

REKABET KURUMU
TARAFINDAN DÜZENLENEN
“PERŞEMBE KONFERANSI”
11 Nisan 2012

Konu : İş Ortamında Çatışma ve Uzlaş
Konuşmacı : Uzman Doktor Tahir ÖZAKKAŞ

SUNUCU- Sayın Başkan, Sayın Kurul üyeleri, değerli Kurum mensupları ve sevgili misafirler; bugünkü Perşembe Konferansımızın konuğu Psikoterapi Enstitüsü Başkanı Sayın Uzman Doktor Tahir Özakkaş. Kendisi, “İş Ortamında Çatışma ve Uzlaş” konulu sunuşunu yapmak üzere aramızda bulunmaktadır.

Konuğumuzun özgeçmişini okumaya geçmeden önce sizlere kısaca konferansımızın usulü hakkında bilgi vermek istiyorum. Konuğumuzun sunumundan sonra soru-cevap bölümüne geçilecek ve ardından çay ve kahve ikramımız ile konferansımız sona erecektir.

Şimdi sizlere Sayın Özakkaş’ın özgeçmişini okumak istiyorum:

Sayın Tahir Özakkaş 1958 yılında Kayseri’de doğmuştur. İlk ve ortaöğretimini Kayseri’de tamamladıktan sonra 1978 yılında Hacettepe Üniversitesinde tıp eğitimine başlamış ve 1986 yılında Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesinden mezun olmuştur.

Tıp Fakültesiyle birlikte İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Siyaset ve İdare Bölümüne de devam eden Özakkaş, 1983 yılında Siyasal Bilgiler Fakültesinden mezun olmuştur.

1986-1988 yıllarında Kayseri’nin İncesu ilçesinde zorunlu hizmetini tamamlamış ve aynı yıllarda Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde siyaset psikolojisi üzerine yüksek lisans çalışması yapmıştır.

1989-1993 yılları arasında Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde halk sağlığı üzerine Doktora çalışmasını tamamlamıştır.

1994-1997 yılları arasında Azerbaycan Tıp Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalında Uzmanlık eğitimini almıştır. Daha sonra İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalında Uzmanlık denklğini almış ve aynı zamanda Azerbaycan Tıp Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalında Öğretim Üyesi olarak çalışmalarına devam etmiştir.

Doçentliğe eşdeğer ilimler namzetliği sınavlarını verdikten sonra, “Anksiyete Bozukluklarında Psiko, Farmako ve Kombine Terapiye Cevap Hususiyetleri” başlıklı tezini tamamlamıştır.

2005 yılında, Masterson Enstitüsünün Türkiye temsilciliği olan Psikoterapi Enstitüsünü kurmuş ve Türkiye’de, ikili anlaşmalar çerçevesinde Hanna Levenson Enstitüsü, Cornell Tıp Eğitim Fakültesi Kişilik Bozuklukları Enstitüsü ve Kanada’da bulunan Leslie Greenberg Enstitüsüyle koordineli olarak psikoterapi eğitimleri düzenlemiştir.

Hâlen çalışmalarına Türkiye devam eden Özakkaş, kurucusu bulunduğu Psikoterapi Enstitüsünde, ruh sağlığı profesyonellerine yönelik olarak kendisinin geliştirmiş olduğu Bütüncül Psikoterapi Eğitim programını devam ettirmektedir.

Değerli sunuşlarını yapmak üzere Sayın Özakkaş’ı kürsüye davet ediyorum.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ (Psikoterapi Enstitüsü Başkanı)- Bir düğüne gitmiştim. Düğünde saz üstatları çıkıp saz çalacaklardı, bir türlü çalamadılar. 15 dakika akort devam ettikten sonra “ne çalalım” dediler, “akort çalmayın da ne çalarsanız çalın” dediler; şimdi biz de teknik hazırlık yapıyoruz, “teknik hazırlık yapmayın da ne yaparsanız yapın” diyorsunuzdur.

Psikiyatrist olarak bir-iki espriyle başlayacağım. Mazhar Osman’ı duymuşsunuzdur. Mazhar Osman, psikiyatriyle ilgili olarak zaman zaman halk konferanslarına gidip halkı bilgilendirmiş. Yine bir gün kalabalık bir konferansa gidiyor. Kalabalığın arasından salonuna girerken birileri birilerine, “senin çatlak, tahtası eksik gidiyor” falan diye Mazhar Osman’ı gösteriyor. O da kulak misafiri olmuş, benim gibi dinlemiş ve sahneye çıkmış, “değerli arkadaşlar, aranızdan bazı zevat bana ‘tahtası eksik, çatlak’ gibi iltifatlarda bulundu, onların bana bu şekilde söylemeleri benim hayatımda fazla bir şey değiştirmez, ama ben onlara aynı şeyleri söylersem onların hayatında çok şey değişir” diye bir espri yapmış.

Sağ olsun Nurettin Hocam beni buraya çağırdı, sizlerle müşerref olduk. Bu tip kurumlara zaman zaman konferans için gidiyorum.

Genellikle psikiyatrik konuşmalar çok sıkıcıdır, sıkıntı vericidir ama, ben bu konuşmaları biraz yumuşatacağım, daha interaktif yapacağım.

Hocam zahmet ediyorsunuz, mahcup ediyorsunuz beni.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI (Rekabet Kurumu Başkanı)- Estağfurullah.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Nurettin Hocam her zaman böyle naiftir, zarafet sahibidir. Bize çok şey öğretiyor. Teşekkürler kendisine.

Ben bugün biraz kafanızı karıştırmaya geldim. Alışıl gelmiş, klasik konferansların ötesinde, biraz tecrübelerimden, biraz sizlerle kuracağım kontakten bahsetmeye çalışacağım.

İnsan, kimlik, kişilik, rekabet, Rekabet Kurulu, Rekabet Kurulunda çalışmak, birbirimizle olan etkileşimlerimiz, birbirimizin yüzüne baktığımızda hissettiğimiz duygularımız, bunların kaynakları, kategorizeasyonda neredeyiz, bizi belirleyen şeyler nelerdir; bunlarla ilgili biraz sohbet yapmak istiyorum.

Ruhsal yapımız, kimlik ve kişiliğimiz her şeyi belirleyen temel bir mihenk noktasıdır. Bir meslek ediniyorsanız, bir yerde çalışıyorsanız, bir şey yapıyorsanız, bunun arka planında, çocukluğumuzdan getirdiğimiz bir kişilik örgütlenmesi ve örüntüsü var. Bunu fark edersiniz, hayatınızı siz belirlersiniz ya da fark etmeden yaşarsınız, o hayatın köleliğine devam edersiniz, bu hayat sizin olmaz. Bu da, anneyle çocuk arasında kurulan ilk 3 yıllık ilişkide ortaya çıkıyor. Ben hikâyemizi oradan başlatacağım. Çok da böyle bilimsel kaçmadan, sizlerin de merakını celp edecek birtakım bilgilerle donatmaya çalışacağım.

Bilim adamları kazlarla ilgili bir çalışma yapmışlar. Kazlar, kuluçka dönemi geldiğinde, yumurtalarını altına alıyorlar, büyük bir şefkatle, büyük bir özveriyle civcivlerin çıkmasını bekliyorlar. Bilim adamları da, “acaba bu yumurtaları nasıl altına alıyor, neden bu kadar duruyor, acaba yumurtalarının kendi yumurtaları olduğunu biliyor mu” gibi birtakım varsayımları incelemeye yönelik olarak, farklı kazların yumurtalarını altlarına koyuyorlar, ama kazlar onların üzerine de oturuyorlar. Diyorlar ki, acaba bu kaz, kaz yumurtasıyla tavuk yumurtasını ayırt edebiliyor mu? Tavuk yumurtaları koyuyorlar. Onların da üzerine oturuyor. Tabii bu bilim adamları biraz hain. Bu gariplerin hayatlarını kurcalamaktan vazgeçmiyorlar. Altındaki yumurtayı alıp 1 metre öteye koyuyorlar. Kaz gidip o bir yumurtayı alıp altına çekiyor. Bilim adamları yine durmayıp kazın altındaki yumurtayı 2 metre öbür tarafa koyuyorlar. Kaz yine gidip o yumurtayı altına çekiyor. Ne anne şefkati, ne koruyuculuk, bütün işini gücünü bırakıp yumurtalarına sahip olma derdinde olan bir kaz var; algımız bu yönde. Diyorlar ki, altında olmayan bir yumurtayı 2 metre, 3 metre öbür tarafa koysak ne yapacak? Bir başka yumurtayı getirip 2 metre uzağa koyuyorlar. Kaz kalkıyor o yumurtayı da altına çekiyor. Dışarıya kaz yumurtası değil de tavuk yumurtasını koyuyorlar, kaz onu da altına çekiyor. Acaba yumurtaya benzer plastik bir malzeme koysak ne olacak deyip kaz yumurtası büyüklüğünde plastik bir malzeme koyuyorlar, kaz onu da altına çekiyor. Tavuk yumurtasına benzer plastik malzeme koyuyorlar, onu da altına çekiyor. Tam yumurtaya benzemeyen, dikdörtgenvari bir malzeme koyuyorlar, onu da altına çekiyor. Acaba kaç metreye kadar altına çekecek deyip yumurtaları 1 metre, 2 metre, 3 metre, 4 metre, 5 metre uzağa koyuyorlar. 5 metre uzağa koyduklarında yumurtaların hiçbirini çekmiyor. İncelemelerden sonra anlaşılıyor ki, kazın genetik şifresindeki annelik şefkatinden, kandaki belirli bir biyokimyasal madde aktifleştğinde, etrafında belirli büyüklükteki, belirli

görüntüsel, dikedörtgensel olan her türlü cismi belirli bir metreye kadar olan alandan toplamakla yükümlü bir dürtü harekete geçiyor. Tam kuluçkanın ortasındaiken bilim adamları o kandaki seviyeyi sağlayan maddeyi durdurucu bir kimyasal enjekte ettiklerinde kaz bütün yumurtalarına tekmeyi basıyor, oyuna devam ediyor.

