

Psikoterapi Sürecinde Rüyaların İletişim İşlevi

Dr. Günsel Koptagel İLAL¹

ÖZET

Uyku bilincin ortadan kalkması değildir; “değişmiş bir bilinç durumu”dur. Rüyada ortaya çıkanlar aslında “ön bilinç”te hazır bulunan malzemedir. Bu malzeme serbest çağrışım da ortaya çıkar. Ancak, uyanıklık halindeki serbest çağrışım da bunlar REM düşlerinden daha tutarlı bir biçimlilik halindedirler. Rüyalarda ön bilinçte parçalanmış halde bulunan malzeme, iç ve/veya dış uyaranların etkisiyle yeniden birleştirilerek anımsanırlar. Uyanıklık halindeki serbest çağrışım da olan budur ama, uyanıklıkta daha düzgün biçimde sunulurlar. İç veya dış engellemeler nedeniyle serbest çağrışım kolay dile getirilemeyen malzeme rüyalarda daha kolay belirlir. Psikanaliz uygulamalarında, analitik malzeme olabilecek duygularını, düşüncelerini ve yaşantılarını doğrudan iletmede zorlanan hastaların rüyaları aracılığıyla ilettikleri bilgiler terapi ortamında hastayla sözel bir iletişim kurmayı başlatırken, hem analitik malzeme kaynağı olarak, hem de terapi sürecini ilerletmede uygun bir işlem olarak kullanılabilirler. Bu olay bir vaka örneği ile belirtilmiştir.

Yaşantılarını, duygularını ve çatışmalarını sözel olarak doğrudan anlatmada zorlanan hasta, psikoterapi sürecinin başlangıcında rüyalarını daha kolay anlatabiliyordu. Bu rüyalarda sunulan malzeme aracılığıyla hasta ile doğrudan sözel iletişimin yolu açılabilirdi gibi sorunlarının ve ruhsal karmaşalarının yüzeye çıkartılarak işlenmesi kolaylaşmış, tedavi sürecinin ilerleyişi de izlenebilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Rüya, iletişim, psikanaliz tedavisi

SUMMARY: Communicative Function of Dreams in the Therapeutic Process

Sleep is not a loss of consciousness, but an altered state of consciousness. What appears in the dream is preconscious and ready to move into consciousness. This material may be manifested also during free association. The difference between free association and REM dreaming is that the preconscious material is presented in response to internal and/or external stimuli in a more coherent form during free associations, whereas during a REM dream, the material of daily experiences and perceptions that are fragmented in the preconscious are recombined in a less coherent form. The material that cannot be easily expressed during free association in the wakeful state, due to inner or external inhibition, appear in dreams and thus, find an easier way of expression. The dreams of patients who have difficulty directly expressing their thoughts, feelings, and experiences serve as a useful means of communication during the initial stage of therapy and provide valuable analytic material to help the progress of the psychoanalytic treatment. This phenomenon is described with a case presentation.

The very inhibited patient who could not openly express her life experiences, emotions, and conflicts found it easier to report her dreams at the beginning of the therapeutic process. Through the material presented from these dreams, it became possible to open the path to direct verbal communication, to work through her problems, and to monitor the progress of the therapeutic process.

Key Words: Dreams, communication, psychoanalytic therapy

¹Prof., İstanbul Ü Cerrahpaşa Tıp Fak. Psikiyatri AD, Konsültasyon-Liyezon BD., İstanbul.
Dr. Günsel Koptagel İlal, e-posta: gkoptagel@superonline.com

GİRİŞ

Organizmanın fizyolojik olaylarının hepsinin bir işlevi vardır. Rüyalar da nöro-psiko-fizyolojik bir olay olarak kendilerine göre birtakım işlevleri üstlenmişlerdir. Organizmaya yaşam boyu eşlik eden bu olay, insanları kimi zaman kaygılandırmış, kimi zaman onlara umut verici, avutucu bir destek olmuştur. Bazen de gerçekte açıklanması ya da uygulanması zor olan isteklerin, düşüncelerin dile getirilmesinde aracı olarak kullanılıp, güçlerin desteklenmesinde işe yaramıştır. Eski çağlarda, “istiareye yatarak” kararlar almanın yaygın bir tutum olduğu sıralarda, bunu yapan kişi ister müneccimbaşına yorum yaptıran padişah, ister halktan biri olsun, sonunda kendi yönelimi doğrultusundaki bir kararı, kendini bunun doğrudan sorumlusu olmaktan kurtararak uygulamaya koymuştur. Bu açıdan bakarsak, rüyaların o zamandan beri bir işlevi üstlendiğini görürüz. 19. yüzyıldan sonra, rüyaların oluş mekanizmaları ile işlevlerini, psikolojik ve nörofizyolojik olarak bilimsel yoldan açıklama çabalarına girişilmiştir. Bu konuda en önemli katkıyı Freud’un (1900) yaptığını söylemek fazla abartı olmaz. Rüyaların psikanalitik yorumlamaları psikanalizde çok önemli bir araç olarak etkinliğini sürdürmektedir. Nörofizyolojik araştırmaların getirdiği bilgilerle desteklendikçe, bu konudaki açıklamalar daha da verimli bir gelişim bulmaktadır.

