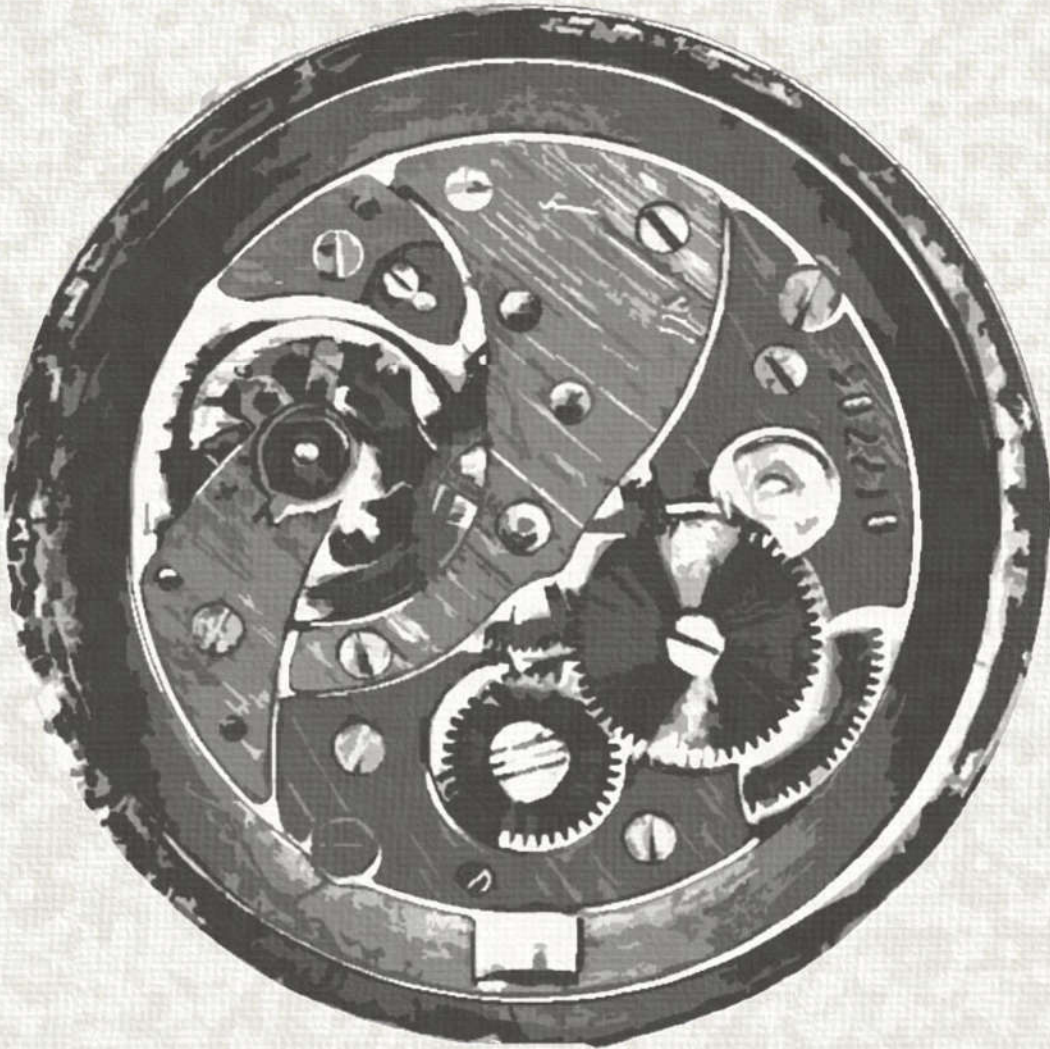


ONTO

Online Psikoloji Dergisi

2013
No:01





Editör
Mehmet Karasu

Tasarım
Erdem Ömürîş

İçindekiler

Önsöz (4)

Psikolojiyi Varoluşçu Bir Tutumla Kavramak (5)

Sembolik Savaş – Gezi Direnişi (8)

Dean İçimizden Biri (10)

Kartezyen Düşünce - Newton Fiziği ve Psikoloji (13)

En Renkli Mücadele: Kendimizi Anlama Çabamız (15)

‘Cinsel Açlığın Afrika’sıdır, Türkiye’ (18)

Sosyal Psikoloji Bağlamında Bir Zihin Yapısı: Muhafazakârlık (19)

Pozitif Psikoloji (21)

İnanç Psikolojisine Giriş (24)

Toplum İçinde Birey: Bireyin İçinde Toplum (26)

Türkiye’de İnanç Psikolojisine Dair Bazı Yerel Eleştiriler (28)

Çevre Psikolojisi Açısından Bir Film Analizi: Kimlik (30)

Çeviri: Varoluşçu Psikoloji (37)

Online Araştırma (41)

V for Venus (42)

Değerli Okurlar,

İnsanın, kendi ömrünün önemli bir kısmını kendi ontolojik yapısını fark etmek, fark ettirmek ve doğrulamak için geçirdiğini varsayarsak, bir şeyler üretebilir ve ürettikleri üzerinden diğeriyle ilişki kurma ve dolayısıyla kendi varlığını fark etme ihtiyacına sahip olduğunu söyleyebiliriz. İşbu dergi girişimi böylesi bir çabanın ürünüdür.

Bu toprakların çocuklarına, bizlere, faydalı olması dileğiyle.

Mehmet Karasu
Bornova, Ekim 2013

PSİKOLOJİYİ VAROLUŞÇU BİR TUTUMLA KAVRAMAK

Mehmet Karasu*

Modern zamanlarda bireyi kitlesel davranışlara zorlayan ve doğayı kontrol altına almaya çalışan zihinsel doku insanı kendinden uzaklaştırarak yalnızlaştırmış ve aynı zamanda kendisine yabancılaştırmıştır. Zira birey kolektif davranışlarda bireyliğini yitirmiş, doğayı kontrol altına almaya çalışırken ise kendinin doğanın bir parçası olduğunu ihmal ederek kendine yabancılaşmıştır. Yalnızlaşma ve yabancılaşma zaten var olan varoluşsal iniltileri, çılgılığa çevirmiştir. Dikkat ederseniz, iniltide devamlılığı olan ve çözülememiş bir problemden muzdarip bir seda varken, çılgılıkta bahsi geçen problemten kaynaklı *yok oluş* tehdidine karşı bir feryat vardır.

Tıpkı diğer felsefi ve bilimsel gelişmelerde olduğu gibi varoluşçuluk zamanın ruhuna yani *Zeitgeist*'e

uygun ortaya çıkmıştır. Yaşanmakta olan sürecin bir ürünü olarak değerlendirebileceğimiz varoluşçuluk, belirli isimlerle anılsa da onlara indirgenmemelidir. Zira varoluşçuluk, mevcut koşullar nedeniyle insanın varoluşuna ilişkin düşünceler üretmesine bağlı olarak gün yüzüne çıkmıştır. Bu bakımdan aynı zaman dilimlerinde, farklı düşünürlerin birbirinden bağımsız biçimde varoluşçuluk üzerine yayınlarını görmekteyiz. Örneğin, Martin Heidegger, *Varlık ve Zaman* isimli eserini 1927'de yayımlamadan 3 yıl evvel, İspanyol düşünür Ortega y Gasset benzer düşüncelerini, Heidegger'in çalışmasından haberdar olmaksızın, 1924'te açıklamıştır.

Varoluşçuluk, Kartezyen düşüncenin hiyerarşik duruşuna *rağmen* bir konumu tercih etmiştir. Batı'nın 'sahip olmak' üzerinden şekillenen aklı, Doğu'nun (özellikle Çin ve Hindistan) yüzyıllardır tanıklık ettiği bu 'olmak' bilgeliliğini son yüzyıllarda keşfetmiştir. Bu keşfi 19. yüzyıl filozoflarından Søren Kierkegaard'a kadar götürmek mümkündür. Nietzsche, Sartre, Heidegger, Jaspers ve Marcel gibi düşünürler ise varoluşçu düşünmeye derinlik katmış yazarlardır.

Psikanalitik yaklaşım, davranışları biyolojik itki (istek) ve toplumsal roller arasındaki çatışma üzerinden açıklamaya çalışırken; varoluşçu yaklaşım insanın sırf bu dünyada var olmasından kaynaklanan

* Psikolog

trajedisıyla yüzleşmesi üzerinden davranışları anlamaya çalışır. İnsanın kendi trajedisıyla yüzleşmesi ise yaşamın trajik yönünü fark etmekle mümkündür. Ölüm, yalnızlık, mahrumiyet, kayıp yaşantısı, suçluluk yaşantısı ve ‘can sıkıntısı’ yaşamın trajik yönünü zihinlerde belirgin kılan olgu ve durumlardır. Bahsi geçen olgu ve durumlarla yüzleşen modern birey, yaşadığı hayatın anlamlılığı üzerine sorgulamalara gitmiştir.

Psikanalitik yaklaşım, kişiliği bölümlere (ego-id-süperego) ayırarak incelemesinden dolayı Kartezyen düşünceyi dolayısıyla özne-nesne ayrımını pekiştirmiştir. Zira bir bütünü parçalara ayırıp incelemek parçalar arası kıyaslamayı nispeten daha mümkün kılar ve doğal bir süreçle ‘iyi-kötü’ gibi dilsel tasnifler hiyerarşiyi doğurur. Oysa varoluşçu psikolojideki ‘ben’ bir özne değildir. ‘Ben’ var olmakta olan bir *yaşantı*dır. Bu yaşantı insan, eşya ve hayatla mülkiyet dokusu üzerinden ilişki kurmaz. Dolayısıyla ‘olmak’ bilgeliğini yaşar. ‘Olmak’ bilgeliği, bir yandan ‘an’ı haz alarak ve verimli geçirmek üzerinden şekillenirken, diğer yandan saldırgan hâllerimizi, kaygılarımızı, nefretimizi ‘kabullenmeyi’ ve bertaraf edemediğimiz acılara karşı dirayetle dayanabilmeyi ihtiva eder.

Felsefi ve bilimsel metinlerdeki teknik terimlerin tercüme faaliyetleri pek çok açıdan netameli görün-

mektedir. Bahsi geçen bu gizli tehlike, kimi zaman ciddi anlamda öngörülemeyen problematikler doğurmaktadır. Örneğin, Psikanalitik yaklaşımın kurucusu Freud, ego-id-süperego ayrımlarını işlediği eserini Almanca yazmıştır. Ancak bu kişi zamirlerinin Almanca’dan İngilizce’ye tercüme faaliyetlerinde Latince karşılıkları tercih edilmiştir. Oysaki Freud Ich (Ben) kavramını kişisel olanı betimlemek, Es (O) kavramını ise ‘Ben’ olmayana işaret etmek için kullanmıştır. Okur kitlesince bahsi geçen kişi zamirlerinin Latince karşılıklarının kabul görmesi ve popüler olması, Freud’un bu tercümelere karşı çıkmasını engellemiş olmalıdır. Aşağıda, bahsedilen terimlerin dört dile göre karşılıkları listelenmiştir:

Latince	Almanca	İngilizce	Türkçe
ego	ich	I	ben
id	Es	It	o
superego	uber-ich	above I	üst-ben

Modern zamanların yaygın nevrotik olgusu, anlam arayışının engellenmesi, silikleşmesi ya da kaybolmasıyla yakından ilişkili görünüyor. Anlam arayışının böylesi formlarda yitirilişi ‘olamamak’la değil, ‘hiçlik’le son bulur. Olamamak (*no-thingness*) ve hiçlik (*nothingness*) arasında önemli farklar olan kavramlardır. İlki varoluşun vakumunda, diğeri nihilizmin tepelerinde ortaya çıkar ve varoluş vakumu yönetilebilir bir stres kaynağıyken, nihilizm bölünemez -atom-

dolayısıyla başa çıkılamaz bir düşünce tutulmasına karşılık gelir. Zira nihilizm yokluğu değil, varlığın anlamsız oluşunu kabul eder.

Kaynaklar

Frankl, V. E. (2013). *İnsanın Anlam Arayışı* (10. Baskı). (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okyanus Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1946.)

Geçtan, E. (2007). *Varoluş ve Psikiyatri* (7. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.

Tarlacı, S. (18 Şubat 2013). *Bilincin Altı, Üstü, Sağ, Solu, Sobe: Ben'lik*. 23 Temmuz 2013, <http://goo.gl/gdKM1Q>.

SEMBOLİK SAVAŞ GEZİ DİRENİŞİ

Erdem Ömüriş*

Bir zihniyetler savaşı yaşıyor sembolik düzlemde. Polis bunu reel düzleme çekmeye çalışarak bedenlere saldırdı ve bir karşılık bulamadı. Bedenler sadece akşamleyin rahat uyumak için orada olduklarından saldırıya göğüs gerdi ve hatta düşünceleri için çektiği acının nasıl kendine güvenini ve inancını pekiştirdiğinin farkına vararak en önlere gitti, gitmek istedi, izledi, kızdı, bağırdı, çanak-çömlek patlattı, uyumadı, inandı, direndi.

Düşünceler o kadar birikmişti ki, söylenmeyen, söylenemeyen, istenip de yapılamayan, kaybetmekten korkulan, kaybedildiği fark edilen her şey, bir ergenin odası kadar dağınık ve birikmiş bir biçimde siyasete fıkkırarak nüfuz etti -biber gazı misali-.

Ortaya çıkan ifade patlamasında ‘neredeyse’ herkes ve her şey yer aldı. Bir uzlaşım mümkün olmadı, ola-

mazdı. Gezi Ruhu denilen ‘şey’ son yıllarda dünyada sıkça ortaya çıkan, pek çok film, müzik, düşün eseri ile desteklenen ‘yeniçağın ruhundan’ başka bir şey değil.

Bunun öncülleri çok açık, yeniçağın insanları konuşarak anlaşıyorlar, neredeyse herkes kısa da olsa yazıyor-okuyor, şaşıyor, alay ediyor, dilediğini söylüyor. Sözcükler yazıldıkları anda bir belge oluşturdukları için, hatıraları, gerçekten bir ömür boyu sürebilir.

Hiç kimse söylediği üzerinden yargılanamaz, söylemek, bir fıslıtlı da olabilir bir slogan da, ama yazarsan anısı orada durur. Herkes önceki yazdıklarından ‘sorumlu’ bir bireydir. O nedenle silinen twitler bu kadar ayıplanmakta hatta bir internet günahı sayılmaktadır.

