

## 'Öteki'nin 'Ben' Üzerine Düşen Gölgesi: Yabancılaşma

### [The Shadow of the 'Other' on the 'I': Alienation]

Ahmet ÇORAK 

Marmara University

Received: 04.05.2022 / Accepted: 29.06.2022

DOI: 10.51404/metazihin.1112425

Research Article

**Abstract:** In this study, intrapsychic manifestations of alienation are focused on. The alienation itself has been discussed, not the alienating conditions. The phenomenon of alienation has been examined through the concepts of "connection", the "elements" that make up the connection, the "relationship" between these elements and the "disconnection" in these relationships, and as a consequence, through the emerging "separation" and "distance", a form of "unrelatedness". It is aimed to reach a psychic formulation of "individual alienation" through the examination to be made in terms of its relationship with the ego/self.

The potentiality of understanding alienation through the dynamic relationship between more than one self has been found worth investigating, since the real self is dysfunctional to varying degrees in alienation situations and false descriptions of self contain parallels with explanations of the alienation phenomena. Multiple identifications and imitation, which are "as if" substituted for "unrelatedness", are seen as the source of compliance. The source of the symptoms of alienation such as the "sense of non-living", "powerlessness", "meaninglessness", is the deanimation of the real self.

The term self-alienation actually expresses directly that there is a division between the selves. The ability of selves to stand apart from each other (dissociation) has an important explanatory power in cases of alienation but is seen as limited mostly to psychopathology. Activation of "parts of self belonging to the other" (or other selves) that has emerged through multiple identifications, imitation or the impositions of the environment, leads to the emergence of "ego-alien" perception-emotion-thinking-action patterns belonging to the other, that are staged in subjectivity stolen from the "I"; this is characterized as alienation.

**Author Info:** Ahmet Çorak

Marmara University, Faculty of Dentistry, Department of physiology, 34854 Maltepe-İstanbul, TURKEY.

E-mail: [ahmetcorak@yahoo.com](mailto:ahmetcorak@yahoo.com)

**To Cite This Paper:** Çorak A. (2022). "'Öteki'nin 'Ben' Üzerine Düşen Gölgesi: Yabancılaşma." *MetaZihin*, 5(1): 1-40.

In this study, the methods of Object Relations Theory were used from time to time in order to provide an approach to the subject of alienation through the relationship with the self. As a result, it has been seen that the synthesis of the Object Relations approach and social alienation theories would have an important potential of explanation.

**Keywords:** alienation, anomie, false self, object relations, unrelatedness.

**Öz:** Bu çalışmada, yabancılaşmanın intrapsişik yansımaları üzerine eğilinmiş, odak noktası olarak yabancılaştırıcı şartlar değil yabancılaşmanın kendisi ele alınmıştır. Yabancılaşma olgusu; “bağlantı”, bağlantıyı oluşturan “öğeler”, bu öğeler arasındaki “ilişki” ve bu ilişkilerdeki “kopma” ve sonuçta ortaya çıkan “ayrılma” (*separation*) ve “mesafe”, yani “ilişkisizlik” kavramları üzerinden incelenmiştir. Benlik/kendilik ile ilişkisi açısından yapılacak olan inceleme ile “bireysel yabancılaşma”nın psikik bir formülasyonuna ulaşmak amaçlanmaktadır.

Yabancılaşma durumlarında gerçek kendiliğin farklı derecelerde işlevsiz kalması ve sahte kendilik betimlemelerinin yabancılaşma olgusunu açıklayıcı paralellikler içermesi nedeniyle, birden fazla kendiliğin dinamik ilişkisi üzerinden yabancılaşmanın anlaşılmasının imkânı, araştırılmaya değer bulunmuştur. İlişkisizliğin yerine “mış gibi” ikame edilen çoklu özdeşimler ve taklit, uyumlanmanın (*compliance*) kaynağı, gerçek kendiliğin deanimasyonu ise yaşamama hissi, güçsüzlük, anlamsızlık gibi yabancılaşma belirtilerinin kaynağı olarak görülmektedir.

Kişinin kendisine yabancılaşması, kendilikler arası bir bölünme olduğunu doğrudan ifade etmektedir. Kendiliklerin birbirinden ayrı durma imkânı (disosiyasyon) ise, yabancılaşma olgularında önemli bir açıklayıcı güce sahiptir ancak genellikle psikopatoloji ile sınırlı tutulmaktadır. Çoklu özdeşimlerle, taklit veya çevrenin dayatmalarıyla ortaya çıkan “ötekine ait olan kendilik parçaları”nın etkinleşmesi, “ben”den çalınan ve öznellikte sahnelenen ötekine ait (*ego-alien*) duyu-duygu-düşünüş-eylem örüntülerinin belirmesine yol açar ve yabancılaşma olarak nitelenir.

Bu çalışmada, kendilik tasarımı ile ilişkilendirerek konuya yaklaşım sağlamak amacıyla, zaman zaman Nesne İlişkileri Kuramı’nın yöntemlerine başvurulmuştur. Sonuç olarak Nesne İlişkileri yaklaşımı ile sosyal yabancılaşma kuramlarının sentezinin önemli imkânlar barındırdığı görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** yabancılaşma, anomi, sahte kendilik, nesne ilişkileri, ilişkisizlik.

## 1. Giriş: Yabancılaşma: Kopma ve İlişkisizlik

Yabancılaşma, en geniş anlamıyla bir kişinin bir başka kişiye, bir yabancıya veya bir nesneye dönüşmesidir (Ludz, 1976: 4).<sup>2</sup> Buna sebep olan sosyal şartlar bir dönem sosyoloji literatürüne hâkim olmuştu. Ancak bu tanımın işlevsellikten uzak ve çok geniş bir tanım olduğunu eklemek gerekir. Kavramın tarihçesine göz atmak ve tanımı giderek daraltmak, konuyu işlenebilir hale getirecektir.

<sup>2</sup> Bu nedenle yabancılaşmayı konu alan pek çok Türkçe kaynağın etimoloji bölümlerinde, yabancılaşmanın Yunancası olan *allotriosis* yerine başkalaşım anlamındaki *alloiosis* kelimesine hatalı olarak başvurulmaktadır.

Yabancılaşma Marx, Weber ve Durkheim gibi en önde gelen sosyologların klasik eserlerinin ana teması olacak kadar merkezi kavramlardan birisidir (Seeman, 1959: 783). Edebiyat alanında da, Melville, Joyce, Woolf, Dostoyevski, Stevenson, Kafka, Beckett, T. S. Eliot, Hawthorne gibi önemli yazarlar ve hepsinden önce Shakespeare ve Homeros'un eserlerinde yabancılaşmış kahramanlar tasvir edilmiştir (Bloom, 2009: xv).

Uzun bir tarihçesi olan yabancılaşma kavramı, terim olarak felsefe sözlüklerine 1960'lı yıllarda girmeye başladı (Kaufmann, 1970: xv). Bugünlerde ihmal edilen bir felsefi kavram olsa da (Jaeggi, 2014: xix), 1970'li yıllarda Batı'da günlük konuşma diline kadar girmiştir (Ludz, 1976: 3). O yıllarda terim, anlamı çok genişletilerek sınırlarının çok ötesinde kullanılmaktaydı. Öyle ki Erich Fromm gibi yazarlar bir şeyin, olması gerektiğini düşündükleri gibi olmamasına bile yabancılaşma (*alienation*) adını vermekteydiler (Schacht, 1970: 116). Fromm bu konuda oldukça kötümserdir. Ona göre Dünya ve içindeki her şey, Dünyanın kendisi de dahil olmak üzere, insana yabancıdır ve bu yabancılaşma sadece işçi sınıfını değil, artık herkesi sarmıştır (s. 117).

Bu çalışmada yabancılaşma, bağlantının/ilişkinin zayıflaması/ortadan kalkması (*disconnection*) anlamında, yani bireysel bakış açısından ele alınacaktır. Bu anlam, onun farklı perspektiflerde ele alınıp işlenmesini sağlayacaktır. Yabancılaşmanın bu "ilişkisizlik" anlamı pek çok yazar tarafından ele alınmıştır. Örneğin Jaeggi (2014: 25) yabancılaşmayı en temelde bir "ilişkisizlik ilişkisi" olarak tanımlamıştır. İki değişken arasındaki ilişkisizliğin (*lack of relationship*) ölçüsüne "yabancılaşma katsayısı" (*coefficient of alienation*) adı verilir (VandenBos, 2015: 200).<sup>3</sup> Eski sözlüklerde *alienate*, duyguların çekilmesi anlamına da gelmektedir (bkz. Grimshaw, 1821; Douglas, 1872: 20; Johnson, 1836: 13. Öyleyse yabancılaşma, bizi "ilişkide" tutan duygusal "bağlantı"nın kopmasını içerir. *Alien*, İngilizce "fiil" olarak 19. yüzyılda "yüz çevirmek" (duygusal açıdan) anlamında kullanılmaktaydı (Murray, 1888: 219). Duygularımızla beraber yüz çevirdiğimiz şey, artık bizim değil bir başkasının olmuştur. Latince *alienare* fiili "başkasının kılmak" anlamını taşır (aynı yer).<sup>4</sup> Bu fiil, bu

<sup>3</sup> k ile gösterilen bu nümerik indeks iki değişken arasındaki açıklanamayan varyansı ifade eder (VandenBos, 2015: 200). Yani iki değişken arasındaki ilinti (bağlılık) arttıkça, yabancılaşma katsayısı azalır (Vogt ve Johnson, 2015: 67).

<sup>4</sup> L. *Alius*, diğer, öteki (Y. *allos*) anlamına gelir. Örneğin, bir Cermen kavim ismi olan 'Ala-mann', "yabancı erkekler" anlamındadır (Klein, 1966: 46). *Alienus*, *Alius*'un sıfatı olup, ötekine ait/dair anlamlarına gelerek, dolaylı yoldan, "garip" ve "yabancı" anlamlarını da içerir (Murray, 1888: 218).