Bugün biliyoruz ki, uyku bilincin ortadan kalkması değildir; “değişmiş bir bilinç durumu”dur. Rüya ortaya çıkanlar aslında “ön bilinç”te hazır bulunan malzemedir. Nitekim, serbest çağrışımında ilkin bu malzeme ortaya çıkar. Aradaki fark, uyanıklık halindeki serbest çağrışımında, algılananların REM düşlerinden ve sabah rüyalarından daha tutarlı bir biçimlilik içinde sunulmasıdır. Düşüncede, “çözme”, “parçalama” ve “yeniden birleştirme” vardır. Uyanıklık halindeki serbest çağrışımında, bu, düzgün bir sıralama halinde belirir ve sunulur. Ancak, uyanık düşüncede Süperego’ya ve diğer koşullara bağlı blokaj (sansür) daha etkin olduğundan, ya Ego’nun çeşitli savunma mekanizmalarını harekete geçirerek değiştirdiği biçimde açığa çıkar (semptom oluşumu) ya da ortaya çıkmadan kalır. Yapay uyarılmalarla yürütülen deneyler, yaşantılara ait algıların parçalanma, blokaj, kaydırma ve yapılandırılmasının sadece gece uykusunda değil,

uyanıklık halindeki serbest çağrışım durumlarında da söz konusu olduğunu göstermiştir. (Leuschner 2000a, Leuschner ve ark. 1992, 1994, 1999, 2000b, Pötzl 1917). Fischer’in (1960, 1988) öne sürdüğü gibi, rüya çalışması daha gündüzden başlar. Gerçek yaşamda, uyanırken edinilmiş algılar ön bilinçte işleminden geçirilerek rüyada kullanılmaya hazır “günün kırıntıları” haline getirilirler. Bloke edilmiş malzeme bilinçdışı olmamıştır, bastırılmış da değildir. Günün bilinci içinde saklıdır ve anımsanabilir. Ancak, bütünlükleri dağıtılmış, başka bir deyişle kafaları kesilmiş, dilimlenmiş, yatay bir çizgi halinde sıralanmış dururlar. Orada, benzeri biçimde duran başka malzeme bölümleri vardır. Dış veya iç uyaranlar bunları harekete geçirip yeniden çağrıştırdığında, değişik algılara ait günün kırıntıları yeni bir düzende birleşip, rüyadaki, o hemen anlaşılama-yan, gizemli görüntüyü oluştururlar. Oysa, rüyada anımsama vardır ve bu biçimde olmaktadır. Gerçekte yaşanmış olguların kırıntılarının birbirine yapışıp bütünlüğüyle ortaya çıkan tablolara, gerçekte yaşanmamış ama istek ya da kaygı ile ilgili günlük duygu kırıntıları katıldığında, müneccimbaşaların ekmek teknesi olarak kullandıkları yorumlamalara fırsat doğar. Oysa, bunlar ruhsal aygıtın bir işlemidir ve bireyin varlığını şu veya bu biçimde destekleyen savunmalardan sayılabilirler.

Psikoterapi, özellikle psikanaliz tedavisi uygulamalarında rüyaların vazgeçilmez bir değeri olduğu üzerinde, son yıllarda yine durulmaktadır (Mancia 1999, Grenell 2004). Bu yazıda, uygulanan tedavinin teknik özelliklerine ve psikanalitik rüya kuramlarına girmeden, sadece rüyaların psikanalitik etkileşimde nasıl bir iletişim aracı olarak kullanılabilirliğini ve hastanın yaşantısı ile duygularını anlatmasında ona kolaylık sağlayıp, daha sonraki doğrudan sözel anlatımına yol açabildiğini bir olgu örneği ile göstermek amaçlanmaktadır. Kendi iç veya dış sansürleri nedeniyle duygularını, düşüncelerini rahatça açıklayamayan hastalar için bu, daha kolay bir anlatım kapısıdır. Zira, tarih boyunca her kültürde yerleşmiş olan halk inancına göre, rüya insanın elinde olan bir şey değil, onun istemi dışında oluşmuş bir görüntüdür. Zaten rüya sözcüğü de bu anlamdadır¹.

Ülkemizde psikanalizin halkımızın çoğunluğu için henüz yadigar bir yöntem olduğu dönem-

Not: ¹İngilizcede “dream”, Almandaca “traum” sözcükleri, eski Germen dilinde “aldatıcı resim” anlamına gelen “draugma” sözcüğünden gelir. Fransızcadaki “rêve” sözcüğü Latince “yersiz, boş” anlamındaki “vagus” sözcüğünden, Türkçedeki “rüya” sözcüğü ise Arapçada “görmek” anlamındaki “rüyet” sözcüğünden gelir. Bütün bu sözcükler de rüyanın kişinin kendisi tarafından yaratılmadığına, onun gözüne görüldüğüne işaret etmektedir.

