

GÖZETLEMEDEN TANIKLIĞA

Ağır Ruhsal Travma Sonrası Simgesel İşlevin Yeniden Kazanılması

Ghislaine Boulanger, PhD

New York, New York ve Columbia Üniversitesi

Psychoanalytic Psychology, 2005, Vol. 22, No. 1, 21-31

Çeviren: İshak Saygılı

Ağır ruhsal travmadan sağ kurtulanlar sıklıkla simgesel işleyişte aksamalar yaşar, bu da düşünme ve üretken düşünme kapasitesini etkiler. Sağ kalanlarla çalışan klinisyenler de kendilerini düşüncesiz, hastalarının anlattığı dehşet üzerine düşünemez halde bulurlar. Yazar, analistlerin bu popülasyonla çalışırken başlangıçta bir bağdaşmazlık durumu yaşamasının iyileşme sürecinin gerekli bir koşulu olabileceğini savunmaktadır. Analistler bu durumun üstesinden gelme ve yeniden düşünen profesyoneller olma mücadelesi içinde hastanın deneyimine tanıklık etmeye başlayabilirler. Ve bu çalışma sayesinde analistin kapsayıcı varlığıyla sağ kalan kişi kendi kaybının sessiz bir gözlemcisi olmaktan çıkar, düşünen benliğini yeniden kazanmaya başlar ve kendi sağ kalışına tanıklık etme sürecini başlatır.

Afganistan'daki savaş sırasında CNN, karısı Amerikan füzesiyle öldürülen bir adamla röportaj yaptı. "Artık karım yok," dedi adam, "aklım da yok." Bu ani ve yıkıcı kayıpla yüzleşmek bu karısını yitirmiş adamın zihnini yok etmiş, onu düşünme yetisinden yoksun bırakmıştı. İster yaşamı tehdit eden bir saldırı ya da işkence gibi bireysel olarak, ister terörist saldırılardan, çatışmalardan ya da ölümcül kazalardan sağ kurtulan bir grup olarak, isterse de vahşet ve fiziksel yıkım eylemlerine tanıklık ederek yaşansın, bu tür dehşet verici olaylardan sağ kurtulanların korkutucu bir şekilde akıllarını yitirdiklerini hissetmeleri alışılmadık bir durum değildir. Elinizdeki makalede, büyük bir travmanın içinde, yakınında olmak ya da bu travmayı duymak karşısında verilen bu yaygın, hatta belki de kaçınılmaz tepkiyi inceleyeceğim. Mağdurlarla derinlemesine çalışan klinisyenlerin de karşılaştıkları şeyler karşısında kendilerini düşünemez halde bulmalarının sıklıkla rastlanan bir durum olduğunu öne sürüyorum. Aslında, analistlerin bu popülasyonla çalışırken başlangıçta bir bağdaşmazlık durumu yaşamalarının iyileşme sürecinin gerekli bir koşulu olabileceğini düşünüyorum. Zira bu durumun üstesinden gelmek ve yeniden düşünen profesyoneller haline gelmek için verdiğimiz mücadelede, hastalarımızla her gün yapmamız gereken daha geniş ölçekte veya bireysel ölçekte tanıklık etmeye başlama şansına sahip olabiliriz. Ve analistin varlığını içeren bu çalışma sayesinde, hayatta kalan kişi kendi kaybının sessiz bir gözlemcisi olmaktan çıkar, düşünen benliğini yeniden kazanmaya başlar ve kendi hayatta kalışının tanığı olmaya başlayabilir.

Zihinsizlik Durumu

Geçmiş makalelerimde (Boulanger, 2002a, 2002b) ağır travmalar sonrasında yetişkin benliğinin çöküş sürecini tanımlamıştım, zira eylemlilik, duygusallık, fiziksel bütünlük ve süreklilik deneyimleri çözümler ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu çöküşün ruhsal sonuçları çok çeşitlidir; burada, bir felaket sırasında en açık şekilde savunmasız olan genellikle vücudun bedensel bütünlüğü olsa da, ruhsal deri artık dünyadan gelen saldırılara karşı koruma sağlamadığında parçalanmanın maddi beden değil, ruhsal

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

beden -zihindeki beden, eylemliliğe ev sahipliği yapan, iradenin yorumlayıcısı, duygulanımın kabı olan beden- olduğunu vurguluyorum. Ağır ruhsal travma dış dünya ile iç deneyim arasındaki ayrımı çökertir; "artık bir algının / geldiği bir dışarıya ya da onu kaydedebilecek bir içerisi yoktur" (Tarantelli, 2003, s. 919). Dış dünya en korkunç düşüncelerimizin, duygularımızın, fantezilerimizin ve kabuslarımızın doğrudan bir yansıması haline geldiğinde, gerçekliğin sınanması önemsiz hale gelir ve felaketten kurtulan kişi ruhsal denklik dünyasına girer (Fonagy, Gergely, Jurist ve Target, 2002). Normalde ruhsal denklikte, zihinsel içerikler fiziksel gerçekliklere karşılık geliyor gibi görünür; ancak ağır ruhsal travma bu terimin olağan anlamını tersine çevirir. Burada söz konusu olan algının bilinçdışı fanteziler tarafından kirletilmesi değil, psişenin bilinçdışında karşılıklarını bulan dışsal dehşetler tarafından alt edilmesidir. Yine de sonuç benzerdir. Ruhsal denklik durumunda, düşünce ve gerçeklik bir olmuş, düşünmenin gerçekleşebileceği ruhsal alan kapatılmış, anlamlar üzerinde düşünülemez kadar tehditkâr hale gelmiş ve düşünme ve algının yerini "keşfedilemeyen somut zihinsel varlıklar" almıştır (Caper, 1998, s. 145).

Des Pres (1976) Nazi toplama kamplarındaki görgü tanıklarının anlatılarını incelerken bu görüngüyü fark etmiştir. " Uç noktadaki yaşamın gerçekliğine" (s. 176) atıfta bulunmuştur, yani yıkıcı koşullara maruz kalan insanlar çok somut bir varlık haline gelmekte ve sıklıkla da öyle kalmaktadır. Bilişsel olarak katastrofik disosiyasyon, algının daralması ve zihinsel süreçlerin katılaşması ile karakterize edilir; düşünceler yok olma kaygısından korunmak için esnekliklerini kaybeder ve simgesel düşünme tehlikeye girer. Dışsal travmanın zihin üzerindeki etkisini analiz eden Tarantelli (2003), birincil anlamsızlık durumuna, " ruhsallığı edilgen hale getiren, / bilince kaydedilemeyen" bir patlamaya atıfta bulunur (s. 919).