*Alienation*, "*alius*"tan (öteki) değil, "*alienus*"tan (ötekine ait) türediği için yabancılaşmayı ifade etmesi daha doğrudan gerçekleşmektedir. *Alius*'tan türeyen *aliation* veya *alius*'un Yunancası olan *allos*'tan türeyen *alloiosis*'in edindiği ilk anlam "değişim"dir (Murray, 1888: 218 ve Preus, 2015: 44). Bu değişim niteliksel olduğu için Türkçede *başkalaşım* olarak karşılamak gerekir. Aynı anlamda Yunanca *heteroiosis* de kullanılmaktadır (Preus, 2015: 44). Türkçe kaynaklarda sıklıkla, yabancılaşmayı ifade eden *alienation* kelimesinin Yunanca *alloiosis*'ten geldiği ifade edilmektedir, oysa yabancılaşma kavramını *alloiosis* değil, *alotriosis* karşılar (Preus, 2015: 43). *Alloiosis*'in ifade ettiği değişim, Plotin felsefesinde değişim, dönüşüm,

anlamıyla hukukta mülk için kullanılır; o mülk artık başkasının olmuş, onunla ilişkili bağlar kesilmiştir. Böylece o nesne ile ilgili “bağlarına ve duygularına son vermek” yani ondan uzaklaşmak, ona karşı soğumak anlamını da kapsamış olur.

Yabancılaşma *disiunctio* (İng. *disjunction* veya *separation*) ve *aversatio* ile de karşılanmaktadır (Ludz, 1976: 5). *Disiunctio* bağlantının ortadan kalkması, yani ayrılma anlamına gelir. Önceden bu bağlantı mevcuttur. *Iunctio* (İng. *junction*); bir araya gelme, birleşme anlamına gelirken *dis-* ise anlamı tersine çevirir, yani önceden var olan bir bağlantı kopmuştur. “Kopuk” (*unattached*), yabancılaşmış bireyleri ifade eden alternatif kelimelerden birisidir (Seeman, 1959: 783). Bağlantı koptuktan sonra, kopmuş olana yönelik bir hasret söz konusu değildir; *aversatio*’yu “soğuma” olarak çevirebiliriz. Bu soğukluk (isteksizlik), bağlantının kopmuş olduğunun göstergesidir. Öyleyse kopma ve ayrılma, yabancılaşmanın temel unsurlarıdır. Bu yaklaşım Leopold’un yabancılaşma tanımına (2018) uygun düşer: “Normalde birbirine ait olan bir kendilik ve öteki arasındaki problemlerli bir ayrılma”. Öyleyse incelemek için, “kopan ögeler” ve “kopan ilişki” olmak üzere, ele almamız gereken en az 3 elemana sahibiz demektir. Burada kopmanın (disosiyasyon) merkezi önemini vurgulamak gerekir.<sup>5</sup>

Almanca’da yabancılaşma için kullanılan *entfremdung* ve *entäußerung*’un göz önüne getirdiği imge, normalde birbirlerine “bağlı” veya birbirlerine “ait” şeylerin “ayrılma” sıdır (Jaeggi, 2014: 25).

---

başkalaşım anlamında önemli bir kavramdır. Kişinin başkalaşımı (nitelik değişimi), ilk haline nazaran bir yabancılaşma olacağından, yani dolaylı olarak yabancılaşma kavramı ile de ilişkili olduğundan, söz konusu hata yapılagelmektedir.

Almanca’da *fremd*, ötekine ait/dair (*alien*) anlamındadır. *Entfremden*, başkasının/ötekinin kılmak (*to make alien*; L. *alienare*) anlamına gelir. İsim hali olan *entfremdung*, Almanca’da yabancılaşma (*alienation*) anlamında kullanılır. Onun da tıpkı diğeri gibi, “mülk transferi” (İngilizceden farklı olarak illegal transfer, çalma) ve “zihinsel hastalık” anlamları mevcuttur (Schacht, 1970: 5-6). *Entfremdung* (yabancılaşma) terimi, günümüzdeki anlamıyla ilk defa Hegel tarafından kullanılmıştır. Hegel’den önce, Fichte bir başka terim olan “*entäußerung*”u, bugünkü yabancılaşma kavramına yakın bir anlamda kullanmıştı. Bu kelime Almanca’da “teslim olma” ve “yoksun bırakma” (“elinden alma”) gibi anlamlara gelmektedir. Fichte, bu terimi, öznenin yoksun kalmış nesne anlamında kullanmıştır (Schacht, 1970: 13). Fichte, Hegel üzerinde oldukça etkili olmuş bir düşündürdür.

Hegel’e yabancılaşma alanında özellikle sosyal özgürlük kavramı için ilham verenler arasında Rousseau’yu da saymak gerekir (Jaeggi, 2014: 8). Rousseau Fransızca *aliener* fiilini, vermek/satmak (transfer) anlamıyla, bir kişinin kendi üzerindeki egemen otoritesini başka birisine devretmesini ifade etmek için kullanmıştır (Schacht, 1970: 10)

<sup>5</sup> Kopma (*detachment*) ve bölmelenme (*compartmentalization*) iki farklı çözülme (disosiyasyon) mekanizması olarak tartışılmaktadır, bkz. Brown, 2006: 7.

Psikanalitik olarak da yabancılaşma, duygusal bağlantılarla ilgilidir. Aile veya toplumun değerlerini de içerir. Kişi bu ilişkilere ve değerlere karşı uzaklaşma-soğuma (*estrangement*) içindedir (Akhtar, 2009: 10).

Dünya ve içindekilerle aramızdaki bağların kesilmesi her zaman olumsuz olarak değerlendirilmemiştir, tersine bu bağları kesmeye varan bir yabancılaşma bazı okullarda temel amaç haline gelmiştir. Örneğin Cizvitlerde, ruhun duyulardan yabancılaşması ve bağımsızlaşması amaçlanır (White, 1624: 450, akt. Murray, 1901: 199). Dünyanın çeşitli yerlerindeki farklı mistik grupların bu tür disosiyatif fenomenler sergiledikleri bilinir. Vecd (ekstaz) ile yabancılaşma haline erişmek amaç olarak belirlenir.

İngilizce *alienate* fiili, Almanca karşılıkları olan *Entfremdung* ve *Enttäusserung* gibi geçişlidir; yani bir nesne alır; *bir şeyi* "başkasının kılmak", "ötekinin yapmak". Fakat isim hali (hem *alienation* hem *Entfremdung* için) bir eylem/etkinlik çağrışımı içermez, insanî bir oluşu anlatır: *Bir şeyden* "yabancılaşmış olma hali" (Kaufmann, 1970: xxii). Fiil halinde, insan bir şeyi yabancı kılar, isim halinde, yabancı olan kendisidir. Bir kişi bir başka kişiye, bir yabancıya veya bir nesneye dönüşmüş durumdadır (Ludz, 1976: 4). Bu durum bazen yanlış anlaşılmalara sebep olabilmektedir.

*Entfremdung* kelimesinin "mülk transferi" (başkasının kılmak) anlamına eklenen "çalmak" anlamını da düşünecek olursak, bireyin kendi eliyle ürettiği çevre içinde bir yabancı haline gelmesi, onun elinden bir şeylerin ç alınması ile mümkün olmuştur. Kelimenin anlamı, tarihsel serüveni içinde, giderek "insan ilişkileri" yönünde evrilmiştir. Bu nedenle, bireyin yoksun bırakıldığı şeyler artık mülk değil, "insan ilişkileri" alanına aittir (Bruce ve Yearley, 2006: 8); ilişkiler, bağlar, değerler ve anlam gibi. Bunların zihindeki temsilcilerinin kopması, yani kendilik tasarımı ile aralarında ortaya çıkan bir disosiyasyon<sup>6</sup>, yabancılaşma dediğimiz olguya yol açar.

Birey, kendinden kaynaklanan sebeplerle mi çevresine ve ilişkilerine yabancılaşır (psikolojik yabancılaşma yaklaşımı) yoksa toplum mu, onun iradesinden bağımsız bir biçimde, onun uyumlanamayacağı bir hale (sosyolojik yabancılaşma yaklaşımı) gelmiştir? Yabancılaşma her iki şekilde de yani hem toplumsal ve objektif bir seviyede hem de bireysel ve subjektif bir seviyede gerçekleşebilir. Ancak toplumsal planda ortaya çıkan yabancılaşmanın, bireysel ve dolayısıyla subjektif tezahürleri ortaya

<sup>6</sup> Disosiyasyon, bağlama göre çözümlenebilir, kopma veya ayrılma olarak Türkçeye çevrilebilir. Zihindeki temsilcilerin veya zihinsel süreçlerin kopmasına disosiyasyon adı verilir. Aralarındaki bağ çözülmüştür. Bu yazıda bahsi geçen "duyulara yabancılaşma" bir çeşit disosiyasyondur. Klinikte ise en çok bellek disosiyasyonlarına rastlanır. Birbirinden ayrı duran psikolojik veya biyolojik sistemlerin durumuna da disosiyasyon adı verilir. Bkz. Campbell, 2009: 289.

çıkacaktır. Bu ikisi, pratikte çok sık olarak birbiri ile iç içe geçerler (Ludz, 1976: 31). "...[S]ubjektif bir zihin durumu olarak ve/veya toplumun objektif bir durumu olarak yabancılaşmayı birbirinden ayırmak" bu nedenle literatürde sık tartışılan bir konu olmuştur (Geyer ve Schweitzer, 1976: xv, Ludz, 1976: 5-6). Çünkü yabancılaşma olgusu, toplum ve birey arasındaki ara yüzde ortaya çıkar (Teymoori ve Jetten, 2016: 1). Çalışmalarda bu iki yaklaşım (psiko/sosyal) giderek daha fazla iç içe girmektedir. Sosyal objektif yabancılaşma olgularında, bireysel olarak algılanan subjektif yabancılaşma hissine artık daha fazla yer verilmektedir. Öznelleşme yönünde ilerleyen zamanın ruhu yabancılaşma çalışmalarını giderek daha fazla psikoloji düzeyine kaydırmıştır. Örneğin Marksist yabancılaşma yaklaşımları, genellikle uzlaşmaz bir katılımda objektif şartların belirleyiciliğini öne sürmelerine ve duygu, tavır ve zihin durumlarına pek yer vermemelerine rağmen, bu yaklaşımlar da zamanla, bireysel olarak algılanan ve hissedilen subjektif elementleri giderek artan oranda dikkate almaya başlamışlardır (Schweitzer, 1981).

