

# NÖROPSİKANALİZİ TANIMAK

## GÖKÇE ÖZKARAR GRADWOHL İLE SORU-CEVAP

Sorular: Emir H. Özel\*

Cevaplar: Uzm. Klinik Psikolog Gökçe Özkarar Gradwohl\*\*

### Nöropsikanalizin zihin felsefesindeki konumu ve işlevi nedir?

Descartes'e kadar ruh-beden konusuna yaklaşım çoğunlukla teolojik olmuştur. "Ruh odaklı" teolojik yaklaşımda ruh-beden arasındaki etkileşimin tek yönlü olduğu ve ruhun bedene tek yönlü etkisi savunulmuştur. 1600'lerde Descartes'in dualizm teorisi ile ruh ve beden arasındaki etkileşimin tek değil iki yönlü olduğu, dolayısıyla ruhun bedene etkisi olduğu gibi, beden de ruha etkisi olabileceği savunulmuştur. Teolojik yaklaşım yavaş yavaş yerini bilimsel yaklaşıma bırakmaya başlamış ve ruh kelimesinin yerini "zihin" kelimesi almaya başlamıştır. "Zihin odaklı" teorilerde 20. Yüzyıla imzasını atan şüphesiz Freud'dur. Bir nörolog olan Freud, "Project"<sup>1</sup> adlı eserinde zihnin nörolojik çizimlerini hedeflemiştir. Çağımızın görüntüleme tekniklerine sahip olmadığı için bir süre sonra bu projeye ara verip, teorik kısmı kuvvetlendirmeye eğilmiş ve bir gün teknoloji ilerlediğinde teorisinin bilimsel araçlarla kanıtlanabileceğini iddia etmiştir. Sanayi devrimi ile beraber, zihin-beden konularına yaklaşım daha "madde odaklı" olan materyalizmin eline geçmiştir. Ruh odaklı teolojik yaklaşımdan, madde odaklı materyalist yaklaşıma geçiş dengelenmesi gereken bir döngü oluşturmuştur. Ruh sağlığı ile ilintili bilimlerin kampaşması da bu kökene dayanır; nöroloji ve psikiyatri bir yanda, psikoloji ve psikanaliz diğer yanda. Tüm bu disiplinler kendi bilgi dağarcığını büyütse de birbirleriyle etkileşim kurmadan gerçek idrak gücüne ulaşamaz. Nöropsikanaliz, "çift görünümlü tekçilik" (Dual-Aspect Monism)<sup>2</sup> teorisi ile bu köprüyü kurmak hedefiyle 21.yüzyılın başında doğmuştur. İşlevi tüm bu disiplinler arasında bir köprü görevi görmek ve bir nevi aynı olguya bakıp farklı lisan konuşan disiplinler arasında çevirmen olmaktır.

### Birbirine epey zıt gibi gözükse bu iki büyük disiplin nasıl bir araya getirilebildi?

Mark Solms'un öncülüğünde Uluslararası Nöropsikanaliz Derneği kurulduğundan bu yana, sinirbilim, psikiyatri, psikoloji, psikanaliz alanında önder uzmanların bir araya geldiği ve yine dünyanın dört bir yanından farklı meslek gruplarından uzmanın etkileşime geçtiği yıllık kongreler ve bölgesel eğitimler düzenlendi, ortak araştırmalar yapıldı, yayınlar üretildi. Nöropsikanaliz, canlı bir organizma gibi bu diyaloglardan beslendi, büyüdü. Farklı disiplinlerden gelen bu uzmanlar birbirinden duyup öğrenmeye açık olan uzmanlardı ve hepsi interdisipliner yaklaşımın gerçeğe daha yakın buluşlar getireceğine inanıyordu. Türkiye Nöropsikanaliz Çalışma Grubu da aynı ruh ile kuruldu (bknz. [www.npsa-istanbul.com](http://www.npsa-istanbul.com)). Bu uluslararası ve interdisipliner diyaloglar sayesinde, bütünleşen bilgiler ışığında hepimiz gördük ki, evet

\* Cumhuriyet Üniversitesi, Psikoloji Bölümü Lisans öğrencisi.

