanın bastırmalarından kurtularak erken deneyimlerini hatırlar hale gelmesi durumuna karşılık olarak kullanmıştı. İnşa edilen belleğin yitik olan kısmıdır. Yeniden inşa kavramı ise, analizanın hayatının erken dönemlerinin, ruhsal gerçeklik kıstas alınarak yeniden öyküleştirmesi dolayısıyla yeniden simgeselleştirilmesidir. Modifiye etmenin sözlükteki karşılığında belirtilen “değiştirmek, kişiselleştirmek” de yeniden inşa için uygun bir tanım sayılabilir. Yani inşa kavramı ile bastırılanın hatırlanması, yeniden inşa kavramı ile hatırlananın modifiye edilmesi kast edilmiştir. Freud’a göre inşa analizanın, yeniden inşa analizandan daha çok analistin çabasının bir ürünüdür. Yitik bir belleği inşa ederken analizan her ne kadar orijinaline yakın malzemeler getirirse de onlarla yeniden inşa yapan daha çok analisttir ve o da kalan boşlukları insana dair psikanalitik bilgisiyle ve yetişkin söylemiyle tamamlar. Freud’un arkeoloji benzetmesiyle dile getirdiği gibi, ortaya çıkan geçmişe ait ruhsal gerçeklik kalıntılarının hala eksik olan parçalarını genellikle kendi bakış açısıyla klinisyen tamamlayıp yeniden inşa eder. Yorum kavramını bir kez de Freudcu inşa kavramı bağlamında tanımlayacak olursak; yorum, öznenin ilk ruhsal-zihinsel inşalarının ortaya çıkmasını teşvik eden ve gerekirse onları yapı bozuma uğrattıp yeniden inşa etmeye yönelik analistin sergilediği dilsel çabalardır.

Freud sonrası dönemde ortaya çıkan bazı ekoller psikanalitik psikoterapötik çalışmayı, sorunlu olarak görülen bir ilk inşanın yenisiyle değiştirilmesi çabasına eşdeğer görür. Oysa daha önce gerçekleşmiş olan inşalar yok edilemez olduğundan bellekte kalmaya devam ederler ve yeni bir inşa ancak zihinde öncekilerle bir arada bulunabilir. Bunu, eski evinizi yıkmadan bahçenizde onun yanına yeni bir ev daha yapıp orayı kullanmanıza benzetebiliriz. Bir öznenin ruhsal-zihinsel alanına kullanması için yapılacak yeni bir evin onun gereksinimlerine hitap etmesi ve yeni inşaat sürerken alışık olduğu düzenin bozulmasından kaynaklanacak olan sıkıntının katlanılır düzeyde olması önemlidir.

Hiçbir özne ona ait ruhsal-zihinsel alanda kendi kullanımı ve konforu için dahi olsa yeni bir inşaat yapılmasına kolay kolay razı olmaz. Freud'dan bu yana psikanalizde "inşa" ve "yeniden inşa" kavramlarıyla ortaya konan farklı tanımlar ve hedeflerin tümüne yönelik öznenin direnci daima devrededir. Yaptığımız inşalar sanatçı mimarların yaratımlarına benzer, daha doğrusu benzemelidir. Onlar basmakalıp projelerle tekdüze yapılmış binalar inşa etmezler. Her bir psikanalist de sanatçı spontanitesine, yaratıcılığına bir ölçüde sahip olmalı; çalışmalarında kendi özgün katkısını yansıtacağı bir eser düşlemelidir. Olmalıdır diyorum çünkü farklı farklı öznelere aynı hazır projeyi hayata geçirmeyi isteyen meslektaşlarımızın sayısı az değildir.

İspanyol mimar Gaudi'nin Barselona'da 140 yıldır inşası devam eden katedralini, yaptığı apartmanları ve bahçeyi gördüyseniz eğer ruhsal inşalar yapan klinisyenin benzemesi gereken kişinin o olduğunu söyleyebilirim. Yola çık ve analizan açısından öznel, psikanalist açısından özgün olacak bir işi kovala. Gaudi bir sipariş aldığı anda sadık kalacağı bir proje hazırlayıp onu hayata geçirmekle uğraşmaz, tersine estetik anlayışının ve yaratıcılığının onu anlık olarak yönlendirmesine izin verirdi. Üstlendiği işlerin mülk sahipleri ortaya çıkan inşadan ne kadar memnun kalmıştır bilinemez ama eserleri bugün bile görenlerde hayranlık uyandırır.