Yabancılaşma (*alienation*) terimi zaman içinde kazandığı farklı anlamlar üzerinden felsefe, ekonomi, sosyoloji, siyaset bilimi, edebiyat, psikoloji ve psikiyatride ele alınmış ve bu disiplinlerde insanın doğadan, tarihten, toplumdaki ve kendisinden yabancılaşması konu edilmiştir. Bu geniş anlam yelpazesinin, basitleştirme uğruna, bu alanlardan sadece birine indirgenme çabalarına sık rastlanılır. Özellikle psikolojizme indirgeme eğilimi yaygındır. Bu çalışmada ise, dış faktörleri yok sayarak yabancılaşmayı psikolojiye indirgeme değil, her ne çeşit olursa olsun yabancılaşmanın intrapsişik yansımaları üzerine eğilinecektir. Yani "her yabancılaşma, öz-yabancılaşmanın bir sonucudur" varsayımı yerine daha geniş kapsamlı olan "her yabancılaşma, sebep veya sonuç olarak öz-yabancılaşmayı içerir" varsayımı üzerinden hareket edilecektir. Yabancılaşmada "objektif koşullar" kendisini "subjektif tezahürler" şeklinde ortaya koyar. Çalışmanın odak noktası olarak yabancılaştırıcı şartlar değil, yabancılaşmanın kendisi ele alınacaktır.

Bu çalışmada yabancılaşma olgusu, 'bağlantı', bağlantıyı oluşturan "öğeler", bu öğeler arasındaki "ilişki" ve bu ilişkilerdeki "kopma" ve sonuçta ortaya çıkan "ayrılma" (*separation*) ve "mesafe" kavramları üzerinden incelenecek ve konunun kendilik/benlik kavramı üzerinden tartışılmasının olanakları araştırılacaktır. Bu amaçla, kendilik tasarımını merkeze alan disiplinler incelenerek, yabancılaşma alanında bu bakış açısını destekleyen yazarlara yer verilecektir. Kendilik tasarımı üzerinden konuya yaklaşım sağlamak amacıyla, zaman zaman Nesne İlişkileri yaklaşımının yöntemlerine başvurulacaktır.

## 2. Zıt Kavram: *Oikeiosis*

Kişinin, içeriden dışarıya doğru yani kendisine, yakın çevreye (aile veya iş çevresi) ve topluma (içinde bulunduğu kültüre ait sosyal kurumlara) yabancılaşması olmak üzere, üç katmanda yabancılaşmayı ele almak mümkündür.<sup>7</sup> Her üç türdeki yabancılaşma, ergenlikteki "ikinci bireyleşme" sürecinde, belli bir süre ve bir dereceye kadar normal kabul edilir (Akhtar, 2009: 10). Yakın çevreye yabancılaşma, çok daha geniş kapsamlı olan "insan türüne" yabancılaşmanın bir alt-kümesi olabilir.

İnsanın yakın çevresi (aile veya iş çevresi), içinde bulunduğu kültüre ait sosyal kurumlar, hatta bütün bir insan türü, onu "evinde" ve "sıcak" hissettirir. Dolayısıyla yabancılaşma bir "evsizlik" (*homelessness*) hali olarak değerlendirilebilir.<sup>8</sup> Yabancılaşmayı günlük dilde karşılayan bir diğer kelimenin, "soğumak" fiili olduğu ifade edilmişti. Yabancılaşmanın tersi ise sıcak duygularla birlikte bağlantıyı sürdürmektir. *Oikos*<sup>9</sup> Yunanca "ev" anlamına gelir ve "hane halkı" (yani aile) için de kullanılır. *Oikeion* hane halkından birisi veya evle ilgili herhangi bir şeydir (Preus, 2015: 272) (L. "alienus"un zıddı), yani "ona ait olan"dır (s. 58, 86). Buradan türeyen *oikeiôsis* "ait olma"yı, "sahiplenme"yi (*appropriation*), "edinme"yi ifade eder. Örneğin arkadaş edinme için de kullanılır (s. 272), yani bağları sürdürmeyi ifade eder (L. "alienatio"nun zıddı). Bu anlamıyla *oikeiôsis* yabancılaşmanın zıddı olarak kullanılmaktadır (s. 43). Yabancılaşma nasıl kopma, uzaklaşma (mesafe), soğuma ile ilgili ise, *oikeiôsis* de tam

<sup>7</sup> Diğer bir seçenek olarak, insanlara, nesnelere, sosyal kurumlara ve kendisine yabancılaşma olmak üzere sınıflandırmak da mümkündür. bkz. Jaeggi, 2014: 3

<sup>8</sup> Heidegger'e göre de (2001: 252) yabancılaşma, kökenini modern insanın evsizliğinden alır. Yabancılaşmayı yenebilmesi için evini bulması gerekir.

Heidegger'in önemli terimlerinden birisi "*unheimlich*"tir. *Heim* ev anlamına gelse de, *unheimlich* tekinsiz anlamında kullanılır. Freud bu terimi, daha önce aşına (*familiar*) olanın, artık öyle gelmemesi anlamında kullanıyordu. Heidegger de ev ile evsizlik arasında bir sınır anlamında kullanmıştır. Dolayısıyla *unheimlich* evsiz (*homeless*) demek değildir, ama "ev gibi" de değildir (*unhomely*), bkz. McCarthy, 2018. Evde olup, evde hissetmemek (yabancılaşma) anlamına gelir. Çünkü tekinsiz bir durumla karşılaştığımızda kendimizi güvende (evde) hissetmeyiz, bildiğimiz şeyler işe yaramaz, kabullerimiz çöker, dünyaya yabancılaşırız. Bu tür durumlarda, konumuz açısından önemli olan "disosiyasyon" yaygın olarak görülür.

<sup>9</sup> *Oikos* ev anlamına gelir, *oikeion* ise onun sıfatıdır. Bir kişi akrabalık bağı ile bir aileye "ait" ise *oikeion* olarak adlandırılır. Örneğin *proton oikeion* bir kişinin sahip olduğu en öncelikli şeydir; yuvası, evladı vs. Bu aidiyet, özen gösterilen, umursanan bir yakınlığı içerir (Klein, 2016: 149). Ait olanın (*oikeion*) durumuna yani bu biçimde algılanması ve bilinmesine *oikeiosis* adı verilir. İngilizce *appropriation* ve *orientation* yakın bir anlama sahip olsa da, hiçbir İngilizce kelime *oikeiosis*'i çevirmek için yeterli değildir (Klein, 2016: 150). *Affinity* (Preus, 2015: 33) ve *affiliation* (Inwood ve Donini, 1999: 677) kelimeleri de bu anlama yaklaşabilmektedir. Pembroke (1971: 115) *endearment*'ı önermiştir.

*Oikeion*'un zıddı *alotriion* (Latince *alienum*), *oikeiosis*'in zıddı ise *alotriosis*'tir (*alienation*, *estrangement*) (Preus, 2015: 43).

Y. *oiko-* öneki, Klasik Latince'de *oeco-* ve Ortaçağ Latinesinde *eco-* öneğine dönüşerek günümüzdeki *ekonomi*, *ekoloji* ve *ekümen* gibi kelimeleri oluşturmuştur. Ev kavramı, yaşanan yer, içinde bulunulan çevre, habitat anlamlarına genişlemiştir (Partridge, 2006: 891). Bu anlam genişlemesi, mecaz yoluyla evrene kadar yayılabilir. Bu *oikeiosis* anlayışı Stoa düşüncesinin temelini oluşturur, bkz. Engberg-Pedersen, 1990.

tersine bağlı olma, ait olma, yakın olma, yani evde olma ile ilgilidir. Stoacılara göre *oikeiosis*, ait olduğumuzu hissettiğimiz aile, arkadaşlar, toplum ve en nihayet evrene karşı hissedilen olumlu doğal hisler ile ilişkilidir (s. 272).<sup>10</sup> Bu açıdan *oikeiosis* duygulanımsal bir eğilimdir (*affective disposition*) (Richter, 2011: 74). Yabancılaşma (*alotriosis*), bu sıcak hislerin ortadan kalkması, dolayısıyla bu aidiyet bağının kopmasıdır.

Bu aidiyet, umursanan ve özen gösterilen bir yakınlığı (*affinity*) içerir. Örneğin yumurtadan çıkan civciv, anne tavuk için bir *oikeion*'dur (Klein, 2016: 150). Hane halkından olup, gözetilir ve umursanır. Anne, baba bizim için doğal olarak *oikeion*dur (Richter, 2011: 76). Aileden (*family*) olmak ile aşına (*familiar*) olmak yakından ilişkilidir. *Oikeion* aileden (*family*) ve aşına (*familiar*) anlamlarına gelir (Preus, 2015: 163, 272). Dolayısıyla bu aşinalık, "bir yerden tanıyıyor olma"nın ötesinde, aileden olan kişilere beslenen tanıdıklık hissini bir benzeridir. Bu tanıdıklık, "sıcaklık" ve "yakınlık" içerir. Pembroke (1971: 115), *oikeion* karşılığı olarak sevilen (*dear*) kelimesini önerir. Yabancılaşma bu sıcak aşinalık hissini ortadan kalkmasıdır.

Bizi ilişkide tutan, sıcaklık ve yakınlık içeren bu duygusal bağlar koptuğunda, o nesne ile aramızdaki "mesafe" artar; temasımız azalır veya tamamen kesilir (ayrılma).<sup>11</sup> Bizi evdeki gibi sıcak hissettirmez. Bu soğuma (*estrangement*), eğer güçlü aidiyet hissettiğimiz alanlarda ise, o alanda bir "kimlik kaybı"ndan söz edilir. Kişi kültürüne, ülkesine, içinde yaşadığı topluma çeşitli sebeplerle yabancılaşabilir (sosyal-objektif yabancılaşma)<sup>12</sup>. Kendisi ile arasındaki 'mesafe' arttığında ise, yani kendisi ile teması azaldığında, bu kez "kendisine aidiyet"ine dair bir değişimden bahsedilir (psikolojik-subjektif yabancılaşma).