Biz ne kadar kazız, genetik şifremizin içerisinde ne kadar kodlar taşıyoruz? Son 15 yıldır nöron seviyesinde, beynimizin sinerlerinin bağlantı noktaları seviyesinde inanılmaz biyolojik çalışmalar yapılıyor. Bunu da sağlayan bilgisayar teknolojisindeki artışlar. “Pozitron, emisyon, tomografi” dediğimiz, beynimiz çalışırken hangi aktiflikte çalıştığını gösteren teknoloji gelişti. Bilim adamları bu sefer kazları bıraktılar, bebeklerle uğraşmaya başladılar. 1 günlük, 2 günlük bebekleri, -bırakın uyusunlar, hayır- aldılar laboratuvarlara, bebekle annesinin beynine elektrotlar bağladılar, anneyle bebeği yüz yüze getirdiler, yüz yüze gelen anneyle bebek arasındaki etkileşimde bebekte ne oluyor, annede aynı anda ne oluyor, bunu anlamaya çalıştılar. Ne buldular biliyor musunuz? Bu çalışmayı 20 yıldır sürdüren “Allan Schore” geçen aylarda Enstitümüzün konuğuydu, bize 3 günlük bir “Workshop” verdi. Annenin gözünde, “Pupilla” dediğimiz o yuvarlak delik var ya, onun içerisindeki retinaya bir ışık geliyor. Bebeğin gözü annenin gözüyle fiksleğinde, bebek, doğuştan getirmiş olduğu kazlığı nedeniyle, etrafında yüz motifi (iki tane delik, bir tane de ağız deliği) gördüğü zaman ona kilitleniyor, aynı uzay üssünde iki tane uydunun birbirine kilitlenmesi gibi. Her şeyi taratıyorsunuz, yüze benzer bir motif gördüğünde, daha hayatın başında bir bebek o yüze kilitleniyor. Daha da ötesi, kilitlendiği şeyin göz deliklerine kilitleniyor. Bu kilitlenme otomatik olarak annenin beyni tarafından algılanıyor, o da kilitleniyor. İkisi birbirlerinin retinalarına ışık gönderiyorlar. Bu ışık gönderme sonucunda gözbebekleri (Midriyazis) büyüyor. Gözbebeklerinin büyümesi, beyindeki nörobiyolojik odakları aktive ediyor. Çocuğun göz Pupilla’sının büyümesi annenin beyinde “Dopaminerjik” fabrikayı aktifleştiriyor, ateşliyor. Annedeki bu Dopaminerjik fabrika aktifleğinde endorfin, -bileceğiniz anlamıyla eroinin bir türü- salgılanıyor. İnsan beyninin eroin üreten bir merkezi vardır ve bu insana hoşluk, hazlık, hoşnutluk duyguları verir.

Bebek anneyle, anne bebeğe kilitlendiğinde, bebekten gelen ışık, annenin beyinde genetik olarak şifrelenmiş alandaki Dopaminerjik faaliyeti aktive ediyor, nöronlar ateşleniyor. Ateşlenmeyle beraber, hormonal fabrikalarda bulunan eroinler kana salınıyor. Anne bebeğine baktıkça, bebek annesine baktıkça, iki taraflı olarak endorfinler kanda pik yapıyor ve anne çocuğuna bakmaktan kendini alıkoyamıyor. Anne ne kadar çocuğuyla ilgilenir ve bakarsa o kadar hoşnutluk duyuyor; pisliğini temizliyor, kusmuğunu temizliyor bilmem ne falan filan,

anne çok mutlu oluyor. Annenin yaratılışında nörobiyolojik olarak bebeğine bakma potansiyeli taşıyan bir gen var. Bu gen, Pupilla'ya, göze gelen ışıkla aktive oluyor.

Demek ki, insan ilişkilerinin ilk temeli, gözbebeklerindeki o büyüme ve daralma dediğimiz Pupilla refleksimizin büyümesi, iki insanın birbirinden hoşlandığının en temel fizyolojik belirtisi. “Efendim ben birine âşık oldum...” Gözbebeğine bir bakayım, büyümüş mü küçülmüş mü? Küçüldüyse, yalan söyleme diyeceksiniz, büyüdüyse, aynı anneyle bebek arasındaki ilişkide olduğu gibi, bir korelasyon içerisinde, birbirlerine kilitlenmiş bir sistemdir.

Anne, çocuğuyla kurmuş olduğu bu ilişkide, çocuğuna bakabilir, gözbebeklerini birbirine kilitler ise, çocuk, doğum anından itibaren, sağ beyin, -bir de sol beyin var, iki tane lobumuz var- 2 yıl boyunca büyüyor, yüzde 200-300 oranında artıyor. Ne zamana kadar? 1-1.5 yaşına kadar. Sol beyin duruyor. Sol beynin faaliyeti ise, 1-1.5 yaşından sonra aktifleşiyor. Bilim adamları bunu da inceliyorlar. Sağ beyin, Pupilla refleksiyle başlayan iletişimde, anneyle bebeğin karşılıklı olarak etkileştiği, annenin bu dünyada edinmiş olduğu tecrübelerin tamamının, aynı bilgisayarda “Download” ettiğiniz gibi, annedeki tüm insan ilişkileri modülleri anneden Download ediliyor.

Download'ın dört tane yolunu bulmuşlar. Eğer anne sağlıklı ve insan ilişkilerinde mükemmelse, o program 1.5 yıl boyunca çocuğa aktırılıyor. Bir; gözdeki Pupilla kilitlenmesi en önemli bağlantı noktası. İki; annenin ses tonundaki vurgu, tını. Kelimenin hiçbir anlamı yok. Vurgu, “seni seviyorum, seni seviyorum”, bu anlamda söyleniyor. Üç; annenin yüzündeki ifade. Dört; çocuğu tutan annenin vücut pozisyonu. Bu dördü, aynı matematiksel bir dil gibi, aynı notaların ahengi gibi, inanılmaz “Algoritmik” bir özellik taşıdığı bulunmuştur. Annenin ses tonundaki tını, iç dünyasındaki tüm duygusal yapıları ziplenmiş kod hâlinde çocuğa yüklüyor.

Anne ile çocuk arasında ne oluyor? Bize göre anne sağlıklıysa, -biraz sonra kısaca ondan bahsedeceğim- insan ilişkilerinde hoşnutluk duyguları içerisinde kendini var edebiliyorsa, 1.5 yıl boyunca çocuğuna vereceği programla, ömür boyu kullanacağı, öteki insanlarla kuracağı ilişki modelini uyguluyor. Annenin programı bozursa, anne hatalı bir yapılandırmadan gelmişse, yani annenin annesiyle kurduğu ilişki bozursa anne çocuğuna bozuk program aktarıyor. Yapılan araştırmalarda, bu programın, kaba hatlarıyla beş şekilde olduğu görülmüş. Biz, o ilk 1.5 yılda almış olduğumuz, Download ettiğimiz insan ilişkileri modelinin aynısını ömür boyu kullanmak durumunda kalıyoruz.

1.5 yaşından sonra sol beynimiz büyüyor. Sol beynimizin özelliği ise, sağ beyinde hissettiğimiz duyguların kelimelere ve mantığa bürünmüş ifadesidir, “Linguistic”tir, mantıktır, matematiktir. Sağ beyin bir şeyi yaşar, sol beyin, bugünkü mantıksal durumla onu

aklileştirme görevini üstlenir. Sol beyinle yapmış olduğumuz matematiksel aklileştirme görevini sadece, sağ beyinde hissettiğinizi kendinize kanıtlamak için yapmış olduğunuz bir yalandan ibarettir, inandığınız şeyi mantığa büründürme şeklidir. Mantık dediğiniz şey, sol beyin dediğiniz şey sakın zannetmeyin iki kere iki dört eder; bazen altı eder, bazen iki eder. Yapılan çalışmalarda, sol beyinle matematiksel, Linguistic ve mantık üzerine kurgulanan yapıların aslında sağ beyinde duygusal olarak yaşadığınız şeylerin kelimeye dökülmüş hâli olduğu anlaşılmıştır. İnsanların farklı fikirleri aynı mantıksal silsilede neden farklı sonuçlara ulaştığını anlayabiliyor muyuz? Sağ beyninizde farklı bir duygusal karakter ve kişilik örüntüsü geliştirmişseniz, sol beyniniz aynı gerçeği istediğiniz ideolojik, dini kalıba, yakın-uzak kalmaya büründürebiliyor. Dolayısıyla aynı gerçeğin farklı zihinlerde farklı olarak ortaya konduğu anlaşılmıştır; siyahlar beyaz, beyazlar siyah olma durumundadır.

Anneyle çocuk arasındaki o ilk 1.5-2 yıllık süreçte ve daha sonra 5 yaşına kadar büyümeye devam eden sol beyin sürecinde karşımıza beş kategoride insan tiplmesi çıkıyor. Kaynağı kim? Anne. Annenin kaynağı kim? Annesi. Onun kaynağı kim? Annesi. Sistem Hazreti Havva'ya kadar gidiyor. Bozuk bir sistem de nesilden nesle aktarılıyor. Ne derler Kayseri'de Hocam? “Anasına bak kızını al, eteğine bak bezini al.” Bir kız seçerken, anası nasılsa, davranışlarının büyük bir kısmı kızında da aynı olacaktır anlamını içeren bir orjin kaynak var; buna bakıyoruz.

Bu beş seviyeli karakter yapısının birincisi, psikotik seviye, yani sol beynin gerçekliği test edemediği, hayal dünyasında yüzdüğü, gerçekliğin kaybolduğu seviye. Bunlar daha çok akıl hastalığı, şizofreni olarak nitelendirilir. Her insan aşırı travmaya, strese maruz kaldığında yaşayacağı seviye psikozdur. Günün birinde “ben peygamberim”, “ben Allah'ım” diye ortaya çıkarsanız, “NOBEL ödüllü kişiyim”, “Rekabet Kurumunu ben yarattım” diye ortaya çıkarsanız, bilin ki psikotik seviyeye girdiniz, güncel hayatınızda tutunamadınız, gerileye gerileye (Regress) tanrılığınızı iddia etme noktasındasınız. Her insanoğlunun iç dünyasında kendisinin tanrı olduğuna dair bir çekirdek vardır. İnsanları zorladığınızda, mevcut, reel hayata adapte olamadıklarında sistem geriler geriler, en son noktada tırlatır ve der ki, “ben Allah'ım” veya absürt iddialarla karşınıza gelebilir. Her birimizde bu potansiyel var. Sıradan olmayı kabul etmezseniz sizi bekleyecek yer orası. 7 milyar kuldan bir tanesiyiz. Potansiyellerimiz büyük. “7 milyardan bir tanesiyiz”i kabul etmez de, “ben özel biriyim” dersanız gideceğiniz yer orası, o zaman mecbur ilaç veya şok tedavisi vereceğiz.