Farklı özne yapıları vardır ve bu mülk sahiplerinin her birinin zemininde yapılabilecekler de onların ihtiyaç duydukları inşalar da birbirlerinden oldukça farklıdır. Otistik ve psikotik öznelerin, bahçelerine içlerinde güvende hissedebilecekleri, başka insanlarla bir araya gelip ilişkilenebilecekleri, sosyalleşebilecekleri yeni nevrotik kameryeler inşa edilmesine gereksinimleri vardır. Buna karşılık nevrotik öznelerin, diğer insanlarla sadece onları kabul ettikleri kendi evlerinin tekdüze ortamında ilişkilenebildiklerinden, iki tarafın da şikayetçi olduğu bu durumu sonlandırmak adına evlerinin onları koruyan ama yeni deneyimlere açılmalarını engelleyen tuğlayla örülmüş kapı ve pencerelerinin yıkılmasına yani inşa kadar onun tersi olan yapıbozuma ihtiyaçları vardır. İnşaat benzetmesiyle bu özne yapıları için dile getirdiğim inşaya da yapıbozum durumlarının ruhsal-zihinsel karşılıklarını nasıl dillendirebiliriz?

Yapısal olarak otistik öznel zorlu geçebilen çocukluk döneminin ardından genellikle normlara iyi uyumlanıp farklılıklarını kamufle edebilen yetişkinler olurlar. Yine de diğer insanlarla ve toplumsal normlarla ilişkilenmelerini kolaylaştırıp daha fazla ilerletecek zihinsel donanım ve bu donanımı inşa etmede kendilerine yardım edecek terapistlere her daim ama özellikle de ergenlik döneminde ihtiyaç duyarlar. Genellikle bu öznel çocukluklarından beri karşılaşılan özel eğitimciler, gelişim uzmanları veya terapistler onların hangi donanımlara ihtiyaçları olduğunu görür ve gerekli becerileri edindirmeye çalışır. Psikanalitik bir yaklaşım denendiğinde ise -ki ben böyle yapıyorum- kendi yapılarına dair onlarda farkındalık oluşturmak, bu tür bir inşa, diğer inşalar kadar önemlidir. Öznenin hakikatine dair net bir bilgisi olmalıdır. Yapıları otistik nitelikler barındıran öznel zorluklar yalnızca gelişimsel farklılıklarından kaynaklanmaz, aynı zamanda -özellikle de semptomları- kendi hakikatlerinin onlara verilmesinden az çok imtina edilmiş olmasıyla ilişkilidir. Ebeveynler hakikatini çocuğa tanıtmaya hiçbir zaman gönüllü olmamışlardır. Çocuklarının öznel yapısını benimseyene kadar geçen uzun süre boyunca onun varoluşsal niteliklerini eksiklik temelinde değerlendirdiklerinden hem ebeveynlik koruyucu refleksiyel hem de kendilerini bunun sorumlusu olarak düşünüp suçluluk hissettikleri için böyle davranmışlardır. Sonuçta özne onu büyütenlerin kendisi hakkındaki gerçek fikirlerinden yeterince yararlanamamış olur. Üstüne üstük dile gelmeyen hakikatin ardında bıraktığı anlam boşluğunu ve gizemi göğüslemek zorunda da kalır. Böyle bir özne ile çalışma fırsatı bulan profesyoneller de sıklıkla ona hakikatinden söz etmenin uygunsuz olacağına inanır ve edinilmesi gereken becerilere odaklanırlar. Öte yandan otistik özne sürekli ötekilerin aynasında yansımakta olan kendisinde yolunda gitmeyen bir şeylerin var olduğu bakışını kendi başına yorumlayamaz. Çoğunluktan farklı olarak kendisinde olanın ne olduğunu anlatabildikten sonra, farklılığıyla ötekilerin dünyasında nasıl var olabileceği konusunda ona daha fazla yardım edilebilir. O nedenle bu öznel hakikat evi inşa ederken bir yandan da öznel hakikat evi inşa edilmelidir.

Öznenin ruhsal-zihinsel alanında bir şey inşa edebilenler söylem yetkisine sahip olan kişilerdir. Örneğin, anne baba ile çocuk, analist ile analizan, öğretmen ile öğrenci arasındaki ilişkilerde ilki ikincisi üzerinde söylem sahibidir. Söylem sahibi özne yalnızca bilgisi ya da arzusu olana karşılık gelmez. Aynı zamanda o tutkulu öznedir. Otistik ya da başka bir yapıyla çalışan klinisyenin mesleki bilgisi ve faydalı olma arzusu ötekinde inşa için tek başına yeterli olmayabilir. Hayata, mesleğine, bilgiye tutku dolu bir yatırımı olmalıdır. Danışanlarının her biriyle yaptığı çalışmaya tutkuyla girenler onlar üzerinde söylem sahibi olurlar.