Cicero Yunanca *oikeiosis*'i "kendine bağlanma" olarak çevirmiştir (*ipsum sibi conciliari*) (Engberg-Pedersen, 1990: 68), yani bir kişinin kendisi ile bağlarının devam etmesi ("öz-yabancılaşma"nın zıddı). İnsanın, kendisinin *oikeion*'u olması, kendisini sevmesi veya

<sup>10</sup> Yunan felsefe geleneği, dünyaya yönelik *oikeiosis* önerir, yani çevremiz, bütün insanlık ve nihayet bütün evren evimizdir. Hristiyan dünya görüşü ise tam tersine dünyaya (ekümen) karşı bir yabancılaşma önermektedir, çünkü mümin, Dünyanın değil, göklerin krallığının bir vatandaşıdır (Samellas, 2010: 111). Modern dünyadaki çevre felaketlerinin temelinde, içinde yaşanan dünyaya yönelik bu çözülmenin (disosiyasyonun) olduğu çoklukla ifade edilir (bkz. Conradie, 2006).

<sup>11</sup> O nesnenin zihindeki temsili ile kendilik temsili (veya kısaca kendilik) arasındaki ilişkinin araştırılması, yabancılaşma araştırmaları için güçlü bir model sunabilir.

<sup>12</sup> Bu yabancılaşmaya verilebilecek en canlı örneklerden biri, Batı'da "*Beat Generation*" adı verilen kuşaktır. Toplumlarına yabancılaşmış bu bireyler herhangi bir topluluk tarafından kuşatılmamak için sık sık "gezgin" bir yaşantı tarzını tercih ederler. Çalışmamak, narkotik kullanmak ve cinsel serbesti gibi özellikleri sayesinde toplum ile uzlaşmaları imkansız hale gelmiştir. Giyim kuşakları ile de bu durumun mesajını vermek isterler. Uzak Doğu dinlerinin inançlarını uygulama eğilimleri ile, yaşadıkları topluma karşı koydukları sınır daha da netleşir. Bkz. Elkholy, 2012.



kendisinin bilincinde olması anlamına gelir (aynı yer). Dolayısıyla "öz-yabancılaşma"nın (*self-alienation*), "öz-bilinç" in (*self-consciousness*) zıddı olduğunu söylemek mümkündür. Bireyin kendisine yabancılaşması, yani kendisine temasının azalarak, kendisinden uzaklaşmaya başlaması, öz-bilincin de zayıflamaya başlaması anlamına gelir. İnsan kendisinin evidir, kendisinde iken evinde hisseder. Psikanalitik okullardan Masterson Yaklaşımı, kişilik bozukluklarının temelinin, bireyin kendisinden uzaklaşması ve başkasında ikamet etmek istemesi olduğunu vurgular. Kendisinden uzaklaşan birey, bunun yerine kendisi olduğuna inandığı sahte bir kendilik inşa eder. Bu sahte kendilik yaşantısı, onun gerçekten kim olduğunu (gerçek kendilik) sezmesine engel olur (bkz. Masterson, 1995, 2000).

*Oikeiosis* bizi sahiplenici (*appropriative*) bir ilişkinin içinde tutar (Richter, 2011: 78). Yabancılaşma (*allotriosis*) ise tersine, bu ilişkiler ağından bizi koparır ve bizi yoksun kılar. Sebebi ister objektif (sosyal) olsun, ister subjektif (psikolojik), bu kopma zihinde gerçekleşir. Kopma, zihnimizdeki temsiller arasında veya temsillerle kendilik arasında gerçekleşir.

### 3. Anomi

Toplumsal ölçekteki "norm kaybı", bireysel ölçekte "anlam kaybı"na sebep olur. Yabancılaşma yerine 'anomi' (*anomie*)<sup>13</sup> terimi de kullanılmaktadır. Anomi, toplumda normların yani normalin çöküşü (*normative breakdown*) anlamına gelir. Normali kalmayan insan yolunu kaybeder. Doğrular artık güven vermez. Kişinin içini ısıtmaz. Daha da önemlisi, bu sıcaklık ve güveni, çocuğuna aktaramayacağı için en büyük zarar bir sonraki kuşak üzerinde olur. Yani anomiyi, doğrudan ve şiddetli bir biçimde bireyi etkiler. Bu yüzden, toplumsal ve bireysel yabancılaşma olgularını birbirinden yalıtılmak mümkün değildir. Toplumsal değişim (geçiş) dönemlerinde normlar sarsılır. Durkheim'a göre (Deflem, 2015: 719) ani geçiş dönemlerinde toplumun sınırlandırmaları insan davranışları üzerinde etkili olmaz.<sup>14</sup> Toplumsal ve bireysel

<sup>13</sup> Eski Yunanca'da "nomos" konvansiyon yani örf, töre (insan yasası) anlamına gelmekte olup (bkz. Preus, 2015: 267) "namus" kelimesinin de kaynağıdır (bkz. Ermiş, 2013: 89-91). Doğa yasasının (*fizis*) karşısında "insan yasası", norm anlamında kullanılır (Preus, 2015: 4, 304). A +nomos: normsuzluk anlamındadır. Burada yasa, insan davranışlarına yön vermesi, zorlayıcı ve kısıtlayıcı olması ile söz konusu edilmiştir.

<sup>14</sup> Toplumsal organizasyon olarak "cemaatten cemiyete", yaşam tarzı olarak "klasikden moderne", yerleşim olarak "köyden kente" ve üretim aracı olarak endüstrileşmeye geçiş hızının "kültür şoku" kadar olmasa da ona yakın bir hızda gerçekleştiği ülkemizde, psikolojik rahatsızlıkların artmasının, dahası, sorunların giderek artan ölçüde kişilik problemleri şeklinde karşımıza çıkmasının, yarım yüzyıldır hızlanan ve kitleselleşen bu toplumsal dönüşümün yol açtığı çalkantı, şüphe ve belirsizlik ile bağlantısı kurulabilir. Batı'da yüzyıllara yayılan şehirleşme eksenli toplumsal dönüşümün, göreceli olarak çok daha kısa bir süre içine sıkıştırılmasının sancılı anomik bir sürece yol açması beklenen bir durumdur.

Bu dönüşüm süresinin çok daha kısa olması durumunda, "kültür şoku" (bkz. VandenBos, 2015: 275) adı verilen olgu tanımlanmaktadır. Ülkemizde bu konuların akademik olarak yeterince ele alınamaması da

olanın iç içe girdiği anomi araştırmaları bu sebeple çoklu disiplinlerin ilgi alanındadır; psikoloji, sosyoloji, kriminoloji, siyaset gibi (Marwah, 2008: 46).

Anomi teriminin sosyoloji öncesinde M.Ö. 5. yüzyıla kadar uzanan bir geçmişi varsa da, sosyolojide ilk defa Durkheim (ö. 1917) tarafından, Fransız ahlak kuramcısı Guyau'dan (ö. 1888) alınarak (Deflem, 2015: 718,719), bireyde huzursuzluk ve yabancılaşma doğuran toplumsal bir durumu anlatmak üzere terim olarak kullanılmıştır (Akhtar, 2009: 23). '*Anomia*' eski Yunancada 'kanunsuzluk hali' anlamına gelir (Preus, 2015: 51). Bu terim, toplumsal normların yani temel kabullerin ve değerlerin zayıflaması (şüpheli hale gelmesi) veya çökmesi sonucunda, bireylerin yabancılaşması ve huzursuz hale gelmesini ifade etmektedir. Bu bireylerde ümitsizlik, yönelim kaybı (dezoryantasyon), inancını yitirme, amaçsızlık hissi ve sosyal yalıtım ortaya çıkmaktadır (Colman, 2015: 40).

Anomi, sosyolojik kökenine rağmen, büyük toplumsal çalkantılar içinde yaşayan bireylerin psikolojik durumunu ifade etmesi açısından oldukça kullanışlı bir terimdir (Akhtar, 2009: 23). Nihayetinde yabancılaşma kendisini, bireyin subjektif durumu şeklinde ortaya koymaktadır. Marx ve Engels'in yabancılaşma kavramlarında bile, kendi faaliyeti sebebiyle kendisinden yabancılaşan yine bireyin kendisidir (*self-alienation*) (Petrovic, 1967: 78-79).

Anomide toplum, bireye yönelik psikolojik koruma görevini yerine getirememektedir (*malfunction*). Toplum içinde olağandışı bir mücadele, topluluk (*community*) hissini ortadan kalkması, geleneksel otoritenin ortadan kalkması, hiyerarşik yapının bozulması gibi toplumsal faktörler, bireylerde yabancılaşma duygusunun ortaya çıkmasına sebep olurlar (Lachs, 1976: 155). Endüstrileşmenin travmatik etkisi de yabancılaşmada hesaba katılması gereken önemli bir etkidir (Sayers, 2011: 3).

"Anomi" teriminin Yunanadaki kaynağı olan *anomia*, "sosyojenik anomi" terimine zıt olarak, bugün "psikojenik yabancılaşma" anlamında kullanılmaktadır (Srole, 1956: 711). Srole (s. 712) anomiyi, bireyde ortaya çıkan bir sosyal entegrasyon bozukluğu (*social malintegration*) olarak tanımlamaktadır. Burada problem, bireyden hareketle tanımlanmaktadır, ancak toplumun yapısı bunu tetiklemekte veya ağırlaştırabilmektedir.

---

anominin birey üzerindeki sersemletici etkilerinden biri olarak yorumlanabilir. Normların sarsıldığı yerlerde bireyler inançlarına pamuk ipliği ile bağlı oldukları için, "inanç nesnesi"ni, "bilgi nesnesi" olarak karşılıklarına almaya cesaret edemezler; karşısına (*ob-*) aldığı (*-ject*) zaman, onu tekrar kendi epistemolojilerinin alt (*sub-*) tabakasına geri alamayacaklarına (*-ject*) dair bir endişeyi duyumsuyor oldukları düşünülebilir.