İkinci kategori ise, mantıklı kategori. Bu kategorinin içerisinde üç çeşit kişilik örgütlenmesi var. Kaynağını kimden alıyor? Anneden alıyor. Yurt dışında bu kategoride yapılan çalışmalarda, yüzde 14'le yüzde 25 arasında çıkıyor. Bu ikinci grup aslında ağır bir

kişilik portresi. Bu insanlar doktor, mühendis, avukat, Rekabet Kurulunda, Anayasa Mahkemesinde oluyor, cumhurbaşkanı, başbakan oluyor. Kendinizi ve etrafınızı ölçebilesiniz diye size bunun parametrelerini vereceğim; bu tehlikeli bir şey ama vereceğim. Buna sınır organizasyonlar diyoruz. Eğer annenin kendisinde böyle bir patoloji var ise, çocuğa Download veya “Upload” ettiği programlar bu patolojiyi götürüyor. 1.5 yılda anneden alınan patolojiyi düzeltebilmek için bazen 4 yıl, bazen 8 yıl uğraşıyoruz. Halbuki bize terapi için gelen arkadaşımız benden daha başarılı bir hekim arkadaşım, cerrah arkadaşım, doktor arkadaşım, üst düzey yönetici. İçindeki o çatışmayı fark ettiğinde, bu sistemde bir yamukluk var, ben bunu anlamak istiyorum diyor, gelip koltuğa oturuyor. Ben de bu işin profesyoneliysem, ona dilimin döndüğünce bunu aktarmaya çalışıyorum. Orada o değişimi, yeni bir Download programı benimle başlatıyor. Eski programı ortadan kaldıracaksınız ve bir taraftan da ona yükleyeceksiniz.

Bu ikinci gruptaki üç katman nedir? Bir, olaylara altlık-üstlük seviyesinde bakan bir bakış tarzının hâkim olduğu kişilik tipleri: “Ben üstteyim, ona göre altta duruyorum, benim arabamın modeli arkadaşımınkinden daha eski model, benim makamım filana göre daha yüksek, benim makamdaki masam ile yandaki arkadaşımın masasında bir yaşlık fark var, o şerefsiz nasıl olur da benden daha iyisini alır?..”

Psikiyatristlerin ağzı biraz bozuk olur. Tutmaya çalışıyorum ama, arada sırada kaçacak, kusura bakmayın. Mümkün olduğu kadar en terbiyeli hâlimle konuşacağım. Doktor arkadaşlarımızla yaptığımız eğitimlerde bunları aşıyoruz, çünkü hastalarımız bize çok küfrediyorlar. Biz de sineye çekiyoruz, acaba neden küfretmiş olabilirsin diyoruz. Ana avrat dümdüz gidiyor, “acaba şu anda bunu bana neden söylemiş olabilirsin” diyoruz. Ama içimizdeki bir taraf da, “ulan, ulan” diyor. Terapistliğin birinci şartı; sabırlı, sakın, derviş gibi durmaktır, kafa sallamaktır. Adam diyor ki, paramı verdim, istediğim gibi küfredirim. Terapiye başlarken şöyle bir şartımız var: Kafama bir şey fırlatma, istediğin gibi konuş, konuşmak insanı öldürmez, ama bir şey fırlatacak, bir şey batıracak olursan o zaman terapi durur, seni hastaneye yatırırım diyorum. O da bu özgürlüğü alıyor ya, Allah ne verdiyse...

Birinci kategorideki insan tipi, her gittiği yerde, her kurduğu ilişkide zihni otomatikman, üstte miyim altta mıyım, üstünlük ve aşağılık anlamındaki bir kategorizasyonu sistem olarak uyguluyorsa bu bir patolojiye delalet ediyor. Demek ki insanlarla eşit ilişki kurma becerisi yok. Bu beceri olmadığı için hep üste çıkmaya çalışacak, hep üstün olduğunu ispata çalışacak, hiçbir zaman diğerlerinden alt bir kategoride olmayı kabullenemeyecek. Ne oluyor? Bu insan bir ömür boyu hamal kardeşim. Hayatı boyunca hep kendisinin üstün birisi olduğunu ispata çalışmak durumdadır. Bu ömür boyu sürecek olan kürek mahkûmluğudur.

Düşünün ki, hayattan hiç keyif almıyorsunuz, hep ne kadar üstün olduğunuzu öbürlerine göstermek, kanıtlamak istiyorsunuz. En akıllı sizsiniz, en bilgili sizsiniz, en zeki sizsiniz, en zengin sizsiniz, en iyi yönetici sizsiniz, en kahraman sizsiniz, arabanın en kalitelisi sizde; bu biraz bende var ve evdekiler, bizim kızlar öğrendiler. Kızımın bir tanesi Tıp Fakültesine başladı. Hafta sonu, pazar günü evdeyiz, kalktılar, hep beraber bana alkış tutuyorlar, “baba, muhteşemsin sen.” Hayır ola kızım. “Lavaboyu en iyi sen tamir edersin”; lavabo tıkanmış, kimse bulaşmıyor. Ben de gazı alıyorum ya, en büyük benim ya, giriyorum lavabonun altına, kerpetenler, bilmem neler, söküyorum. İşte bu şekilde birileri size, “en mükemmelsin, muhteşemsin” dediği zaman içinizde bir gaz dopingi hissediyorsanız kendinize lütfen bir soru işareti koyun, çünkü bu hayat, başkalarının gözündeki parıltıya muhtaçtır arkadaşlar; başkalarının gözünde, “vay, ne adammış, ne ablaymış, ne kızmış, ne olağanüstüymüş”, bu gazı alamadığı zaman ona ölüm hâkimdir. Nasıl alacağının hesabını yapar.

Arkadaşlar sizce bu özgürlük mü? Birisi benim hayranlığıma muhtaçsa, benim alkışıma muhtaçsa o insan sağlıklı bir hayat sürebilir mi? Ben bakmadım mı ölüyor. Seansta sırtımı döndüğümde hasta bir anda çöktü. Ne oldu dedim. “Gözünüz saate kaydı, saat benden önemli, vaktim doluyor değil mi, sizin için sadece, bir saatlik parası yolunacak kazım ben, ben de sizi adam zannettim de geldim buraya...” Vallahi saate baktım, bir şey yapmadım, Allah’tan kork. Nasıl incinme hissediyor fark ediyor musunuz? Onun için, bu tip arkadaşlar geldiğinde yüreğimizde böyle sıkıntı olur; saate bakma, sola bakma, sadece ona bak, dikkat et, çünkü arkadan gelecek olan hakaretin, fırçanın bini bir para.

İnsan ilişkilerinde böyle olan bir insanın yakın ilişki kurması, öbürüyle hemhal olması, sohbet etmesi, dostluk kurması mümkün mü arkadaşlar? Bu insanlar karizmatik görünürler, yöneticidirler, üst düzey yöneticidirler, işlerinde başarılıdır, ama yalnız insanlardır. Bir reklam vardı. Kurslarda da arkadaşlara onu anlatıyorum. Plajdaki delikanlı karnını çekiyor, benim gibi göbeğini saklıyor, kabine giriyor, kendini serbest bırakıyor. Akşama kadar karnını çekip kasıntı bir şekilde, kendisinin güçlü olduğu ispat gayretiyle insanlara mesaj vermeye çalışan, akşam evine geldiğinde de göbeğini bırakıp bir nefes alan, ama göbekli olduğunun farkına vardığından dolayı da hüznün içerisinde olan bir insana benzer. Dışarıya sunduğu mizansenle kendi iç dünyasında, derinlerde hissettiği yalnızlık, beceriksizlik, değersizlik ve başarısızlık tam bir çelişkidir. Bir insan ne kadar kasıntıysa, ne kadar tepeden bakıyorsa, ne kadar üstün olduğunu ispat etmeye çalışıyorsa, içindeki aşağılık kompleksi o kadar fazladır. Bakın ölçülerini veriyorum, kendinizi tartın, başkalarını tartın.

Bu söylediğim cümlelerle ilintili olarak yurt dışında yüzde 14-25 arasında olan bu patolojik sınır maalesef Türkiye’de, -yanlış olmasını ümit ediyorum ama, klinik çalışmalarım

da bu meydana- yüzde 64 çıktı. 100 kişiden 64'ü ağır kişilik bozuklukları grubuna giriyor arkadaşlar. Bizim ailelerimizin bizi yetiştirme tarzındaki dış odaklı, el âlemci bakış tarzının ruhumuzu nasıl oyduğunu fark ediyoruz. Dolayısıyla yürüttüğünüz iş ne kadar reel olursa olsun, öbürünü aynalamadığınız müddetçe, öbürüne gaz vermediğiniz müddetçe yol alamazsınız; bunu etrafınızdaki tecrübelerden, iş hayatınızdan, kurumsal hayatınızdan çok iyi anlarsınız. Nereye, hangi kuruma giderseniz gidin, eğer öbürünü taltif edip iltifat etmezseniz küçücük engeller dağ olur; ama öbürünün muhteşemliğini onaylar, siz harikuladesiniz, ne müthiş nefes alıyorsunuz, ne güzel bakıyorsunuz, bu kıyafeti nerede diktirdiniz dediğiniz an dağlar düz olur arkadaşlar. Maalesef Türkiye'nin gerçeği bu.

Birinci patolojiyi kaba hatlarıyla tanımladım. Bunlar Türkiye'de genellikle erkekler grubunda daha fazladır, yani dört tane erkeğin yanında bir tane kadında görüyorsunuz. Bazı üst düzey yöneticilerle bu manada psikoterapötik olarak çalıştım. Biliyorsunuz İstanbul iş hayatının biraz daha geniş olduğu, holdinglerin bulunduğu yer. Bir şekilde bağlantı kuruyorum. Bu grupla ilgili olarak dört tane erkek, bir tane de bayan üst düzey yönetici çıkıyor. İkinci grup da bunun tersi.