Ama bir de ‘okumak’ kısmı var bu işin; okuyan insan ile dinleyen insanın arasındaki farklar o denli yoğundur ki, yabancı dil eğitimde okumak ile dinlemek ayrı derslerde öğretilir, ayrı sınav yapılır. Dinlemek ve konuşmak, ‘diyalojik’ (ikili-diğerli) bir akıl üretir. İki kişi arasındaki milyon tane değişkene bağlı olarak sürekli dönüşen, biyolojik bir şeydir ‘konuşmak’ (koku, kıyafet, hava durumu vs.). Biriyle konuşmak ile yazışmak arasındaki farkların ‘çok ciddi’ düzeyde olması nedeniyle pek çok internet aşkı sonlanmaktadır.

Artık konuşmanın dokunmak kadar değerli olduğu ilişkiler oluşmakta, insan ilişkilerine bir kademe daha

* Sosyal psikolog

eklenmektedir. Bu kademe yazışarak ve görseller ile haberleşilen bir zihin halinin tezahürüdür. Çağın ruhu, kendi kapalı dünyasında yeni bir 'akıl üretti', bu akıl: her bir bireyin sıralı 'monologları' ile biçimlenen bir yazışmalar ve görseller (imgeler-semboller) silsilesi, olarak tanımlanabilir. Yapılan her şeyin belgeli olduğu bereketli bir düşün arazisine dönüşüyor internet, yeni bir güce, bir enformasyon tarlasına dönüşüyor ve orada herkes bir şey söyleyebiliyor.

Belleği çok eskilerdeki işkenceleri-belgeleri saklıyor (youtube vb.) 'unutmuyor'. Son 20 yılda her şey o denli hızlı gelişti ki, buna ayak uyduranlar büyük bir enformasyon arabirimiyle (internet), aynı anda tüm dünyayı izler ve ilişkileri fark eder oldular. Ama bu çağı fark etmeyen, sevmeyen, direnen, dâhil olamayanlar hala sadece 'konuşarak' anlaşılan bir siyaset yapıyorlar (kömür bahane, kapısına gelmeleri hâlini sormaları önemli). Böylesi bir siyasete karşı, yazarak ve çizerek anlaşılanlar Yeniçağın ruhunun sınırlarını sokaklarda, akıl düzleminde çizibildikleri kadar iyi çizemediler (Zeitgeist), çizdirilmedi, net bir 'iktidar' görünümü ile kitle, gerçekten süpürülmeye çalışıldı. Binlerce kötü muamele yapıldı, büyük suçlar işlendi ve işlenmeye devam ediliyor.

Her şeyin temelinde algoritmalar, paradigmlar ve düşün sistemleri arasındaki çatışma yatıyor. Gerçekten anlayamıyoruz ve anlayamıyorlar (biz-siz hep bun-

dan sanki). İşletim sistemlerimiz farklı, dosya transferi yapamıyoruz, anlayamıyoruz. Hep istikrarsızlıklarını (çelişki-yalan vb.) sunuyoruz. Ama 'konuşan' zihinler bunu fark etmiyorlar. Her dinlediklerinde ve konuştuklarında dönüşüyorlar. Bunu hak biliyorlar. İnsan 'böyle' bir şeydir; diyorlar. Unutabilir, yanılabilir, yalan söyleyebilir. Ama sorun şu ki biz unutmuyoruz. Hep kayıtlı, hep bir tarih aralığında adresli bilgilerimiz ve belgelerimiz var. Çok 'organize'yiz. Bir örgüt 'illüzyonu' yaratıyor bu durum. Aslında sadece bir düşünce biçimi, yeni bir düşünüş biçimi...

DEAN İÇİMİZDEN BİRİ

Bağlan Keskin*

Söz konusu filmler olunca karşımıza arka plandaki duvarın renginden kapı tokmağının şekline kadar tahmin edemeyeceğimiz ayrıntıda gönderme çıkar. Sinema, entelektüel birikimini bu şekilde ortaya çıkarır çünkü. Dünyadaki öykü sayısı, ortaya çıkan yapıtlardan çok çok azdır. Hep aynı öyküler farklı yorumlarla bu yüzden işlenir.

Rebel Without a Cause her dönemin ikonu *James Dean* için belki de fenomenliğinin başlangıç filmidir. Sinemada her zaman fazla ayrıntılı karakterler akılda kalmıştır. Bu fazla ayrıntınlık bir bakıma fazla psikolojik durum demektir. Yani tek bir karakter aynı anda birden çok insanı temsil eder. *James Dean*'in *Rebel Without a Cause*'da canlandığı Jim karakteri sorunlu bir profil çiziyor. En başında üç ana karakterimiz Jim, Judy ve John karakolda bir araya geliyor. Üçü de ergenlik çağında lise öğrencileri. Sarhoş olduğu için karakola götürülen Jim'in ailesi karakola geldiklerinde

Jim anne ve babasına aynı konu hakkında sürekli farklı şeyler söyledikleri için kızar. Polis Jim ile yalnız konuştuğunda Jim buraya yeni taşındıklarını ve eskiden oturdukları yerde kendisine 'ödlek' dediği için bir çocuğu dövdüğünü söyler. Ardından gelen konuşmalarda Jim babası gibi olmak istemediğinden bahsederken söz konusu ödleğin babası olduğunu anlarız. Daha sonraki bir sahnede Jim eve geldiğinde babasının hizmetçi önlüğüyle yere dökülen tepsiyi toplarken görür. Yerdeki dağınıklığı annesi görürse babasına kızacaktır. Bu sahnede eğer babası yere saçılan yemekleri toplarken fırırlı hizmetçi önlüğü giymemiş olsaydı Jim'in babasının annesi tarafından ezilmesine sinirlenmesi olarak yorumlayabilirdik. Ancak babaya giydirilen kadın önlüğü bariz Jim'in babasının toplumun kadına atfettiği rolleri yapmasından kaynaklanan bir utanç duymasını anlatır. Başka bir sahnede Jim babasının annesine karşı kendi arkasında durmasını istediğini söyler ancak babası sesini çıkaramaz. Çocuklar asla ebeveynleri gibi olmak istemezler. Aslında olduğu şeyden daha iyi bir duruma gelme fikri yaşam için temel koşuldur. Ancak Freud'a göre insanın iki içgüdüğü vardır: Ölüm ve Yaşam İçgüdüleri. Jim'in film boyunca sürekli babası gibi ödlekmek için kendi ölüm içgüdüünün yükseldiği ve hep uçurumun kenarından döndüğünü görüyoruz. Jim'i ölümden kurtaran Yaşam İçgüdüğü ise filmde Judy ile vücut buluyor. Yaşam İçgüdüğü seksle sağlanan bir durumdur. Kavramsal olarak devamında üremeyi getirir.

* Psikolog

Yaşamı sadece dünyaya bir çocuk getirme kavramına bağlar. Filmde adından da anlaşılacağı gibi bir asilik durumu söz konusu. Asi olma durumu saldırganlıkla bir tutuluyor. Saldırganlık ise ölüm içgüdüsünün bir başka gösteriş biçimi. Ölüm ve Yaşam içgüdüleri birbirleriyle iç içe geçerek yavaş yavaş filmin bizi geren atmosferinde oldukça iyi harmanlanıyorlar. Jim'in uçurumun kenarına doğru arabadan atlaması 'ödlek' olmaması için Ölüm içgüdüsünün peşinden gitmesi ancak ağır basan Yaşam içgüdüsü ile Buzz'dan önce atlayarak bir 'ödlek' olması insanın filmde aldığı hazzı artırıyor.

O gece karakolda Judy ve John da vardı hatırlarsanız. Judy babasıyla kavga ettiği için, babası kendisine *şıllık* dediği için gece dışarı çıktığını anlatıyor. Judy ile konuşan polis Judy'nin babasını cezalandırmak için bir arkadaş arayıp aramadığını sorduğunda Judy '*Belki de*' diye cevap verir. Oldukça sağlıklı bir Elektra Kompleksi Judy'i esir almıştır. Elektra Kompleksi babanın penisini paylaşma isteği ve annesinden nefret etme durumunu kapsar temelde. Tam da tüm bu Judy'nin anlattıklarının üzerine polis annesinin karakola onu almaya geleceğini söyler. Judy annesinin geleceğini duyunca çıldırır. Eksik parça da yerine konmuştur. Judy anneyi rol model seçerek tamamlamış olması gereken Freud'un Fallik Dönemini başarıyla atlatamamıştır. Babaya karşı cinsel bir dürtü hissetmesi ise evlerinde babasını dudağından öpmesiyle

ortaya çıkar. John ise seyahate giden annesi ve ortalıklarda olmayan babası yüzünden yalnızlık çekiyordur. Etrafındaki tek kişi dadısıdır. Ancak hem sosyal statü hem de dadısının kadın olmasından dolayı onu pek ciddiye almamaktadır. Kadına karşı tavırlarından onu bir eşyası gibi gördüğünü anlarız. John'un karakolda olma sebebi köpekleri tabancayla vurmasıdır. Polise ifade verirken takma adının Platon(Eflatun) olduğunu söyler. John'un bütününe bakıldığında kendisine Platon demesi tamamıyla bir kimlik bulma çabasıdır. En temelde anne ve babasının ilgisizliğinin insanın idealline uymadığını düşündüğü için sorunları vardır. Jim karakolda üşüyen John'a ceketini vermek ister ancak John almaz. Bu önemli bir ipucudur.

Jim ve Judy aslında filmdeki her şeyin verildiği karakol sahnelerinden sonra atlar yerine klasik arabaların olduğu bir Romeo ve Juliet hikâyesinin içine düşerler. Judy lisenin en popüler çocuklarıyla takılıyordur. Judy'nin erkek arkadaşı Buzz ve Jim alfa erkeklerine özgü bir rekabete tutuşurlar. Bu rekabetin bütün erkeksi vurguları Judy'e haz vermektedir. Buzz ile Jim'in trajedi ile biten olcukça erkeksi düellolarında önemli bir rolde John'undur. John da aynı lisede okumaktadır. Okulun gözlem evi gezisinde dünyanın sonunu gösteren simülasyonu izlerken John korkup koltuğun altına girer. Judy ise aynı simülasyonu yüzünde bir zevk ile izliyordur. Bir bakıma John başlarda Jim'e rehberlik etmektedir. Aslında istediği tamamen Jim'in

ona yol göstermesidir. Jim'e 'Benim babam olsana' der. Öyle bir planları olmadığı hâlde Jim ile ava gideceklerini anlatır Judy'e. Başarısız olduğunda kendisine kızmayacağını düşünür. John'un Jim'e ilgisi hem baba yoksunluğudur hem de cinsel anlamlar taşır. Buzz aradan çekiliğinde Judy ile Jim bir çift olduklarında John onları ebeveynleri yerine koyar ve bir anda Jim ile olan ilişkisindeki cinsel izler ortadan kalkar. Aslında John bir bakıma kendi travmasını atlatmıştır. Baba ilgisinden yoksunluğu erkeklere karşı cinsel bir ilgi de doğurmuştur. Ancak Judy'nin devreye girmesiyle mükemmel aileye sahip olmuştur. Üstelik üçü John'un hep küçükken kaçtığı haraba evde vakit geçiriyorlardır. Mutlulukları Buzz'ın arkadaşları gelene kadar sürer. Yeni ailesi ile huzur içinde otururken uyuya kalan John uyandığında Buzz'ın arkadaşları ile karşılaşır. Hem onlardan kaçma hem de Judy ile John'un ortalıklarda olmaması John'u çıldırtır. Gerçek ailesinin kendisini terk etmesiyle bağdaştırmıştır Jim ile Judy'nin ortada olmamasını. Annesinin çekmesinden aldığı silahı çıkarır ve ateş eder. Jim onu engellemeye çalışıp elinden silahı almak istediğinde John 'Sen benim babam değilsin' der. Bu sahnedeki silahı alma *Oidipus Kompleksinin* meşhur babanın oğlunu hadım etme durumudur.

Yolları yeniden gözlem evine geldiğinde polisler etrafı sardığında Jim'in John'un elinden silahı alması aslında *Oidipus Kompleksindeki* hadım olma durumunu

temsil eder. Birebir değildir ancak John fallik dönemi ni başarıyla atlatamamıştır. Üstelik bağlanma problemi de Jim ve Judy'i etrafında göremeyince ortaya çıkmıştır.

Oğlu tehlikede olduğu için gözlem evine gelen Jim'in annesi böyle şeylerin kendi başına gelebileceğini asla tahmin etmediğini söyler. Belli bir şekilde adil dünya inancından bahsedilmektedir. John kendini bekleyen sona ulaştığında babasının Jim'i yerden kaldırışı ortak bir noktada buluştuklarını temsil eder. Bundan sonra hep oğlunun yanında olacağını söyler.

Erkeklerin dünyasında geçen film toplumsal cinsiyet rollerini katı bir şekilde hissettirir. Karakterlerinin belirgin yaşadığı Elektra ve Oidipus Kompleksleri tamamiyle toplumsal cinsiyet oluşumlarını anlatır ve kız çocukların kadın olma yolculuğunda hadım korkusu yaşamadıkları için kadın cinsiyetinin çıkarıcı olduğunu vurgular. Judy'e verilen rol ise tamamen güçlü erkeklerin desteğine muhtaç çıkar güden bir konumdur. Babasından ve Buzz'dan güç umar ancak istediği gücü şefkat ile birlikte Jim'den bulur. Tüm bunlar tabii ki de bir destekçilik değildir. Dönemin toplumsal yapısını başarılı bir beyaz perdeye taşımadır. *Rebel Without a Cause* her seferinde izlendiğinde insana yeni bir şey katan büyük bir klasiktir.

KARTEZYEN DÜŞÜNCE - NEWTON FİZİĞİ VE PSİKOLOJİ

Mehmet Karasu*

Düşünce alanında düalizmin (ikicilik) ilk etkilerini Platon'un *nesneler dünyası* ve *idealar dünyası* ayrımına kadar götürmek mümkündür. Öte taraftan İslam medeniyetinde bu ayrım Gazali'nin (ö. 1111) *beden-ruh* kavramlarında belirginleşir. Ancak modern bilimlerin temel düşünce dokusunu şekillendiren düalistik yapı, Descartes'in Kartezten Düşüncesi'dir. *Beden-zihin* ayrımını temel alan Kartezyen düşünce sosyal bilimlerin felsefeden ayrılma ve doğa bilimlerine öykünme çabasında önemli yer tutar. Bu çaba, bir taraftan bir çırağın var olmak için ustasının fikirlerini kendi fikriymiş gibi sunma naifliğini taşıırken, diğer taraftan kendini hiyerarşik olarak üste yerleştirmesi bakımından ironi içerir.