²Bu olgu öyküsündeki adlar değiştirilmiş olup, öyküde adı geçen kişilerin gerçek kimlikleriyle ilgili değildir.

de, terapi ilişkisini bu yoldan başlatarak geliştirme epey kolaylık sağlamış, psikanalize en uygun olmadığı sanılan, eğitim düzeyi düşük kişilere bile psikanalitik yönelimli tedavilerin, hatta bazılarında psikanalizin uygulanabilmesini olanaklı kılmıştır. Bu nedenle, duygularını kolay açıklayamayan kişiler için aleksitimi tanısını sadece yazarlarının belirttiği kriterleri kıstas olarak kullanmayıp, hastanın anlatım kapasitesini ve hangi yoldan anlatım yapabileceğini iyice araştırıp değerlendirdikten sonra kullanmada büyük yarar vardır.

Psikanaliz konusunda az çok fikri olan ve kendi isteğiyle psikanaliz tedavisine başvuran kişilerde ilk tutukluğu açmada rüyalar çok yararlı bir işlev görürler. Bazı duyarlı konuları rüyalara sığınarak açıklamak onlara daha kolay gelir. Terapi ilerleyip başarılı etkinlik kazandıkça, hasta duygu ve yaşantılarını daha doğrudan açıklayabilir ve bunların analizine kendisi de katılabilir hale geldiğinde, rüyanın aracılığına pek fazla gerek kalmaz ve rüyalar hasta tarafından kendine göre analizi ve yorumuyla birlikte sunulmaya başlanır. Bunun bir örneği aşağıdaki olgu sunumunda izlenebilecektir.

Olgu: 30 yaşında, ufak tefek, sade görünüşlü bir kadın kendisi randevu alıp geldiğinde, kocasının onunla yeterince ilgilenmediği ve kendisini aldattığından kuşkulandığı için üzüntülü ve sıkıntılı olduğunu söyledi. İyi bir ailenin iki kızından küçüğü idi. Kalitesi ile ünlü bir Fransız lisesini bitirmiş. Babası öldükten sonra, erken yaşta evlenmiş, kocası müteahhitlik yapan bir mühendismiş, bu evlilikten ilkokulda okuyan bir erkek çocuğu varmış. Bütün çabalara karşın, kadından ancak teker teker sorularak alınan bu kısıtlı demografik bilgiler dışında bilgi edinmek mümkün olmadı. Kendisine bazı önerilerde bulunularak görüşmeye son verildi.

İlk görüşmeden 5 yıl sonra bu kadın (adına Emel diyelim) psikanaliz tedavisi görmek istediğini söyleyerek tekrar geldi. Bu arada kocası (adına Erol diyelim) bir trafik kazasında ölmüş. Kadın çok sıkıntılıydı, kendine hiç güveni yoktu. Kendini bulmak, kimliğini kazanmak istiyordu. 5 yıl önce tek başına geldiği halde, şimdi yanında genç bir adam ona eşlik ediyordu. Bu adam (adına Semih diyelim) yıllardır kocasının yanında çalışan, kocasının çok güvendiği, dürüst ve işlerin tüm ayrıntılarını bilen biriydi. Kocasının ölümünden sonra da para konularının düzenlenmesi ve işlerin tasfiyesinde ona çok yardımcı ve destek olmuş. Bu adam yanında olmadan hiç bir yere gidemiyormuş. Tek arkadaşı, konuşabildiği tek

kişiydi. Yakını olarak bir annesi, bir de kendisinden dört yaş büyük ablası vardı. Annesi basit ama çok iyi, her şeyi sessizce yüklenen bir kadıymış. Çocukluğundan beri tek sığınağı annesi olmuş. Babasıyla yakınlığı yokmuş; sert bir adammış, onu hep eleştirmiş. Babasının gözde çocuğu ablasıymış. Abla hem çok çalışkan, başarılı bir öğrenci, hem de babasının beklentilerini yerine getiren, akli başında kızıymış. Hasta ise yaramaz çocuk ve okulda haylaz bir öğrenciydi. Ayrıca, evin en küçüğü olduğundan babası tarafından önemsenmiyor, annesi tarafından ise sadece korunuyormuş. Ablasına çok güvendiğini, onun çok akıllı olduğunu, her şeyi onun öğütlerine göre yaptığını söylüyordu. Başka hiç bir arkadaşı, sosyal çevresi yoktu.