Yine o üç kategoriden ikinci grupta, yine anne bir program Download ediyor, diyor ki, "birisi benimle bağlantıda mı?" Basit bir örnek: Diyor ki, "Hocam, evden çıktım, öptüm, sarıldım, tamam hayatım, seni çok seviyorum dedim, kapıdan çıkana kadar bunu bana üç kez söyledi." Arabaya binene kadar sekiz tane mesaj, iş yerine gelene kadar yetmiş tane mesaj çekilir mi seni seviyorum diye? Kızın derdi hep bağlantıda kalmak; birisi onu seviyor mu sevmiyor mu? Başlarım altlığına üstlüğüne, zekâsına, oğlan beni seviyor mu sevmiyor mu, oğlan benimle ilgileniyor mu ilgilenmiyor mu; bütün derdi bu. Bu hayatta ne oluyor? Ötekinin kendisiyle ilgilenebilmesi için eşekler gibi çalışıyor. Eğer sen bir şey ortaya koyarsan öbürü seni seviyor ve ilgileniyor. En büyük korkusu ne? Ne zaman terk edecek? Oğlana diyor ki, "beni terk edecek misin hayatım, ne zaman terk edeceksin, o yanındaki kız kimdi? Senin iş yerine gittim, senin yanında bayanlar da çalışıyormuş"; Allah, tehlikenin büyüklüğüne bakın. Evde kendini gerçekleştiren kehanet, oğlan bir müddet sonra, çok sevdiği hâlde kızı terk edecek, çünkü boğuluyor. Düşünebiliyor musunuz; telefonda ha bire, "hayatım seni seviyorum, orada mısın, bugün ne yapacağız" diyen bir ses. Eğer yönetim kurulu toplantısındaysanız ve telefonlarına çıkmadıysanız yandınız, yandınız.

Uç bir vaka anlatayım. Uluslararası işleri olan bir iş adamının eşi. 24 yıllık evliler. 24 yıldır kavga ediyorlar, ama ayıramıyorlar. Bunlar ancak böyle bir ilişkiyi sürdürür; kafa göz yarılacak. Bu sevginin göstergesidir. Sakın onları düzeltmeye falan çalışmayın. O, birbirlerini ne kadar sevdiklerini ve bağlantıda olduğunu gösteriyor. Yumrukla bağlantıdalar, küfürle

bağlantıdalar vesaire. Hastamla görüşürken, seansın tam ortasında telefon açtı, -adam yurt dışında, merkezi ofisleri Avrupa’da, Türkiye’de de işleri var- adam telefona çıkmadı. Durmadan çaldırdı. Telefonu açmadıkça bunda ne oldu? Terk edilme duyguları, ulaşamama kaygıları o kadar pik yaptı ki, sekreterini aradı, sekreter, “efendim toplantıdalar, 2-3 saatten önce bitmez, çok önemli bir toplantı” diyor. Hasta hava alanına gidiyor, Avrupa’ya giden ilk uçağa biniyor, şehre iniyor ve yönetim kurulunu basıyor; sandalye masa darmadağın. Olur mu? Benim başıma geldi, hikâye değil bu.

BİR KATILIMCI- Kocasını ne yaptı?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Kocasını da “seni seviyorum” dedi. Kocasını bana geldi, “Hocam ben dünyadan korkmuyorum, benim ne kadar büyük bir iş adamı olduğumu biliyorsun, -gerçekten büyük bir iş adamı- telefon açtığı zaman titriyorum, korkuyorum ama, yine de bırakamıyorum yahu” dedi. Kocasında narsistik kişilik bozukluğu vardı, birinci gruptaydı. Kocasının onlarca sevgilisi var. Kıza bir el ediyor, hemen geliyor. “Doktorum kime el edersem geliyor, bir bu şerefsiz gelmedi” diyor. Ele geçirdiği şeyin hiçbir kıymeti yok, ele geçmeyen kıymetli; bu da ele geçmiyor. Diyelim ki, kolunuza sepet takıyorsunuz, eğer kocalarınızda ilgilinizi devam ettirmek istiyorsanız ne sepetin dışında, ne içinde durun, tam kenarında durun. Sizi sepete atmak için bir ömür boyu uğraşacak. Bakın şifreleri veriyorum. Bu şekilde kişilik özellikleri olduğunu düşündüğünüz bir sevgiliniz varsa, eğer ona kölelik, cariyelik yapmaya kalkarsanız işiniz bitti, 20 tane daha sevgilisi var; ama kenarda durursanız, onu arada sırada refüze eder, sistem dışarıya kaçacak olduğunda birazcık sevgi gösterirseniz o hep orada durur, sizinle uğraşır. Bu da öyle bir aileydi.

Zaman zaman kurslara gidip eğitimler veriyorum. Sınıfa bakıyorum, ilk çay molasında şu tiplerle şu tipler çiftleşecek diyorum. Sağ beyinden sağ beyne dediğim, Download ettiğiniz program iyi programsa, kaliteliyse, “Update” de etmişseniz anında tarıyorsunuz. 30 milisaniyede tarıyor arkadaşlar, yarım dakikada da bütün git-gel işlemi bitiyor. Yapılan çalışmalarda, anne-çocuk arasındaki beyin tomografi incelemelerinde, fonksiyonel MRI’larda, 30 milisaniyede Pupilla’dan ışık gidiyor, nöron ateşleniyor, yarım dakikada sistem karşı cevaba ve karşı şeye dönüşüyor, kilitlenme bu kadar çabuktur. Narsisistikte, biraz önce bahsettiğim “Borderline” özellik kilitlenir. İlk teneffüsü veriyorum, ben de arkadaşlarla beraber kantine iniyorum, bakıyorum o iki kişi yavaş yavaş yan yana geliyor. Bunlar birbirini hiç tanımıyor. Türkiye’nin muhtelif yerlerinden gelmiş olan doktorlar. Onların kimlerle eşleşeceğine dair içinizden sezgisel bir kumar oynuyorsunuz, şu şununla eşleşebilir diyorsunuz. Yüzündeki ifadeden, kıyafetlerinden, oturduğu yerden, duruş şeklinden bunları okuyabiliyorsunuz. Onun için, biraz tehlikeli bir adamım veya bu bilgiye sahip olan insanlar

biraz daha tehlikeli oluyor. Bunlar ilk teneffüste konuşmaya başladılar, ikinci teneffüste kankalaştılar ve çıkmaya başladılar. Daha sonra ikisi de benim hastam oldu. Kız gece saat 3'te aklına bir şiir geldi, "hayatım" falan filan diye yazdı, SMS'yle gönderdi, oğlan cevap vermedi. Düşünebiliyor musunuz oğlan cevap vermedi, bundan daha büyük atom bombası olur mu? Kız gecenin 3'ünde ona şiir yazmış, oğlan ona cevap vermemiş, uyanmamış. 50-60 kez telefonu çaldırdı, telefona da cevap vermedi. Bir öfke kabarması oldu. Kız Anadolu Yakası'nda, oğlan Avrupa Yakası'nda oturuyor. Bindi arabasına, gitti apartmanın önüne, baktı oğlanın arabası garajda, zile bastı. Düşünün, lüks bir semtteki bir caddede bir kız 7'nci kattaki oğlana, "bilmem ne çocuğu, yanında hangi şerefsiz var, aç pencereyi, delikanlıysan in aşağıya" diye avaz avaz bağılıyor. Gerçekten oğlanın yanında bir başka sevgilisi var. Bingo. Eline anahtarı alıyor, oğlanın cipini aşağıdan yukarıya tarıyor.

Bu, terk edilme kaygısı, başkalarına tercih edilmeme kaygısının en ağır formu. En hafif formu da, kırıklık, üzüntü, içe kapanma, mutsuz olma, dünyayı algılayamama. Düşünün ki, kızımız sevgilisine ulaşamadı, iş yapamaz o, kafası oradadır. Personelinizin iş yaptığını zannetmeyin arkadaşlar; oradan mesaj gelmediği müddetçe tam kapasite çalışamaz, birçok şeyi de hatalı yapar, çünkü kafa oraya kilitli. Pazar yerinden annesi tarafından terk edilen bir çocuk neler hissediyorsa (korku, endişe, yalnızlık, çaresizlik, umutsuzluk), o da aynı duyguları hisseder. Ama oğlandan bir mesaj gelirse sistem çözülür. Biz buna, "öbürüne konnekte kalma" diyoruz. Konnekte olduğu, bağlantıda olduğu müddetçe problem yok. Diskonnekte düşerse, bağlantıyı koparırsa, tünele filan girerse, eğer çekmeyen bir yerde olursa, oğlanla hissettiği bağın bir şekilde zayıfladığını veyahut da koptuğunu hissettiği andan itibaren ondan tehlikeli insan yoktur; çok ciddi intihar riski vardır. Öbürünü cezalandırmak için gider oğlanın önünde intihar eder. Giderken arabayı bir yere vurur, -böyle çok hastam oldu- kan revan içerisinde çıkarılır. İnanılmaz şekilde öbürünün hayatını mahveder.

Zaman zaman grup terapileri yapıyorum. Bu gruplarda kişilik bozukları üzerine çalışıyorum. Hepsi pırlanta gibi insanlar, çok değerli insanlar, ama zaman zaman patolojilerinin esiri oluyorlar. Böyle üst düzey yönetici olan bir arkadaşı grup terapi eğitimine aldık. Güzel, hoş hanımlar. Grup terapisine gelmeden önce Grand tuvalet şeylerini yaptırıyorlar. Ne diyorsunuz ona?