Birinci Dünya Savaşı'nda savaşırken kullandığı savunmalara ilişkin bu otobiyografik anlatım, Bion'un düşüncenin ruhsal deneyimi yapılandırma oynadığı kurucu role ilişkin teorilerini özellikle güçlü kılmaktadır. Savaşa hazırlanırken düşüncesinin ne kadar dar ve katı hale geldiğini anlatıyor:

Çaresizlik içinde geçmişini ya da geleceğini düşünmeyi bıraktım: Sınırlı görüş alanımdaki her nesnenin pusulayla yönünü belirlemeye başladım. Rahatladığım için korkum azalmaya başladı. Savaş boyunca defalarca tekrarlanacak olan bu sahne, sonunda tekrarın zorlamasıyla dehşetini yitirmeye başlayana kadar bu yeni korkunç şekliyle devam edecekti. (Bion, 1982, s. 201)

Yaklaşık 90 yıl sonra, 11 Eylül 2001'de, Dünya Ticaret Merkezi'nin ikinci kulesinde çalışan bir kadın, ilk kule vurulduktan sonra binanın güvenli olduğunu duyuran hoparlörü duymazdan gelerek bir arkadaşıyla birlikte aceleyle aşağıya doğru yürümeye başladı. Meslektaşları 70. katta, yeni açılan bir asansöre binmeye gitti. Asansöre adımını attığında bina sarsıldı ve ışıklar titredi. İkinci uçak 15 kat yukarıda hedefini bulmuştu. Kahramanımız, kapılar kapanırken bile arkadaşını asansörden çıkardı ve bina dumanla kaplanırken ve merdiven boşluğu paniklemiş insanlarla dolarken karanlıkta inmeye devam ettiler. Tek hatırladığı takıntılı bir şekilde 140'a kadar saydığıdır çünkü her katta iki kat olduğunu ve en son 70. katta durduğunu biliyordu. Bion'un I. Dünya Savaşı'nda siperlerde yaptığı gibi, bu deneyimle ilgili hatırladığı tek şey katları geçerken saymaktır. Tıpkı Bion'un (1982) yorumladığı gibi, "düşüncenin karanlık ve kasvetli dünyasından uzak durmak için her şey yapılabilir" (s.286).

Felaketler sırasında, düşünceler çağrışımsal olarak serbestçe dolanırken, bağlantıları dehşet verici anlamlara ve savunulamaz kaygılara yol açabilir. Yukarıda alıntılanan pasajlarda Bion, düşünceler

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

arasındaki bağlantıları yok etmenin travma sırasında ne kadar etkili olabileceğini açıkça ortaya koymaktadır. Söz konusu bağlantılar yalnızca travma sırasında değil, sonrasında da, kelimenin tam anlamıyla düşünülemez olduğunu kanıtlayan yok olma kaygısını savuşturmak için sıklıkla ortadan kaldırılır. Van der Kolk, McFarlane ve Weisaeth (1996) ve Van der Kolk (2002) tarafından gözden geçirilen son nöropsikolojik araştırmalar, beynin aşırı stres altında düşünceleri verimli bir şekilde formüle edemediğine dair kanıtlar sunmaktadır. Travmatik durumlarda artan norepinefrin salgısı, hafızanın olağan konsolidasyonu için gerekli olan hipokampal işlevi bozar. Travmatik anılar, hipokampus ve prefrontal korteksin aracılığı ile bütünleştirilmek yerine, kelimenin tam anlamıyla kısa devre yapar ve amigdalada somatik duyumlar ve görsel imgeler olarak depolanır. Yüksek kortikal işlevlere bağlı olan dilsel bellek travma sırasında sıklıkla etkisiz hale gelir; dolayısıyla duysal, duygusal ve motor anıların çoğu zaman bir anlamı yokmuş gibi görünür. Amigdalada depolanan bu parçalanmış duysal, duygusal ve motor anılar kendilerini tekrarlayan görsel imgeler, ani işitsel ve duysal izlenimler ve bazen görünürde herhangi bir dış uyaran olmaksızın kazazedenin bilincine doluşan açıklanamaz duygu patlamaları şeklinde gösterir. Sınırsız duysal uyaran bombardımanına maruz kalmak, bunlara bağlı olabilecek düşünceleri bulamamak veya bulmaya cesaret edememek, hayatta kalanların giderek daha tepkisel ve içe kapanık olmalarına yol açar.

Travma sonrası belirtiler ile bu nöropsikolojik bulgular arasında çarpıcı düzeyde bir uyum vardır, ancak düşünceler dar, tekrarlayıcı ve somut hale geldiğinde ve bunlardan kaçmanın veya bunları verimli bir şekilde kullanmanın bir yolu yokmuş gibi görüldüğünde, bilimsel gerçekleri hayatta kalan kişinin öznel deneyimiyle karıştırmamak önemlidir.

Bion (1967) "düşünmenin düşüncelerle başa çıkmak için var olduğunu" öne sürmüştür (s.111), ancak düşüncelerin dehşet verici dış olayların tam kopyaları olduğu ruhsal denklik durumunda durum böyle değildir. Bion'un anlattığı anlamda düşünmek, kelimelerin simgesel olarak, gösterge olarak kullanılmasını gerektirir; bu da kelimenin deneyimi ile ifade ettiği şey arasında bir mesafe olduğunu ima eder. Anlam bulmak, farklı düşünceler arasında bağlantılar kurabilmeye bağlıdır. Bir deneyimi anlamlandırmak, bağlantılı düşüncelerin dirençli ve esnek olduğunu ima eder. Anlamlar çoğalır, incelenebilir, sorgulanabilir, bir o yana bir bu yana çekilebilir. Anlamlar yeni bakış açıları sağlayan metaforlara yol açar. Duygulanımlar anlamlı deneyimlerin içerisinde yer alır ve onlar da araştırılmaya katlanabilir, anlayış arttıkça değişir ve derinleşirler.