Bunun yanında zamanın fizik bilimi anlayışı, mimari-den sosyal bilimlere kadar pek çok alanı hem kendi

ontolojisi gereği hem de fiziğin çıktıları (teknoloji, düşünceyi şekillendirmesi vb.) bakımından etkiler. Söz gelimi mimarinin geçmişteki temel bileşenleri ahşap, taş ve tuğla iken; şimdi, cam ve çeliktir. Maddeyi uygun formlarda işleyip kullanma, fizik bilimi başta olmak üzere ilişkili bilim dallarıyla mümkündür. Fizik yoluyla eşya ile kurulan ilişkinin farklılaşması düşünce alanının formunu ve içeriğini yeniden inşa etmiştir. Temellerini 20. yüzyılın başlarına kadar götürebileceğimiz ve insanlığın düşünce yapısını etkileyen pek çok yeni bilimsel keşif insana, doğaya ve evrene bakışımızı yeniden biçimlendirmiştir. Bu keşiflerin başında, atom-altı dünyaya inerek oradaki gerçekliğin bizimkinden çok farklı bir içerikte olduğunu ortaya koyan Kuantum Fiziği ve zihnimize dördüncü bir boyutun –zaman–varlığını göstererek maddenin bir açıdan yoğunlaştırılmış bir enerji olduğunu ispatlayan Einstein'ın İzafiyet Teorisi gelmektedir. Kuantum fiziği ve İzafiyet Teorisi, evrende geçerli olan ilkelerin sadece Newton fiziğine göre anlaşılamayacak kadar kompleks olduğunu göstermesi bakımından düşünce alanında önemli bir yer tutar. Zira deterministik ve mekanistik evren modeli Newton fiziğinin temel felsefi ön kabullerini oluşturur ve bu durum zihinle dış dünya arasında kurulan düalistik yapıyı pekiştirir. Düalistik yapı kendi ontolojisi gereği 'ayrımı' barındırır ve her ayrım bir başka deyişle 'fark' belirtme kibre kapı aralar. Kibir, bireyi kendine yabancılaştırarak ön benliğinden uzaklaştırır ve yalnızlaştırır. Bu fasit daire

* Psikolog

kendi kendini gerçekleştirerek sert bir kabuk bağlamaya başlar.

Zihinle dış dünyanın birbirinden ayrıştırılması ve zihnin etkileşimsel-bağlamsal olma özelliklerinin göz ardı edilmesi doğal bir süreçle zihin ile dış dünya arasında hiyerarşiye neden olmuştur. Zihnin, hiyerarşiye bağlı bu duruşu, dış dünyayı kendi algısına göre biçimlendirme ve tasarlama yetkisine sahip olduğu illüzyonuna kapı aralamıştır. Zihnin dış dünyayı biçimlendirme ve tasarlama diğer bir açıdan kontrol etme isteği dış dünyayı nesne hâline çevirip ölçme, insana dair evrensel kuramlar ileri sürme ve organik olan insanı mekanik düzlemde tipolojilere indirgeyerek açıklama gibi pek çok çıktılarıyla günümüz klasik sosyal bilimlerin temel düşünce dinamiklerini oluşturmuştur.

Post-modern dönemde ise sosyal bilimler, bir ucu felsefeye, diğer ucu doğa bilimlerine yakın bir duruş sergiler görünmektedir.

Kaynaklar

Capra, F. (1991). *Fiziğin Taosu* (1. Baskı). (A. Arıtan, Çev.). İstanbul: Arıtan Yayınevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1975.)

Cüendioğlu, D. (2012). *Mimarlık ve Felsefe* (1. Baskı). İstanbul: Kapı Yayınları.

Gulbenkian Komisyonu, (2003). *Sosyal Bilimleri Açın, Sosyal Bilimlerin Yapılanması Üzerine Rapor* (4. Baskı). (Ş. Tekeli, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1995.)

EN RENKLİ MÜCADELE: KENDİMİZİ ANLAMA ÇABAMIZ

Gülşen Kocatürk*

“**P**sikoloji, davranışın ve düşünme süreçlerinin bilimsel olarak araştırılmasıdır” der, bir kitap tanımı. Yine bir başka kaynakta yer alan tanıma göre de ‘psikoloji, davranışların ve zihinsel süreçlerin sistematik ve bilimsel olarak incelenmesidir.’ Günümüzde var olan psikolojiyi anlamak adına oluşturulmuş ilk basamak kaynaklardan hangisine baksak göreceğimiz tanım muhtemelen bu ifadelere benzer nitelikte olacaktır. Peki, incelenen kim, inceleyen kim? Öncelikle tanımlarda yer alan edilgen ifadeyi biraz olsun etken ifadeye dönüştürebilmek, inceleyen-incelenen üst bakışını daha anlaşılır bir hale dönüştürecektir. Psikoloji bilimi en temel ifade edilişi ile insanın bilimidir. Sosyal bilimlerin içerisinde insanı anlamak, anlatmak amacıyla insana ve insana dair olan, insan ile ilgili elinin erebildiği her yere ulaşabilen bir bilim dalıdır. İşin hem keyifli hem

de handikaplı kısmı bu noktada başlamaktadır; edilgenliği açıp somut tanımlar kullandığımızda karşı karşıya kaldığımız gerçek şudur: inceleyen de incelenen de insandır.

Peki, biz kimiz?

Kendimizin tanımını yapmakta şüphesiz oldukça zorlanmaktayız ve bilim ne kadar ilerlerse ilerlesin zorlanmaya devam edeceğiz. Bilimsel anlamda bakıldığında her ne kadar insanın karmaşası, bilimsel incelemeler için dezavantaj oluşturuyor da olsa aslında bu karmaşa insanı kendi içinde değerli kılan ve onun salt bir element gibi yahut matematik problemi gibi çözümlmesini engelleyen bir koruyak olarak karşımıza çıkıyor. Bugün insan fizyolojisi pek çok şeyi açıklar gibi görünmekte, hormonlar, beyin fonksiyonları, beyindeki hasarların kişinin davranışı ve düşünceleri üzerindeki etkileri... Şüphesiz hiç birimiz bu somut bilgileri ve gözlemlediğimiz gerçekleri reddedemeyiz fakat sanıyorum ki insanı salt beyin yapısına göre nitelendirmek, insanı yalnızca fizyolojik tanımlar içerisine sokmak hiçbir zaman yeterli olmayacaktır. Neyse ki insanın karmaşık oluşumu fizyolojik bilgilerin tamamıyla kendisini çözmesine izin vermiyor ve insan hâlâ gizemini korumaya devam ediyor.

* Ege Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğrencisi

**Ölümler ki bir gün gömülür,
İçimizdeki ölümler, dışımızdaki ölümler
İnsan yaşıyorken özgürdür,**

Peki, neden gizem arayışı içerisindeyiz?

Bu nokta durup sorgulamaya başladığımızda görüyoruz ki her birimiz bir diğerimizden farklı olduğumuzu bilmek istiyoruz fakat öte yandan bu farklılıklar birbirimizden uzaklaşmamıza neden olmayacak kadar da dengeli olsun diye çaba sarf ediyoruz. Bu bağlamda da toplumların oluşumu çıkıyor karşımıza. İnsan ürünü olan ve insanların bir arada var olmasını aynı zamanda kendileri olmasını sağlayan bir toplum tanımı görüyoruz çoğu kez. Engin Geçtan, *İnsan Olmak* adlı kitabında, *insan, doğanın ürkütücü gücüyle baş edebilmek için diğer insanlarla bir araya gelerek toplumları oluşturmuştur. Ancak, toplumlar geliştikçe insan da giderek doğadan kopmuş ve bunun yarattığı yalnızlığı giderebilecek yeni bir beraberlik bulamamıştır*, der. Bu ifade bizlere toplumların kuruluşuna evrimsel bir bakış açısı ile bakma olanağı sunmaktadır fakat öte yandan insanın içinde düştüğü bir özlemi de dile getirmektedir: doğaya ve özgürlüğe duyulan özlem. Toplulukta yer alan insan hem yalnız kalmama hem de kendi gizemini koruma, kendisi olabilme savaşını vermek zorundadır. Yasalar, toplum, kültür birer kısıtlayıcı rolü üstlense de insanlar kendilerinin daima özgür olduklarını düşünmek, kendilerini özgür hissetmek isterler.

der, Edip Cansever. Aslında haksız da sayılmaz, insan nefes aldığı süre boyunca özgür olduğunu bilmek ister. Özgürlük, farklı olma ve farklılıklarla bir arada yaşayabilme çabası, insanı tanıma girişimlerinde bize az da olsa yol gösterebilecek niteliktedir. ‘Az da olsa’ ifadesi oldukça yerindedir çünkü insanı sadece üç kavrama indirgeyerek tanımaya çalışmak yetersiz ve güç görünüyor.

Peki, psikoloji insan ve insanın sahip oldukları şeyleri anlama konusunda bize ne gibi yollar açıyor?

İnsanın ‘boş bir levha’ gibi dünyaya geldiğini ifade eden *Tabula Rasa* kavramı, insanın doğuştan iyi olduğunu savunan felsefi düşünceler ve buna benzer insan tanımlamaları ışığında doğan psikoloji bilimi günümüzde pek çok ekoller doğrultusunda insanı anlamak için çalışmaktadır. Bu ekoller birbirini destekler nitelikte olabildiği gibi birbiri ile mücadele halinde olan fikir akımları ve yöntemler olarak da karşımıza çıkabilmektedir. İnsanın özgür iradesine ve kişilik özelliklerine, deneyimlerine daha az önem veren davranışçılık ekolüne karşın insanı salt çocukluk deneyimleri ile ele alan ve deterministik bir yaklaşım olan psikanaliz karşımıza çıkmaktadır. Öte yandan insanı anlamak için yalnızca bilislere, düşüncelere

odaklanan bilişsel yaklaşım ve bu doğrultuda yer alan yöntemler de yine insanı anlama, değiştirme yahut gerçeklerle karşı karşıya getirme mücadelesi vermektedirler. Nasıl ki insanı tek bir yoldan giderek çözemi-yorsak ve tüm yolları birleştirdiğimizde yine çözemeyecek olduğumuz yönünde bir ifade kullanabiliyorsak psikolojideki ekollere baktığımızda da aynı karmaşa ile karşı karşıya kalıyoruz. Bu karmaşa insanoğlu var olduğu sürece varlığını korumaya devam edecek çünkü insanın varoluş ve oluşum karmaşası asla bitmeyecek gibi duruyor. Doğadan korunmak için topluluklar kuran ancak sonra doğayı özleyen özgürlükçü insan, toplumda yaşamak zorunda olduğunu bilen ama herkesle aynı olmaktan korkan bireysellik mücadelesi veren insan, kendini anlamak isteyen ancak yüzleştğinde zaman zaman korkan ve hiç kimseyi tam anlamıyla çözemeyeceğine kanaat getiren insan, çocukluğunda sürekli baskı ve şiddete maruz kaldığı için amigdalası -beynin korku merkezi- gelişmemiş olan ve seri katil olduğunda incelemeler sonucu çevre etkenli *fizyolojik katil* olarak nitelendirilen insan, aşkı kalbinde duyumsayan ama beyninde yaşayıp beyninde öldüren insan, çocukken yaşadığı bir olay sonucu yetişkin olduğunda hâlâ hayata yetişemeyen ve bu konuda savaş vermekte güçlük çeken insan... Evet, bunların bir kısmı uç örnekler bir kısmı da hepimizin hayatında yaşadığı ikilemler, karmaşalar. Bu örnekler ışığında psikoloji bilimi de renkliliğini korumaya devam edecek ve her gün insana dair yeni bir soruyu

cevaplamakla yükümlü olacaktır. Bu yükümlülüğün yanı sıra 'insan' kendisi olabilme savaşı ve kendini çözme çabaları içerisinde yaşamı boyunca sorular ve doğruluğunu genelleyemediği cevaplar denizinde yaşamını sürdürmeye devam edecektir. Kesin bir doğrunun olmayışı sorular denizinin ısıltısını korumasına yardımcı olacak ve insanoğluna rengarenk yeni sorular sorduracaktır.

'CİNSEL AÇLIĞIN AFRIKA'SIDIR TÜRKİYE'

Hottobil

*İnsan zihni nasıl çalışır?
Bunu nasıl anlayabilirim ve anlatabilirim?*

Günaşırı, saat aşırı, dakika aşırı aslında durum aşırı değişen sosyal davranışlarımız vardır bizim. Şu anda, tam şu anda bu yazıyı yazarken, beynimin farklı bir bölgesini harekete geçirdim, gibi. Siz bu satırları okurken, bu satırlara başlarkenki hâlimden farklı bir zihinsel seviyedeyim. İlk başladığımda yazıyı, bu yazıyı benden bekleyenlerin ve bu tür yazıların nasıl yazıldığının rutinlerini oturtmuş kültürün sanırım getirdiği bir sonuç olarak, bu yazıyı akışa bırakmadan, sürekli ne söyleneceği, söylenmeden önce tasarlanan konuşmalar gibi başlamıştım. Ancak zihnimi akışına bırakmadan onun yaşadıklarıyla, tecrübesiyle bir şekilde ama hangi şekilde olduğunu anlamadığım bir şekilde bütünleşemiyorum. Bunun çok ilginç bir mesele olduğunu hatta şu sıralar düşündüğüm en önemli meselelerden birisi olduğunu söyleyebilirim. Bu meseleyi geçenlerde düşündüğüm-

de, üç ayrı zihinsel seviye belirlemiştim. Bu zihinsel seviyelere, kategorik adlandırmalar da yaptım. Şu anda bu yazıyı yazarken kendimi yüksek bir enerji, adrenalin, bütün duyargaları açkımış gibi hissediyorum. Peki, bu hissi oluşturmak için ne yaptım?Zihnimi boşaltma süreçlerinin, bazılarının 'no düşünce' olarak adlandırdığı, bir çalışması vardır. Peki, bu 'no düşünce' denilen şeyi nasıl öğrendim? Daygame adı verilen, özellikle Avrupa kıtasında ve Kuzey Amerika kıtasında -ABD başat tabii- gelişen bir tür sosyalleşme, adrenalin ve kadınlarla tanışma girişimi. Daygame adını, havanın görece aydınlık olmasından -ışıkla aydınlatılan geceler dâhil- ve açık havada tanışma hareketlerinden alıyor. Bu hevesin giderilmesi, özgüven yükselmesi ve en önemlisi gördüğümüz, ilgimizi çeken kadınların çoğunu dışarıda, bir yerden diğer yere yürürken görmüş olmamızın getirdiği istek ve zorunluktur. Yolda yürüyen bir kadını seslenerek durduktan sonra konuşmaya başlamak tahmin edebileceğiniz gibi çoğu kişinin 'asla yapamam' diyeceği bir davranıştır. Bir sporcu, bir olimpiyat sporcusu, insanların çoğunun hatta kendisiyle aynı sporu yapanların da büyük çoğunluğunun yapamayacağı seviyede zor da hareketlere başlayacaktır. Az sonra sporlarına başlamadan önce dururlar, konsantrasyonu arttırmak için, zihinlerini bir şekilde hangi şekilde olduğu önemli bir şekilde, zihinlerini dikkati dağıtacak unsurlardan arındırırlar. Bu arındırma işleminin nasıl olduğu ise, bütün bir çalışmamın başka bir konusudur.