BİR KATILIMCI- Bakım.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bakımlarını yapıyorlar, makyajlarını yapıyorlar. Ulan terapiye geliyorsun. Hayır, öbürlerine hava basacaklar. Bizim grup terapisine aldığımız yöneticilerden bir tanesi, kızları listeye almış, -grup 10-15 kişi- her ay birisiyle çıkmış. Benim haberim yok. Hepsi de benim hastam. 4 oldu, 5 oldu, 6 oldu, iki tane kaldı diye çetele

tutuyormuş. Onun derdi, ne kadar kızı avlayabilecek, bunda üstünlük; fark ediyor musunuz? Bir gün dört tane kadın muayenehanemi bastı, “doktor bey sizinle çok acil görüşmemiz lazım” dediler. Bir tanesi örtülü olmak üzere çok hoş giyimli dört bayan. Hepsi de kuaförden çıkıp gelmiş. Hayrola dedim. “Ortak bir derdimiz var” dediler. Ortak dert olamaz. “Hayır, bizim dördümüzün de derdi aynı.” Yahu nasıl olabilir? Benim böyle bir tecrübem yok. Buyurun dedim. “Biz aynı adam tarafından aldatıldık, o adamla ilgili ne yapacağımız hakkında size danışmaya geldik” dediler. Hayda. Tamam, aldatmalar olur, kadınlar bazen benim ofiste birbirlerini yakalarlar, takip ederler, saç başa girerler, bunları yaşadım ama, dört kadının birden gelip de aynı erkek tarafından aldatılmalarının hikâyesi benim literatürümde ilk defa oluyor. Hikâyeyi dinledim. Bunların ortak noktaları: Bunların çocukları var. Çocukları aynı okula gidiyorlar. Sınıftaki çocukların bir öğretmeni var. Öğretmen Kazanova (biraz önce anlatmış olduğum birinci grup, kişilik bozukluğu.) Tek derdi 30 tane öğrencinin velilerinin her biriyle yatağa girmek. 30 kişilik bir sınıfta, yarıdan fazlayı geçmişti çetelesi. 4 kadın bunu anlayınca, bir araya geldi. Her birine âşık oluyor, çocuklara ders çalıştırmak için evlerine gidiyor. Bunların hepsi evli insanlar. Güya hepsi mazbut karakterde olan insanlar. O sevmeye ve sevilme duyguları karşısında, içerideki kendilerini tutacak olan sistemleri kontrol edemediklerinden, öbürünün bunlara söyleyeceği üç-beş tane sevgi sözcüğü karşısında hepsi pes etmiş. O dört kadından bir tanesi çantasındaki silahı gösterdi, “beni nasıl aldatır, vuracağım” dedi. Onun derdi, kendi kocasını aldatması, evli olduğu değil, diğerleri nereden geldi? Onlarla tek tek görüştüm. Ortak kanaatleri neydi biliyor musunuz? “Diğerlerine iltifat etmiş ama, aslında gerçekten beni seviyor, diğerlerini sevmiyor.” Sol beynin olayı nasıl yamulttuğunu anlayabiliyor muyuz?

İkinci grup kişilik yapısında da, hep birileriyle bağlantıda olma ihtiyacı hisseden kişilik örüntüsüdür. Ofisinizde, çalıştığınız iş yerinde, erkek erkeğe, kadın kadına bağlantı kurmadan işe başlayamayan kişilerin iç dünyalarında seksüel hareketler çok gibi gözükür ama, dertleri seks değildir. Öbürleriyle iletişim kurmanın yolu bazen seksten geçer. Seksi verirsiniz ilişkiyi ve fark edilmeyi alırsınız, sevgiyi alırsınız. Sevgiyi ver seks al, sevgiyi ver seks al; sistemin içerisinde böyle bir ilişki modeli vardır. Bunu da bilen öbürleri, -bir şekilde sezgisel olarak yakalamışlar- öbürlerine iltifat ederler, kendisini ne kadar çok sevdiğini söylerler. Rutin, basmakalıp cümleleri vardır. O cümleleri o hanımlara söylediklerinde anında âşık olurlar. 24-25 yaşlarında bir kız bana birkaç yıllık günlüğünü verdi. En son sayfayı okudum, “bu sefer gerçek aşkı buldum, gerçekten beni yürekten seven aşkı buldum” diyor. Bir saydım, ondan önce 34-35 tane, gerçek aşkı bulduğunu söyleyen, bazıları bir günlük, bazıları bir ay süren aşk hikâyeleriyle dolu tüm günlükleri. Dedim ki, Ayşe, yine diğerlerinin

aynısı olmasın. “Yok, gerçekten bu, gerçekten yüreğimi sızlatan gerçek bir aşk hikâyesi, ben onu seviyorum, o da beni seviyor, bu seferki farklı” dedi. “Bu seferki farklı” dediği de bir hafta sürdü. Sevilme ihtiyacı çok önemli. Annesi tarafından yeteri kadar seilmeyen veya şartlı sevilen çocukları yaşadığı handikaptır bu. Özü itibarıyla anneye bağlı sistem.

Üçüncüyü merak ediyor musunuz, yoksa kapatalım mı? (Salondan “devam edelim” sesleri.)

Uyuyan var mı?.. Yok.

Hocam uyuyan yok bak, sistem iyi gidiyor.

Nurettin Hocam dedi ki, “Hocam, doktorlar falan konuştuğu zaman bilimden konuşuyorlar, arkadaşlar da sıkılıp uyuyorlar, sakın öyle bir şey yapma.” Hocam ben öyle yapmam, interaktif olurum, gözlere bakarım, uyuma noktası gelince kapatırım dedim.

Üçüncü grubun derdi, bunların anneleriyle kurdukları ilişki mekanik bir ilişki, robotik bir ilişkidir. Anne çocuğun bakımını tam yapar, fakat çocuğun bakımını bir anne duygusuyla yapmaz, yapılması gerektiği için yapar, görev olduğu için yapar. Dolayısıyla bu çocuklar anneden duygusal coşku denen şeyi Download edemezler, ruhlarına indiremezler, duygunun ne olduğunu tanımlayamazlar, tanıyamazlar. Anne sadece görevini yerine getiren mekanik bir annedir; sütse süt, altı temizlenecekse temizler, bakımsa bakımı, uyutulacaksa uyutma. İnsan olmak demek; ilk 1.5 yılda annenin içindeki bütün coşkusal duyguyu, öfkeyi, kızgınlığı, kırgınlığı, sevgiyi, mutluluğu, mutsuzluğu, bütün duyguları ninniler vasıtasıyla, yüz mimikleriyle, bir oyun oynar gibi yavaş yavaş çocuğa aktarmasıdır.

İşte bu çocuklar maalesef çok şanssız çocuklardır. Bir ilkokula, anaokuluna gidin bakın, bazı çocuklar tek gezerler (ortaokulda arkadaşlarınız var, lisede arkadaşlarınız vardır.) Bakarsınız, üzülürsünüz, gidip ona yardımcı olmak istersiniz, onunla arkadaş olmak istersiniz, o da arkadaşlarının içerisinde bir rol alsın istersiniz. İş yerinde, yalnız başına çalışan, görevlerini yapan, hiçbir şeye itiraz etmeyen, hep uyumlu olan, hep uygun olan, ne kadar iş verirsiniz hepsinin altından kalkan, makam, mevki, üstünlük, fazla maaş, mesai, hiçbir şey talep etmeyen, müthiş bir insan; bunların tek derdi var, bana fazla yaklaşmayın, benim içime fazla girmeyin, ne görev verecekseniz söyleyin ve gidin. Ne var yok hemşerim, işler nasıl, bugün ne yaptın, aa, evde ne vardı dediğiniz anda onu öldürdünüz, silah sıkın ondan daha iyi. Bunlar, insanlarla yakın olmaktan çok korkarlar, yakın oldukları zaman ne yapacaklarını bilemezler. Duygularını tanımlayamadıkları için öbürlerinin duygularının da ne olduğunu hissedemezler. Öbürleri duygusal olarak ona yaklaştığında zihni darmadağın olur, kendilerini kaybederler, bir boşluğa düşerler. Zaman zaman stres altına, anksiyete altına girdiğinizde zihninizin durduğu anlar olmuştur; benim çok olur. Tam seansın ortasında hasta küfrü bastığı

zaman, bir dakika, ben kimim, neredeyim, ne oluyor falan, şok olurum. Bunlar, bir başkası ona duygusal olarak yaklaştığında, hürmet ettiğinde, ona duygusal birkaç cümle söylediğinde, sevildiğini, sevdiğini söylediğinde aynı şeyi bunlar yaşarlar ve hemen geri kaçarlar, sizinle bir daha görüşmezler. Eğer iki-üç sefer görüştüyseniz iş yerini değiştirir, istifa eder, evinden ayrılır, mahalleyi terk eder. En büyük zulümdür onlara merhamet gösterip onlarla şefkatli bir ilişkiye girmek.

Ben derste şöyle anlatıyorum: Siz busunuz, o da bu, şöyle hafifçe eğilir, siz duruyor musunuz size bakar, eğer siz ona doğru eğilirseniz hemen böyle yapar, ama siz duruyorsanız biraz daha eğilir, biraz gelir, -bu haftalarca süren bir ilişki- kaleminiz var mı der gider. Siz yine aynı şekilde, kalem orada dersiniz. Aa, kalem var dersiniz gitti 3 kilometre geri; sakın ha böyle yapmayın. Kalem burada efendim dediğinizde o kadar rahatlar ki, ona dünyaları bağışlarsınız. Siz tehlike ve tehdit değilsiniz. Bir müddet sonra daha yakın durmaya başlar. Dokunur, fazla kaçmaz, bir şeyler söyler. Siz de aynı şekilde davranırsınız. Ondan sonra sizinle teması daha çok arttırır, aynı mekânda sizinle birtakım şeyleri paylaşabilir. Ama siz onun dünyasına girmek ve duygularını anlamaya yönelik bir şeyler söylemeye çalışırsanız, empatik olarak onu hissedemezseniz o kaçar gider. İşte bu insana saygı duyduğunuzda, eğer bunu algılayabilirse bu insana çok büyük hizmet etmiş olursunuz. Bu insan mükemmel zekidir, bu insan okul birincisidir, bu insan süper yöneticidir.

Bilim kuruluşlarından bir tanesinden bana bir akademisyen geldi. Bir şekilde o bölgeden bana gelenler vardı, onların vasıtasıyla gelmiş. “Ne yapacağımı şaşırdım” dedi. Neden diye sordum. “Benim kimseye zararım yok, ben sabah odama geliyorum, açıyorum, kapımı örtüyorum, kahvem orada, ben projemi yapıyorum.” Bilim projesi üretiyor. O kadar çok bilim projesi üretiyor ki, uluslararası o kadar çok başarıları var ki, ama o görevini yapıyor, bu onun için bir başarı değil, önemli değil. Bu görevini yapıp da, bundan yarısı kadar başarı göstermeyen insanlar müdürlüğe getiriliyor, dekanlığa getiriliyor, yukarıdaki rektörlük makamı da rahatsız oluyor, bu adama görev verelim, bu hak etti diyor. İkide bir de, gelen her yönetici bunun CV’sine bakıyor, seni müdür yapacağız, bilmem ne yapacağız diyor. Adam tir tir titriyor. Yahu beni bırakın, affedin diyor, anlatamıyor. “Hocam ayrılacağım, istifa edeceğim” dedi. Niye dedim. “Bana müdürlük veriyorlar, ben ne yaparım, benim kimseye zararım yok, bana dokunmasınlar” dedi.

Bazı iş yerlerinde eleman istihdam ederken kimi nereye nasıl istihdam edeceğimizle ilgili kaba bir harita çıktı mı?..