Genellikle aralarında bir fark gözetilmeyen *alienation* ve *anomia*, subjektif sahaya ait olan ampirik kavramlardır. İkisinde de yabancılaşmadaki bireysel tezahürler ölçülür ve incelenir. Fakat bunları yapanlar sosyal bilimcilerdir. (Ludz, 1976: 6).

#### 4. Sahte Kendilik ve Yabancılaşma

Seeman, temel referans niteliğindeki makalesinde (1959), bireylerde “yabancılaşmanın beş alternatif anlamı”nı tanımlamıştır; güçsüzlük, anlamsızlık, normsuzluk, izolasyon ve kendine yabancılaşma (*self-estrangement*). Seeman bu psikolojik değişkenleri 1972’de tekrar gözden geçirerek sayısını 6’ya çıkarmıştır (1972: 469); güçsüzlük, anlamsızlık, normsuzluk, sosyal izolasyon, kendine yabancılaşma ve kültürel yabancılaşma (*cultural estrangement*). Bazı yazarlar yabancılaşmayı kendini gerçekleştirmenin (*self-realization*) zıddı olarak tanımlarken, kimileri de kendiliğindenliğin (*spontanite*) kaybı, bön uyum (*mindless conformity*), sahicilik (*authenticity*) eksikliği, insandıışlaştırma (dehumanizasyon) olarak tanımladılar (Kaufmann, 1970: L). Tüm bu tanımlamalar, bireydeki benlik/kendiliğin farklı derecelerde işlevsiz kaldığını göstermektedir. Bireyde ortaya çıkan eylemler otantik benlik/kendiliğe<sup>15</sup> göre değil, başka bir sahte yönergeye göre işlev görmektedirler. Bir başka yapı (veya sistem, akış, bölge vs), özgün kendilik yerine geçerek, taklide dayanan, uyumlanıcı bu yönerge sunmaktadır. Buna “sahte kendilik”, otantik (sahici) olmayan (*inauthentic*) kendilik gibi isimler verilmiştir.<sup>16</sup> Winnicott’a göre (1975: 225), sahte kendilik uyumlanma (*compliance*)<sup>17</sup> zorunluluğundan doğar. Uyumlanma ve kendiliğindenlik (*spontanite*) bir arada olmayacağından, sahte kendiliğin psikososyal işlevleri içsel bir kendiliğindenlikten kaynaklanmaz, uyumlanıcı süreçlerin bir sonucudur (Akhtar, 2009: 105). Yani eylemlerimiz içsel süreçlerimiz sonucunda içsel kaynaklarımızdan doğmaz, dışarıdan gelen işaretlere göre ortaya çıkarlar. Sosyojenik yabancılaşma olgularında uyumlanmak zorunda kalınan şey olumsuz toplumsal şartlar ile ilgilidir. Örneğin son 10-15 yıllık bir gelişme olan sosyal medya baskısının, sahte kendiliklerin gelişmesi

<sup>15</sup> Benlik (*ego*) ve kendilik (*self*) farklı yazarlar tarafından, farklı anlamlarda veya birbirinin yerine kullanılmaktadır. Bu yazı çerçevesinde bu iki kavram arasında büyük bir fark gözetilmemekle birlikte, benlik veya ego daha çok irade alanında, kendilik (*self*) ise daha çok temsil alanında kullanılacaktır. Alıntı yapılan yazarın tercihi ise değiştirilmeyecektir.

<sup>16</sup> “Sahte kendilik” terimi, Nesne İlişkileri kuramcılarının Winnicott’a ait olarak bilinir. Ancak Winnicott temel referans niteliğindeki makalesinde (1965: 140), sahte kendilik ifadesinin giderek artan oranda kullanılmaya başlandığını, bu kavramın aslında yeni olmadığını, değişik kılıklarda psikiyatri, teoloji ve felsefe sistemlerinde bulunduğunu söyler. Ancak bu kavram psikolojide, 1960’lı yıllarda Winnicott ve Mesud Khan tarafından geliştirilmiştir (Hopkins, 2008: 107). Winnicott dışında pek çok yazar kendi yaklaşımlarına uygun “sahte kendilik” kavramı geliştirmiştir.

<sup>17</sup> Uyum göstermeden (*adaptation*) farklı olarak uyumlanma (*compliance*), patolojik gelişimsel bir faktör olarak değerlendirilir. İlkinde, uyum gösteren asli yapısını korurken, ikincisinde korumaz, o şekli alır. Böylece özgünlüğünü ve sahiciliğini, yani “birey” oluşunu yitirir.

üzerinde büyük etkisi vardır (bkz. Gil-Or vd, 2015). Heteronomik sosyal şartlar da yabancılaşma olgularında artışa sebep olurlar.<sup>18</sup>

Psikojenik yabancılaşmayı doğuran olgularda ise, çocuk çok küçük yaşlardan itibaren (psikanalitik yaklaşımda ilk 3 yaşta) başkasını (patolojik anneyi) hoşnut etmek için nasıl düşünmesi, hissetmesi, davranması gerektiğini öğrenir. Winnicott'a göre (1965: 145) annenin, çocuğunun jest ve hareketlerini iyi değerlendiremeyerek ihtiyaçlarını hissedememesi buna sebep olur.

Patolojik anne, kendi ihtiyaç ve beklentilerinin şiddetinden, çocuğun ihtiyaç ve beklentilerini iyi değerlendiremez.<sup>19</sup> Annesinin ihtiyaç, beklenti ve uyarıları doğrultusunda (bkz. Daehnert, 1998), çocuk kendi iradesini kullanmamayı öğrenir ve bunu alışkanlık edinir, çünkü anne, ilgi ve sevgisini ancak bu durumlarda vermektedir. Patolojik anne, sevgisini karşılıksız olarak vermez (koşullu sevgi). Böylece kendi isteklerini ve beklentilerini askıya alan çocuk, kendisinin olanı görmezden gelerek, kendisinin olmayı kendisininmiş gibi davranmaya başlar. Çünkü Stern'e göre çocuk, anne ile bağlantısının kesilmesine tahammül edemez (1985). Masterson'a göre, annesinin kendisini geri çekmesi, ilgi ve sevgisini esirgemesi, çocuk için damarlardan kanın çekilmesi, bir parçasını kaybetmesi veya oksijensiz kalması gibidir (Masterson, 1977: 111). Mecburen kendi taleplerini geri çeken ve annenin talepleri ile senkron olmak zorunda kalan çocuk, onları içselleştirmeye, benimsemeye başlar. Yıllar içinde, kendisine ait olmayan tüm yaşantısal malzemeden zihinde ortaya çıkan duygusal-düşünsel örüntü, farklı bir kendilik ("güya kendilik" veya "miş gibi kendilik") halinde organize olur ve çocuğun kişiliğinin bir parçası haline gelir (sahte kendilik).<sup>20</sup> Fakat gerçek hislerini ve bu hislerle dünyaya bakarak oluşturduğu düşüncelerini ayrı bir

<sup>18</sup> Kişinin özerkliğini (otonomi) önemli ölçüde engelleyen, uyum göstermesine fırsat tanımayan otoritelerin yönetme biçimine heteronomi adı verilir.

<sup>19</sup> Bunun en iyi bilinen örneği, narsisist annenin, çocuğunu bir ayna olarak kullanması, çocuğun anneyi önemsemesini ve ona hayran olmasını sağlamak üzere davranışlarda bulunması ve çocuğun tüm bunları kabul edip kendisini buna "inandırması", annenin yansıttığı ego idealine (zeki, başarılı, büyük, etkili vs) dönüşmeyi kabul etmesidir (bkz. Kohut, 1971). Çocuk koşullu sevgiye razı olmuş ve gerçek kendiliğini kabul ettirme iddiasından vaz geçmiştir. Çocuk başarılı olduğu zaman annenin gözleri parlar, diğer hallerde öfkeyle ve hatta tiksinerken çocuğuna bakar. Çocuk, gözleri parlayan anneyi geri getirmek için, yani onun istediklerini yapmak için sürekli çabalamak ve kendi istek, düşünce ve duygularına kulak tıkamak zorundadır. Böylece çocuğun asıl (gerçek) kendiliği yıkıcı bir biçimde eleştirilmiş, sahte kendiliği ise annenin dikkati, ilgisi, hatta hayranlığı, ışıltılı bakışı ve asıl, koşullu sevgisi ile ödüllendirilmiştir. Bu ödül-ceza yöntemi çocuk üzerinde uzun yıllar ve hatta 7/24 uygulanmıştır. Masterson "koşullu sevgi" ve "sahte kendilik" gelişimini sadece narsisistik patolojiye değil tüm kişilik bozukluklarına genelleyen bir yaklaşım önermiştir (Masterson Yaklaşımı). "Tüm kendilik bozuklukları [kişilik bozuklukları] için, ilişkide kalma şartları [conditions of relatedness], bozulmuş, işlevi bozuk sahte bir kendiliğin savunma amaçlı olarak yerine geçmesi için gerçek kendiliğin gelişiminden vazgeçmeyi gerektirir" (Masterson, 1995: 9).

<sup>20</sup> Erich Fromm bu senaryonun toplumsal versiyonunu tasvir eder, bkz. Fromm, 1965: 229.

kendilik halinde saklı tutar (gerçek kendilik).<sup>21</sup> Sürekli etkin olan (kendisini duyumsatan) sahte kendiliğin gölgesi altındaki gerçek kendilik genellikle duyumsanmaz ve deneyim alanına geçememesi sebebiyle gerekli bağlantılarını ve duygu düzenlemelerini yapamadığı için gelişemez. Bu nedenle gerçek kendiliğin her etkinleşmesi kötü duyguları beraberinde getireceği için, bu bir kısır döngü oluşturur. (bkz. Masterson, 1995, 2000). Uç vakalarda ise gerçek kendilik sadece potansiyel halde bulunur (Winnicott, 1965: 9). Yani hiç aktüalize olamamış, salt bir imkân (potansiyel) halinde kalmış, "kuvveden fiile" geçememiştir.