Görmüş olduğumuz gibi, düşünme ve anlam travmanın sınır aşan doğası tarafından bozulmaktadır. Başka araştırmacıların yanı sıra Boulanger (2002b, 2003), Grand (2000) ve Pye (1995), paranoid şizoid evre ile hayatta kalan kişinin ruhsal durumu arasında paralellikler kurmuştur. Psişe hayatta kalma modundayken, dünyanın algılandığı mercek paranoid şizoid pozisyonun somut mantığına geri döner. Bu reflektif olmayan dünyanın geniş kapsamlı sonuçlarını inceleyen Ogden'in (1986) de belirttiği gibi, kelimeler ve temsil ettikleri arasında, simgeler ve simgeselleştirilenler arasında, dolaysız ve dolaylı deneyim arasında arabuluculuk yapan kendilik artık erişilebilir değildir. Bu dolaylı deneyim halinde, gösteren ve gösterilen arasındaki ayırım çöktüğünde, "zihin durumları nesnelleşir, metaforlar harekete geçme eğilimi gösterir, söz ete kemiğe bürünür" (Des Pres, 1976, s. 174). Artık "algı" ve "yorum" bir ve aynıdır ve farklı bir bakış açısı sağlamak için düşünceye güvenilemez. Deneyimin yorumlayıcısı olan kendiliğin kaybı, anlamın üreticisi ve aktarıcısı olan kendiliğin de kaybolduğu anlamına gelir. Travma sona erdikten uzun bir süre sonra, gerçekçilik ve kafa karışıklığı, olanları tam ve kişisel olarak hatırlamaya ve anlamaya yönelik bilinçli ve bilinç dışı girişimleri karakterize edebilir.

En kötü haliyle, hayatta kalanlara zulmeden kaotik somatik, görsel, işitsel ve duygusal hisler, Bion'un (1959) beta unsurlarına, birbiriyle ilişkilendirilemeyen ham duyu izlenimlerine karşılık gelir ve onları yansıtma için kullanılamaz hale getirir. İyicil koşullar altında, alfa işlevi bu kaotik izlenimleri birbirine bağlanabilen ve üzerinde düşünülebilen, duygusal tonlar alan ve anlam ifade eden alfa unsurlarına dönüştürür. Bion'un fikirlerini temel alan Caper (1998), düşlemler ile algıların şiddetli bir şekilde kaynaştığı durumlarda, kısacası düşüncelerin akılda tutulamadığı, bunun yerine zihni istila edip öldürdüğü ruhsal denklik durumunda ortaya çıkan *antialfa* işlevi kavramını ortaya atmıştır.

Hayatta kalan kişinin parçalanmış düşünce ve duygularının sonsuz ve verimsiz döngüsü, ağır ruhsal travma mağdurları tarafından bildirilen tekrarlayan rüyalarda kendini en iyi şekilde göstermektedir. İlerleyen sayfalarda, New York'taki terör saldırılarından sonra gördüğü kabuslar, ağır bir ruhsal travmadan sonra simgesel işlevin kaybını ve art arda iyileşmesini gösteren bir hastamla yaptığım çalışmayı anlatacağım.

Beth, Battery Park City'de Dünya Ticaret Merkezi'nden bir blok ötede, Doğu Nehri'ne bakan bir apartman dairesinde yaşıyordu. 11 Eylül 2001'de, evinden ikiz kuleleri göremediği için saldırıdan haberi olmamış, ancak "oturma odasına gelen yük treni gibi bir ses" kısa bir süre için olağandışı bir şeyler olduğunu düşündürmüştü. Sonra ses kesilmiş ve bir an için her şey normale dönmüş gibi görünmüştü. Daha sonra panik içinde Kaliforniya'dan arayan kız kardeşi onu içinde bulunduğu tehlikeden haberdar etmiş, bunun üzerine dairesinde mahsur kalan kadın, elektrikler kesilene kadar televizyondan yüz metreden daha az bir mesafede neler olup bittiğini izlemişti. Bu sırada göremediği insanlardan yükselen dehşet dolu çığlıklar, görünmeyen yeni bir felaketin geldiğini açıkça ortaya koyuyordu. Ardından siyah bir bulut penceresini kaplayarak kendisini dairesinin içine doğru itti. İlk bina çökmüştü ama bunu bilmesine imkân yoktu. Beth sonunda Manhattan şehir merkezinden feribotla tahliye edildi, ne var ki binasını saran ve apartmanının içini kaplayan iki yapışkan kara bulut tarafından zehirleneceğinden ya da boğulacağı korkusu ile dehşete düştükten sonra kurtarılabilmişti. Tahminen 11 Eylül'den bir ay sonra tedaviye ilk başladığında, her gece başından geçen olayların farklı bir yönünü yeniden yaşıyordu. *Evinde telefonla konuşurken hat kesilir; dünyada yapayalnızdır. Panik içinde uyanır. Dairesindedir, insanların çığlıklarını duyar, her şey kararmaya başlar. Panik içinde uyanır.*

Beth'in gördüğü kâbuslar klasik travma sonrası kâbuslarıydı. Bunlar, ruhun paranoid şizoid pozisyonun simge öncesi durumuna kilitlendiğini, deneyimin kendisi için durduğunu, Des Pres'in deyişiyle "sözün ete kemiğe büründüğü", yaratıcı rüya işinin yani yoğunlaştırma ve yer değiştirmenin mevcut olmadığını ifade etme yoludur. Aslında Ogden (2003) bunların rüya olmadığını iddia eder, çünkü "eğer bir kişi ham duygusal verileri depolanabilecek ve bağlantı kurmak için erişilebilir hale getirilebilecek bilinçdışı deneyim unsurlarına dönüştüremiyorsa, rüya göremez (ki bu düşünmelerinin oluşturulmasında bağlantılar kurmayı içerir)" (s. 18).

Uykuda ve uyanırken, gösteren ve gösterilen arasındaki ayrım çöktüğünde, sözcüklerin kendisi deneyimdir. Birkaç yıl önce neredeyse ölümcül bir saldırıdan kurtulduğunu anlatmaya çalışırken ter içinde kalan bir adam bana "Bunun üzerine gölge düşüremem" demişti. Anladığım kadarıyla bu sözleriyle, yaşadığı ham deneyime gölge düşürecek, kendisini bu deneyimin dolaysızlığından uzaklaştıracak ve böylece onu -ve kendisini- simgesel alanın nispeten güvenli ve akli başında ortamına yerleştirecek kelimeler bulamadığını anlatmak istiyordu. Ya da bu durumu Bion'un diliyle ifade edecek olursak: Beta öğelerini, ham duygusal verileri, üzerinde düşünülebilecek, birbirine bağlanabilecek, duygulanımla bütünleştirilebilecek ve anlam verilebilecek alfa öğelerine dönüştürecek bir alfa işlevi yoktu.