Bu üç kategorideki birinci grup, dünyayı altlık ve üstlük olarak kategorize eder; ben ne kadar üstteyim ne kadar alttayım, kime hâkimim, kim benden düşük kim yüksek, sınıf atlama

derdindedir, tek bakış tarzı budur, hangi ideolojiden olursa olsun. O ideolojik bakışlar bunun çok çok üstündeki kabuk kısmıdır. Hepimiz aynıyız. Birinci grup bu şekilde.

İkinci grup da, bağlantıda olan var mı arayışındadır. Bağlantısızlık öldürür onu. En büyük dertleri cumartesi, pazardır. Cumartesi günü ikinci grup için kıyamet kopar. Daha pazartesten başlarlar “cumartesini, pazarı nasıl geçireceğiz” diye. Sakın onların sosyal, işlevsel olduklarını, hep cumartesi, pazar programlarını onların yaptığını düşünmeyin. Cumartesi, pazar günleri eğer gidecek bir yer, ilişki kuracakları arkadaş, sosyal ortam bulamazlarsa intihar bile edebilirler. Onlar ona mahkûmdurlar. Onun için cumartesi, pazarı bazen geçiremezler. Çoğu alkolik olur. İçmeye cumartesi sabahından veya cuma akşamından başlarlar. “Çok hoş vakit geçirdik, içtik ağabey...” Sen bunu benim külahıma anlat. Cehennemdir onun için.

Üçüncü grup da mesafe ayarı yapar, her gün herkesin mesafesini ayarlar; “aa, ablam bana kötü bakıyor-ablam güzel bakıyor.” Düşünebiliyor musunuz; herkesin her gün size ne kadar yakın ve uzak olduğunu öğrenmek ve bilmek zorundasınız. Böyle bir hayat çekilir mi yahu? Bunların seansta oturuş şekilleri tipiktir. Birinci grup (üstlük-altlık) koltuğa şöyle oturur, ayağını gerer , “yahu doktor bey badananın rengini siz mi seçtiniz? bilmiyorum ama, hiç olmamış” der. İçindeki değersizliği ilk dakika bir yere boşaltmazsa ölümdür onun için. Ya badananıza bahane bulacak, ya koltuğunuza bahane bulacak. Bahsettiğim, yurt dışında ofisi basılan beyefendi geldi, meyve suyu ikram ettik, baktı, “yahu, meyve suyu diye bana bu şekerli suyu mu getiriyorsun? söyleyeyim de size birkaç koli meyve suyu göndersinler” dedi. Birinci grubun sizinle kurmuş olduğu ilişki bu şekilde bir ilişki.

İkinci gruptakiler ise, hanımefendi gelip oturur, ilk yaptığı şey, bacağına açabildiği kadar açmak, en uygunsuz yerlerini size göstererek sizin dikkatinizi oraya toplamak; konnektesiniz, kurtul bakayım hadi. Hiçbir şey yapamazsanız parfümünü koklarsınız; konnektesiniz. Hazreti Yusuf gibi olacaksın ağabey, öyle ayak yok yani. “Sizi çok sevdim, size çok âşık oldum, gece sizi düşünerek mastürbasyon yaptım Hocam...” Kıpırmızı olursunuz. Kıpırmızı olduğunuzda ilişkidесiniz işte, konnektesiniz. Aradıkları şey ne? Aradıkları şey sevgi, basit bir sevgi. Anlatabildim mi?

Bu her üç grupta da ilişki şekli ikili ilişkidir ki, biz buna “diydik” deriz; hep “ben ve o” var. Bunlarda zihin mental bir sıçrama yapamamıştır. Üçüncü bir gözle, aramızda ne oluyor diye seyreden bir zihinsel kapasiteyi geliştirmemişler. Eğer anne çocuğa iyi bir program yüklüyorsa sistem ikili (diydik) ilişkidен, üçlü ilişki dediğimiz “Three angular” ilişkiye geçer. Zihin, birisiyle kurduğu ilişkinin üçüncü kişiler tarafından nasıl görüldüğünü aynı anda düşünebiliyorsa ve bu duyguyu o anda hissedebiliyorsa zihinsel yapı bir üst

katmana sıçramıştır, Three angular hâle gelmiştir. Ali Beyle, Kemal Beyle muhabbet ediyorum, Nurettin Bey tarafından da bu konuşmamız ve bakışmamız ne anlama geliyor diye zihnimde onun resmini ve düşüncesini de tutabiliyorsam üçgeni kurduk. Biraz önce yapmış olduğumuz kişiler; yapıları, o duygusal yakınlaşma ve uzaklaşma, altlık ve üstlükte, üçüncü bir gözün bakış tarzını zihne getiremezler, onun içinde kaybolurlar.

Üçüncü bakış tarzı geldiği için evrensel medeniyet kurulmuştur, rekabet gelmiştir çünkü. Psikolojinin en önemli kelimesi “rekabet”tir. Psikanalizin en önemli kelimesi “rekabet”tir. Rekabet öncesi ilişkiyi rekabet dönemine sıçratmak terapideki en büyük amacımızdır. Rekabet, bir ötekenden daha iyi olduğunu ispat etmek için çalışabilme gayretidir. Bu da medeniyeti doğurur, buluşları getirir; evrensel kültür buradan çıkar arkadaşlar.

En basit rekabet ortamı da, oğlan çocuğu, annesinin babasına iltifatı karşısında anneye kur yaparak anne beni sev, babamdan daha kaliteli bir adamım, pazıma bak, boyuma bak, süt de içtim der. Babadan daha iyi olabilmek için bir hayat mücadelesine başlar; Three angular ilişki kurulmuştur. Bu çocuk ömür boyu hep bir yerlerde babalar bulacak, o babaları geçmek için demokratik yollardan mücadele edecektir, yani gerçeklik üzerine bina edeceği bir çalışma yapacaktır. Bu çalışmada kaybettiği zaman da stres ve sıkıntıya bağlı olarak takıntı, obsesyon, panikatak, uyku bozukluğu, cinsel işlev bozukluğu, yeme bozukluğu şikâyetleri olacaktır. Bunlar, o rekabette zaman zaman, “ulan yeniliyor muyuz, birileri bizi geçiyor mu” kaygısının, ele geçirilecek nesneyi ele geçirememenin hüznünün vücuttaki tepkileridir.

Ben daldım gittim ama vakit geçti mi Hocam?

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- İyi gidiyor. Devam edebiliriz herhâlde.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Peki.

İki tane daha kategori var. En son kategori en normal kategori, yani sizlersiniz. Sizleri anlatacağım, sabırla bekleyin. Bazıları güldüğüne göre, “Hocam biz ne demek istediğinizi biliyoruz” dediler.

Three angular ilişkiye geçtiğimizde rekabete dayanabilme kapasitemiz ortaya çıkar. Kızlar olarak anneyle rekabet ederiz ki baba bizi sevsin ve beğensin. Daha sonra hayat boyu hep anne yerine ikame ettikleri, rekabete girecekleri bir figür yaratıyorlar. Onun için, bir iş yerinde iki tane hanım çalışıyorsa onlar birbirine hep düşman olur, hep kuyu kazarlar. Feministlerin iş birliği falan olmaz, sakın ha. Oradaki yöneticinin gözüne girmek için birbirlerinin kuyusunu kazarlar. Yönetici kim? Babanın türevi oluyor. Yani hikâyenin özü semboliktir. Eğer hanım arkadaşlar güç kazanacaklarsa, erkeklerle beraber ittifak yapsınlar, diğer hanımları saf dışı yapsınlar. Değilse, hanımların birbirleriyle ittifakı pek nadirdir.

Erkekler kendilerini gösterebilmek için müdürüne der ki, sayın müdürüm bu projeyi ben yapacağım. Aslında projenin sonunda çıkacak olan “aferim”i göstereceği kız arkadaşı var o kurumda da, onun içindir; yoksa derdi ne müdürdür, ne projedir. Bu, o kıza kur yapmanın farklı yoludur. Eğer müdür bunu keşfetmişse, yükler projeyi ona, aferim der, sonra ikinciye, üçüncüyü verir, projeler takır takır gider. Müdür zannetmesin ki keramet kendindedir; bu, orada bulunan anne türevi olan hanım arkadaşın gözüne girebilmek için alınmış olan bir stratejidir.

Bu yapının içerisinde mükemmelci yapılar çıkar. Bunların alt tipleri var. Three angular ilişkinin detayına fazla girmeyeceğim. Bu mükemmelciler her şeyi dört dörtlük yaparlar, her şey simetriktir, her şey kurallara uygundur. Mükemmelci bir baba veya anne evladına şöyle der: Seni çok seviyorum, dövmek istemiyorum, vurmak istemiyorum, seni cezalandırmak istemiyorum ama kurallar böyle ne yapayım? yüreğime taş basacağım bu kuralları uygulayacağım. Kurallar her şeyin önündedir, kurallar için yaşanır.

Çakı gibi bir yüzbaşının bir garnizona tayin edilmiş. Gösterin şu nöbet yerlerini demiş. Benzinliği, cephaneliği, lojistiği falan göstermişler. Buradaki tepede niçin nöbet kulübesi var diye sormuş. Efendim bilmiyoruz, orada nöbet tutuluyor demişler. Arşivden gerekçesini bulmuşlar. Gerekçe, 13 yıl önce bir albayın emrine dayanıyor. Albay gece teftişe giderken arabası o tepede bozulmuş ve sabaha kadar bunun başında birisi dursun demiş ve başka bir arabayla garnizona dönmüş. O günden bu güne o tepede nöbet tutuluyormuş. Eğer siz bir işi yaparken bunun fonksiyonelliğini sorgulamıyorsanız, o yüzbaşı gibi açık ve net olamıyorsanız siz statükocu bir yapının devamından başka, bir çarkın parçası olmaktan başka bir işe yaramazsınız. Hayatınızın her yerinde, “bu benim işime ne kadar yarıyor, ne kadar doğru, ne kadar mantıklı” diye sorgularken başvuracağınız yer sadece kendi zihninizse sağlıklı bir bireysiniz; yok, “kurallar böyle diyor, kurallara uymak zorundayız, kurallar için bunu yapıyoruz” diyorsanız, insanlığınızı kaybediyorsunuz. Bernard Russell diyor ki, “her şeyin sistemden ibaret olduğu yerde fikir ve ruh bakımından ölüm hâkimdir.” İnsanın yaratıcılığının ve öznelliğinin girmedığı bir yer ölüm demektir arkadaşlar. Kurallar sadece, işlerin kolaylaştırılması için insanlar tarafından oluşturulmuş bir yapıdır.