Laing'e göre de "[...] sahte kendilik, ötekinin niyet ve beklentilerine uyumlanmak suretiyle ortaya çıkar" (Laing, 1990: 98). Bu kişilerin zihinleri otomatik olarak (bilinçli bir süreç olması gerekmeden) karşısındakinin niyetini ve kendisinden ne beklediğini hesaplar ve ona göre konumlanır. Zamanla kendisinin gerçekte nerede durduğunu kaybeder. Kendi içinde evsiz kalan kişi, başkalarında ikamet etmek zorunda kalır. Bu da kısır döngü oluşturur.

Winnicott ise, çevresel müdahaleler nedeniyle, bireyin, gerçek kendiliğini koruma altına aldığı düşünmektedir (1975: 291). Böylece uyumlanmaya (*compliance*) sebep olacak çevresel müdahalelerin, gerçek kendiliği dejenere etmesi (koloni haline getirmesi) önlenmiş olur. Toplumsal yapı uyum göstermeye (adaptasyon) uygun değilse, kişi özünden (gerçek kendilik) feragat etmeden, kendisini değiştirmeden, "muş gibi" bir kendiliğin (sahte kendilik) toplumsal yapıya uyumlanmasıyla (*compliance*) hayatta kalmayı başarır. Yani ortaya sahte bir kendilik sürülerek, müdahalelere sadece onun maruz kalması sağlanmış olur. Ne var ki kişi bu sahte kendilikle kendisini özdeşleştirir, yani kendisini o zanneder. Bu sahte kendilik, yabancılaşmanın kaynağıdır.

Bu iki kendiliğin birbirinden ayrı tutulması, bir çözülme (disosiyasyon<sup>22</sup>) sürecine ihtiyaç gösterir. Çözülme ile kendilik parçaları birbirlerini etkilemeden birbirinden

<sup>21</sup> Sahte kendiliğin karşısında "gerçek kendilik" terimi daha yaygın olarak kullanıldığından, "true self" terimi de "gerçek kendilik" olarak çevrilmiştir.

<sup>22</sup> Disosiyasyon, asosiyasyonun (asosiyasyon için pek çok Türkçe karşılık içinden "birlik", "birliktelik" seçilebilir) tersidir. Latince dis- ayrı, *sociare* ise bir araya gelmek anlamına gelir; sosyal, sosyete (society) kelimelerinin kökeninde bulunur. Asosiyasyon ise, bir araya gelmek, dolayısıyla birlik, dernek, çağrışım gibi anlamlara gelir. Disosiyasyon ilk olarak 15. Yüzyılda, arkadaşlıktan ayrılma, kopma anlamında kullanıldı ve 19. Yüzyılın ortalarına kadar bu anlam devam etti. 19. Yüzyılda kimyacılar tarafından bir bileşiği oluşturan parçaların birbirinden ayrılması (dekompoze olması) yani çözülme anlamında kullanılmaya başlandı. Daha sonra psikolojide, birlikte devam eden zihinsel süreçlerin birbirinden ayrılması anlamında kullanılmaya başlandı (Moskowitz, Heinimaa ve Hart, 2019: 18). Türkçe karşılık olarak çözülme kullanılıyorsa da, pek çok olguda kopma (detachment) kelimesi çeviriye daha uygun olmaktadır. Çünkü bu durumlarda bir öge, bir gruptan ayrılmaktadır.

kopuk bir biçimde kalabilirler. Gerçek kendilik ve sahte kendilik de özgül bir disosiyasyon ile ayrı tutulur (Winnicott, 1965: 9; Khan, 1975: xvi). Çözülme, entegrasyon probleminden kaynaklanır<sup>23</sup> (Winnicott, 1975: 151). Çözülme sebebiyle, sadece sahte kendilik değil, kişiliğin herhangi bir tarafı bedenini yönetimini ele geçirebilir (s. 297). Böyle durumlarda her zamankinden farklı duyuş-düşünüş-davranışların ortaya çıkması, yabancılaşmanın deneyimlenmesine sebep olacaktır.

Deneyim eksikliği gerçek kendilikte bir güçsüzlük oluşturur (Winnicott, 1975: 297), çünkü “[t]ipik olgularda, hapsedilmiş gerçek kendilik işlev göremez ve [hapiste] korunduğu için deneyim yaşama fırsatı sınırlıdır” (Winnicott, 2018: 43). Gerçek kendiliğin zayıflığı, onun etkinleşmesini daha da zorlaştırır, çünkü bireyler bu güçsüzlüğe tahammül etmek yerine sahte kendiliği kullanmaya devam ederler. Bireyler, bir psikoterapi süreci olmaksızın güçsüz bir kendilikle yaşamaya çalışılan bir hayatta karşılaşılabilecek zorluklarla nasıl baş edebileceğini bilemezler. Daha da önemlisi neyle niçin baş etmek zorunda olduklarının farkında değildirler. Sahte kendiliği tercih ederek “kolaya kaçmak” ve durumu “idare etmek” bir yaşam biçimine dönüşür. Bu nedenle hayatlarında etkin olan (direksiyonda olan) sahte kendiliktir. Ne var ki sahte kendilik sadece bir vekildir ve pek çok şeyi aslında yapıyormuş gibi görünür. En önemlisi de yaşıyormuş gibi görünmesidir. Hayatın “idareten” yaşanmasının bedeli yıllar geçtikçe giderek büyür. Winnicott’ın diliyle (2018: 43) özetleyecek olursak, “[h]ayat uyumlanıcı sahte kendilikle yaşanır ve klinik olarak sonuç, bir gerçek olmama hissidir [sense of unreality]”.

Helen Deutsch’un “-miş gibi kişilik”<sup>24</sup> (*as if personality*) tasarımı, benzer bir “boş” kişiliği tarif eder. Bu hastaların bir kısmı bir sorun olduğunun farkındadırlar. “Hiçbir şey gerçek değilmiş gibi geliyor” diye yakınırlar veya insanları teatral olmakla suçlayabilirler (Deutsch, 1942: 301). İnsanları teatral olmakla suçlamak, onlara empati

---

Fiil olarak İngilizce *dissociate* fiili psikiyatride, bir zihinsel etkinlikten, bir bileşenin veya bir parçanın kopması (*split off*) ve o bileşenin artık zihinde bağımsız hareket etmesi anlamına gelir (Campbell, 2009: 289).

Disosiyasyon teorisi 19. Yüzyılda Pierre Janet tarafından ortaya kondu ve 1907’de histerinin izahında kullanıldı (Colman, 2015: 214).

<sup>23</sup> Bebek doğduğu andan itibaren zihnindeki parçalar disosiyasyon (birbirinde ayrı) haldedir. Jung (2014: 3145) bu parçalı durumu “adalar denizi”ne (*archipelago*), Glover ise (2017) gevşek demetlere (*clusters*) benzetir. Hayatın henüz başında iken bu zihinsel parçaların bütünleşme (entegrasyon) süreci başlar (Winnicott; 1975 s.149). Bunlar, bebekteki dağınık deneyimlerin temsilcileri olduğundan gevşek organize durumdadırlar (*loosely arranged clusters*). Yani deneyimlerin zihindeki temsilcileri arasındaki bağlantılar bebekte henüz oldukça zayıf haldedir, bütünlüklü bir yapı henüz ortada yoktur (bkz. Çorak, 2017). Bütünleşme sürecinde ortaya çıkan sorunlar, ileride disosiyatif sorunlara yol açarlar (bkz. Khan, 1975: xiv-xv).

<sup>24</sup> Deutsch’un bu konuda temel referans niteliğindeki ünlü makalesi 1942’de yayınlanmakla birlikte, bu çalışma Freud’un sağlığında 1934’te yayınlanan bir makalesi ve 1938’de verdiği bir dersinin birleşimidir. Bkz. Deutsch, 1942: 301.

yapamamak, duygularını anlayamamak demektir. Bu durum, bizi insanlara bağlayan, böylece onları anlamamızı sağlayan bağların koptuğunu veya sorunlu olduğunu gösterir.

Mış gibi kişiliklerde, “kendine yabancılaşma” (depersonalizasyon) ve boşluk duyguları vardır. Fakat bu depersonalizasyon, klasik psikiyatrik sendromda olduğu gibi hasta tarafından fark edilebilir değildir (Deutsch, 1942: 302). Klasik psikiyatrik depersonalizasyonda kişi, bedeninden çıktığı, bedeninin ona ait olmadığı gibi olağandışı bir duygu içindedir, bunun farkındadır. Kendisine belli bir mesafeden bakan, rüya gibi bir hal tarif edilebilir. Kendi duyu, duygu, düşünce ve eylemlerine, dışarıdan bakan bir gözlemci gibidir. Duygusal veya fiziksel bir uyuşukluk tarif edebilir (bkz. APA, 2013: 302). Oysa mış gibi kişiliklerde, kendisiyle, bedeniyle, duygularıyla olan bu kopukluk, ancak psikoterapi ile, danışan tarafından fark edilebilir. Psikiyatrik depersonalizasyonun belli belirsiz, güç algılanan, incelikli, latif (süptil) bir formudur. Psikiyatrik form akut ve gros iken, mış gibi kişiliklerde izlenen form fark edilmeyecek kadar incelikli, yaygın ve süreklidir.

Mış gibi kişiliklerin hayatla olan ilişkisi sahici (*genuine*) değildir (Deutsch, 1942: 302). Biraz yakınlaştığında, meslekten olmayanlar bile bir süre sonra bir “tuhaflik” sezerler (s. 301). Duygusal ilişkilerinde sıcaklık yoktur (s. 303).

“Dışarıdan bakıldığında normal görünürler. Bir bozukluk düşündürmezler, davranışlarında bir anormallik yoktur, entelektüel yetileri zarar görmemiştir, duygu ifadeleri düzenli ve duruma uygundur. Bütün bunlara rağmen, kişi ile arkadaşları [çevresi] arasında dokunulamayan, dile dökülemeyen bir şey girmiştir” (Deutsch, 1942: 301).

Araya giren, yabancı bir nesneden çok, ilişkisizliktir. Deutsch’un bu ifadesi aslında, bu kişinin çevresindeki insanlarla ilişkisinin temelinden “kopuk” olduğunu söylemektedir. “[...] bireyin dışarıdaki dünya ile ve kendi egosu ile duygusal ilişkisi fakirleşmiş veya ortadan kalkmıştır” (Deutsch, 1942: 301). Yani kendisine ve dünyaya yabancılaşmıştır.