SOSYAL PSİKOLOJİ BAĞLAMINDA BİR ZİHİN YAPISI: MUHAFAZAKÂRLIK

Mehmet Karasu*

Bu yazıda muhafazakârlığın baskın özelliklerini ve zihinsel arka planını sosyal psikoloji açısından anlamaya ve açıklamaya çalışacağım.

Muhafazakârlık, bireysel değişim ve gelişime dirençli; kolektif olanlarına uyumlu olmayı gerektiren bir zihinsel doku içerir. Bu doku bir yönüyle pragmatik bir içerikle harmanlanmıştır. Zira ‘yanlış’ı yapıp çoğunluk içerisinde kaybolmak, ‘doğru’yu yapıp yalnız kalmaktan çok daha kolaydır ve daha az bilişsel yük barındırır. Muhafazakârlık, güvenli ortamın temini adı altında kontrolü ve ahlaki teamüllerin devamlılığını öngörür. Bu açıdan muhafazakârlıkta ‘düzen’ kavramı başat roldedir. ‘Düzen’i korumak için düzene aykırı bireyler ‘şeytanlaştırılarak’ rahatlıkla feda edilebilir (bkz. Sivas Katliamı).

Muhafazakârlık bir yanıyla dinle ilişkili; diğer yanıyla dinden bağımsız olarak müstakil bir zihinsel yapıyı temsil eder. Bu açıdan dini inancı olmayan bir kimse de muhafazakâr bir zihne sahip olabilir. Muhafazakâr bir zihnin din sahasında diğer alanlara oranla daha belirgin görülmesinin birkaç sebebi var.

Bunlardan biri, dinin metafizik alanına ilişkin bilgilerin azlığıdır. Metafizik alana ilişkin duyuşal bilgilerin azlığı, muhafazakâr zihnin din sahasında görünürlüğünü pekiştirir. Zira muhafazakâr bir zihinde, deneysel olarak bilinemeyene karşı, güvenlik algısının duyarlılığı diğer zihin yapılarına göre daha yüksek görünmektedir. Bu ihtiyatlı duruş, mevcut pozisyonu keskinleştirerek diğerinin algısındaki görünürlüğün tonunu artırmaktadır. Muhafazakârlıktaki değişime dirençli tutumlar ve kontrol algısına ilişkin bu yüksek duyarlılıklar, din gibi bir sahada sergilendiği için doğal bir süreçle din ve muhafazakârlık kavramları zihinlerde birleştirilmektedir. Bir sonraki aşamada, din denilince muhafazakârlık, muhafazakârlık denilince din kavramları çağrışım yoluyla zihinlerde belirmektedir.

Muhafazakâr bir zihnin din sahasında diğer alanlara oranla daha belirgin görülmesinin diğer sebebi, Anadolu ve Mezopotamya topraklarında hâkim olan duygu hâlleriyle ilintilidir. Bu topraklarda belirsizliğin oluşturduğu kaygı ve güvensizlik algısı yüzyıllardır süregelen baskın duygulardır. Bu açıdan İslam dinindeki Ehli

* Psikolog

Sünnet yorumun bu topraklarda nispeten daha görünür olmasının güçlü bağlamsal nedenleri vardır. Zira Ehli Sünnet yorumunun içeriğinde 'düzen'i muhafaza etme, kurallara riayet, güvenlik ve istikrarı sağlama, evrimsel dolayısıyla yavaş süreçleri tercih etme ve 'yol'dan çıkanları cezalandırılma gibi ön kabullerin dinamikleri daha güçlüdür. Böylesi tutum ve davranış örüntüleri belirsizliği bertaraf etmek için araçsallaştırılarak kullanılmaktadır.

Her zihinsel yapının asli bir referans kaynağı vardır. Muhafazakârlık için bu kaynak, süre gelmiş olan kültürel kodlardır. Kültürel kodlar, kolektif bellekle nesilden nesile aktarılır. Süreç içerisinde bazıları fetişleşebilir; bazılarıysa tabulaşabilir. Erich Fromm'un tanımladığı ve insanın varoluşundan kaynaklandığını belirttiği beş temel ihtiyaçtan biri olan *algı dayanağına ihtiyaç* dürtüsü, muhafazakâr bir zihinsel dokuda kültürel kodlarla karşılanmaktadır. Bahsi geçen kültürel kodlar bireyin yaşadığı dünyayı tutarlı bir biçimde algılaması konusunda referans çerçevesi rolü üstlenmekle kalmaz, aynı zamanda bireylerin süreklilik duygusunu da tatmin eder.

Muhafazakâr zihin prototipi, belirli yaşam tarzındaki bireylerin ön plana çıkartılmasıyla idealize edilirse de her bireyin muhafaza ettiği 'şey' ve içeriği farklılaşabilir. Diğer bir deyişle, kendini *sosyal demokrat* veya *liberal* olarak konumlandıran bir bireyin,

muhafazakârdiye tanımlanan bir bireyden farklı olarak, farklı olgu ve durumlarda muhafazakâr eğilimler göstermesi kuvvetle muhtemeldir. Bu noktadan referansla, bireyleri kategorilere indirgeyip kavramaya çalışmak her ne kadar zihnimizin bilişsel yükünü hafifletse de kendi içerisinde ciddi anlamda problematikler barındırıyor, diyebiliriz. İnsanların eşyayı ve hayatı kavrama ve yorumları biçimleri, farklı bağlamlarda farklı zihin yapılarının tercihiyle farklılaşabilmektedir. O hâlde *üretilmiş hazır kategorilerle* insanı anlamaya çalışmak ancak incelenen birey hakkında ön bilgi vermesi ve çatı oluşturması açısından sembolik bir değere sahip görünüyor, diyebiliriz.

Carl Gustav Jung, '*Kuramlarını iyi öğren, ama yaşayan ruhun mucizesine dokunduğunda onları bir yana bırak!*' derken, kuramların, bir aşama daha ileri götürürsek, kuramları meydana getiren kategorilerin var olan süreçteki yaşanmışlıkları açıklarken kullanılmadaki zorluklarına, belki de çıkmazlarına gönderme yapmıştır.

Kaynaklar

Erol, A. (Ed.). (2011). *Anti-Homofobi Kitabı/3 - Heteroseksizme Karşı Gökkuşağı*, (1.Baskı).Ankara: Ayrıntı Basımevi.

Geçtan, E. (2008). *Psikanaliz ve Sonrası* (13. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.

POZİTİF PSİKOLOJİ

Veysel Bişgin*

Geleneksel psikoloji anlayışı ve modernist anlayışta psikoloji, bireyin olumsuz ve güçsüz yönlerine odaklanarak bunları çözme eğiliminde olan bir bilim dalı olarak bilinmektedir. Bu anlayışa temellenen yaklaşımlar sorun odaklı yaklaşımlar olup; bireyi, ‘anormal’ diye tabir edilen durumlardan çıkarıp ‘normal’ diye tabir edilen durumlara ulaştırmayı hedeflemektedir. Burada göz ardı edilmemesi gereken konu, psikolojinin sadece ‘anormal’ durumlarda müdahale eden ve bunları çözüme kavuşturmaya çalışan bir bilim olarak algılanmasıdır. Psikoloji, hâkim olan patoloji durumlarına yoğunlaştıkça yaşamaya değer bir hayat kurmak için olumlu özelliklerinden yoksun bir insan modeli ortaya çıkmıştır. Pozitif psikoloji temelleri 2. Dünya Savaşı öncesinde atılmış ve ilk örnekleri bu dönemde verilmiş bir psikoloji alanıdır. 2. Dünya Savaşı’ndan önce psikolojinin; zihinsel hastalıkları tedavi etme, yaşamı tüm insanlara daha verimli ve doyurucu kılma, yetenekleri

tanımlama ve geliştirme olmak üzere 3 belirgin misyona sahip olduğu belirtilmektedir. Pozitif psikolojinin ilk örneklerine bu dönemde Terman, Watson ve Jung’un çalışmalarında rastlamak mümkündür. Terman’ın çalışmaları yeteneklilik ve evlilik mutluluğu üzerine; Watson’ın çalışmaları etkili anne babalık üzerine ve Jung’un çalışmaları yaşamın anlamını keşfetme ve araştırma üzerine olmuştur. Pozitif psikoloji, geleneksel psikoloji anlayışının normal insanları ihmal ettiğini belirten, psikolojinin ‘normal’ insanlara ve güçlü yönlerine de en az patoloji durumlarında gösterdiği önemi göstermesi gerektiğini savunan, psikoloji bulgularının insanları, nasıl daha normal, daha mutlu, daha başarılı ve daha iyi olabileceklerini öğretmek için kullanılması gerektiğini vurgulayan ve ilk kez 1999 yılında Martin E.P. Seligman tarafından öne sürülen psikoloji yaklaşımıdır. Yeni bir alan olan pozitif psikoloji, bozuk olanı tamir etmek kadar, en iyiyi inşa etmeyi; hastalıkların iyileştirilmesi kadar, sağlıklı insanların yaşamlarını daha doyurucu hâle getirmeyi istemektedir. Seligman, pozitif psikoloji üzerine yaptığı bir konuşmada, pozitif psikolojinin 3 amacının olması gerektiğini belirtmiştir.

Bunlar;

- 1- Psikolojinin tıpkı insanların zayıf taraflarıyla olduğu kadar güçlü taraflarıyla da ilgilenmesi gerektiği,

* Psikolog

2- Psikolojinin insanların hasarlı yanlarını iyileştirmeye çalıştığı kadar güçlü yanlarıyla da ilgilenmesi gerektiği,

3- Psikolojinin hayatta iyi şeylerle ilgilenmesi gerektiği ve 'normal' insanların hayatlarını tatmin olacakları hâle getirmeye çalışması gerektiği, aynı zamanda deha ve yüksek yetenekleri geliştirmekle de ilgilenmesi gerektiğidir.

Seligman ve pozitif psikolojinin önderlerinden Csikszentmihalyi pozitif psikolojiyi şu şekilde tanımlamaktadırlar: *'Pozitif psikoloji alanı öznel düzeyde bakıldığında değerli öznel deneyimlerle ilgilidir: iyilik, memnuniyet ve tatmin olma (geçmişten); umut ve iyimserlik (gelecek için); akış ve mutluluk (şimdiki). Bireysel düzeyde pozitif kişisel özelliklerle ilgilidir: sevebilme yeteneği, cesaret, kişilerarası ilişki becerisi, estetik duyarlılık, azim, affetme, özgünlük, ileri görüşlülük, ruhanilik, yüksek yetenek ve bilgelik. Grup düzeyinde ise, vatandaşlık değerleri ve kişiyi daha iyi bir vatandaş olmaya yönlendiren özellikler yer almaktadır: sorumluluk, şefkat, yardımseverlik, nezaket, ölçülülük, hoşgörü ve iş etiği.'*

Pozitif psikoloji insanların karakter güçlerine odaklanır ve bunları geliştirmeye çalışır. Aynı zamanda kullandığı dil pozitif psikolojinin en önemli aracıdır. Karakter güçleri ve pozitif tecrübeler, yaşam doyumu

için pozitif psikolojinin temel endişeleri olarak yer etmektedir.

Pozitif psikoloji ekseninde karakter güçleri birçok toplumda araştırılan bir alan hâline gelmiştir. Bu araştırmalar için Eylem Değerleri Ölçeği'nden faydalanılmaktadır. Eylem Değerleri Ölçeği'nin farklı toplum ve kültürlerdeki araştırmaları, ölçeğin topluma uyarlama çalışmaları ve farklı kültürlerdeki yansımalarını yaşam doyumu, iyi oluş -well-being- gibi özellikler üzerinden karakter güçlerinin incelenmesi şeklinde yapılmaktadır. Pozitif psikolojinin ana amacı; ölçmek-anlamak ve sonrasında insan güçlerini ve yurttaşlık erdemlerini inşa etmektir. Fakat burada bireysel güçlerin ve yurttaşlık erdemlerinin kültürel, politik olarak ve evrensel yaklaşımlar çerçevesinde bilinmesi zorunluluğu mevcuttur. Pozitif psikolojinin bir sınıflandırmaya ihtiyacı olmuştur. Pozitif psikolojinin sınıflandırmasının ana amacı; iyi yaşamı inşa etmek ve bunun formülasyonuna rehberlik etmektir. Peterson ve Seligman bu sınıflandırmayı Eylem Değerleri Ölçeği anlamına gelen Values Inventory Action (VIA) olarak belirtmişlerdir. Bu sınıflandırma ihtiyacından hareketle karakter güçleri için bir hiyerarşi geliştirmişlerdir. Bu hiyerarşi 24 özel karakter gücünü ve 6 temel faktörü içermektedir. Bir karakter gücünün sahip olması gereken kriterleri ise 'aynı anda her yerde bulunma/yaygınlık, tatmin edicilik/doyuruculuk, ahlaki değer, diğerlerini küçümsememe, uygun/yerinde

olmayan zıtlık, özellik, ölçülebilme, ayırt edebilme, mükemmellik, deha, seçici yokluk ve kurumlar' olarak belirtmişlerdir. Peterson ve Seligman kriterlerin oluşum aşamasından sonra Eylem Değerleri Ölçeği'nin sınıflamasının ölçümlerini İngilizce konuşan ve Batı dünyasındaki ülkeleri baz alarak genç ve yetişkin örneklem üzerinde yapmışlardır. Yapılan çalışmalar sonucunda 6 temel faktör ve 24 özel karakter gücüne ulaşmışlardır. 6 temel faktör; bilişsel kuvvetler/bilgelik ve bilgi, cesaret ve duygusal kuvvetler, sevgi ve kişilerarası kuvvetler, hakkaniyet ve adalet kuvvetleri, ölçülülük/ılımlılık ve aşkınlık olmakla birlikte 24 özel karakter ise; merak ve dünyaya duyulan ilgi, öğrenme aşkı, muhakeme ve eleştirel düşünme, orijinallik, bakış açısı, cesaret, çaba, dürüstlük, zevk, aşk/sevgi, nezaket, sosyal zekâ, sadakat/bağlılık, adalet/adil olma, liderlik, bağışlayıcılık/merhamet, alçakgönüllülük/ılımlılık, tedbirlilik, özdenetim/otokontrol, güzellik ve mükemmelliğin takdiri, minnettarlık, umut, neşe ve ruhaniyet olarak tanımlanmıştır.