Doktora sınavında beni ikide birde sınava almıyorlardı, atıyorlardı falan, rektöre çıktım, -gariban bir öğrenciyim- sayın rektörüm ben sınava giriyorum, başarılıyım, kendime güveniyorum, adaletli bir sınav istiyorum, fakat hocalarımdan bir tanesi bana taktı, bu sınav mülakatla yapılıyor, ben giremiyorum Doktoraya. “Nasıl olur yahu” dedi. Rektörlüğün yönetmeliğinde yazıyor ki, “doktora sınavlarındaki mülakatlar bölüm başkanları ve kurduğu ekip tarafından yapılır.” Ben adaletli bir sınav istiyorum, siz buranın rektörüyseniz, ben

geldim derdimi anlatıyorum dedim. Çağırdı genel sekreteri, “yarınki senatoya birinci madde, filan yönetmeliğin ilgili hükmü değişecek, sınavlar merkezi yapılacak, enstitü tarafından yapılacak, adil yapılacak, insanların iki dudağı arasında insanların istikballeri harcanamaz” dedi. Adam fonksiyonel olarak anladı ve değiştirdi. Ertesi gün senato toplandı, yönetmelik değişti. Bir ay sonra merkezi sınav açıldı, birincilikle Doktora girdim. “Efendim bu yasa...” Ne yasası yahu, 251 kişinin kararı değil mi? Fonksiyonel mi değil mi, bir buna bakın, lobi oluşturun. Yasayı çıkaran kim? Temsilcimiz çıkmış oraya, senin hayatını, benim hayatımı kolaylaştırmak için, daha fonksiyonel olacağını düşündüğü kural getiriyor. O kural fonksiyonelse, vatandaşın hayatını kolaylaştırıyorsa, o zaman doğru ve sağlıklıdır.

Kuralcılık dediğimiz yapı, korkularımız nedeniyle, kişilik yapımızdaki patolojiler nedeniyle, fonksiyonelliği tartışılmaz, kural kural olduğu için uygulanırsa yine kendimizi statükocu bir kalıbın içine sokarız, insanlıktan çıkar, bir makineye dönüştürüz. Eğer öyleyse zaten, inanılmaz robotlar yapıyor, verirsiniz girdilerini, hangi denetimler yapılacak, denetimlerin karşısındaki artı-eksileri işaretlersiniz, sonuç çıkarırsınız, yazarsınız 20 milyon cezayı, standart olur her şey. Öznellik dediğimiz, insanlık dediğimiz bir şey var. “Nevrotik” dediğimiz yapı üçlü ilişkilerde biraz daha egemendir.

Bunun en üst katmanı olan beşinci katmana geldik: Psikozdan başladık, altlık-üstlük ilişkisi, konnekte olma, mesafe ayarı, üçlü ilişkiye geçme ve en son normal yapı (nadiren bulunuyor.)

Bu insanlar üçlü ilişkide öyle bir aşama sıçramışlar ki; babayı sevmiş, babayla özdeşim yapmış, anneyi kabul etmiş, anneyi babaya vermiş. Benim içinde potansiyellerim var, ben hayata bir sefer geliyorum ve ben bir tane Tahir'im, başka yok, ben bu insanın hayatını çarçur edemem, bu insanın hayatında yapmak istediklerini bir dakika ötelemem, hiçbir hesap kitap olmadan, zafer ve yenilgi denen iki tane namussuza aldırış etmeden, gerçekten istediğim şeyi hayata taşımak istiyorum, bu yolculukta kaybetmek de kazanmak da benim için zafer sayılır diyen bir bakış tarzıyla kendini gerçekleştirmeye çalışan insan tipidir. Bu insan; yokuşluk yapmayan, insanı anlamaya, yardım etmeye çalışan, insanlarla yakın ilişki içerisinde olan, duyguları anlayan, empati yeteneği olan, öbürlerini hisseden, öbürlerinin işlerini kolaylaştıran, ayıpları örtmeye çalışan ve kendini gerçekleştirmek için de, bütün dünya karşısında da olsa, yalnız başına mücadelesine devam eden insan tipidir. Bu insanları nadiren görüyorum. Onlara saygı duyuyorum.

Çetin Altan'ın bir yazısından bahsedeceğim. “Beni hapsettiniz, dört duvarın arasına koydunuz, ama düşüncelerimi hapsedemezsiniz, ben yine yazacağım” diyor. Bakış bu olunca

ha cezaevinde olmuşsunuz ha dışarıda olmuşsunuz, kendinizi her yerde her şekilde gerçekleştirebilirsiniz, dış dünya o kadar da önemli değil.

Beni sabırla dinlediğiniz için hepinize teşekkür ediyorum.

Soru varsa cevaplamaya çalışayım. Ben sabaha kadar burada dururum; benim için keyifti sizlerle tanışmak, görüşmek.

Buyurun.

BİR KATILIMCI- Hocam değerli konferansınızdan dolayı çok teşekkür ediyorum.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Estağfurullah.

BİR KATILIMCI (Devamla)- Gerçekten karşımızda çok değişik bir psikiyatrist gördük.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Biraz işte tahtası eksik oluyor.

BİR KATILIMCI (Devamla)- Estağfurullah. Hayır, tam tersine. Bir de, Kayseri'nin yetiştirdiği mümtaz şahsiyetlerdensiniz.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Estağfurullah.

BİR KATILIMCI (Devamla)- Tebrik ediyorum.

Hocam sınıflara ayırdınız. Ben şahsen, bunları dinlerken bazılarından kendime pay biçtim. En son, “normal tip” dediniz, ona da uyduğumu gördüm. Acaba böyle şeyler olabiliyor mu?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bunlardan birer avuç olması, yerinde ve yeterince olması, itidal üzere olması sağlıklılığın işaretidir, çünkü bunların hepsi, yani gerektiğinde biraz durabilmek, duruş sergileyebilmek, bazen bağlantı ihtiyacımızın olması, bazen mesafeye ihtiyacımızın olması, bizim kendimizi dış dünyanın tehlikelerine karşı koruma gücümüzdür. Tüm hayatınızın bunu belirlememesi gerekir. Biz buna, “intra-psişik” yapı mı, yoksa üstüne konmuş olan bir savunma ve şema mı diye bakarız, onun ikisini ayırt etmeye çalışırız. Savunmaysa, yerinde, yeterince yapıyorsa insan hayatını kolaylaştıran bir şeydir.

Teşekkürler.

Buyurun.

DR. NAGEHAN ÖZSEYHAN (Rekabet Kurumu Hukuk Müşaviri)- Hocam anneyle bebek arasında bir duygu geçişi, yükleme olduğunu söylediniz. Acaba araştırma yapılmış mıdır; yetişkinler arasında da farkında olmadan istemsiz beyinsel geçişler, duygusal geçişler olur mu? Örneğin bir iş yerinde bir kişilik bozukluğu varsa bu çoğalabilir mi? Böyle bir araştırma var mıdır?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bununla ilgili de araştırmalar var. Ben aslında “mentalizasyon” dediğimiz bir konuya da girecektim ama, vaktim olmadı. Bu, öbürlerini

sezgisel olarak hissetme kapasitesi. Yüz yüze geldiğiniz andan itibaren, 30 milisaniyede bu aktifleşir ve siz öbürleri hakkında bir kanaat sahibi olursunuz. Eğer iç dünyanızdaki dizaynlar sağlıklıysa kanaat sahibi olmanız çok doğrudur ve yerindedir. Bir de sol beyinle adamın durumunu değerlendiririz ama, bu pek geçerli bir şey değildir.

Sizin içinizdeki duygusal yapı bozuksa, sağ beyinden sağ beyne, öbürlerine bunu bulaştırırsınız. Öbürlerine, geçici de olsa aynı virüs gibi bulaşır (gülmenin, ağlamanın, hüznün bulaştığı gibi.) Siz bir ortamda sıkıntılarla dolu bir arkadaşla çalışırken sizin rahat ve huzurlu olmanız mümkün değil, onun sıkıntısı size bir mikrop gibi bulaşır ve siz sıkıntı hissedersiniz, huzursuz olursunuz, onun yaklaşım tarzı size yavaş yavaş egemen olur. İç yapınız, annenizden aldığınız ana yapı sağlamsa bu geçici etkiye sahiptir, ama sizin de yapınız bozuksa ve bunlara karşı zor direniyorsanız, altyapı aktifleşir ve sizin hayatınızı ciddi manada kötü noktaya getirir ki, birtakım aşk ilişkilerinde, o güne kadar stabil gibi gözüken yapı, böyle bir yeni deneyimle tamamen allak bullak olabilir. Uzun süredir birlikte olup da birbirinize bulaştırmadığınız ilişki modellerinde, o ilişkiyi dengeye, balansa getiren şey bir olayla bozulduğunda ikinizin arasındaki ilişki tamamen târumar olabilir, çünkü iç dünyanızda ciddi bozukluklar aktifleşmiş olur.

Buyurun.

BİR KATILIMCI- Anneyle çocuk arasında kurulan ve kişiliği geliştiren özelliklerden bahsettiniz. Bu arada baba nerede, onu anlayamadım. Biz bebeğe boşuna mı bakıyoruz? (Gülüşmeler)

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Aslında çok önemli bir konu.