Deutsch’un resmettiği bu tablo Winnicott’ın tarif ettiği, sahte kendilik üzerinden dünya ile temasta bulunan, yani dünyaya yabancılaşmış bir kişininine benzemektedir. Deutsch’a göre (1942: 315) bu tablo, “çoklu özdeşim” ve taklitlerle ortaya çıkar. Çoklu özdeşim ve taklitler, başkasının ihtiyaç, beklenti ve uyarılarını öne çıkaran bireylerde görülür ve sahte kendilik inşasında kullanılır. Toplumun, kendisine uyum göstermeyi imkânsız kılacak biçimde yapılanmasına karşı bireyler, uyum gösterme (adaptasyon) yerine, çoklu özdeşim ve taklitlerle uyumlanarak (*compliance*) kendilerini savunmak

zorunda kalırlar. Topluma bu şekilde uyumlanan kendilik, sahici (otantik) değil, “mış gibi” bir kendiliktir.

“İki farklı kendilik” düşüncesi (gerçek ve sahte), birinin diğerinin “vekil”i olarak işlev gördüğü şekilde formüle edilmektedir (Jaeggi, 2014: 47). Yani bireyin, eylem esnasında, kendi otantik duygu ve düşüncelerinin kaynağı olan “gerçek kendiliğe” uygun olarak davranışta bulunması gerekirken, otantik olmayan bir kendiliğin, gerçek kendiliğe vekaleten etkinlikte bulunması söz konusudur. Bu durumda, vekil bir kendiliğin etkinleşmesini “bireysel yabancılaşma”nın psişik formülasyonu olarak kabul edebiliriz. Bu psişik olgu yabancılaşmanın kaynağı olabileceği gibi (psikojenik yabancılaşma), sosyal şartlardan kaynaklanan objektif yabancılaşmanın (sosyojenik yabancılaşma) bireysel yansıması da olabilir. Çünkü Srole’ün de belirttiği gibi (1956: 711) bireyin topluma entegrasyonunu bozan (*malintegrative*) sosyal süreçler, kişinin kendisinden ve ötekilerden yabancılaşmasını ortaya çıkaran psikopatolojik süreçleri harekete geçirirler.

Winnicott (1975: 292), sahte kendilik yaşantılarının bir “beyhudelik” hissine sebep olacağını söylemektedir. Çünkü sahte kendilik yabancılaşma olgularında olduğu gibi, gerçek hissetmez, hayatı gerçekten deneyimleyemez (s. 297). Transpersonal yaklaşımdan Washburn (2003: 207, 208) “yabancılaşma”yı, kendilik temsiline “deanimasyon”u yani, canlı ve sahici kendiliğin kaybı olarak tarif etmektedir. Sahte kendilik için artık “yabancılaşmış kendilik” (*alienated self*) terimi kullanılabilir (Jaeggi, 2014: 236). Böylece yabancılaşmanın “kendilik çiftleşmesi modeli” ortaya çıkmış olur. Winnicott (1965: 143) bu tabloya, kendiliğin “çift(leşme) anormalliği” adını vermektedir.

Sahte kendiliğin hayatı gerçekten deneyimlememesini anlamak için dondurmaya üzerindeki jelatini ile yalayıp, aslında dondurma yediğini tam olarak hissetmek yerine, taklit olarak “dondurma yediğini düşünmek” şeklinde bir metafor kullanabiliriz. Bu kadar keskin olmasa da pek çok danışan, hayata bir biçimde temas edemediklerini ifade etmektedirler. Deneyim ile kişinin arasında görünmez, şeffaf bir engel varmışçasına hayat devam eder. Deutsch’ un da yukarıda kullandığı bu benzetme, oldukça işlek bir metafor olsa da yabancılaşma sorununu bu çalışmada, aradaki bağın kopması veya gelişmemesi şeklinde ele alıyoruz. “Araya giren” yapı, kuramsal olarak son derece sorunlu olup, büyük güçlükler çıkaracaktır. Deneyim ile arasına ancak mesafenin girdiğini söyleyebiliriz.<sup>25</sup>

<sup>25</sup> Kişi, elbette dünyaya cevap vermek, duruma uygun edimde bulunmak için, kullanışlı bulduğu örüntüleri, yönergeleri “taklit olarak” araya koyma girişiminde bulunacaktır. Bunlar “hazır kalıp deneyimler”i ithal etme çabalarıdır.



Deneyim ile arasına mesafe giren kişi, “sanki yaşamadığı” hissi bir yana, deneyimlerinden de yararlanamayacaktır. Kendi deneyimlerine tanık olmasından dolayı, elbette öğrenme, haberi olma, bilgi edinme gibi bilişsel kazançları olsa da duygulanım (*affect*) alanında bir kazanca sahip olmak için bedene yerleşmek ve duyu, duygu, düşünce veya eylemleri tam olarak hissetmek ve benimsemek (aralarında mesafe olmamak) gerekir.<sup>26</sup> Böyle bir kişi, kendi hayatını salt teorik olarak yaşayan birisi gibi düşünülebilir. Yakınlaştığında ondaki “mekaniklik” dikkati çeker. Kaba cinsellik ve öfke nöbetleri, ona hayatı öğreten, sosyal durumlar arasında ince ayar yapmasını sağlayan duygular olmaktan uzak olup, içgüdüsel dışa vurumlardır. Bu kişiler zamanla, hayattaki gayelerinin akim kaldığı ve nafile yaşadıkları, anlamsız, yararsız, sonuçsuz, abes, boş bir ömür sürdürdükleri duygularına kapılacaklardır. Yabancılaşmada sosyal yapıların benimsenememesine bu ruh hali mi sebep olmaktadır (subjektif yabancılaşma görüşü), yoksa muhatap olunan sosyal düzen, yapısı gereği (objektif yabancılaşma görüşü), kişide böyle bir ruh halini mi oluşturmaktadır? Bunlardan birini tercih etmek yerine, daha geniş açıdan kuşatıcı düşünerek, iki seçeneği de ayrı ayrı değerlendirmek daha makul gözükmektedir.

Jung (2014: 2278), sahte kendiliğin, kendi düşünce sistemindeki “persona”ya karşılık geldiğini düşünmektedir. Persona bireyin, kendisine ve dış dünyaya “nasıl görüldüğü”dür, gerçekte “ne olduğu” değildir. Ancak persona, Jung’a göre sağlıklı kişilerde de olması gereken bir “sosyal kendilik” gibidir. Sahte kendilikteki patoloji vurgusunu taşımaz. Persona rijid hale gelip donarsa, sahte kendiliğe daha yakın patolojik bir anlam kazanır.<sup>27</sup>

Kendiliğin yüzeysel ve derin veya gerçek ve sahte olmak üzere “çiftleşmesi”<sup>28</sup> (Jaeggi, 2014: 72) veya diğer kendilik çiftleşme modelleri, yabancılaşma olgusunu kendilik kavramı üzerinden tartışabilme imkânı sağlamaktadır. Çünkü, kişinin kendisine yabancılaşması, ruhen bölünmüş olmak demektir; birbirine yabancı olan en az iki

<sup>26</sup> Nörobiyolojik olarak, bir yaşantının zihinde iz bırakması için afektif (duygulanımsal) bir içeriğe sahip olması gerekir. “Duygu, alelade olayların bile canlı bellek kayıtlarını oluşturma yetimizi artırır” (Hu vd., 2007).

<sup>27</sup> Jung’un “persona”sı, William James’in “sosyal kendilik” adını verdiği yapılara daha çok benzer. Ancak James’in sosyal kendilikleri çok sayıdadır ve yaşantı ile şekillenirler (James, 1908[1890]: 294).

<sup>28</sup> Derin-yüzeysel, idealize-yaralı, sahici (*authentic*)-yalancı (*fake*) gibi farklı ikili kendilikler şeklinde pek çok “çiftleşme” modeli bulunmaktadır. Bu modellerde kişi kendisini, birbirinden çok farklı şekillerde hisseder (*sense of self*). Bu iki zıt kendilik birleştirilebilir veya uzlaştırılabilir değildir. Öyle olsaydı, zaten zihnin en temel eğilimi olan bütünleştirme (entegrasyon) ile, bu iki farklı kendilik daha üst bir düzeyde entegre olur ve aralarında bir süreklilik olurdu. Halbuki bu iki kendiliğin veya “kendilik durumu”nun (*self state*), birbirinden çok farklı duyuş (sensori)-düşünüş (kognitif)-hissediş (afektif)-davranış (motor) örüntüleri vardır. Bu “çiftleşme” modellerinin dışında, bu çalışmanın hacmini çok açacak “çoklu” kendilik modelleri de bulunmaktadır. Bu yazıda yalnızca kısaca bahseddiğimiz bu çoklu modeller, yabancılaşma araştırmaları için büyük bir açıklayıcı imkan (potansiyel) barındırır.

parçaya bölünmek anlamına gelir (Petrovic, 1967: 79). Bunlardan birisi bireyi sahici olarak temsil ederken, diğer(ler)i, yabancılaşmanın deneyimlenmesine sebep olurlar, çünkü sahici olanı gölgelemekte veya onun yerine geçmektedirler.

Vekil bir kendilik gerçekte bizi temsil etmez. Bizi temsil eden gerçek kendiliktir. Bu nedenle bizi -miş gibi temsil eden vekil (sahte) kendiliğin dışı vurumu, gerçek duygularımızdan, gerçek inançlarımızdan ve bize uygun eylemlerden farklıdır, bize yabancıdır. Eylem sahte kendilikten kaynaklandığında, eylem ile kendisi arasında bir mesafe olduğu, kişi tarafından hissedilir.<sup>29</sup> Lachs (1976) buna “psişik mesafe” adını vermektedir.