Pozitif psikoloji şüphesiz ana akım psikoloji anlayışından farklı bir tema üzerine şekillenmiştir. Amacı, savunduğu görüşler ve uygulama biçimiyle psikoloji görüş yelpazesini genişlettiği sonucuna varılabilir. Eylem Değerleri Ölçeği kullanılarak farklı kültür ve toplumlarda uyarlama çalışmaları yapılmakta olan pozitif psikolojinin, psikoloji tarihi temel alındığında

yeni ve uzun soluklu bir yaklaşım olacağı öngörülebilir. Tabi ki kültürel uyarlamalarda birçok dışsal etkenin sonuçları etkilemesi, tam anlamıyla orijinal uygulamayı sağlayamayacağından bunun ilgili yaklaşımın temel sorunu olduğu düşünülmektedir.

Kaynaklar

Kararımak, Ö. ve Siviş, R. (2008). Modernizmden Postmodernizme Geçiş ve Pozitif Psikoloji. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (30),102-115.

Park,N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Strengths of Character and Well- Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23 (5), 603-619.

Peterson, C. (2006). The Values In Action (VIA) Classification of Strengths. M. Csikszentmihalyi, & I. S. Csikszentmihalyi (Ed.), *A Life Worth Living* (29-49). New York: Oxford University Press.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.http://www.ted.com/talks/lang/tr/martin_seligman_on_the_state_of_psychology.html

İNANÇ PSİKOLOJİSİNE GİRİŞ

Mehmet Karasu*

Bu yazıda inanç psikolojisine dair, işin ehline bilinen ancak yeni başlayanlar için öğretici değeri olduğunu düşündüğüm, bazı temel meseleleri yazmaya çalıştım. Okumayı ve kavrayışı kolaylaştırması adına paragrafların üstlerine her bir paragrafla ilgili sembolik sorular yerleştirdim. Sorular, sonradan yerleştirildiği için, bahsi geçen paragraflardaki tüm bilgilere karşılık gelmemektedir.

İnanç psikolojisi ve din psikolojisi ayrımı nedir?

İnanç psikolojisine dair bazı temel bilgilerden evvel inanç psikolojisini neden din psikolojisi olarak isimlendirmedigime açıklık getirmek isterim. ‘İnanç’ kelimesi ‘din’ kelimesine göre daha geniş kitlelere hitap eden ve nispeten daha az kalıp yargı barındıran bir çağrışım burcuna sahip görünüyor. Öte taraftan, ‘din psikolojisi’ kavramı Türkiye’de daha çok İlahiyat fakültelerinin sahiplendiği bir kavram olup, zihinlerde nispeten İslam diniyle ilişkilendirilmektedir. Oysaki inanç

kavramının içerisine diğer din mensuplarının algılarını, herhangi bir dine mensup olmayan bireylerin dinsel metafizik içerik barındırmayan inanç hâllerini veyahut herhangi bir dine inanmayan bireylerin inanç algılarını daha kolay dâhil edebiliriz.

İnanç nedir?

İnançlar, ihtiyaçlarla başlayan ve -dinsel olan veya olmayan- metafizik alandaki kavramlarla bağlam içerisinde an be an inşa edilen ve hatta bilinçli eylemlerden oluşan yapılardır. Bilinç faktörü, inancı, inanış kavramından ayırt eder. Zira bilinç; kontrol, farkındalık ve uyanıklık bileşenlerinden oluşan bir süreçtir.

Neden inanırız?

Bireyler güvenlik, sığınma, kontrol, sosyal uyum ve varoluşsal ihtiyaçları nedeniyle kendini aşan bir *varlığa* inanma eğilimi taşırlar. İnanma eğilimi pek âlâ fizik ve metafizik alanı var eden bir *varlığın*, bireylerin özlere içkin yerleştirdiği bir sistemi olabilir. Bu sistem dairesel bir model olarak betimlenebilir. Dairenin üstünde *aşkın varlık*, tam altında ise insanı tahayyül edersek, *aşkın varlıktan* insana, insandan *aşkın varlığa* bir etkileşim söz konusudur. Bahsi geçen bu kozmik bakıştan meseleyi gereğinden fazla mistifike etmeden istifade edilebilir. Zira bir adım sonrası ilahiyat alanının sınırları içerisine giriyor gibi görünmektedir.

* Psikolog

Nasıl inanınız?

Bireyler doğuştan gelen eğilimlerle, gerçekliği ve insan bilincini aşan bir *varlığa* inanma formundadırlar. Bu form bir çerçeve gibidir. Çerçevenin içeriği çoğu zaman sosyal ve kültürel şekillendiricilerle inşa edilir. İnşa süreci kimi zaman doğrusal, kimi zaman döngüsel bir zamansallıkla işler. Zamansallık algısı, 4. boyutun yani zamanın mekânla olan ilişkisinden dolayı önem arz etmektedir. Zira insan bilinci zaman-mekân ekseninde var olmaktadır.

Bilinç metafizik alanı kavrar mı?

İnsan bilinci, metafizik alanın varlığını ve bazı niteliklerini kavrayabilecek bir formda olsa da temelde bu alanın tüm niteliklerini kavrayamayacağının farkındadır. Zira bu alana ilişkin duyusal verilerin azlığı bu durumu tetikliyor gibi görünmektedir. Metafizik alana ilişkin bütün boyutların, bilişsel olarak, kavranamayacağını fark etmek bir açıdan üst bilişsel bir faaliyettir. Burada biliş ve üst biliş kavramlarına yüzeysel olarak değinmekte fayda görüyorum. Biliş, *şeyler* hakkında bilgi ve farkında olma hâliyen; üst biliş, biliş hâllerinin farkında olunmasıdır. Bilincin bu katmanlı ve dinamik işleyişi olaylar ve durumlar arası geçişleri mümkün kılar.

Ritüeller neden var?

İnançların tekrarlayan hareketleri olarak isimlendirilen ritüeller, inançları anlamlı ve değerli kılma araçla-

rıdır. Diğer taraftan ritüellerin varoluşsal problemlere - *ölüm, yalnızlık, anlam, özgürlük, kimlik, izolasyon*- karşı da sağaltıcı bir misyon yüklendiğini söylemek mümkündür. Ritüellere yüklenen bireysel, sosyal ve varoluşsal anlamlar, onların kalıcılığını ve etki gücünün yoğunluğunu artırıyor gibi görünmektedir.

TOPLUM İÇİNDE BİREY: BİREYİN İÇİNDE TOPLUM

Hottobil

● İlk tek hücreli canlıdan günümüze, dünyada, canlılık hem kendini kendisiyle çoğaltarak hem de kendisini başka türlere zamanla evirerek varlığını arttırarak sürdürmüş. Çoğalan canlı sayısıyla beraber sadece hayvanlar arasında değil, tüm canlılar arasında karşılıklı etkiye dayalı birlikte yaşam devam etti. Canlılar arasındaki süregelen bu etkileşimlerin nedenleri ve sonuçları, galiba daha çok, mutualist, parazit gibi ilişkilerin yanı sıra belki de daha önemli olarak avlananlar ve avlayanlar içindeki ve canlı-cansız ekosistemdeki toplu yaşam içinde canlıların ve cansızların hem birbiri içerisinde hem de birbirine karşı oluşan birliktelikleri geçmişten gelen bu toplu yaşamın var ettiği bilincin kökenini oluşturmuştur.

Toplum ve topluluk içinde yaşayan canlıların psikolojileriyle ilgili yukarıda anlattığım özellikle beslenme ve korunma gibi nedenlerle evrimsel süreçte gelişmiş

olan bilincin varlık etkeni olarak sadece soyut olan bir düşünce değil, aslında bu etkinin nedeninin zaten canlıda var olan biyolojik bir merkezin kontrolünde olmasını beklemek gerekiyor. Bu anlamda insanların bir gruh halinde benzer fikirler, benzer davranışlar ve eylemlerle yaşamını devam ettirmesi yani yaşamdaki arkadaşlık ilişkilerinin grup grup birbirine benzer insanların oluşturduğu sanki bir parti haline gelmesi ve bana göre günlük yaşamımızda arkadaşlık ilişkilerinin belki de en merkezinde olan olay ya da durum olmasını bazı nedenleriyle bir gazetede okuduğum şu yapılmış deneylerle anlayabiliriz. Swarthmore Üniversitesi'nden Psikolog Solomon Asch 1951 yılında yaptığı bir çalışmayla bireylerin fikirlerini sadece soyut düşünceler olarak değil çok açıkça gözüken somut nesnelerde bile kararını çoğunluğun ortak görüşüne uyarak değiştirdiğini bilimsel olarak göstermiş. Bu karar değişikliği veya o yönde karar verme eğilimi net olarak gözüken çoğunluğun yanlış kararlarında bile var olmakta ve daha sonra bazı bilim adamları bu hâli açıklarken uyum sağlamanın nedeni olarak sosyal ortamda kendini kabul ettirmek ve güvende olma isteğinin yarattığını söylemişler ve diğer deneylerde ortak görüşe aykırı bir davranışın bir psikolojik rahatsızlık olan anksiyete ve yalnızlaşan kişinin kafasında karmaşaya yol açmakta olduğu belirlenmiş. Bu hâl, farklı davranışlar yaptığımızda oluşan iç gerginliğin, korkunun, sıkıntının vb. başka duyguların bu şekilde kişiyi ele geçişi ve burada bu etkinin somut olarak

kendini hissettirmesini sağlayacak bedende organik bir etki mekanizması olduğunu düşündürüyor. Bir sosyal nörobilimci Radboud Üniversitesi'nden Vasily Klucharev, elde edilen sonuçlardaki durumun beyindeki pekiştirici öğrenmeyle ilgili sistemin rolü olduğunu düşünüyor. Geçmişte yapılan bazı araştırmalarda beyindeki öğrenme sisteminin parçaları olan rostral singulat bölge ve nukleus akkumbensin insanların bir bahis oyununda kötü karar vermiş olmaları ya da stratejilerini değiştirme durumunda bu bölgelerin etkinliğinin arttığı gözlemlenmiş ve Vasily Klucharev bazı meslektaşları ile toplumsal beklentilerin dışında onlara da aykırı olabilecek şekilde davranıldığında gene aynı sistemin çalışıp çalışmadığını beyin işlevsel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) adı verilen galiba bir cihazla kayıt altına alınmış. Deneyin yapılış yöntemini atlayıp sonuçlarına gelirsek ortaya çıkan sonuçta, farklı bir davranışın yapılış esnasında ya da sonucunda bu bölgelerde aktive artışı gözlenmiş.

Toplum içindeki insanın psikolojisi üzerine yapılan bu deneyler bizlere kendini sorgulayabilen insanın sorgulayabildiği zamandan beri bilebileceği, zaten bazı düşünenlerin bildiği, bazı gerçekleri bilimsel olarak sinirsel ve biyokimyasal olası mekanizmasıyla beraber açıklamaya çalışmıştır.

TÜRKİYE'DE İNANÇ PSİKOLOJİSİNE DAİR BAZI YEREL ELEŞTİRİLER

Mehmet Karasu*

Toplumların akışkan ve sürekli değişen dinamik yapısı, bazı dönemlerde belli sosyal olguların görece daha ön plana çıkmasına yol açar. Türkiye’de özellikle 1980lerden başlayarak 2000lere doğru değişen ve dönüşen sosyo-politik iklim ve İslami oluşumların etkin faaliyetlerine bağlı olarak, bireylerin zihinlerdeki inanç, din ve dindarlık algılarında ciddi değişimler açıkça fark edilmektedir. Bu fark, dindar kesimin geleneksel İslam anlayışından, İslam dininin öz kaynağına -*Kuran-ı Kerim*- referanslı bir anlayışa doğru dönüştüğü gerçeğiyle görünürlüğünü artırmıştır. Söz gelimi, başörtüsü 1980’lerden önce ‘namus’ kavramıyla özdeşleştirilirken, şimdilerde ‘dinin bir emri’ olarak telakki edilmektedir.

Türkiye’nin sosyo-politik yakın tarihinde devlet eliyle gerçekleştirilen kimi inkılâplar, -*cumhuriyetin ilanı*

(1923), halifeliğin kaldırılması (1924), medreselerin kapatılması (1924), öğretimin birleştirilmesi (1924), şer’iyye mahkemelerinin kapatılması (1924) diyanet işleri başkanlığının kurulması (1924), şapka ve kıyafet inkılâbı (1925), tekke, zaviye ve türbelerin kapatılması (1925), mecellenin kaldırılması (1926), laikliğin kabulü (1928) vb.- çeşitli İslami oluşumlarca, dine karşı bir ‘tehdit’ olarak algılanmış ve bu dini oluşumlar 1980’lerin ortalarına kadar faaliyetlerini ‘yer altından’ sürdürmüşlerdir. Sözü geçen faaliyetler, daha sonraki süreçte, siyasi iktidarın dindarların ‘lehine’ duruşu, demokratikleşme çabaları, dindarların önemli bir kısmının ekonomik refaha ermesi gibi pek çok irili ufaklı faktörün farklı oranlarda bileşimi sayesinde belli doygunluğa erişmiş ve zihinlerde görünür hâle gelmiştir. Özellikle günümüzde bahsi geçen dini faaliyetlerin nispeten daha etkin işleyen sisteminin ivmesini görmek hiç kimseyi şaşırtmıyor olmalı.