\*\* Türkiye Nöropsikanaliz Çalışma Grubu Kurucusu, Çınar Danışmanlık Merkezi

<sup>1</sup> Projekt für eine wissenschaftliche Psychologie, 1985 (Bilimsel Bir Psikoloji İçin Proje)

<sup>2</sup> bkzn. Mark Solms ve Oliver Turnbull (2013), Beyin ve İç Dünya, Metis Yayınları

Freud'un zihin teorisinin gerçekten de nörolojik temellere sahip olduğunu günümüzün teknolojisi ile kanıtlanabiliyor.

**Stephan Hawking'in felsefenin öldüğünü söylediği sözü, sinirbilim ve psikanaliz bağlamında da söyleyebilir miyiz? Yani psikanalitik bulguların nörolojik açıklamaları nöropsikanalizin sonunu getirebilir mi? Bu açıdan nöropsikanaliz bir geçiş evresi mi?**

Ne mana maddeden, ne madde manadan çok uzaklaşıp kopmamalıdır ve aslında kopmaz da. Gelişip büyüdükten sonra tekrar yakınlaşıp, kucaklaşırlar. Stephan Hawking felsefenin manaya aşırı dalıp, modern bilimdeki maddi gelişmeleri takip etmediğini vurgulamak için "felsefe öldü" demiştir. Lakin nörofelsefe diye bir alan var, bu alanı irdeleyip derinliklerine inerseniz, "felsefe öldüyse bile, tekrar doğuyor" dersiniz. Bu konuda, nöropsikanaliz akımına önemli katkıları olmuş nörofilozof Georg Northoff'u takip etmenizi tavsiye ederim. Nörofelsefe, madde ve mana arasında köprü bir akımdır. Nöropsikanaliz de benzer bir köprü görevine sahip, disiplinlerarası bir katalizördür. Kendi başına bir teşhis, terapi ya da analiz yöntemi değildir, ama teşhis, terapi ve tedavi yöntemlerini geliştirebilecek yardımcı işlevdedir. Her katalizör gibi etkileşimsel reaksiyona yardımcı olurken kendisi tabi ki değişip dönüşmektedir, ama yok olmamaktadır, dönüştürdüklerinin içinde yaşamaya devam etmektedir.

Nöropsikanaliz ilk doğduğunda, Ortodoks psikanalistler, nöropsikanalize şiddetle karşı çıkmıştı, sinirbilimsel tercümelerin psikanalize zarar verip, onu yok edebileceğini tartışanlar olmuştu. Bu da farklı bir varoluşsal kaygı idi. Hayır, bir lisanı diğer lisana tercüme ettiniz diye tercüme edilen lisan kaybolmaz, iki lisan da birbirini daha iyi anlayarak ve birbirine katkıda bulunarak varoluşuna devam eder. Birbirini duyarak gelişmek, yok olmak değildir, gerçek varoluş asıl oradadır, temasın kendisindedir. Geçmiş yüzyılda psikanaliz, modern bilimin bulgularından tamamen uzaklaşmıştı, mana da derinleşmiş, ama maddi bulgular ile bağ kopmuştu. Nöropsikanaliz, bir nevi Freud'un vasiyeti misali, psikanalizi modern bilime yakınlaştırdı. Mana ile maddeyi birleştirmeyi hedefledi. Bu sebeple de, nöropsikanaliz, psikanalizin yeniden doğuşu olarak yorumlandı.