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

Beth ve ben kendisini saldırgan anılardan ve rüyalarından korumasını sağlayacak kelimeler bulmaya çalışırken, daha önce bilince girmesine izin verilemeyecek kadar sarsıcı olduğu anlaşılan malzemeden duyu izlenimleri ve duygulanımlar bir araya gelmeye ve metaforlar ortaya çıkmaya başladığında simgesel düşüncenin aşamalı olarak iyileşmesinin izini süren bir dizi kabus gördü. *İlk rüyasında okyanus kıyısında bir oteldeydi. Çok güzel bir gün. İnsanların güneşlendiği sahile yaklaşmak için balkona çıkıyor; konuşuyor ve gülüyor gibi görünüyorlar ama ürkütücü bir şekilde onları duyamıyor. Daha da kötüsü, sahile vuran dalgaların sesi gerçek dalgaların kırılmasıyla senkronize olmuyordu. Panik içinde uyanır.* Bu rüya, çalışmakta olan disosiyatif süreci yansıtmaktadır; travmatik disosiyasyon sırasında sıklıkla meydana gelen ve Beth'in ilk elden deneyimlediği duyu geri beslemedeki bozulmayı yansıtmaktadır. Duyusal deneyimin algıyla eşleşmemesi, duyu artık içeri ve dışarı arasında ayırım yapmak için güvenilir olmaması, daha önce güvenilen her şeyin çökmesine yol açması korkunç bir durumdur (Boulanger, 2002b). Ancak aynı zamanda, bu rüya disosiyasyon olgusuyla ilgilidir, deneyimin bir kopyası değildir. Burada bir metafor vardır, 11 Eylül ile yapılmış acımasız bir ilişkilendirme, güzel bir gün, plajda geçirilmesi gereken bir gün. Ve plajın kendisi başka bir metaforun ortamı haline geliyor: Senkronize olmayan dalgalar Beth'in terörist saldırılar sırasında yaşadığı duyu geri bildirimdeki bozulmayı simgeliyordu.

Birkaç hafta sonra Beth, evinde tek başına dünyanın sona ermesini beklerken yaşadığı bilişsel ve duyu çöküşün kafa karıştırıcı ve zulmedici niteliğini daha da açık eden bir dizi kabus gördü. *Bu rüyalarda Beth bir restoranda oturmaktadır ve bir garson ona bir mektup getirir. Mektubu açtığı anda, sayfaya karmakarışık bir şekilde yapıştırılmış farklı yazı tiplerinde yazılmış kelimeler ve harflerle kaplı bir kâğıt bulur. Bunlardan hiçbir anlam çıkaramaz. Rüyanın her versiyonunda farklı bir duyguya kapılır: dehşet, tiksinti, neşe, utanç, rahatlama.* Bu duygular gerçek hayatta yaşadığını hatırladığı her şeyden çok daha güçlüydü. Onu dehşete düşüren şey, bu münferit kelimeleri anlayamamak ya da mesajlarını çözememektir. Kendi ifadesiyle, " ortada hiçbir anlam yoktu" ve bu nedenle de yaşadığı bu güçlü etkinin mektubun içeriğiyle nasıl bağlantılı olduğunu anlayamıyordu. Anlamsız harfler dizisi ve onlara eşlik eden duygulanımlar, disosiyasyon deneyimi için dikkate değer bir metafor oluşturmaktadır; bu metaforlar, bölünmüş duygulanımdan kopmuş ancak bu duygulanım tarafından aşırı güçlendirilmiş sözcüklerin birbirleriyle bağlantı kurma yeteneklerini kayb ettikleri ve dolayısıyla anlamlarını yitirdikleri zaman, düşüncenin hem girici hem de kesintiye uğramış niteliğini yakalamaktadır. Kelimeler beta elementlerini temsil ediyor gibi görünmektedir; ham, bağlantısız, güçlü ve anlaşılabilir. Ancak, bu kâbuslar *metaforlardı*. Bunlar 11 Eylül'de yaşadıklarının somut tekrarları değildi; hatta o günün somut yönlerini bile içermiyorlardı. Eninde sonunda aracılık edecek, anlamlandırarak ve nihayetinde deneyimini bütünleştirmesine yardımcı olacak semboller kullanılıyordu. Bu semboller Beth'in artık yaşadığı dehşeti basitçe tekrarlamadığını gösteriyordu; yaşadığı deneyimler üzerinde düşünmeye ve bu deneyimlerin kendisi için taşıdığı pek çok anlamı değerlendirmeye hazırdı.

Klinik Uygulamada Zihinselleştirilmemiş Travmatik Durumlar

T. S. Eliot'ın (1943/1997) Dört Kuartet'inden harika bir dize vardır: "Deneyimi yaşadık ama anlamı kaçırdık." Felaket mağdurlarıyla, kurbanların aileleriyle ve kurtarma görevlileriyle çalışmaya gönüllü olan ya da bilgilendirmede bulunduğumuz kurumlarda çalışanlardan kayıp, dehşet ve kendinden şüphe duymaya dair yürek parçalayıcı hikayeler dinleyen birçoğumuz bu alıntıyı çok iyi anladık. Deneyime sahiptik ama anlamını kaçırmıştık. Bir felaketin hemen ardından herkes tepki verir. İster krize müdahale, ister debrifing, isterse de yatıştırma olarak adlandırılınsın, insani yardım çalışanları ve