Psikotik özneler klinisyenin söyleminin etkisine en fazla direnen ama en az otistik özneler kadar da ihtiyacı olan kişilerdir. Klinisyen söylemi aracılığıyla psikotik öznenin nevrotik boyutuna hitap eder. Hiç kimsenin zihni tamamıyla psikotik veya nevrotik bir işleyiş göstermez. Nevrotik dediklerimizin psikotik, psikotik dediklerimizin nevrotik işleyiş gösterdikleri anlar vardır. Özellikle bir psikotiğin bahçesine girip o bahçenin nevrotik topraklarının üzerinde yeni bir ev daha inşa etmek kolay iş değildir. Her türlü güçlüğü çıkaracak hatta yıkıcı davranacak ve analisti de kendisiyle aynı biçimde yıkıcı davranmaya itecektir. Her şeye rağmen otistik ve psikotik öznelerin zihinlerinde bir şeyler inşa edilmesini mümkün kılan iki etken vardır: öznenin yardım talebi ve klinisyenin tutkusu.

Nevrotiklerin bahçesine yeni bir şey inşa etmek ise elzem değildir. Onlarla bir inşaya girişmekten daha çok, kendilerini hapsedikleri basmakalıp, sıkıntı veren evlerinden çıkarak bahçelerinden yararlanmalarını sağlamak gerekir. Bunun için de klinisyenin söylemi inşa edici değil var olan yapıyı sarsıcı hatta yapı bozuma uğraticı bir nitelikte olmalıdır. Nevrotiklerle inşaat mühendisi gibi değil, önce yapı sökücü sonra da biraz hafriyatçı gibi çalışılmalıdır. Nevrotik öznenin hayatını sınırlandıran tekrarlayan söylemi yıkılmalı; mümkün olduğunca devre dışı bırakılmalıdır. Bu amaçla klinisyenin söylemi nevrotiğin söylemini hedef alır. Klinisyenin söylemi otistikte onun hakikatini inşa ederken, psikotikte onun söyleminin imgesel boyutunu, nevrotikte ise simgesel boyutunu yapı bozuma uğratmalıdır. Analist söyleminin yardımıyla otistikte hakikati oluşturmayı, psikotikte imgesel (sanrısız) hakikatini, nevrotikte simgesel (düşlemsel) hakikatini devre dışı bıraktırmayı hedefler. Bir bakıma çalıştığımız tüm öznelerle inşadan daha çok yıkım işi yaparız. Hemen tüm özneler nevrotik ve psikotik ruhsal-zihinsel işleyişi farklı karışım oranlarında bir arada bulundurduğu için klinisyen her bir bireyle olan çalışmasında inşa ve yıkım işinin ikisi de gerçekleştirir. Psikanalitik deneyimim bana öğretti ki çevremizdeki yetişkinlerin sandığımızdan çok daha fazlası üçüncü temel öznel bir yapı olarak otistik özelliklere de sahiptir ve bu ise tekniğimizde inşayı en sık kullanmamızın gerektiği yapısal özelliktir.

İYPPD Etkinlikleri, 2022-2024

1. İYPPD Kuruluş Yıldönümü Etkinliği, 26 Kasım 2022

Sezai Halifelolu, 'Psikanalitik Psikoterapide Çerçeve'
Alper Şahin, 'Aktarım - Karşı Aktarım'
Ayşe Özalkuş Şahin, 'Psikanalitik Psikoterapist Olmak'
Anatol Reghintovschi ile Olgü Süpervizyonu

2. Tefika İkiz // Psikanalitik Kuramlar ve Klinik İzdüşümleri, 19 Mart 2023

Psikanalitik Psikosomatik Kuram Nedir? Klinikte Psikosomatik Hastalarla Nasıl Çalışılır?

3. Mark Solms // Psikanalitik Kuramlar ve Klinik İzdüşümleri, 9 Nisan 2023

Clinical Implications of Neuropsychanalytical Findings

4. Elsa Schmid-Kitsikis // Psikanalitik Kuramlar ve Klinik İzdüşümleri, 29 Nisan 2023

Aktarım ve Karşı aktarımda Uyarılmanın Yeri

5. Alessandra Lemma // Travma ve Beden, 20 Ocak 2024

6. Dr. Joseph Triest // Bilinçdışını Bilinçli Kılmak, 11 Mayıs 2024

"Bilinçdışını Bilinçli Kılmak" Kolektif Travmanın Psikanalizde Çalışılması