Psikoloji bilimi için inanç, din ve dindarlık algılarının değişip dönüşmesi, algı ve zihniyet yapılarını anlayabilmek adına ciddi araştırma alanları olarak değerlendirilebilir. Ancak Türkiye’de inanç psikolojisi, teorik olarak psikolojinin bir alt araştırma alanı olmasına rağmen pratikte pek az psikoloji eğitimi almış araştırmacının sistemli olarak üzerinde durduğu bir disipline karşılık gelir. İnanç gibi psikolojik, sosyolojik, fizyolojik ve hatta evrimsel arka planları bulunan bir olgunun psikoloji camiası tarafından ‘ana damar’

* Psikolog

olarak incelenmemesinde pek çok siyasi, kültürel, ekonomik ve yöntemsel sebepler olabilir. Bununla beraber, bahsi geçen durumu sosyal bilimlerin mekânsal ve ontolojik yapısıyla ilişkili bazı etkenlerin de etkilediğini düşünüyorum. Örneğin, bilim dünyasının doğa bilimleri alanında multidisipliner eğilimler ve girişimler artsa da -biyokimya, biyofizik gibi- sosyal bilimlerde, bu süreçler evrimsel yani daha yavaş işliyor görünmektedir. Söz gelimi çoğu kez aynı koridor ya da yakın katlarda yerleşim gösteren sosyoloji, psikoloji, tarih, antropoloji gibi sosyal bilimler arasında derin bir iletişimsizlik söz konusudur. Bir sosyal bilim disiplinin çalışmalarından diğerleri genellikle ‘habersizdir’. Özelleştikçe ayrışan ve birbirinden kopmuş izlenimini veren bu disiplinlerin insanla ilgili inşa ettikleri bilgiler, çoğu kez multidisipliner olarak telif edilmemekte, bu durum ise ‘parçalar’ arasında kaybolmuş bir ‘*yap-boz insan motifine*’ neden olmaktadır. Muhtemelen insana dair pek çok çalışmanın indeterministik -*belirlenmezcilik*- bir yönünün de oluşu bu durumu tetikleyebilir. Zira atomda, hücrede veya yıldız içerisinde, insanda olduğunu söylediğimiz formda, bir iradenin olmayışı sosyal bilimler için doğa bilimlerinde olduğu gibi deterministik -*belirlenimci*- bilgiler inşa etmeyi mümkün kılmamaktadır. Diğer taraftan inanç psikolojisi her ne kadar Türkiye’nin psikoloji camiası tarafından yeterince çalışılmamış bir alan olsa da, Türkiye’deki İlahiyat Fakültelerinin Din Psikolojisi Ana Bilim Dalları -din psikolojisi adı altında-

özellikle son 25 yılda pek çok çalışma gerçekleştirmiştir. Bu bağlamda gerçekleştirilen çalışmaların bir kısmı Batılı araştırma yöntemlerini referans alarak ‘bilimsel’ ölçütler çerçevesinde yapılırken; diğer bir kısmı dini temelli referanslarla ele alınmıştır. Aynı koridor ya da yakın katlarda yerleşim gösteren sosyal bilim dalları arasında dahi mekânsal ve ontolojik nedenlerden ötürü iletişim kopukluğunun olması, İlahiyat Fakülteleri kaynaklı din psikolojisi araştırmalarının niçin çoğu kez dikkate alınmadığını daha anlaşılır kılmaktadır. Bu durumun, tahmin edebileceğiniz üzere, ideolojik dinamikleri de vardır. Ancak mesele- nin o yönüne vurgu yapmanın pratik sonuçlar vereceğini zannetmediğim için sadece sosyal bilimlerin mekânsal ve ontolojik duruşunun çıktılarına dikkat çekmek istedim.

Son Söz

Bana göre, sosyal bilimcilerin ‘sosyal sorumluluk’ hissederek bahsi geçen ikircikliğe bir son vermesi Türkiye’de sosyal bilimlerin geleceği açısından hiç kuşkusuz büyük önem arz etmektedir.

Kaynaklar

Bayramoğlu, A. (2006). ‘*Çağdaşlık hurafe kaldırmaz*’ demokratikleşme sürecinde dindar ve laikler (1. Baskı). İstanbul: TESEV Yayınları.

Köse, A. (2008). *Türkiye’de Psikoloji ve Din Psikolojisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

ÇEVRE PSİKOLOJİSİ AÇISINDAN BİR FİLM ANALİZİ: *KİMLİK*

Mehmet Karasu*

Film, Malcolm Rivers adındaki ‘hastanın’ 6. seansındaki ses kaydında söylediği, ‘*merdivenlerden çıkarken orada olmayan bir adamla karşılaştım; bugün de orada değildi, keşke dedim keşke gitse*’cümlesiyle başlar. Dr. R. Mallick, hastası olan Malcolm Rivers’in bu sözlerini bir şiir olarak niteleyer ve hastasının geçmişine yani ‘çocukluğuna’ dair sorular sorarak onu tanımak ister. Annesinin fahişe olduğunu ve ‘meşgul’ olduğu sürece onu otel odasına terk ettiğini belirten Malcolm Rivers, 6 kişiyi öldürmüş ve ölüm cezasına çarptırılmıştır. Dr. R. Mallick, cinayetlerin sebebini tahrip olmuş ruh sağlığına bağlamakta ve yeni ortaya çıkan bir Rivers’in günlüğüyle onun cezayı ehliyeti olmamasına delil getirmektedir. Böylece ölüm cezanın kalkmasında onun için tanıklık yapmak istemektedir. Kararın tekrar görüşülmesi için yargıç apar topar infazdan yirmi saat önce aranır ve

görüşmenin yapılacağı yere çağrılır. Bu duruma çok sinirlenen yargıç söylene söylene fırtınalı bir gecede kararın görüşülmesi için yüksek tavanlı, *çizgileri statü ve hiyerarşiyi hatırlatan* bir binaya gelir. Binada dikdörtgen bir masa etrafında oturan bir grup insan vardır. Masanın kısa köşesinde *masanın erkini* elinde bulunduran yargıç otururken; diğer uzun kenarlarında doktor, avukat, diğer görevliler oturmaktadır. Masanın diğer kısa köşesinde ise yani yargıcın tam karşısında da tekerlekli sandalyeye bağlanarak getirilen mahkûm Malcolm Rivers vardır. Binanın *yüksek tavanlı* oluşu bir yandan insana *huzur ve güven duygusu* pompa ederken diğer yandan sebebini anlamlandıramadığımız bir *ürperti duygusu* vermektedir.

Fırtınalı bir gecede etrafı ıssız bir çöl bölgesinde bulunan bir Motelde çeşitli olaylar on insanı bir araya toplamaya neden olmuştur. Motel genellikle tek katlı dairelerden oluşan şehre uzak, yaklaşık 10 odasına bulunan yerel bir dinlenme tesisi gibidir. Her odası standart olan motel, oturma odası, yatak odası ve tuvalet banyodan oluşan bir yapıdadır. Motelde otel sorumlusu (*Larry*), limuzin şoförü (*Ed*), fahişe (*Paris*), bir katili (*Robert Maine*) nakleden bir polis (*Rhodes*), 80'li yılların bir televizyon yıldızı (*Caroline Suzanne*), yeni evli bir çift (*Ginny-Lou*) ve kriz içinde olan 3 kişilik aile (*George York-Timmy York-anne*) bulunmaktadır. Otel sorumlusu tarafından çeşitli odalara yerleştirilen insanlar sığınacak bir yer bulmanın getirdiği *rahatla-*

* Psikolog

ma hissiyle hareket ederken, bu insanların teker teker ölmeye başlaması rahatlık hissinin yerinin *korku*-ya bırakılmasına sebep olur. İlk ölüm 80'li yılların bir televizyon yıldızı olan Caroline Suzanne'nin başına gelir. Motelin 'kötü' şartlarından kurtulmak için cep telefonu ile devamlı surette bir yerlere ulaşmaya çalışan aktrist, hatların olmaması nedeniyle mekânını değiştirmek için dışarı çıkar. Telefonunun çekmesi için açık bir alana doğru yürüyen Caroline Suzanne, şiddetli yağışın olduğu *ıssız ve karanlık bir alanda* kafası kesilerek öldürülür. Sonra kesik başı çamaşırhanedeki bir makineye atılır. Makine içersinde dönerken bulunan kesik baş ve birkaç eşyanın yanında 10 numaralı odanın anahtarı vardır. Açığa çıkan cinayet sonrası, odalarına dağılmış insanlar, 3 kişilik çekirdek ailenin odasında toplaşır ve huzursuzluklar ayyuka çıkar. Buradan içgüdüsel olarak *kaos zamanlarında* birbirine yaklaşan canlılar gibi insanların da birbirine yaklaştığını ve adeta *kalabalık etkisi* oluşturarak *rahatlamaya* çalıştıklarını görebiliriz. Katil, polis Rhoden tarafından banyoya kilitlenmiştir. Onu bir odaya yerleştirmek yerine banyoya kilitlemek belki güvenlik endişesinden kaynaklansa da bu durum onun *sosyallik hakkının ihlal* edilmesine işaret eder. Bu durumsa *dışlanmanın mekânsal ifade* bulduğu sahnelerden biridir. Neticede katilin cinayet sıralarında kaçması ve 10 numaralı odanın banyosunda kilitli olması, bütün şüphelerin onun üzerine çekilmesine neden olur. Bu esnarlarda Paris, en son 'işinde' birlik-

te olduğu adamın pahalı çakmağını çalmıştır. Çakmağı *kendileyen* Paris, çantasını karıştırdığında çakmağı eline alır ve o huzursuz anlarda kısmi bir *rahatlama* hisseder. Yeni evlenen çiftse kaos ortamının da etkisiyle tartışmaya başlar ve odalarında da tartışmaları sürer. Tartışmanın iyice şiddetlendiği anlarda Ginny *mahrem bir alan* oluşturmak için kendini banyoya kilitler. Ginny adeta banyonun duvarını *mahremiyet duvarı* gibi kullanmıştır. Gimmy için mahremiyetin *duygusal boşalma* ve *rahatlama* fonksiyonları bu esnada devreye girer. Lou'nun kapıyı zorlamasına rağmen Ginny kapıyı açmaz, sonra derin bir sessizlik olur. Sessizliğin oluşturduğu '*merak*' duygusu kapıyı açmaya sebeptir. Kapıyı açan Ginny için iş işten geçmiştir çünkü Lou çoktan bıçaklanarak öldürülmüştür. Hemen diğerleri gelir ve olayı anlamlandırmaya çalışır. Filmin önemli detaylarından birisi de hiç kimsenin motelden kaçma teşebbüslerinde başarılı olamamasıdır. Bunun ilk örneği katil Robert Maine'e aittir. Katil olduğu için 'hak ettiği' yer olarak banyoya kilitlenen Robert Maine, kaçabilmeyi başarmıştır. Sonrasında çamurlu yollardan acele bir biçimde kaçmasına ve motelden uzaklaşmasına rağmen dönüp dolaştığı yer motelin kullanılmayan yemekhanesidir. Neticede burada kısıtılan katil dövülerek bayıltılır ve bağlanır. Limuzin şoförü olan Ed aslında sağlık izninde olan bir polistir. Ed işinde yaşadığı çalkantılı olaylar yüzünden sorunlar yaşamaktadır. Ed bir polis olduğundan motelde meydana gelen cinayetlerin ardından kontrolü

ele alır ve kanıtları toplamak için dolaşır. En son cinayet mahallinde kanıtların kaybolmaması için fotoğraflar çeken Ed, Lou'nun kanlı parmakları arasında da bir odanın anahtarını görür. Bu 9 numaralı odanın anahtarıdır. Yemekhanede bağlı olarak bırakılan katilin başına bırakılan motel sorumlusu Larry, ölen aktivistin paralarını çalmak için oradan ayrılır ve Ed bunu görünce kızar ve yemekhaneye gittiklerinde katilin ağzından beyzbol sopası sokularak öldürülmesi bütün şüpheleri otel sorumlusu Larry'e çevirir. Çünkü beyzbol sopası Larry'e aittir. Larry'nin beyzbol sopasını *kendilemesi* onun üzerinde adeta *özel bir işaret* bırakmasına denktir. Ayrıca katilin yanı başında 8 numaralı odanın anahtarının bulunması da gizemi iyice artırır. Larry yaşanan karışıklıktan istifade eder ve kaçmaya çalışır. Garajdaki arabayı alalecele çalıştırır ve tam garajdan çıkacakken yolun ortasında bulunan çocuğu yani Timmy'i babası kurtarmak için yola atlar ve Larry ona çarparak öldürür. Yaşanan kargaşada Larry'nin aslında otelin sorumlusu olmadığı ortaya çıkar ve anlattığına göre olaylar geçmişte şöyle cereyan eder: Vegas'ta kumar masasında paralarını kaybeden Larry arabasının boşalan deposunu doldurmak için Motele gelir. Motelin asıl sorumlusunu bürosunda ölü olarak bulur. Kalp krizinden şüphelenir Larry. Sonra birden oda arayan yedek parça satıcısı gelir. Parasız Larry 30 Dolara bir oda kiralar ve motelin asıl sorumlusunun sıcakta kokmaması için derin dondurucuya yerleştirir. Daha sonradan motelin asıl

sorumlusunun akrabalarının motele gelebileceği ihtimali üzerine böyle bir işe girişen Larry artık motelin sorumlusu gibi davranır ve orada yaşamaya başlamıştır bile. Bir taraftan cinayetlerin şüphelisi konumuna düşen Larry, diğer taraftan anlattığı hikâyeye Ed ve Paris'in zihinlerinde cinayetleri işlememiş *algısını* oluşturmuştur. Ginny ise havanın gizemli oluşunu yıllar önce o bölgeye yerleştirilen ve susuz bırakıldıkları için ölen Kızılderililere bağlayarak artırmıştır. Ginny daha önceden izlediği bir filme atfen aralarında bir bağ olabileceğini ve olayların o bağdan kaynaklanabileceğini öne sürer. Sonra o baği çözmeye çalışırlar. Bu esnada ise yan odada kazada yaralanan Timmy'nin annesi ölü olarak bulunur. Yatağının altında 6 numaralı anahtarın bulunması gizemi iyice artırır. Ancak bir terslik daha vardır 10 numaradan geriye birer birer azalarak bırakılan oda anahtarları en son ölümden 8'den 6 numaraya inmiştir? 7 numaranın olmadığını fark eden Paris 7 numarayı sorar. Bunun üzerine hemen dışarı çıkarlar ve Larry'nin arabasıyla çarptığı Timmy'nin babasının cesedinin yanına giderler. Aradıkları cevap oradadır. Timmy'nin babasının cebinden de 7 numaralı odanın anahtarı çıkar. Ed, Jimmy ve Timmy'nin arabada kalan az yakıta rağmen moteli terk etmelerini söyler. Ardından acele bir biçimde arabaya doğru giden ikili moteli terk etme teşebbüsünde bulunmuştur. Ancak ilk teşebbüste bulunan katil gibi onlar da başarısız olmuş ve gidecekleri arabaları patlamıştır. Patlayan arabayı söndürdük-

ten sonra arabada hiçbir ceset kalıntının olmaması ortamı iyice gerer. Sonrasında odaya doğru girerlerken dışarıda olan Timity'nin babasının cesedinin kaybolduğu fark ederler. Keza katil, Lou, aktrist Suzanne, Timity'nin annesinin cesedi de kaybolmuştur. Hepsinin bulunduğu yerler hiç bozulmamış ve tertemizdir. Sonra kendi aralarında konuşurlarken kalan 4 kişinin doğum tarihlerinin aynı olduğu çıkar. Hepsi Mayıs ayının 10'unda doğmuştur. Larry motelde kalan diğer insanların belgelerinin olduğu kutuyu açtığında onların da doğum tarihlerinin aynı olduğunu görür. O esnada motelin tepesine yıldırım düşer ve elektrikler gider. Sigortayı aramak için dağılan dördülden Ed odada kalır. Filmin başlangıcında Malcolm Rivers'in sözünü tekrarlar: *'merdivenlerden çıkarken orada olmayan bir adamla karşılaştım; bugün de orada değildi, keşke dedim keşke gitse'* O esnada Malcolm Rivers'in Ed'in kişiliğine bürünen adam olduğu açığa çıkar.