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardım gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

ruh sağlığı uzmanları çok önemli bir tutucu işlev üstlenmekte ve somut hizmetler sunmaktadır. Korkunç ve katlanılmaz acılarla ilgili hikayeler duyan yardım görevlileri - büyük olasılıkla gerçekten de - kendi akıllarını kaybedebilir ve sonrasında kendilerini edilgen biçimde deneyimledikleri görüntülerin ve hikayelerin kurbanı olarak bulabilirler. Meslektaşlarla yapılan resmi ve gayri resmi debrifing seansları, duyulanların işlenmesine ve detoksifikasyonuna yardımcı olmak için oldukça yararlıdır. Ancak hastalarımızın dehşet verici deneyimlerini işleme, bağlama oturtma işine asıl fırsat verecek olan uzun vadeli bir terapötik çalışmada anlamlandırma uğraşı en büyük zorluk haline gelir. Bu zorlu görevin pek çok aşaması vardır, ancak düşünmek ve anlamak için düşünce süreçlerine güvenen bir klinisyen için en korkutucu olanı, hastalarının deneyimlerini anlatmalarını dinlerken düşünemediği, düşünme yetisini kaybettiği, hatta kendini tamamen ayırışmış, bir röntgenci gibi hissettiği duygusudur. Yaşadıkları ağır travmadan kurtulabilen hastalarımızın bize anlattıkları karşısında düşüncesiz kalma durumundan, onların çektikleri ileye tanıklık edebileceğimiz ve süregelen deneyimlerinde travmanın yerini bulmalarını ve kendi deneyimlerinin tanığı olmalarını sağlayabileceğimiz noktaya nasıl geçebiliriz? Bir zamanlar Lifton'un (1997) ifade ettiği gibi "tanıklık eden profesyonelin profesyonel hissizleşmesinin" (s. 271) tesine nasıl geçebiliriz? Nasıl yeniden düşünen ve tanıklık eden profesyoneller haline gelebiliriz?

Bu makalenin geri kalanında, ağır travmanın uzun süreli psikodinamik tedavisinde hasta ve analist arasında yaşanan ve hastanın travma sırasında ken düşünen kendiliğini geri kazanmasını sağlayarak deneyimi anlamlandırabilen kendiliğin yeniden kurulmasını sağlayan süreci inceleyeceğim.

Josephs (2003), bir hasta ruhsal denklik durumunda olduğunda, yorumlayıcı çalışmanın anlamsız olduğuna işaret eder. Des Pres (1976) daha da ileri gider; yaşamı tehdit eden travma mağdurlarıyla çalışmak için yoruma bel bağlayan analistleri sert bir dille eleştirir: "Belirleyici olan ölüm olduğunda, davranışın simgesel ya da psikolojik açıdan hiçbir anlamı kalmaz" (s. 155). Metaforların artık metafor değil de gerçek olaylar olduğu, dşlemin kullanılmadığı ve düşünmenin engellendiği, sözcüklerin bunaltıcı ya da nemsizleştirici olmak arasında bocalayan bir anlam aktarma mücadelesi verdiği durumlarda, psikanalitik klinisyen nasıl çalışabilir?

Psikanalitik tedavide, yansıtılmalı özdeşleşme aracılığıyla, hayatta kalanın katlanılmaz zihin durumunun, analiste yansıtılarak daha katlanılabilir bir Őeye dönüştürülmesi ve yeniden canlandırılması için bir fırsat vardır. Bizim işimiz dehşeti kontrol altına almak ve zehrinden arındırmak, düşünme sürecini etkisiz hale getirmiş gibi görünen hisleri, parçalanmış anıları ve boğucu duygulanımları anlamlandırmaktır. Fonagy ve arkadaşları (2002) bir hastayı ruhsal denklik durumundan çıkarmak için analistin yalnızca empati kurmasının değil, düşünmesinin de gerekli olduğunu ileri sürmektedir. Fonagy ve arkadaşları (2002) bir hastayı ruhsal denklik durumundan çıkarmak için analistin yalnızca empati kurmasının değil, düşünmesinin de gerekli olduğunu ileri sürmektedir. Hastanın içsel durumunu "kopyalamak", yani hastanın duygularını olduğu gibi yansıtılmak yeterli değildir; analist bir adım daha ileri gitmeli, hastanın yüzleşmeye çalıştığı olayların "farklı ama deneyimsel olarak uygun bir temsilini sunmalıdır" (Fonagy ve ark., 2002, s. 289). Hasta, analistin zihnini düşünülemez olan tarafından yok edilmemiş bir dış konteynir, kendi deneyimi üzerine ölmeden düşünebilen bir zihin olarak deneyimledikçe, analistin yansıtıcı işleviyle özdeşleşmeye başlar. Buna ek olarak Bick, dışsal kapsama nesnesinin somut olarak deri olarak deneyimlendiğini ve " bir araya geldiğinde i ve dış uzam dşlemine dönüştüğünü" belirtmektedir (aktaran Willoughby, 2001, s. 924).

Ancak bu süreç hastalar ya da analistler için kolay bir süreç değildir. Bir hastanın o kadar korkunç, o kadar düşünülemez bir Şeyi kontrol altına almamı ve dnştrmemi sağlamaya çalıştığı bir tecrübem

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

oldu ki, ne olduğunu anlamama izin vermem aylarımı aldı. Bir Vietnam gazisi olan David, kamu hizmetindeki işine sistematik bir şekilde devam ediyor, yalnızlığı ve paranoyası hakkında oldukça etkileyici bir dille konuşuyordu. Ancak Vietnam'daki bazı deneyimlerini anlatmaya başladığında neredeyse kıkırdıyordu. Düşünceleri dağınıklaştı, dili neolojizme kaydı ve bana karşı tepeden bakan ve küçümseyici bir tavır takındı. Duygu durumundaki ve bilişindeki bu ani değişimler karşısında kafam karışmış bir şekilde az önce olanları açıklığa kavuşturmaya çalışıyordum, ancak kendimi oldukça halsiz hissediyordum, bir şekilde onun kaçamakları karşısında herhangi bir mesafe alamıyordum ve kendimi bulanık hissetmeye ve geri çekilmeye başlıyordum. Durgunluğumun, giderek daha fazla şüphelenmeye başladığım şeyi anlamak istemediğim bir işareti olduğunu fark etmem için, birçok teğet anlatımı dinlemem ve kendimi kendimden, David'den ve bu andan önceki her şeyden tamamen kopmuş hissettiğim birçok anı deneyimlemem gerekti. Zihnim David'in düşünülemez düşünceleri, Bion'un *beta* elementleri tarafından işgal edilmişti. David, Güney Vietnam'ın bir mezrasında tecavüz eden, süngüleyen ve yakıp yıkan bir müfrezinin üyesiydi. David zihnindeki karmakarışık içerikleri benim onları kontrol altına alıp *alfa* elementlerine, paylaşabileceğimiz ve daha az felç edici hale getirebileceğimiz düşüncelere dönüştürebileceğim umuduyla dışarı attı. Bu vahşet hakkında herhangi bir bilgiye sahip olma ve dolayısıyla bunlara pasif bir tanık olma konusundaki isteksizliğim, açıkça bu sefil düşüncelerin zihnimde şekillenmesine izin vermemde ve böylece David'in bunları metabolize etmeye başlamasına yardımcı olmamda zorlanmama katkıda bulundu. David'in kendini neredeyse tamamen hissizleştirmedeki başarısı uç bir örnektir, ancak manidar bir amaca hizmet etmektedir.