İlk 6 ayda çocukta, gene nörobiyolojik olarak, genetik kodlanmış, ziplenmiş dosyanın açılması şeklinde zihinsel bir sıçrama oluyor. Çocuk annenin gözüyle yaşar; anne onun bir nevi zekâsıdır, aklıdır, duygusudur. Anne ne hissederse, nasıl bakarsa çocuk da öyle bakar. Ortama bir yabancı geldiğinde, -biz ona “yabancı reaksiyonu” deriz- o gelen hakkında ne düşünüyor diye annenin gözüne bakar. Eğer gelen babaysa, anne ona çok duygusal, sempatik, sevgiyle bakıyorsa, -nadiren bakar- çocuk beyinde o nesneyle, üçüncü şahısla ilgili, “sosyal referanslama” dediğimiz protein oluşturur. O annenin bakış tarzı, sosyal referanslamanın ilk atfıdır. Sonra baba devreye girer. 1.5-2 yaşından sonra anneden dış dünyaya ulaşma başlar. Anne merkezdir, baba çevredir. Dış dünyada sosyalleşmenin aracı babadır. Baba yoksa, baba çocukla ilgisizse çocuk anneye kilitlenip kalıyor, sosyal bir faktör, sosyal bir insan olamıyor. İnceleyin etrafınızdaki küçük çocukları, 1.5-2 yaşından sonra çocuk zaten otomatikman babaya doğru döner. 1.5 yaşına kadar anneyledir, 1.5-2 yaşından sonra uzaklaşmaya başlar ve babaya gider. Kız çocuğu babaya daha erken gider; bu da yine genetik bir yönelim. O da

ilginçtir. Cinsiyet farklılığının genetik olarak babaya yönelmesi kız çocuklarda, erkek çocuklardan daha erkendir. Çocuğun sağlıklı, sosyal bir varlık olmasının temel faktörü de babaya bağlıdır. Tabii babalarımız gelmiyor, çocuklara bakmıyorlar, mesela çocuk ağladığı zaman, benim gibi, yan odaya gidip orada uyuyorlar falan.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Hocam bir soru da ben sorayım mı?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Hayhay.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Çok teşekkür ediyorum.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Estağfurullah.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Sağ olun. Zahmet ettiniz.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Hocam üniversitedeki konferansa da davet etmiştiniz; 20 sene önce miydi?

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Evet, muhtemelen olmuştur.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Buyurun.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Bu anlattıklarınızı, kendi kafa karışıklığımı da telafi için sormuş oluyorum. Bilim mi teori mi? Mesela anne-çocuk ilişkisine dair, bilim budur diye başka şey üzerinde konuşmamak mı lazım, yoksa bu bir teori, başka düşünürler de, başka bilim adamları da, başka eğilimli, yönelimli yaklaşım sahipleri de var gibi bir tereddüt var mı? Ondan sonra bir şey daha soracağım.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Peki.

Bilimi, doğruluğun bir kanıtı olarak ileri sürmek ideolojik bir bakış tarzıdır, bilimsel bir bakış değildir.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Peki.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bilim, kategorizasyon ve metodolojilerden bir tanesidir. Bilimsel olmayan bakış tarzı da farklı bir metodolojidir. Bunların birbirlerine üstünlüğü yoktur, mutlak geçerliliği yoktur. Zaten Popper diyor ki, “yanlışlanabilir olması lazım.” Dolayısıyla, önerilen hipotezlerin her birisi yanlışlanabilir şeylerdir. Bunun zıddında da mevcut olan onlarca bilimsel bakış tarzı vardır. Değerli bir bilim adamı olan John Watkins kitabında şöyle yazmış: “Benim önermiş olduğum terapi ekolü şu anda geçerli gibi gözüküyor, ama gayet iyi biliyorum ki, tarihin bilim çöplüğüne kısa sürede gidecektir ve yerini yenileri alacaktır.” Dolayısıyla mutlak hakikat hiçbir zaman ulaşılabilecek bir şey gibi gözüküyor, her an değişebilir. Şu andaki en son bilimsel metodolojiyle anlatılan, anlaşılan ve izah edilen yapı budur, teori budur, hipotez budur, ama mutlak gerçek değildir.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Çok teşekkürler.

Bir de, beş kategoride tanımlamaya çalıştığımız insan tipi, kişilikler, bunlar uç değil mi?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bunlar spektrumdur. Biz bunun şiddet derecesini tayin ediyoruz. Size burada uç örnekler verdim. Mesela yapışma, konnekt olma, hafif yapışmadan çok şiddetli yapışmaya kadar, 0'dan 100'e kadar sınıflandırılabilir.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Biraz belirleyici, öne çıkan özellik diyelim.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Bunların şiddet dereceleri vardır.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Dolayısıyla, ortalama bir insan, -bunları her hâlde tırnak içi anlamak, tanımlamak lazım- birinci derecede, ikinci derecede, üçüncü kategoride, dördüncü ve beşinci kategoride özellikler taşıyabilir.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Tabii.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Mesela yüzde 10'luk, yüzde 30'luk, yüzde 5'lik olabilir mi?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Biraz önce bahsetmiş olduğunuz, benim bakış tarzım bu şekildedir. Derste şöyle anlatıyorum: Biz memlekette kavun, karpuz yetiştiririz. Kavunun güneş gören kısmı çok olgunlaşır, toprağa değen kısmı hâlâ kelektir. İnsanın ruhsal yapısında, ilişki kurduğu alanlarda olgunlaştırdığı kısımlarla, olgunlaştırmaya müsait potansiyel taşıyan, ama çevre şartları nedeniyle olgunlaşamayan alanlarımız da vardır. Dolayısıyla, bu özelliklerin bir kısmının bizde çeşitli şekillerde ve oranlarda bulundurulması gerektiğini düşünüyoruz. Bazı bilim adamları, “hayır, şu özellik varsa hayatı hep odur, onun dışında birtakım bilişsel özellikler nedeniyle normal gibi gözükür ama, yapı bozuktur” diyorlar. Bu konuda iki tane farklı görüş var.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Meramımı birkaç cümleyle daha ifade etmek, paylaşmak istiyorum.

Rekabet Kurumunda veya başka bir kurumda çalışanlar, astlar, üstler, aynı düzeyde iş yapanlar, farklı iş yapanlar, karar verenler, uygulayanlar var vesaire vesaire. Bu anlattıklarınız tabii ki canlı kanlı, hayatta karşılığı olan veya doğru şeylerse, doğruya yakın tespitler, genellemeler ise, esasında herkesin içinde olduğu bir gerçeğin üzerinde konuşuyoruz. Öyle değil mi?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Kesinlikle.

Zaten içerimizde hissediyorsak bunlar vardır, hissetmiyorsak anlamı yok.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Kestirmeden gidip hemen genellemeler yaparsak, biraz kolay karar verirsek hatalara da düşebiliriz değil mi?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Genelleme yapmak zaten ayrı bir kişilik örüntüsüdür. Sağlıklı bireyler genelleme yapmaz. “Bilgi işlemede hata” dediğimiz sağlıklı bireylerin altı kategorisi vardır. Sizin üzerinizden anlatayım. Rekabet Kurumuna bir inceleme dosyası geldiğinde, eğer kafanızda ona idam kararı vermekle ilgili bir önfikir varsa Kurul üyeleriniz “Selective perception” yapar. Bunu nasıl cezalandırırız diye bakarsınız, o maddeleri bulursunuz. Eğer bu insanla ilgili olarak bulduğunuz madde idam etmeye yetmiyorsa, o maddeyi abartırsınız, dosyada onun aleyhine, iyi olduğuna dair birtakım maddeler çıkar, onu küçümsersiniz. Dördüncü madde olarak ya hep ya hiç tarzında düşünürsünüz (ya sev ya terk et gibi.) Ara formları göremezsiniz. Beşinci madde olarak genelleştirirsiniz, evet, bu hep böyle yapıyor, bak, burada bir tane yakaladık, bunların bütün yaptıkları bu şekilde dersiniz. Sonuçta da, keyfi çıkarsamayla, zaten ben hissediyorum, bu Kurumun veya bu insanların bana sezgisel bir hissi, bu rüyamda da çıktı diye başlayarak, falına, burcuna kadar giderek sonuçta bir hüküm verirsiniz. Bu, insanlar arasındaki ilişkide hatalı karar verme ve sol beynimizin kendimizi kandırma stratejisi, tekniğidir. Yedi madde olarak standardize edilmiştir. Seçici algılama, abartma, aleyhe olan bilgileri küçümseme, genelleme, ya hep ya hiç tarzında düşünme ve bunlar hep benim başıma geliyor diye bireyselleştirme, en sonunda da keyfi çıkarsamayla kararı verirsiniz, idam dersiniz. Aynı kişiye farklı bir kurum farklı bir şekilde baktığı zaman beraat kararı verir. Yine aynı mantığı kullanarak, aynı yasaları, aynı maddeleri kullanarak beraat verildiğini görebilirsiniz.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Teşekkürler Hocam.

Çok tehlikeli şeyler söylüyorsunuz.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Kesinlikle öyle söylüyorum.

Teşekkürler arkadaşlar.

KÜRŞAT ÜNLÜSOY (Rekabet Kurumu Çalışanı)- Bir soru sorabilir miyim?

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Peki, son bir soru daha alalım.

KÜRŞAT ÜNLÜSOY- Hocam başta hayvanlardan örnek verdiniz, daha sonra insanlar açısından çıkarımlarda bulundunuz. Hayvanlarda ruh var mı, bu tür bozukluklar görülüyor mu; merak ettiğim bir şey.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Dış Hekimleri Odasında hasta-hekim ilişkileri konusunda bir konferans vermiştim. Dediler ki, “Hocam hastalarımızdan bir türlü paramızı alamıyoruz, bunu bize öğretir misin?” Güzel bir konferans olmuş ki, ardından, aynı binada olan Veteriner Odası da, “müşterilerimizle, hayvanlarla olan ilişki konusunda biz de bir konferans verir misiniz” dedi. Neyini anlatayım dedim. “Evcil hayvanları besleyen insanların beslediği hayvan türleri sanki ev sahiplerinin veya sahiplerinin karakterini o kadar yansıtıyor

ki, adamın yüzüne bakıyorsun, köpeğe bakıyorsun, aynı” dedi. Adam depresyona giriyor, köpeği de depresyona giriyor.

Evet, hayvanların da duygusal bir alanı var ama, bizim gibi kendini sorgulayan bir üst korteks seviyeleri yok. Bütün problem şu:

Şemaları sorgulayan şemanız var mı?

Hayvanlıktan, o rutinin dışına çıkıp kendinizi sorgulayacak olan kapasitenizi kullanabiliyor musunuz?

KÜRŞAT ÜNLÜSOY- Ruh yok diye biliyorum da, o yüzden sordum.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Ruh kavramı bizim alanımızın dışında. Biz psi’ye bakıyoruz. Spirit’ten bahsediyorsan o alana girmeyeceğim.

KÜRŞAT ÜNLÜSOY- Ruhsal bozuklardan bahsediyorum.

UZM. DR. TAHİR ÖZAKKAŞ- Ruhsal bozukluklardan kastedilen, beyninizin entelektüel fonksiyonları (anlama, kavrama, değerlendirme.)

Teşekkürler arkadaşlar.

PROF. DR. NURETTİN KALDIRIMCI- Teşekkür ederiz. Sağ olun.

Bir plaket takdimimiz olacak. (Plaket takdim edildi)