4. derece kişilik çözülmesi teşhisi koyulan Malcolm Rivers'in yaptığı cinayetlerden önce günlüğüne yazılar yazdığı ortaya çıkar. Her cinayette başka bir kişiliğe bürünen Malcolm Rivers'in suçlarından sorumlu olmadığı ispatlanmaya çalışılır. Toplantıda söz alan Dr. R. Mallick kişilik çözülmesini anlatır ve tedavisin olmadığına atıfta bulunarak, farklı kişiliklerin birleştirilmesinin çözüm olabileceğini söyler. İçeriye getirilen Malcolm Rivers, Ed'in kişiliğindedir. Onunla konuşur-

larken sanki Rivers değil Edward'tır. Hatta kendi fotoğrafı gösterilmesine rağmen tanımadığını belirtir. *'Şiddetli travmalar yaşayan bir çocuğun ruhu bölünebilir ve başka kişilikler oluşturabilir'* açıklamasında bulunan Dr.R. Mallick, Malcolm Rivers'in çocukluğuna atıf yapar. Çoklu kişilik sendromu içerisine girdiği söyler. Filmin başındaki gazete manşetlerinden Malcolm Rivers'in çocukken annesi tarafından işkenceye maruz bırakıldığını anlıyoruz. Ayrıca yine annesi tarafında otel odalarına kapatıldığı ve yalnız bırakıldığını kendisi ifade eden Malcolm Rivers'in kişilik çözülmesine girmesinde yaşadığı bu hadiselerin etkili olması kuvvetle muhtemeldir. Toplantı esnasında Dr. R. Mallick'in, Edward kişiliğine bürünmüş Malcolm Rivers'a bir ayna vermesi ve kendi kendine bakmasını sağlaması Malcolm Rivers'ı korkutur. Çünkü kendi *'ben'ine yönelik imgesi bozulmuştur. Farklı bağlamlarda farklı kişiliklere bürüne bir adamdır.* Aslında bu kahramanların hepsini çocukken Malcolm Rivers kendi zihninde oluşturmuştur. Her kişiliğinin adını bir eyaletten almıştır. Bütün kişiliklerin birleştirilmesi gerektiğini öneren Dr. R. Mallick bunu yapmaya çalışır. Bütün kişilikleri bir araya getirmeye çalışırken *'şiddet'* yaşanacağını ifade eden Dr. R. Mallick bu şekilde onun içindeki kişiliklerinin sayısının azalacağını ön görür. 4 yıl önce 6 kişinin öldürülmesi olayını o kişiliklerden birisi işlemiştir. Ama kim? Dr. R. Mallick cinayeti yapan o kişiliğinin hayatta kalmaması telkini ni Malcolm'a verir. Eğer Malcolm'un 6 kişiyi öldürdü-

ğü kişiliğini ortadan kaldırırsa idam cezasından kurtulacaktır. Kendi içinde inanılmaz çatışmalar ve devinimler yaşayan Malcolm Rivers o cinayetleri Edward kişiliğinde yapmıştır. Daha doğrusu Dr. R. Mallick öyle zannetmektedir. Moteldeki yani zihninde oluşturduğu moteldeki kişiliklere geri dönen Malcolm Rivers'ın 4 kişiliği kalmıştır. Bunlar, Paris, Edward, Larry ve polis Rhodes'dir. Malcolm diğer kişiliklerini zihninde aşama aşama öldürmeye çalışmış ve şiddetli bilişsel çelişkiler yaşamıştır. Zihnine geri dönen Malcolm olaylar dizisine şöyle devam eder: Paris, Rhodes'in aslında bir polis değil, aksine bir zanlı olduğunu arabanın torpido gözündeki belgelerden anlar. Polisi öldürerek onun kıyafetlerini giyen Rhodes de aslında Malcolm Rivers'in kişiliklerinden birisidir. Polisle Larry arasında çıkan kavga sonucunda Rhodes, Larry'i silahıyla vurarak öldürür. Sıra Paris'i öldürmeye gelmiştir. Paris'i silahıyla kovalayan Rhodes, ateş eder ama ıskalar. Korunmak için küçük bir depoya sığınan Paris, buranın güvensiz olduğunu düşünerek orayı terk eder. Zaten hemen ardından Rhodes de oraya rahatlıkla girebilmiştir. Depodan kaçan Paris, Ed ile karşılaşır. Ed onu yatıştırır ve yanından ayrılır. Rhodes ve Ed'in karşılaşması gerekir artık. Nitekim moteldeki odalardan birinin önünde karşılaşan Ed ve Rhodes birbirlerini vurur ve Ed ağır yaralanmıştır. Rhodes ise ölmüştür. Paris, Ed'e yardıma gelir ama Paris'in yardım etme çabalarına Ed karşılık vermez. Çünkü ölmesi gerekir. Çünkü Malcolm Rivers, Ed'i öldürmelidir öl-

dürmelidir ki idam cezasından kurtulabilsin. Ed, Paris'in kulaklarına onu portakal bahçesinde gördüğünü söyler ve ölür. İçindeki Edward'ı da öldüren Malcolm hüzünlü bir damla gözyaşı döker. Bundan sonra, 6 kişilik cinayet vakasından Ed'i sorumlu tutan Dr. R. Mallick yargıca şöyle söyler: *'Konu akli mi yoksa bedeni mi cezalandırıyor olduğumuz, cinayetleri onun bedeni işledi evet, bu doğru ancak içinde kalan kişi işlemedi (Paris).'* Malcolm bütün gece boyunca 10 kişiliğini teker teker öldürmüştür. Dr. R. Mallick, Malcolm'ın yerinin eyalet hastanesi olduğunu söyler. Neticede yargıç idamı durdurur ve Malcolm Rivers'ı eyalet hastanesinin bir psikiyatri kliniğine Dr. R. Mallick'in gözetimine verir. Hastaneye sevk edilirken içinde olan tek kişiliğiyle (Paris) düşüncelere dalan Malcolm Rivers, Paris'i arabasıyla portakal bahçelerine giderken görür. Portakal bahçesinin yanında mütevazı bir evi olan Paris toprağı kazarken 1 numaralı motel odasının anahtarını toprağın içinde görür. Paris korkudan titremeye başlarken Dr. R. Mallick'in motelde öldüğünü zannettiği ancak ölmediği ortaya çıkan bir diğer kişilik olan Timmy tarafından *'fahişelerin ikinci bir şansı olmaz'* denilerek öldürülür. Buradan kişilik çözülmesi yaşayan birinin zihninde bile dışlamaya yönelik eğilimi rahatlıkla görebiliyoruz Malcolm'un 6 kişilik cinayetlerini yapan kişiliği aslında Edward değil Timmy'dir. Edward'ın öldürülmesiyle cinayeti işleyen kişiliğin yok olduğunu düşünen Dr. R. Mallick yanılmıştır. Bu yanığı Dr. R. Mallick'in hayatı-

na mal olur ve Malcolm Rivers tarafından boğazı sıkılarak öldürülür.

Ve film başladığı replikle biter:

*‘merdivenlerden çıkarken orada olmayan bir adamla
karşılaştım; bugün de orada değildi, keşke dedim
keşke gitse’*

Genel olarak Larry dışında diğer karakterler belki yaşanan gerilim belki de süre azlığından yerleştikleri odaları *kendileyememiştir*. Larry ise yukarıda anlatıldığı gibi motel uzun süredir kalması ve oradan geçimini sağlaması sebebiyle *mekânsal doyumu* yaşayabilmiş bir karakterdir. Aslında bütün olaylar Malcolm Rivers’in zihninde olup bitse de o zihnindeki mekânlara hâkimdir. Bunu anlamak için *alansallık* kavramını kullanabiliriz. Moteli en ince detayına kadar zihninde şekillendirmesi ve her öldürdüğü kişiliğinin yanına zihnindeki motelden *özel işaretler bırakması* yani anahtarları öldürdüğü kişiliklerinin yanlarına yerleştirmesi onun mekânı *sahiplendiğinin* bir işareti olarak değerlendirilebilir. Özel işaretler bırakması ilgili alanları belirtmesi ve *kişisel mekânın ihlal edilmesini* asgari düzeye indireceği için önemlidir. *Fiziksel mekânın sosyal anlamına* işaret eden *proksemi kavramı* açısından değerlendirecek olursak moteldeki insanların tamamına yakını belki *kültürel*, belki de *gerilim ve korku halinin* etkin olması sebebiyle birbirlerine *daha hızlı angaje* olmuşlardır. Motelde yaşanan olaylara

bağlı olarak mekânların *sosyopet* ve *sosyofuj* olması bakımdan geçişlilik yaşandığı görülmektedir. Söz gelimi *sosyalliği iten bir mekân* olarak yatak odaları sosyofuj özellikler gösterirken, *kaos anlarındayatak* odaları sosyopet mekân haline dönmüş ve moteldeki insanların kimi zaman toplanma ve tartışma mekânları haline gelmiştir. Yani grubu çağıran mekânlar gibi olmuştur. Yatak odalarının ya da oturma odalarının sosyopet mekân haline geçişlerinde *yerel bir kalabalık* oluşmuş ve bu kalabalıkların etkisiyle *yoğunluk yaşantısı* hissedilmiştir. Moteldeki odalar her ne kadar ev gibi tasarlanmış, motelde kalanlara *kendininmiş* gibi hissetmesine yönelik dizayn edilmiş olsa da, *konut* olma havasından çıkamamıştır. Çünkü motelde kalan insanlar ev gibi tasarlanmış odalarını *kişiselleştirememişlerdir*. Bunun birçok sebebi olabilir: art arda meydana gelen cinayetler, şiddetli fırtına ve yağış, gece, ıssızlık bir mekânda uzun süre kalamama vs. Bu açıdan Jimmy’nin durmadan motelden gitmek istemesi ve moteli *kendileyememesi* onun *yabancılaşma deneyimi* yaşamasına olanak sağlamıştır. Ancak Larry için durum öyle değildir. Motelin yabancı olması rağmen mevcut şartlar içerisinde motele *köksalmış, süreklilik* ortaya koymuştur. Hal böyle olunca *güven* ve *kontrol duygusunda* olaylar olana dek *doyum* yaşamıştır. Malcolm Rivers küçükken annesi tarafından otel odalarında yalnız bırakılması sebebiyle otel odalarıyla arasında *ters yönde duygusal* olarak bağ kurmuş ve zihninde oluşturduğu yer

imgesinde de bir moteli kullanmıştır. Bu durum insan-mekân arasındaki duygusal bağa etmektedir. Westin'in mahremiyetin geçtiği aşamaları tartıştığı dört mahremiyet durumunun dördüncüsü olan *ayrı tutma* ya da *kendini saklama* durumu Timmy'de yer yer görülmektedir. Küçük çocuk hem babasının onları 2 yıl önce terk etmesine bağlı olarak, hem de motelde meydana gelen cinayetlere bağlı olarak genelde *geri çekilmeye* çalışmış, pencere kenarlarında vs durarak *fiziksel ve psikolojik engeller* oluşturmuştur. Moteldeki insanlar geçen olayların seyrine göre kendilerini birbirlerine *açmaya başlamış* ve böylelikle aralarındaki ilişkiyi çözebilmişlerdir. Hepsinin Mayıs ayının 10'unda doğması bu gerçeğin işaretidir.

Son Söz

Özellikle 2000'lerden sonra insanların farklı bilinç hâllerine ve zihinsel süreçlerine atıf yapılarak tasarlanan bu tarz filmler -*Kimlik, Zindan Adası, Başlangıç, Matriks* vs.- bilinç-zaman-mekân ve diğer bağlamsal etkenlerin harmanlanması adına zengin birer havza olarak karşımıza çıkmakta ve algısal belirginliğimizi keskinleştirip görüş açılarımızı artırmaktadır.

VAROLUŞÇU PSİKOLOJİ¹

Sander L. Koole*

Varoluşçu psikoloji, insanın varoluşundan kaynaklı temel verileriyle nasıl yüzleştiğini inceleyen bir psikoloji dalıdır. Varoluşçu bakış, dünya üzerindeki insanın varlığının mantığını uzun süredir çalışan felsefede önemli bir daldır. Varoluşçu psikolojiyle en ilişkili felsefi yaklaşım Kierkegaard, Nietzsche ve Heidegger gibi düşünürlerin öncüsü olduğu varoluşçu felsefedir. Bahsi geçen ve diğer varoluşçu filozoflar, insan varoluşunun doğasında olan anlamsız dünyaya ilişkin anlam bulma endişesi ve insanların gerçek isteklerine dair seçimler yapmasının önemi üzerine yazılar yazdılar. Varoluşçu psikoloji, Dostoevsky ve Kafka gibi romancılar ve Sartre, de Beauvoir, Camus, Ionesco ve Beckett gibi varoluşçuların çalışmalarından, anlamsızlık ve absürtlükle (mantıksızlık) yüzleşen insanların deneyimlerindeki yabancılaşma ve kargaşanın sanatsal ifadelerinden etkilenmiştir.