Geçmişte, Ulusal Psikiyatri Kongresi'nde bir nöropsikanaliz konuşmamın ardından bir uzman bana "Nöropsikanaliz bir gün son bulacak, bunu biliyorsunuz değil mi?" sorusunu yönlendirmişti. "Evet, bitecek" diye tebessüm edip, "nöropsikanaliz bir katalizör ve interdisipliner bilgi bankasını bütünleştirme görevini tamamladığında bu akım sonlanacak, ama elbet gelecekte bilgi bankası yine çok büyüyüp parçalara bölündüğünde başka katalizörler doğacak ve ismi farklı yeni akımlar olacak" demiştim. Halen de aynı görüşteyim.

**Modern nöropsikanalizde Oliver Turnbull ve Mark Solms'un önemi elbette çok büyük ve bu iki uzmanı "Beyin ve İç Dünya" isimli kitaptan tanıyoruz. Bunlar haricinde nöropsikanalizdeki ünlü isimler kimlerdir? Bu alanda daha fazla yetkinlik elde etmek için hangi uzmanları okumamız gerekir?**

Nöropsikanalizin kuruluşuna Mark Solms ve Oliver Turnbull'un yanında başka büyük isimler de imza atmıştır: Jaak Panksepp, Yoram Yovell, Howard Shevrin, Allan Schore, Antonio Damasio, Georg Northoff, Ramachandran, Eric Kandel vb. Tüm bu isimlerin çok kıymetli birçok yayını var. Örneklendirecek olursak; benlik ve afekt regülasyonu hakkında Allan

Schore'un, dualizm ve kendilik hakkında Damasio'nun Türkçeye çevrilmiş kitaplarını okuyabilirsiniz. Nörolojik temele dayanan kaynaklar için duayen nörologlar Ramachandran'ın ve Oliver Sacks'ın harika kaynakları mevcut, ki ikisinin de Türkçeye çevrilmiş kitaplarını bulabilirsiniz. Bu örneklerin yanında, afektif sinirbilimin kurucusu Panksepp'in dilimize kazandırdığımız yayınları ise limbik sistemi ve afektif bilinci idrak edebilmek adına paha biçilmez kaynaklar. Freud'un ID kavramını daha iyi kavramak ve kapsamak için, terapistlerin afektif sinirbilime vakıf olması gerektiğini düşünüyorum. Gelecekte takip edeceğimiz kaynak olarak da Solms ve Turnbull'un 20 yıllık nöropsikanalitik bulgularını özetleyen yeni kitabını şimdiden tavsiye ediyorum. Şu an tamamlanma aşamasında olan kitap, umarım önümüzdeki yıl okuyucularına kavuşmuş olacak.

### **Ülkemizde ne yazık ki nöropsikanalizle ilgili fazla makale veya kitap bulunmuyor. Gelecekte gerek çeviri gerekse kendi dilimizde yayımlanmış çalışmalar görecektir mi?**

Belirttiğim gibi, az önce saydığım belli uzmanların Türkçe kitaplarına ulaşmanız mümkün. Nöropsikanalize giriş minvalindeki Türkçe kaynaklara Türkiye Nöropsikanaliz Çalışma Grubu'muzun websitesinden de ulaşabilirsiniz. Değerli hocalarımız Barış Korkmaz'ın, Saffet Murat Tura'nın, Hakan Atalay'ın ve naçizane bendenizin makaleleri veya kitapları mevcut. Bunun yanında, kıymetli hocamız Hakan Atalay, "Beyin ve İç Dünya" kitabını Metis ile beraber yürüttüğümüz proje ile bizlere kazandırdı. Bu kaynak yüksek lisans programlarında okutulmaya başlandı. Son olarak Jaak Panksepp'in başyapıtı "Afektif Nörobilim" Alfa yayınlarının projesi ile Türkçeye kazandırıldı. Bu kaynakçayı da artık üniversitelerde görmeye başladık. Panksepp'in "Zihnin Arkeolojisi" adlı kitabının çeviri projesi Alfa tarafından halen sürdürülmekte. Yakında umarım ki bu eser de Türkiye okurlarına sunulacak.