Psikanaliz seanslarının başlangıcında, kafasının çok karışık olduğunu, ne diyeceğini bilmediğini söylüyordu. Önce, kocasıyla ilgili yaşantısı hakkında bilgiler verdi. Baba öldüğünde, liseyi bitirmekte olan ablası, görücü yoluyla, kendisini isteyen tanınmış ve varlıklı bir ailenin oğluyla evlenmiş. O sıralarda Emel ortaokulun son sınıfındaymış. Babasının baskısı kalkınca, daha özgürce gezer tozar olmuş ve henüz üniversitede öğrenci olan Erol ile tanışmış, üzerine çok düşen Erol ile okulu bitirir bitirmez evlenmişler. Erol çok zeki, işinde hırslı ve başarılı bir mühendismiş. Büyük işler almış, hepsini başarıyla yürütmüş, kısa sürede çok para kazanmış. Başlangıçta Emel onun bürosuna gidip çizimler yaparken mutlu imişler. Bir kaç yıl sonra çocuğu olunca Emel eve kapanmış. Bu arada Erol'un işleri daha da büyümüş. Erol çok fazla içki içmeye, çeşitli iş görüşmeleri bahanesiyle eve geç gelmeye başlayınca, aralarında sert kavgalar doğmuş. Bu kavgaların yoğunluğu giderek artmış. Ama Erol onu kaybetmekten korkuyor, her kavgalı gecenin sonunda barışma yolunu buluyormuş. Erol onu bol para içinde yüzdürüyor, herhangi bir nedenle zorda kalsa, Erol hemen bir çaresini bulup olayı düzeltiyor, onu kurtarıyormuş. Zekası ve becerikliliği üstünmüş ama Emelin deyişiyle, hiç bir zaman adam gibi gelişmemiş, sadece iş hayatında gelişmiş. Günlerden bir gün Erol'un başka bir kadınla ilişkisi olduğunu öğrenmiş, çok kırılmış. Erol'dan artık iyice nefret eder olmuş; ayrılmayı düşündüğünde ablası, adam tam zengin olmuş onu bol para içinde yaşatırken ayrılmamasını söylemiş, kendisi de maddi nedenle pek cesaret edememiş. Aralarındaki geçimsizlik iyice artmış. Adam sabahlara kadar içip sarhoş bir halde araba kullanarak eve geldiğinden, her an bir kaza olayını bekliyormuş ve çok kızdığı

zamanlarda ölmesini diliyor, bunu bazen onun yüzüne söylüyormuş. Yine böyle kavgalı oldukları bir gün, sabaha karşı çalan bir telefonla Erol'un trafik kazasında öldüğü haberi gelmiş. Cesedi tanınmayacak bir halde olduğundan, kendisine göstermemişler. İlk zamanlar donmuş kalmış, çok fena olmuş. Girdiği depresif durumdan ve kendini suçlamadan kurtarmak için bir gün ablası kaza haberini veren gazeteyi ona göstermiş ve oradan, kocasının ilişkide olduğu bir kadın ve diğer arkadaşlarıyla birlikte içki alemindeyken, kadın masayı bırakıp gitmeye kalkınca, onun peşinden koştuğunda bir araba altında kalarak öldüğünü ve bunun gazetelerde manşet olduğunu öğrenmiş.

Kocasının yanında çalışmış olan Semih herşeyi bilirmiş ama Emel'i rahatsız edecek bilgileri hiçbir zaman vermeyip, ona sadık bir destek olmuş. Kocasının da işte çok güvendiği bir elemanıymış. Kocasını öldükten sonra kalan servet, çocuk küçük olduğundan, Emel'in yönetimine geçmiş. Emel kendini oyalamak için bir işyeri açmayı düşünmüştü. Güvenilir eleman Semih'i de orada çalıştıracak, işi birlikte yürüteceklermiş. Nitekim, bir süre sonra bu iş kurulmuş. Semih gerçekten güvenilir bir kişiydi. Erol'u çok sevmiş, ona bağlılıkla çalışmış. Şimdi de aynı bağlılıkla Emel'in yanındaymış. Ancak, Erol'un ölümünden kısa bir süre sonra Emel ile aralarında cinsel boyutlara varan bir yakınlık doğmuş. Bunu kimse açıkça bilmiyor, bilse de bilmezlikten geliyormuş. Semih'i patronu ile çalışan bir kişi ve Emel'in kocasından yadigar kalan güvenilir aile dostu olarak kabul ediyorlarmış.

Gerçek yaşamı hakkındaki bu bilgilerden sonra, psikanalitik seanslarda Emel bir türlü analitik malzeme olacak konuşmalara geçemiyor, sadece günün olaylarını getiriyor, gerisinde tıkanıp kalıyordu. Buna karşılık bol rüya görüyor, hemen her seansta kendiliğinden bir veya birkaç rüyasını anlatıyordu. Bu rüyalar ilerde daha rahat işlenebilecek malzeme sağladığı gibi, hastanın derinliklerine incek kapıları aralıyordu. İlk seanslardan birinde, rüyasında kendini lağım suları içinde yüzüyor gördüğünü anlattı. Konuşmalarında ya Semih'e olan öfkelerini ya da Erol'un kendisine yaptığı haksızlıkları anlatıyordu. Kocasına çok kızıyor, sanki bu kızgınlıkları, onun yaptığı kötülükleri anlatarak kendini suçluktan arıtmaya çalışıyordu. Kocasının çalışanıyla ilişkide bulunmaktan duyduğu rahatsızlığı, sanki kocasından öç alıyormuş gibi acıyılatmaya yöneliyor, ama beri yandan Semih'i kocasından daha