Travma mağdurları sıklıkla "anlam bulma ve hissizleşme deneyimi arasında bir mücadeleye girerler" (Prince, 1998, s. 47). Terapide yaşadıklarını duygulanımdan yoksun bir dille anlatırlar; mağdurlar deneyime fazla yaklaşmaktan duydukları rahatsızlığı ortaya koyarlarken birinci şahıs zamirleri sıklıkla yerini üçüncü şahıs anlatımlarına bırakır. Çoğunlukla bu hastalar olaydan sonra tedavi arayışına girmeyip yaşadıkları tepkileri atlatacaklarını düşünenlerdir. Ne de olsa, zamanın tüm yaraları iyileştirdiği düşünülüyor. Böylesi isteksiz, cansız anlatımlarla karşılaştığımda, bunun bir anlam yaratmaya, çileyi tüm duygusal karmaşıklığı ve tüm bilişsel sonuçlarıyla yeniden yaşamaya ve analiz etmeye karşı bir savunma olduğunu anlayabiliyorum. Kimileri ise hikayelerini durmaksızın ve nefes almadan anlatır, tıpkı *Ancient Mariner* gibi ve ben de Coleridge'in "dinlemekten başka çaresi olmayan" düğün davetlisi misali kendimi tutsak bir izleyici yerinde hissederim. Sonsuz tekrar, hissizleştirmenin bir başka biçimidir. Yas danışmanlığı almış ancak deneyimlerini bir bağlama oturtmamış mağdurların bu şekilde başvurduğunu sıklıkla tecrübe ettim. Felman ve Laub'dan (1992) alıntılacak olursak, travmatik tepkiyi "kutsallaştırın", duygulanım ve canlılığın üzerini örten ve daha derin bir sorgulamayı engelleyen yüzeysel bir travma anlayışına ulaşmışlardır.

Yakın veya uzak geçmişte ağır bir travma atlatmış hastalar bana yaşadıklarını ilk kez anlatmaya başladıklarında, çoğunlukla düşüncelerim duyduğum dehşeti kavramaya çalışırken zihnimin kelimenin tam anlamıyla karıştığını görüyorum. Bana anlatılanların ya da sadece ima edilenlerin boyutlarını kavramaya çalışırken, bazen inanmama hissi ve rahatsız edici bir uyarılma duygusunun farkına varıyorum. Sıklıkla, büyülenmiş gibi oluyorum. Net düşünemiyorum; zihnim kekeliyormuş gibi oluyor. Bu gerçekten yaşandı mı? Biraz histerik davranmıyor mu? Kendini korumak için bir şey yapamaz mıydı? Belki de bunu bir şekilde kendi başına getirdi. Bu korkunç; şimdiye kadar dinlemek zorunda kaldığım en korkunç şey. Nasıl hayatta kalmış olabilir? Tanrı aşkına, bana anlattıklarını hayal bile edemiyorum. Ben olsam ne yapardım? Dağılıp gitmez miydim? Ona yardım etmem mi gerekiyor? Tanrım, bu seans ne zaman bitecek? Kendi eksikliklerimi ve kaçamaklarımı, zihnimde zorla sokulan hastanın malzemesine karşı değişen dissosiyatif tepkilerimi kaydetmeye başladığımda, kendimi hissizleşme ve anlama arasındaki diyalektikle uğraşmaya zorluyorum. Travma mağdurunun

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

deneyimini kavramak, sözcükleri rasyonel olarak düşünürken bile duygusal olarak deneyimlemek, nasıl bir şey olduğuna dair bir fikir edinmek, deneyimi değerlendirmemize ve yeniden değerlendirmemize yardımcı olacak sorular sormaya başlamak için mücadele etmek zorundayım çünkü travma mağdurunun çökmüş benliğinin ötesine geçen yeni bir anlam inşa etmek istiyorsak yapmamız gereken budur.

Mitrani (2002) analistin bir taşıyan bir hazne haline geldiği süreci aşağıdaki pasajda özetlemiştir:

Bu tür dehşet verici durumları akılda tutmak için bir alanın geliştirilmesi, acı verici bir şekilde kademeli bir süreçle gerçekleşir; burada analistin kapasitesi - hem bu tür deneyimleri yaşama hem de akılda tutma - hasta tarafından tekrar tekrar kullanılır ve sonunda içe yansıtılır. (p. 1100)

İlk başta, henüz mağdurun tüm yaşadıklarını hayal etmeye hazır olmadığım, üçüncü bir boyut sağlamak için kendi düşüncemden veya kuramımdan yararlanamadığımdan, kendi öznelliğimi kullanamadığımdan veya hastaninkini hayal edemediğim için, sadece bir izleyici konumunda kalıyorum. Aslında kendimi önümde gelişen bir sahneyi pasif bir şekilde izleyen bir röntgenci gibi hissediyorum. Aklıma Bakhtin'in (1981) durağan ve kişisel deneyime kapalı olarak nitelendirdiği edebiyattaki epik biçime yönelik eleştirisi geliyor; oysa modern roman, katılıma davet eder ve "ebediyen yaşayan unsurlarla" ilişkilendirilir. Bakhtin'e göre destan kahramanı, tıpkı hayatta kalan kişi gibi, bir çalkantı döneminde yaratılmıştır. Kendi başına bir özne değildir; o ve hikâyesi birbirinden ayrılamaz. Hikâye "kutsaldır"; izleyici "saygıyla" dinler ama anlatının içine giremez. Epik kahramanın trajik ve değişmez kaderi, kendimi hissizlik ve anlam arasındaki diyalektiğe angaje olmaya ve bir kap haline gelmeye zorlarken verdiğim mücadeleyi özetliyor. Travma mağdurunun deneyimini kavramak zordur; Bakhtin'den (1981) bir kez daha alıntılacak olursak, "onu el yordamıyla yoklayamazsınız, ona dokunamazsınız, ona herhangi bir açıdan bakamazsınız; onu deneyimlemek, analiz etmek, parçalara ayırmak, özüne nüfuz etmek ... değiştirmek, yeniden düşünmek, yeniden değerlendirmek imkansızdır" (s. 20). Yine de, hastayla birlikte yeni bir anlam inşa etmek istiyorsak yapmamız gereken şey, deneyimi gözden geçirmek, el yordamıyla incelemek, içine nüfuz etmek ve yeniden değerlendirmek olmalıdır.