Kitaplar çabuk okunup bitse de, altında yatan çeviri projeleri o kadar kısa ve kolay değil. Yazarlar ve yayınevi ile anlaşma, çeviri, derleme, basım, dağıtım, kimi zaman bir kimi zaman üç yıl sürebiliyor. Üretmek uzun ve meşakkatli, tüketmek kısa ve kolaydır. Bilgiyi daha kısa sürede sirküle edebilmek için ihtiyaç olan şey, daha çok makale çevirisi ve kendi dilimizde makale yayımıdır. Burada da, çeviri için gönüllü uzmanların katkısı bizler için çok değerli olacaktır. "Journal of Neuropsychanalysis" ve "Frontiers in Psychoanalysis and Neuropsychanalysis" dergilerinden çevirisi yapılabilecek bin bir makale var. Bunun yanında, Türkiye Nöropsikanaliz Grubu, kendi dilimizde yayınlanmış birçok mastır tezine süpervizörlük yaptı. Umuyorum ki, tez sahiplerinin makaleleri de nöropsikanaliz ve/veya afektif sinirbilime artık sıcak bakan yerli bilimsel dergilerimiz tarafından kendi dilimizde yayınlanacaktır. Basın-yayın dediğiniz alan, bilimsel bakış açıları ve basın politikalarının transformasyonu sonucunda şekillenir. Nöropsikanalize gönül vermiş ve kalemi eline alan genç ve dinamik bir nesil var. Onların üretimlerinin bu transformasyona çok büyük katkısı olacağına inanıyorum.

### **Bu alanda epey yetkin biri olarak biz gençlere ne gibi tavsiyelerde bulunursunuz?**

Merak ettiğiniz alanlarda bolca okuyun, araştırın ve sorgulayın. İnanıştığınız çalışma modelini en iyi şekilde kavrayın. Bu modeli yüceleştirmeden, kendinizi de asla en yetkin adledmeden, modelin artılarını ve eksilerini beraber irdeleyin. Hem kendinizi, hem modeli bir arada geliştirin. İnterdisipliner Zeitgeist (zamanın ruhu) içinde doğan bir nesilsiniz. Zamanın

ruhuna uygun interdisipliner çalışmalara dâhil olun. Birçok maddi manevi engel ile karşılaşabilirsiniz. Yılmayın. İnançınızı kaybetmeyin. Nöropsikanaliz ile tanıştığım da mastırını henüz yeni bitirmiş 25 yaşında genç bir terapisttim. Hiçbir sponsorum olmaksızın, her yıl terapi yaparak kazandığım geçim kaynağımdan biriktirir, uçak biletimi alır, kongre ve otel ücretimi öder, nöropsikanaliz kongrelerini takip ederdim. Halen de kendi kendimin sponsoruyum. Hiçbir araştırma fonum olmaksızın, kültürlerarası afektif sinirbilim araştırmaları yaptım ve uluslararası dergilerde yayınladım. Halen de kültürlerarası afektif sinirbilim teorimi gönüllü geliştirmekteyim. Nöropsikanalizle ilgilendiğim bu 20 yıllık yolculukta, yurtiçinde ve yurtdışında kimi değerli uzman elimden tutup destek olurken, kimi değerli uzman da zorluklar çıkardı. Sizlere naçizane tavsiyem, inandığınız iş için mücadele edin, bahaneler üretmeyin. İşinizi aşkla yapın... Gözükara bir aşkla...

Editörün Notu: Türkiye Nöropsikanaliz Çalışma Grubu kurucusu Uzm. Klinik Psikolog Gökçe Özkarar Gradwohl'a sorularımızı içtenlikle cevaplandığı ve tavsiyelerde bulunduğu için teşekkür ediyoruz. Nöropsikanaliz diğer pek çok disiplinin aksine günümüze pek de uzak olmayan bir zamanda kuruldu. İç dünyamızın nörolojik bulgularıyla ilgilenen ve merak eden herkes [www.npsa-istanbul.com](http://www.npsa-istanbul.com) adresinden gerekli bilgilere ve pek çok yayına ulaşabilirler.