değersiz bularak ona öfkeleniyor, her halini eleştirip onu tersliyordu. "Lağım suları içinde yüzme" rüyası bu konuyu konuşmaya fırsat yarattı. Kocasını içinde bir türlü öldürememişti. Karmaşık bir yas duygusu yaşıyordu. Bu sıralarda, kocasıyla Semih arasındaki ikilemini belirten ve giderek diğer karmaşalarına da işaret eden epey rüya geldi. Geliş sıralarına göre rüyalardan bazıları:

1. "Biz Semihle evliymişiz, yatakta yatıyoruz. Ayak ucunda biri var. Semih 'bakma' diyor, ben 'ben korkmam bakacağım' diyorum. Bir bakıyorum Erol orada duruyor" Bu rüya kocasının ölüm yıldönümünden bir hafta önce görüldü.

2. "Rüyamda bir adam görüyorum. Bir Semih oluyor, bir Erol oluyor. Hangisi olduğu belirmedi."

3. "Annemin ve babamın yatak odasının yanındaki odada ablamla ben yataydık, arada camlı kapı vardı. Rüyamda bu odaları görüyorum, aradaki kapı açık. Her iki odada hiç eşya yok, sadece birer yatak var. Babamın yatağında Erol yatıyor, öbür yatakta ben yatıyorum. Bir kadın geliyor, ortalığa Omo (deterjan) döküyor." Bu rüya ödipal karmaşaları görüşebilmek için kapıyı araladı.

4. "Aile toplantısı: Annem, ablam, görüncem, kayınvalidem gelecekler. Erol ile geçinemiyoruz diye bizi yargılayacaklar. Erol hem ölmüş, hem var. Pencereden bakıyorum, ablamla görüncem birlikte geliyorlar. Aslında hiç bir araya gelmezler. Karşımda ablamın kocası eniştem oturuyor. Erol büyük demagogdu. Konuşmaya, kendini savunmaya başladı. Herkes onu dinliyordu. Ben bir şey diyemedim. Kızdım, 'Allah belanı versin' deyip odadan çıktım, ama o sırada 'aman ben herşeyi, bütün malları üzerime alayım' diye düşündüm."

5. "Bir seyahat fırsatı çıkmış. Semih 'haydi, hemen gidelim' diyor. Sanki kapıdan adımımızı atsak olacak. Ben 'şimdi olmaz, sorumluluklarım var' diyorum. Bir de yüzünü fark edemediğim, ama çok değer verdiğim biri var, o da 'olmaz ben de gidemem şimdi' diyor. Ben 'şimdi gidemem yanımda para bile yok' diyorum. Semih'e: 'Semih, bak keşke Visa kartı alsaydın' diyorum. Sonra, o üçüncü kişi Semih'in ısrarına ikna oluyor, boş verip 'haydi ben gidiyorum' diyor ve gidiyor, ben gitmiyorum. Ben gitmeyince Semih de gitmiyor."

(O üçüncü kişi herhalde Erol'du, o onları başbaşa bırakıp çekip gitti, yani aradan çekildi. Bu rüyada Semih'in parasızlığı da ifade ediliyor. Erol

öldükten sonra Emel kendine bir iş kurup Semih'i de orada çalıştırmak istediği için Semih bu arada başka işe girmeyip bekledi ve Emel ona aylık verdi).

6. “Erol’la konuşuyorum. Semih’le ilişkimizi biliyor, normal karşılıyor. ‘Onun arkadaşı var ona söyledin mi?’ diyorum. ‘Yok, söylemedim, ben de istemiyorum herkesin duymasını’ diyor”

7. “Ablamla Semih bir odadalar, odanın bir köşesinde birbirleriyle konuşuyorlar. Aralarında duygusal bir bağ var. Çok kıskanıyorum. Semih bir ara Erol’u çağırırdı, bir ara babam oldu, ama biliyorum onun Semih olduğunu”

8. “4 yaşında bir oğlan çocuk var, yanında da var yok gibi bir karaltı duruyor, bir büyük adam karaltısı gibi. Bana ‘o çocuğu yok et’ diyorlar. ‘Bunu bastır, sindir’ diyorlar. Benim içim elvermiyor. ‘Ama bunu mutlaka yapman lazım, yoksa çocuk o yanındaki gölge gibi kötü olacak’ diyorlar. Ben çocuğu küt küt yere vuruyorum. Bakıyorum çocuğa bir şey olmamış”.