Röntgencilik gibi iki boyutlu bir rolden acı verici bir şekilde sıyrıldıkça, kendi dissosiyatif nöbetlerim azaldıkça, zihnimdeki dağınık beta unsurları alfa unsurlarına dönüştükçe, kendi öznelliğimi buluyorum ve hastamı bir özne olarak konumlandırmaya başlıyorum. Bir destanın amansız ve trajik sonucuna doğru ilerleyişini izlemenin felç edici deneyimi, yerini duyduklarımı yeniden formüle etmeye başlayan düşüncelere bırakıyor. Reverie (hastayla hayale dalmak) artık mümkün. Ve hastamız da bir röntgencilikten, kendi deneyiminin dilsiz bir gözlemcisi olmaktan, sadece gerçeklerin kaydedicisi olmaktan çıkıp, deneyimini her anlatışında yeniden yaşamak yerine onun üzerine düşünebileceği bir yere ilerler. Sorular sorulabilir. Bağlantılar kurulabilir. Yeni duygular ortaya çıkar. Yeni bir bakış açısı şekillenmeye başlar. Anlık deneyime refleksiyon eşlik etmeye başlar. Anlık deneyime refleksiyon eşlik etmeye başlar. Hasta ve ben iki boyutlu uzamdan, ikiliklerin paranoid şizoid evreninden, öznel arası uzamın aracılığı olmadan tek olasılığın bir failin bir diğerine ya da bir diğerine karşı tepki vermesi olduğu, sadece yapanın ve yapılanın (Benjamin, 1998), mağdurun ve failin, şimdi ya da hiçbir zamanın olduğu, harekete geçmenin travmatize edici sahneleri yeniden canlandırmak olduğu uzamdan çıkılabilir artık. Zihnimi yeniden bulduğumda, daha fazla zarar vereceğimden veya hastanın deneyimini bir şekilde önemsizleştireceğimden korkmadan sorgulamaya cesaret ediyorum. İşte bir

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

ara durum, hastanın ve benim onun deneyimi hakkında iş birliği içinde düşünmeye ve konuşmaya başlayabileceğimiz üçüncü bir konum.

Hasta yaşantısının kapsamını, büyüklüğünü ve derinliğini kavramak için sorumluluk almaya hazır olduğumda ve hasta beni sadece bir izleyici olarak değil, kendi akli olan bağımsız bir öznellik merkezine sahip biri olarak deneyimleyebildiğinde, tanık olarak benim katkım değerli olabilir. Şimdi kendi zihninin sorumluluğunu üstlenmelidir. Bion (aktaran Willoughby, 2001) bu sürecin sonucunu en özlü şekilde ifade etmiştir: "Kap-Kapsanan ilişkisinin ürünü anlamdır" (s. 917). Kapsama işlevi başarılı olduğunda, beta unsurları alfa işlevi tarafından başarılı bir şekilde düşünülebilir ve paylaşılabilir düşüncelere dönüştürüldüğünde, hasta bunları yeniden yansıtmaya, tabiri caizse kendisi için düşünmeye ve travma sırasında neler olduğunu daha iyi anlamaya hazırdır.

Özellikle istismar söz konusu olduğunda, analistin hastanın deneyimine tanıklık ettiğinden bahsetmek olağan hale gelmiştir. Bazıları içerme işlevinin kendisini tanıklık olarak görmektedir - örneğin, Poland (2000): "Tanıklık etmekle analistin, hastanın söylediklerini daha aktif bir şey yapmadan 'alma' faaliyetine atıfta bulunuyorum" (s.21). Ancak, hastanın da kendi deneyimine tanıklık etmesi mümkün olmadıkça, tanıklık etmek yeterli değildir. Brison (2002) vahşi bir tecavüzden 10 yıllık iyileşme sürecini anlatırken, tanıklık edebilecek bir şahit arayışından bahseder. Aslında kitabının tamamı, sonunda kendisi için tanıklık edebilecek bir şahide dönüşen kişinin kendisi olduğu gerçeğine bir tanıklıktır.

Bu makalenin başında analistin başlangıçtaki tutarsızlık durumunun, ağır ruhsal travma geçirmiş hastalarda iyileşme sürecinin gerekli bir koşulu olabileceğini söylemiştim. Sözü ettiğim, az önce tarif ettiğim mücadeleydi. Travma mağdurlarıyla yaptığımız bu çalışmaya travmatik tepkileri açıklayan aşırı belirlenmiş teoriler ve formüllerle yaklaştığımızda, hastanın deneyimini kendi içimize almaya ve zihnimizin ve benliğimizin geçici olarak çözülmesine izin vermeye karşı da silahlanmış oluruz. Travmaya zamanından önce anlam yüklemeye çalışmak mağdurun deneyimini değersizleştirir; anlam süreçten ortaya çıkmalıdır, dayatılamaz.

Beth, seri mektup rüyalarının sona ermesinden bir ay sonra başka bir kâbus daha gördü:

Bir kumsalda gün doğumu ya da gün batımı. Her iki tarafta da kayalar vardır ve burası bir koy gibidir. Kesinlikle güzel bir gün; okyanus pırıl pırıl, masmavi, gökyüzü berrak. Ellerim arkamda olacak şekilde infaz tarzında diz çökmüş durumdayım. Hâlâ hayattayım ama etrafımda ceset yığınları var; herkes öldürülmüş. Tek hissettiğim şey kalkıp kaçmam gerektiği. Tam bir panik içinde uyandım. Ama aynı zamanda muazzam bir rahatlama hissettim.

Bu seansta Beth, acil durum personeli eşliğinde apartmanından botla tahliye edildiği Kuzey Koyu'na yaptığı kısa yürüyüşü hatırladı.

Yol boyunca bir şeyler olduğunu biliyorum ama tam olarak ne gördüğümü hatırlamıyorum, çok fazla toz vardı, çerçevenmiş resimler olduğunu hatırlıyorum, sanırım bir ayakkabı ... ya da başka bir şey vardı. Bunlar sadece çöp değildi, orada daha önce yaşamlar olduğunu gösteren bir hatırlatmaydı.