¹ Makalenin orijinal adı: "Existential Psychology"

* Psikolog

Geleneksel olarak varoluşçu psikologlar psikolojide kullanılan deneysel yöntemleri reddetmekte ve bunun yerine insanların bireysel deneyimlerini ve kişisel fenomenolojisini analiz etmeyi tercih etmektedirler. Bu metodolojik duruş giderek deneysel olan ve doğa bilimleri doğrultusunda ilerleyen 20. yüzyılın başındaki ana akım akademik psikoloji ile varoluşçu psikoloji arasında bir ayrılığa neden olmuştur. Varoluşçu psikologlar gelişmekte olan varoluşçu psikoterapiye soktukları düşünceleri ve yöntemleriyle birlikte terapötik alanda daha etkin oldular. Freud'un eski çalışma arkadaşlarından olan Otto Rank bu terapötik hareketin önemli öncülerinden biridir. Rank 'burada ve şimdi'de bulunan konulara ilişkin kişinin bireysel sorumluluğunu vurgularken, Freud'un erken çocukluk çağındaki deneyimlere verdiği önemi reddetmiştir. Rank'ın oluşturduğu terapi, dönüşüm ve psikolojik büyüme için insanların yaratıcı iradesini bir araç olarak kullanmaya çalışmıştır. Rank ABD'de varoluşçu psikolojinin gelişmesinde önemli bir figür olan Rollo May üzerinde önemli etki yapmıştır. Varoluşçu psikoterapinin Avrupa'daki öncüsü ise hayatın anlamını bulmanın önemi üzerine odaklanan logoterapinin geliştiricisi Victor Frankl'dır.

Varoluşçu psikoterapi üzerine ses getiren dönüm noktalarından biri 1980 yılında Irvin Yalom tarafından ortaya konmuştur. Bu önemli çalışmada varoluşçu psikoterapinin tarihsel arka planını ve varoluşçu psi-

koterapistler tarafından kullanılan temel düşünceler ve yöntemlerden bahsedilmiştir. Varoluşçu psikoterapi insanların varoluşsal çabalarına ve buna ilişkin işlevsiz olmayan ama daha çok insan olmanın kaçınılmaz bir sonucu olarak var olan kaygı ve yabancılaşmaya önem vermektedir. Varoluşçu psikoterapi, danışanların en derin varoluşsal korkularıyla yüzleşmesine izin vererek hayatın gerçekteki önemini özgür bir şekilde anlamalarını istemektedir. Varoluşçu psikoterapi şimdiki zamanda neyin önemli olduğunun keşfedilmemiş ve artan farkındalığı yönünde danışanlarını arayışa teşvik etmektedir. Bu farkındalık danışanların yeni bir seçim ve sorumluluk gerçekleştirmelerini sağlamayı amaçlamaktadır. Britanya'daki çeşitli akademik programlar varoluşçu psikoterapi ve danışmanlık üzerine çalışmalar sunmaktadırlar. Varoluşçu psikoterapi üzerine yayınlar İngiliz Fenomenoloji Derneği ve Varoluşçu Analiz Derneği'nin dergilerinde düzenli bir şekilde yer almaktadır. Emmy van Deurzen ve Digby Tantam 2006 yılında Uluslararası Varoluşçu Danışmanlar ve Terapistler Topluluğu'nu kurmuştur.

1980li yılların ortalarından bu yana deneysel odaklı psikologlar arasında varoluşçu temalar üzerine yeni bir ilgi mevcuttur. Bu gelişme adına önemli bir itici güç varoluşçu perspektif ve özellikle sosyolog Ernest Becker'in çalışmasından esinlenilerek oluşturulan teorik bakış açısı *terör yönetim kuramı (TMT)*'dir. TMT sosyal davranışta varoluşsal kaygı faktörünün önemi

üzerinde durmaktadır. Kuram, insanların ölümlerinden kaçamayacakları gerçeğinin ölüm kaygısı üzerinde önemli bir potansiyel oluşturduğunu varsaymaktadır. İnsanlar ölüm kaygısını yönetmek için kendilerine sembolik olarak ölümsüzlük duygusu veren çeşitli sosyal bilişsel yapılara inanmaktadırlar. Bu yapılar arasında önde gelenler ise, insana kalıcı değer duygusu veren benlik saygısı duygusu ve dünyalarının anlamlı ve hatta öngörülebilir olduğunu sağlayan kültürel dünya görüşleridir.

TMT'nin en önemli bilimsel yeniliklerinden biri varoluşsal düşünceyi ampirik ve hatta deneysel yöntemler aracılığıyla test edilebilen bir forma işlemesi olmuştur. Daha özel olarak, TMT'nin anahtar ilkelerinden biri deneysel psikologların 'hazırlama' (priming) olarak adlandırdığı yöntemi, kişinin ölümünün kısaca hatırlatarak araştırmasıdır. Ölümü hatırlatıcı şeylerin etkisi sonradan insanların daha sonraki davranışlarında gözlenmiştir. TMT'ye göre, benlik saygısı ve sabit dünya görüşü ihtiyacı olan insanların ölümle ilgili psikolojik çatışmaları artmaktadır. Buna göre, ölümü hatırlatan şeyler birinin kültürel dünya görüşünü sürdürme ve benlik saygısı geliştirme çabalarında bir artışa neden olacaktır. Her iki sonuç da çok sayıdaki sosyal psikolojik deneyle doğrulanmıştır (Greenberg, Solomon, ve Pyszczynski, 1997). Böylece güvenilir deneysel yöntemlerle varoluşçu görüşün birlikteliği üzerine inşa edilen TMT, varoluşsal psikoloji ve de-

neysel psikoloji arasında önemli bir köprü oluşturmuştur.

Deneysel ve varoluşçu psikolojinin bütünleşmesi diğer varoluşçu temalara da genişletilmiştir. Hatta bu gelişmeler şu an *deneysel varoluşçu psikoloji* (XXP) olarak bilinmekte olan psikolojinin yeni bir alt dalının doğuşunu sağlamıştır (XXP; Greenberg, Koole, ve Pyszynski, 2004; Pyszynski, Greenberg, Koole, ve Solomon, yayında). XXP, deneysel yöntemler aracılığıyla insanların varoluşsal kaygılar ile nasıl başa çıktığını incelemektedir. İlk varoluşsal psikologların deneysel yöntemi reddetmesine rağmen, 1920lerde varoluşçu ve deneysel psikoloji arasındaki ayırmada, bugüne göre o zamanlarda deneysel psikolojinin deneysel ve metodolojik olarak daha dar ve daha az tecrübe sahibi olduğu fark etmek önemlidir. Modern deneysel yöntemler ve teoriler gittikçe insanların varoluşsal kaygılarının altında yatan muhtemel üst düzey bilişsel süreçlerine açıklık getirme kapasitesine sahip olmaktadır. XXP'deki modern yöntemler 'hazırlama' (priming), tepki süresi ölçümlerini ve hatta nöroimaj (beyin görüntüleme) tekniklerini içermektedir. XXP, kesin gözlem ve deneysel yöntemler kullanarak, insanın varoluşsal kaygılarının öznel fenomenolojisinde var olan temeli tamamlamayı hedeflemektedir.

Koole, Greenberg ve Pyszczynski (2006) derlemesinde XXP'deki mevcut araştırmanın merkezinde olan

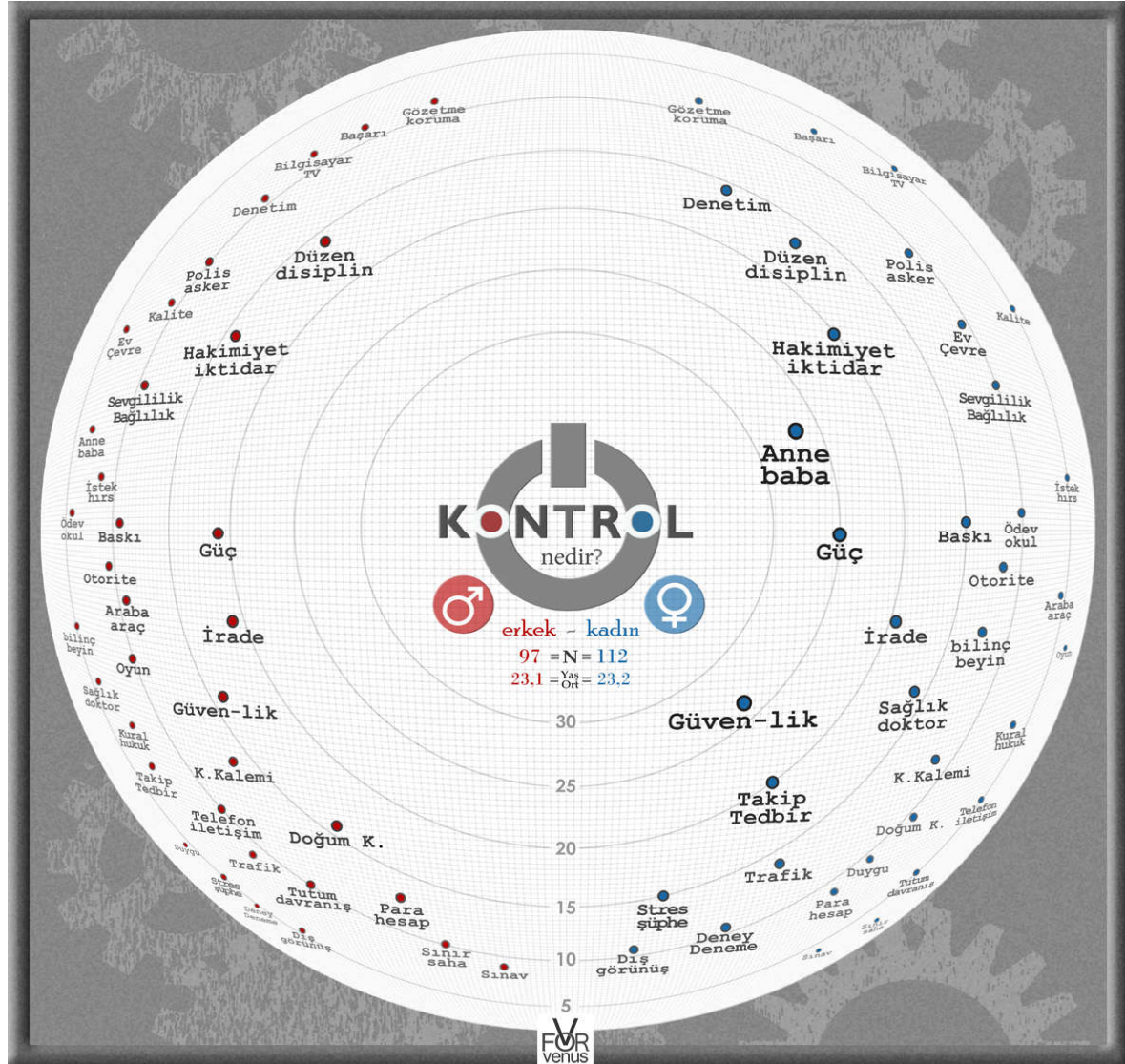
varoluşsal kaygıları beş ana başlığa ayırmıştır. İlk ana varoluşsal kaygı *ölüm*, kişinin varlığının devamı arzuna karşı ölümün kaçınılmazlığının farkındalığı arasındaki psikolojik çatışmadan bahsetmektedir. İkinci ana varoluşsal kaygı *yalnızlık*, kişisel deneyimlerin gerçekte var olan şekliyle asla tam olarak paylaşılmadığı gerçekliği ve reddinin deneyimine karşı insanın diğerlerine bağlı hissetme ihtiyacı arasındaki çatışmadan doğmaktadır. XXP'deki üçüncü ana varoluşsal kaygı kişinin *kimlik* duygusu, benliği ve benliği olmayan ya da sınırlı benlik anlayışı ile benlik yönlerinin belirsiz sınırları arasındaki değişkenlikler nedeniyle olan çatışmalara karşı insanların net bir anlam ve dünyaya nasıl uyulacağı arzusu arasındaki çatışmadan doğar. Dördüncü ana varoluşsal kaygı *özgürlük*, davranış ve kendi seçimlerinin sorumluluğu üzerindeki dış güçlere karşı kişinin özgür irade deneyiminden kaynaklanmaktadır. Son olarak, XXP'deki beşinci ana varoluşsal kaygı *anlam*, insanların hayatın anlamlı olduğuna inanma arzusu ve anlamın temellerinden biri ile rastgele ya da tutarsız görünen olaylar ve deneyimler arasındaki çatışmadan kaynaklanmaktadır.

Deneysel çalışmalar, varoluşsal kaygıların 'büyük beşli'sinin insanların düşünce, duygu ve eylemleri üzerinde geniş bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir (Koole ve ark., 2006). Özellikle XXP araştırmaları varoluşsal kaygıların çoğu zaman bilinçdışında aktif olduğunda insan davranışları üzerinde en etkili oldu-

ğunu göstermiştir. Bu paradoksal bulgular bilinçdışı düşüncenin modern teorisi ile varoluşsal psikoloji arasında ilgi çekici bir bağ oluşturmuştur. Günümüz psikologları ilk olarak bilinçdışının 'donuk' bilişsel hesaplamalardan oluştuğuna inandılar, oysaki XXP araştırmaları, bilinçdışının varoluşsal etkilere sahip motivasyonel çatışmalardan da beslenebileceğini öne sürmüştür (Westen, 1998). Bir bakıma bu bulgular birçok geleneksel varoluşçu düşünürün bu konuyla ilgili derin şüphelerini onaylamaktadır: varoluşsal kaygılar insan davranışında büyük bir itici güçtür ve bu kaygıların göz ardı edilmesi bunlarla ilişkili psikolojik çatışmalara yönlendirmektedir.

Çeviren: Çağlar Kuzu

ONLINE ARAŞTIRMA



V FOR VENUS

www.vforvenus.com



www.ontodergisi.com

Bir insanın vücudunda

43 kg Oksijen

16 kg Karbon

7 kg
Hidrojen

2 kg
Azot

1 kg Kalsiyum

bulunur.



mali değeri yaklaşık 150 TL'dir.



*Dergide yayımlanan yazıların
bilimsel, hukuki ve etik sorumluluğu
yazarlarına aittir.*

İletişim

ontodergisi@gmail.com

Takip Adresleri

(Erişim için simgelerin üzerine tıklayınız.)



www.ontodergisi.com