9. “Ortaokuldayken, evi okulun karşısında olan bir kız vardı. Bir yıl aynı sınıfta okumuştuk. Onunla pek arkadaşlığım yoktu. Tembel bir öğrenciydi, 1-2 yıl sonra da okulu bıraktı. Babası yoktu, galiba gayri meşru bir çocuktü, annesi de hafifmeşrep bir kadındı. Rüyamda onu gördüm. O çok üzgündü. Ben de üzgündüm. ‘Fusun, biliyor musun, Erol öldü’ dedim.

10. “Rüyamda Erol, ben ve Semih bir divanın üzerinde yanyana oturuyoruz.”

Terapinin ilk sekiz ayı içinde hastanın getirdiği bol rüya malzemesinden bu seçmelerde, doğrudan söyleyemediği bütün olaylar rüyalar aracılığıyla hemen hiç sembolizasyona uğramadan açıkca dile getirilmektedir. Hasta, Erol–Semih–Baba arasında kurulan bir üçgen içinde dolaşp duruyordu. Çok daha derinlerde olan ödipal sorunlar bu üçgen ile giderilmeye çalışılıyor, biriyle olan çatışmanın ötekine aktarıldığı bir kısır döngü sürüp gidiyordu. Baba köklü bir aileden gelen, otoriter, kültürlü, maddi olanakları da yerinde, saygınlığı olan, aile birliği ve düzenini korumaya özenli bir kişiydi. Ailenin güven kaynağı ve direğiydi, ama Emel ondan beklediği sıcak sevgiyi ve kimliğini geliştirmesine yardımcı olacak ilgiyi alamamış, hep eleştirildiğinden, kendine güveni gelişmemişti. Babasının ölümünden sonra ona çok değer verip, severek peşinden koşan Erol’la hemen evlenmişti. Erol’da babasının sosyal ve parasal

güçlülüğünü bulmuş, bunun yanısıra babasından alamadığı sevgiyi ondan alabileceğine inanmıştı. Evliliğin ilk başlarında, bu oluyor gibiydi. Büroda onunla birlikte çalışırken ve yaptığı çizimler beğenilirken, kendine güven de kazanmaya başlamıştı. Ne var ki, Erol’da ona ihanet etmiş, düş kırıklığına uğratmıştı. Erol’un ölümünden sonra devreye giren Semih ise ona kayıtsız şartsız bir sevgi ve bağlılık sunmuştu, fakat, öteki erkeklerle kıyaslandığında, diğer açılardan çok güçsüz kalıyordu. Erol’u çok güçlü kılan parası şimdi Emelin elindeydi ama sık sık onun zekasının eksikliğini duyuyordu. Daha önce ablası, sonra da Erol zeki kişiler olarak bu konuda yarışamayacağı devler gibi karşısına dikilmişlerdi. Nevarki Erol ona ait biriydi ve ailedeki ezilmişliğine Erol ile meydan okumuştü. Ablasının kocası da köklü ve zengin bir ailedendi, çok da iyi bir adamdı, ama Erol ondan çok daha zeki, işinde kendi yaratıcılığı ile yükselmiş biriydi. Erol’un ölümlüyle onun verdiği mutsuzluktan kurtulmuş, ama onun güçlülüğünün eksikliğinden doğan kaygısı büyümüştü. Erol’u içinde bir türlü öldüremiyor, zor işlerle karşılaştığında, Erol’un eksikliğini duyup, “o olsaydı ne yapardı” diye düşünerek sorunlarına çözüm bulmaya çalışıyordu. Oysa, Emel hiç de zekası düşük bir insan değildi, okul yıllarının eksikliğini sürekli okuyarak gidermeye çalışıyor ve bunu pekala da başarıyordu. Semih’in aydın yapıda, çok okuyan, kültürlü bir kişi olmasının ona çok yararı dokunmuştu. Onun bu yanı Erol’dan üstün niteliği idi. Emel’in yaşamındaki, en önem verdiği biri de oğluydu. Oğlunun üzerine titriyor, her şeyin en iyisini yapmasına ve en iyi olmasına özen gösteriyor, bunun yanısıra çocukla sık sık inatlaşıyordu. Mutsuz evliliğinin ürünüydü. Çocuğu isteyerek doğurmuştu ama çocuktan sonra kocası ile olan işbirliği ve aralarındaki mutlu iletişim sona ermişti. Çocuğa karşı saldırgan duyguları oluyor, fakat bunları çok çabuk bastırıyordu. Onun babası gibi başarılı ve zeki olmasını istiyor ama babasının kötü huylarını alacak diye de çok korkuyordu. Bütün bu olaylar dizi halindeki rüyalarla gelen malzeme aracılığıyla işlendikçe, Emel giderek kendini bulmaya, özgürleşmeye başladı. Ablasının karşısındaki ezilmişliğine baş kaldırabilmeye, kendini onun egemenliğinden ve onun karşısında duyduğu aşağılık kompleksinden kurtarma yolunda ilerlemeye başlıyordu. Artık Erol’u da kafasında öldürmeye hazır hale gelmişti. Son rüyada, Erol’un öldüğünü arkadaşına bildiriyordu. Ancak neden o arkadaşı anımsamıştı? Okulda pek arkadaşlığı olan biri değildi, ama tembel bir

öğrenciydi, yani kendisinden daha düşüktü, babası yoktu, Emel babasından beklediği sevgiyi ve övgüyü alamamıştı ama bu kız daha babasıydı. Annesi de hafifmeşrep bir kadındı. Erol da hafifmeşrep bir kadının peşinden koşarken ölmüştü.