Beth bu kâbusa kadar zihninin, kaçış yolunun bir taş atımı uzağında yanmış ve gömülmüş halde yatan binlerce cesedi hatırlatmaktan öteye gitmesine asla izin vermemişti. "Hayal bile edilemez ama şimdi bunu düşünmeye çalışıyorum" dedi. O da binlerce kişinin ölümüne ve kendi zihninin geçici çöküşüne artık bir şahit olmaya hazırdı. Bu deneyimin kendisi için taşıdığı bazı anlamları kabul etmeye başlamıştı.

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardımcı gözeterek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

Yukarıda Eliot'tan alıntı yapmıştım: "Deneyimi yaşadık ama anlamı kaçırdık." Bir sonraki satırda, bu büyük modernist şair yapısalcılığa dönerek düşüncelerini sürdürmüştür: "ve anlama yaklaşmak deneyimi ... farklı bir biçimde geri getirir." Hastalarımızla birlikte inşa ettiğimiz anlamlar gerçekten de birbirinden farklı ve sürekli gelişen biçimler almaktadır. Nihayetinde kelimeler, felaket deneyiminin yol açtığı tüm anlamları ve duyguları asla içerebilecektir; bir kısmı bilinmez ve bilinemez olarak kalacaktır. Ne var ki, kendi zihnimizi ve dolayısıyla öznelliğimizi geri kazanmadan, kendi reverie'miz için içsel bir alan açmadan önce travma mağdurunun kafa karışıklığını paylaşmaya istekli olmamız, travma mağdurunun kendi zihnini kendi refleksiyonunun nesnesi olarak almasına yardımcı olur. Bu şekilde, içsel alan ile dış dünya arasındaki çizgileri yeniden çizmeye, düşünceler ve kelimeler ile eylemler ve algılar arasında ayırım yapmaya başlayacaktır. Bu süreç boyunca analist ve hasta pasif gözetleyici konumundan aktif tanık konumuna geçerek, paradoksal bir şekilde bu durumun ne kadar kırılabilir olduğunu fark etseler bile eylemliliklerini geri kazanırlar.

Kaynakça:

- Bakhtin, M. (1981). *The dialogic imagination*. Austin: University of Texas Press.
- Benjamin, J. (1998). *Shadow of the other: Intersubjectivity and gender in psychoanalysis*. New York: Routledge.
- Bion, W. R. (1959). Attacks on linking. *International Journal of Psycho-Analysis*, 40, 308–315.
- Bion, W. R. (1967). *Second thoughts*. Northwood, NJ: Jason Aronson.
- Bion, W. R. (1982). *The long weekend, 1897–1917*. Abingdon, England: Fleetwood Press.
- Boulanger, G. (2002a). The cost of survival: Psychoanalysis and adult onset trauma. *Contemporary Psychoanalysis*, 38, 17–44.
- Boulanger, G. (2002b). Wounded by reality: The collapse of the self in adult onset trauma. *Contemporary Psychoanalysis*, 38, 45–76.
- Boulanger, G. (2003). The strength found in innocence: Resistance to working psychodynamically with trauma survivors. *Psychoanalysis and Psychotherapy*, 1, 119–136.
- Brison, S. (2002). *Aftermath: Violence and the remaking of a self*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Caper, R. (1998). A mind of one's own: A Kleinian view of self and object (Elizabeth Bott Spillius, Ed.). London: New Library of Psychoanalysis.
- Des Pres, T. (1976). *The survivor: An anatomy of life in the death camps*. New York: Oxford University Press.
- Eliot, T. S. (1997). *The four quartets*. New York: Harcourt Brace. (Original work published 1943)
- Felman, S., & Laub, D. (1992). *Testimony: Crises in witnessing in literature, psychoanalysis, and history*. New York: Routledge.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Other Press.
- Grand, S. (2000). *The reproduction of evil: A clinical and cultural perspective*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
- Josephs, L. (2003). The analysis of meaninglessness. *Psychoanalytic Psychology*, 20, 649–659.
- Laub, D., & Lee, S. (2003). Thanatos and massive psychic trauma: The impact of the death instinct on knowing, remembering, and forgetting. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 51/2, 433–463.

Bu makale, Uluslararası Psikanaliz Derneği (IPA) bünyesindeki "Kriz ve Acil durumlarda Psikanalitik Destek Komitesi" tarafından (PACE / Psychoanalytic Assistance in Crises & Emergencies Committee), İstanbul Psikanaliz Derneği'ne (IPD), "Kahramanmaraş Depremi"nin ardından dayanışma amacıyla gönderilmiş ve afetzedelere yardım götürerek, profesyonellerin acil kullanımı için, sınırlı meslektaş gruplarında okuma/yararlanma amacıyla çevrilmiştir.

Lifton, R. (1997, January). Remembering Terrence Des Pres. Paper presented at the Genocide and Memory conference, Colgate University.

Mitrani, J. (2002). "Taking the transference": Some technical implications in three papers by Bion. *International Journal of Psycho-Analysis*, 82, 1085–1104.

Ogden, T. (1986). *The matrix of the mind: Object relations and the psychoanalytic dialogue*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Ogden, T. (2003). On not being able to dream. *International Journal of Psycho-Analysis*, 84, 17–30.

Poland, W. (2000). Witnessing and otherness. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48, 17–34.

Prince, R. (1998). Historical trauma: Psychohistorical reflections of the Holocaust. In J. Kestenberg & C. Kahn (Eds.), *Children surviving persecution* (pp. 43–53). New York:

Praeger. Pye, E. (1995). Memory and imagination: Placing imagination in the therapy of individuals with incest memories. In J. Alpert (Ed.), *Sexual abuse recalled* (pp. 155–184).

Northvale, NJ: Jason Aronson. Tarantelli, C. B. (2003). Life within death. *International Journal of Psycho-Analysis*, 84, 915–928.

Van der Kolk, B. (2002). Posttraumatic therapy in the age of neuroscience. *Psychoanalytic Dialogues*, 12, 381–392.

Van der Kolk, B., McFarlane, A., & Weisaeth, L. (Eds.). (1996). *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. New York: Guilford Press.

Willoughby, R. (2001). "The dungeon of thyself": The clastrum as pathological container. *International Journal of Psycho-Analysis*, 82, 917–931.