Terapiye başladıktan 6-7 ay sonra annesi hastalandı, lenfoma olduğu belirlendi ve 6 ay kadar tedavi gördükten sonra öldü. Annesi öldüğünde ve maddi ya da iş konusunda herhangi bir sorunla karşılaştığında, Erol bir iki kere daha rüyalara girdi ama ondan sonra artık eski tipte rüyalar pek görülmedi. Erol'lu son rüyada, Erol, Emel ve Semih üçü yan yana bir divanda oturuyorlardı. Yani geçmişle bugün arasında gerçekçi düzeyde bir denge kurulmuştu.

Bundan sonraki dönemlerde Emel artık rüyalara pek gerek duymadan doğrudan anlatımlar yapıyor, kendiliğinden bunların analizine ve yorumlarına geçebiliyordu. Kendi kimliğine güvenir olma yolunda ilerliyordu. Bu arada, bana ilk başta yalan söylediğini, bitirdiğini söylediği o kalitesiyle ünlü Fransız lisesine hiç gitmediğini, sadece bir başka Fransız ortaokulunu bitirdiğini itiraf etti. Ablasıyla yarışta kendini ezilen kişi olmaktan kurtarmaya başlamıştı. Bu hem gerçek yaşamdaki ilişkilerinde, hem de rüyalarda belirliyordu. Rüyalarda da artık simgesel öğeler ön plana çıkıyordu.

11. *“Yazlık bir yerdeyiz, çok yağmur yağıyor. Ablamla birlikte dışarı çıkıyoruz, benim ayakkabımın bir teki yok. Ben ‘olsun, öteki tekini de giymem, yalınayak çıkarım’ deyip öyle çıkıyorum. Yerler çok çamur, dizlerime kadar çamura batıyorum. Sonra birden ablamla birlikte okuldayım. Manastır gibi bir yer, rahibeler dolaşiyor. Bizim okula benziyor, bir sör geliyor, ben ‘A, Sör Margo’ diyorum, sonra o Ma Mère’ e (müdire) benziyor. ‘Ne arıyorsunuz burada?’ diyor. Kem küm ediyoruz, ikimiz de doğru dürüst Fransızca konuşamıyoruz, ama ablam hiç konuşamıyor.”*

Artık Emel ablasıyla eşit düzeye gelmiştir, üstelik o daha cesaretlidir, tek pabucu ayağından atıp çıplak ayakla yağmura çıkabiliyor. Yani artık kendi kimliğiyle ortaya çıkabilecek güçtedir. Şimdiye kadar kendini ‘yarım pabuçlu’ (yarım insan) hissetmişti. Eski öğretmenlerinin karşısında da ablası onun kadar bile Fransızca konuşamıyor. Oysa abla okulun en çalışkan öğrencisi, kendisi hem ailede, hem okulda ablasının başarısı altında ezilmiş biriydi.

Bu sıralarda, ablası da psikanalize girmek ve bunun için bana gelmek istemişti. Yani bu kez ablası Emel’i örnek alıyor, yahut taklit ediyor ve ondan destek istiyordu. Demek ki ablası o kadar güçlü, yıkılmaz biri değildi, ya da Emel güçlenmeye başladığında, ablanın Emel’in zayıf olmasından aldığı güçlülük duygusu sarsılmıştı. Emel benimle olan bir randevusunu ona verdi. O günlerde de şu rüyayı gördü:

12. *“Annemle bir odadayız. Ablam da varmış ama o odada değil. Bir düğüne gidilecekmış. Oda da ablama ait siyah, güzel bir tuvalet duruyor. Bu tuvaleti çok giymiş, ‘artık sen giy’ diyor. Benim bir sürrü elbisem varmış ama karmakarışık duruyorlarmış. Annem: ‘Siyahı ablan giyecekmış’ diyor. Ben de beyaz elbisemi arıyorum, giymek için.”*

Artık Emel karanlıklardan çıkmaya, ezilmekten kurtulup kendini bulmaya, özgüvenini geliştirmeye başlamıştır. Ablasının eski elbisesini giymeye de gereksinimi yoktur. Aradan geçen bir yılda bu gelişme olumlu bir süreç içinde ilerlemiştir. Yas olayı da bitmek üzeredir (siyah elbiseyi değil beyazı giyecek). Analitik malzeme rahatça ortaya çıkabilmekte, aktarım olayları üzerinde görüşülebilmekte, aktarım analizleri yapılabilmektedir:

13. *“Rüyamda sizi gördüm. Buraya geliyorum, ama bu oda değil, oturma odası gibi bir yer, iki misafir kadın var, bana da misafir gibi davranıyorsunuz. Ben ‘rüya gördüm’ diyor, size anlatıyorum. O iki kadın arkadaşımız değil ama onlarla da arkadaş gibi iyi sohbet ediyorsunuz. Onlar sizin denginiz değil, belki hizmetçi falanlar ama onlara eşit gibi davranıyorsunuz”. Rüyanın hemen ardından şunları söyledi: “Analizde sizin tavrınız değişti. Eskiden bana çok otoriter geliyordunuz, Superego’m gibi. Şimdi daha rahatım”.*

Rüyanın hemen ardından söylediği bu sözlerle, rüyanın yorumunu da yapmış oluyordu. Yani, o artık analistin karşısında ezilmiş, küçük kalmış, korkan biri değildir. Zaten analist insanları aşağılamıyor, herkese eşit davranıyor, onları kendi düzeyinin çok dışında tutmuyor, oturma odasına da alıyor ve sohbet ediyor. Kendi artık ezilip büzülme zorunda değil, yabancı da olsalar insanlarla bir araya gelerek sohbet edebilir.

Psikanalizin ilk 18 ayında bol miktarda sunulan rüyalarla kurulan iletişim zamanla ilerleyerek hastanın duygu ve düşüncelerini sözel yoldan açıkla-

yabildiği bir gelişim kazandı. Analitik malzeme daha rahatça ortaya çıkararak hastanın kendi tarafından da çözümlenebilir hale geldi. Birkaç yıl süren psikanaliz tedavisi sonunda hasta özgüvenini ka-

zandı, kendine ait olumlu bir sosyal çevre oluşturarak, gerek iş gerekse özel yaşamını başarılı biçimde sürdürebilir bir gelişime ulaştıncaya kadar tedaviye son verildi.

KAYNAKLAR

Fischer C (1960) Introduction: Preconscious stimulations in dreams associations, and images, Classical Studies, Psychol. Issues, 2:2-40.

Fischer C (1988) Further observations on the Poetzl Phenomenon. Psa. Contemp. Thought, 11, Behaviour, 7:61-192.

Freud S (1900) Die Traumdeutung Ges W II/III. Frankfurt , S. Fischer.

Grenell G (2004) Die Endphase der psychoanalytischen Behandlung im Spiegel des Traums, Psyche-Z. Psychoanal, 58:1063-1088.

Leuschner WA (2000) Die akustische Beeinflussbarkeit von Träumen, Tübingen (ed. Diskord).

Leuschner WB (2000) Traumarbeit und Erinnern im Lichte von Dissoziierungs- und Reassoziierungs-Operationen des Vorbewußten, Psyche, 54:8,699-720.

Leuschner W, Brech E, Volk S (1994) Dissociation and Reassociation of subliminally induced stimulus material. Dreaming, 4:1-28.

Leuschner W, Fischmann T (1999) Ich-Funktionen im Schlaf, In: H. Bareuther et al. (Hg), Traum, Affekt und Selbst, Tübingen (ed. Diskord), 181-212.

Leuschner W. und S. Hau (1992) Zum Processing künstlich induzierter Tagesreste. Materialien aus dem Sigmund Freud Institut, 12.

Mancia M (1999) Psychoanalysis and the neurosciences: A typical debate on dreams, Int J Psychoanal, 80:1205-1213.

Pözl O (1917) Experimentell erregte Traumbilder in ihren Beziehungen zum indirekten Sehen, Zs. Neurol, 37:278-349.

Şizofreni Dernekleri ruh hekimlerinin ilgi ve desteğini bekliyor

Şizofreni Gönüllüleri ve Dayanışma Derneği

Ethemefendi Cad. Fırın Sok., Can Apt. No: 5/5, Erenköy, İSTANBUL

Tel. 0216 363 77 26 • Faks. 0216 302 19 94

www.sizofrenigonulluleri.org

e-mail: bilgi@sizofrenigonulluleri.org

Şizofreni Dostları Derneği

Lamartin Cad., 23/4, Talimhane, Taksim, İSTANBUL

Tel. 0212 256 36 61 • Faks. 0212 256 53 91

Şizofreni Hastaları ve Yakınları Dayanışma Derneği

Kuveyt Cad. (Güven Sokak) 7/18, Aşağıyabancı, ANKARA • Tel. 0312 466 54 66

İzmit Bizimbahçe Şizofreni Yakınları Dayanışma Derneği

Yenimahalle, KOCAELİ • Tel. 0262 226 69 54

Şizofreni Dayanışma Derneği

1469 Sok. Alsancak, Konak, İZMİR • Tel. 0232 465 05 15

Şizofreni Gönüllüleri Derneği

Ferhuniye Cad., No:1, KONYA • Tel. 0332 350 89 00

Şizofreni ile Yaşam Derneği

Tunca Mah. İzmir Cad. No: 172/2, Karaköy, Manisa • Tel: 0 236 239 64 71