### 5. Psişik Mesafe

“Psişik mesafe”, yabancılaşma olgusunu anlamamıza yardımcı olacak önemli kavramlardan birisidir. Lachs’a göre (1976: 154) psişik mesafe “doğrudan deneyim”in olmayışıdır. Eylemlerimiz bize ait değilmişçesine, biz ve eylemlerimiz arasında mesafe oluşur. Eğer eylemlerimizi doğrudan kendimizinmiş gibi hissedemiyorsak isteksizlik ortaya çıkar. Açıkça bize ait olan eylemleri benimseyemez hale geliriz.<sup>30</sup> Oysa “insanın kendi kumandası altında olması” (Honneth, 2014: xv) yabancılaşmamış kendilik (*unalienated selfhood*) açısından merkezi bir öneme sahiptir. Çünkü özgür irade gerçek (yabancılaşmamış) kendiliktir. Sahte kendilikte güdümlü bir “sözde” irade bulunur.

Özgür olmayan ve sürüklenen irade, isteksizlik, benimsenemeyen eylemler nedeniyle “hayatının hakimi gibi hissedememek”, “çok dağıtmak ve bir türlü toparlayamamak”, “hayatı gelişine göre (edilgen) yaşamak”, “bir türlü istediklerini yapamamak”, “hep ertelemek”, “zamanında hazır olamamak”, “hep son dakikaya bırakmak”, “günlük rutinine bile yetişememek” ve giderek “dünyanın üzerine üzerine gelmesi” gibi, inisiyatifi elinden alınmış olmanın ifadesi olan sözler, çağımızda giderek daha fazla duyulmaktadır.<sup>31</sup> Bu durum kendinden memnun olmamaya, hatta kendine düşmanlık

<sup>29</sup> Kişilik bozukluklarında bu genellikle hissedilmez. Kişi hem otantik duygularını hem de bu farklılığı hissetmemek için “eyleme vurma” adı verilen davranışlarda bulunur. Bu nedenle psikoterapötik müdahalelerin ilk hedefi bu davranışlardır. Yüzleştirmeler sayesinde, bu davranışlar durdurularak, bu mesafenin hissedilmesi ve zaman içinde bireyin kendisine (gerçek duygularına, gerçek amaçlarına vs) temasının sağlanması amaçlanır.

<sup>30</sup> Bu durumda örneğin, iyi niyetli insanların büyük ölçüde istemeden yaptıkları zalimliklere şahit oluruz. Yaptıkları kötülük, onların kendilerince iyi insan olmalarına bir biçimde engel olmamaktadır. Çünkü eylem ile kendileri arasındaki mesafe, eylemden doğan sorumluluk duygusunu yeterince hissedememelerine sebep olur (Lachs, 1976: 154).

<sup>31</sup> 19. Yüzyılın histerik hastalarının sayısı, 20. Yüzyıl’da, giderek azalmaya başlamıştır (Tasca vd., 2012). Onların yerini giderek artan bir oranda, bu tür ifadelerle çare arayan insanlar almıştır. Kohut’a göre de (1984: 60) durum Freud’un zamanından çok farklıdır; modern insanın psişesi artık Kafka, Proust veya Joyce’un tasvir ettikleri gibi çok parçalıdır (*multi-fragmented*). Yani insan davranışlarını veya hissiyatını belirleyen

etmeye doğru uzandığında, kendinden uzaklaşmanın artması ile birlikte bir kısır döngüye girilmektedir. Çünkü kendinden uzaklaşma, yabancılaşmanın bizatihi kendisidir.

Psişik mesafenin arttığı hallerde, "spontanlıktan yoksun kalmış bir biçimde, bir rüyada gibi hareket ederiz veya dışarıdan gelen, yabancı ve karşı konulamaz bir kuvvet tarafından hareket ettirildiğimizi hissederiz" (Lachs, 1976: 155). Lachs'a göre (s. 166) "psişik mesafe" ve "aracılık" yabancılaşma olgusunun en merkezinde bulunurlar, öyle ki, ona göre yabancılaşma yerine isim olarak bu iki terimin kullanılması gerekir. "Aracılık", dünyaya temas edemeyen bir bireyin, bir aracı kullanmak zorunda kalması demektir. "Ara"ya bu "aracı" girmiştir.

Yabancılaşmada dünya ile aramıza girenin, bir "şey" olmadığı, olsa olsa ilişkisizlik yani mesafe olabileceği ifade edilmişti. Ancak bu şekilde yaşayan bir kişinin, kendisine yardımcı enstrümanlar araması ve bu enstrümanlar aracılığı ile yaşamı "kullanmak" (*handle*) istemesi beklenir. Bu enstrümanların her biri, kendiliğindenliğin (spontanite) yerine geçen ve gerçek kendiliği kullanmaya gerek bırakmayan (dolayısıyla engel olan) araçlardır. "Araç"tır çünkü "ara"da durur ve teması önler.<sup>32</sup> Talimatnamelere, kurallara bağımlılık derecesinde bağlılık bundan kaynaklanır. Terapi odasında danışanın öznelliğine doğrudan temas etmek yerine araya bir kuramı "aracı" olarak koyan psikoterapist buna güzel bir örnek oluşturur.

Dil de psişik mesafeyi arttırır. Çünkü dil, hayat ile aramıza koyduğumuz kuramsal bir bakış açısına benzer. Dil sadece nesnelere isimlendirmez, hayata karşı bir bakış açısını da zımnen içerir. Bu nedenle hayat ile aramızdaki bir ara yüz gibidir. Dil bir ortam (*vasat, media*) oluşturur, yani aracıdır (*vasıta, mediatör*); nesne ile "ara"ımızda (ortamızda) durur, ona tam temas etmemizi önleme potansiyeli taşır. Örneğin Nazi toplama kamplarında sevdiklerini birer birer kaybeden Frankl<sup>33</sup>, çektiği acılar dayanılmaz hale geldiğinde, bu acıları verbalize ederek, kuramsallaştırıyor ve böylece dil kullanımını nedeniyle hayat ile teması azaldığı için, çektiği acının da azaldığını

---

birden fazla kendilik veya kendilik parçası vardır. Yeni Yüzyılın insan psişesi ikili veya daha fazla kendilikli olma eğiliminde olup, yabancılaşma olgusunun yükselişi ile paralel olması dikkat çekicidir.

<sup>32</sup> Bu hazır kalıp cevaplar, yönergeler, davranış kalıpları, mekanik bir biçimde bu mesafeyi doldurur. Bunlar köklerini kendilikten almaz. Fakat ileride deneyime temas etme imkanının önünde (kişiliğin yeniden organizasyonunu sağlayan ergenlik, yaşanan büyük bir travma veya psikoterapi ile) bir engel olarak bulunurlar.

<sup>33</sup> Avusturyalı psikiyatrist Viktor Emil Frankl, 3. Viyana Psikoterapi Okulu olarak bilinen Logoterapinin kurucusudur.

gözleme imkânı buluyordu (bkz. Frankl, 1978, 1985). Frankl bu deneyimlerinden önemli bir varoluşçu psikoterapi yaklaşımı geliştirmiştir.

Dilin üstlendiği bu aracılığın elbette vazgeçilmez, büyük faydaları olduğu gibi, böylesi kaçınılmaz olumsuz etkileri de mevcuttur (Lachs, 1976: 160). Stern'e göre de dilsel kendilik (*linguistic self*) diğer kendiliklere göre, başkalarına daha çok yabancılaşmış durumdadır (Akhtar, 2009: 262). Çünkü dil ve deneyim, tıpkı matematik ve fizik, ideal ve real gibi aslında farklı katmanlara ait olup, sıklıkla zıt ikili olarak kabul edilmişlerdir.<sup>34</sup>

Bireyin kendi eylemlerine uzaktan tanık olması gibi, psişik mesafenin çok arttığı uç durumlar Watkins'ler tarafından araştırılmışlardır (Watkins ve Watkins, 1997). Bireyin kendisine yabancı gelen duyu, duygu ve düşüncelerin farklı kendiliklerden kaynaklanması gerektiğini düşünen Watkinslere göre, bu kendilikler arasındaki mesafenin artması, psişik mesafenin artmasının psikolojik formülasyonudur. Psişik mesafenin artması tam bir "ayrılma" ile sonuçlandığında, yabancılaşmanın had safhada yaşandığı klinik tablolar oluşur.

## 6. Diğer Düşünürlerde Sahte Kendilik ve Yabancılaşma

Erich Fromm'a göre ise, yabancılaşma, farklı bir deneyimleme modudur. Bu durumda iken, kişi kendisini bir yabancı (*alien*)<sup>35</sup> gibi hisseder. Kendi dünyasının merkezinde değildir. Kendi eylemlerinin sahibi değildir. Tersine, eylemleri ve onların doğurduğu sonuçlar ona hükmetmeye başlamıştır. Eylemleri ona değil, o eylemlerine itaat eder. Kendisine veya bir başkasına temas edemez (Fromm, 2017: 117). Kişiler normalde bu durumun farkında değildirler. Eylemlerini özgür iradesiyle seçmezler. Çünkü özgür iradesini kullanacağı kendilik rafa kaldırılmıştır. Fromm sahte kendilik için "yalancı

<sup>34</sup> Deneyim, dil ile ifade edilmeye çalışıldığı gibi, fizik de (tabiat) matematik ile ifade edilmeye çalışılır. Ne var ki ikisi de kurgudur. İkisi de insanın çevresindeki olayları tanımlamaya duyduğu ihtiyaçtan doğmuştur.

<sup>35</sup> *Alienus*, ötekine, başkasına ait anlamına geldiği için, başka topraklara, yani diğer ülkelere ait olanlar için de kullanılır. Farklı bir ülkeden gelen kişi (yabancı) anlamındaki *alien* kelimesine, bilim kurgu filmlerindeki "yabancı bir gezegenden gelen kişi" ve en uçta "yaratık" anlamı da katılmıştır. Bilim kurgu filmlerinde 1953'ten itibaren başlayan "kötü uzaylı" istilası furyasında (bkz. Henderson, 2001), uzaylıların korkunç ve vahşi olanları, alien kelimesine bu uç çağrışımların da eklenmesine sebep olmuştur. Türkçede daha yaygın olarak kullanılan "uzaylı" kelimesi, bu anlamların "yabancı" kelimesine yüklenmesine mani olmuş olmalıdır. Türkçedeki bu açık, "yaratık" (*creature*) kelimesi ile kapatılmaktadır. Bu nedenle İngilizce kitaplarda "alien" kullanıldığında, onu salt yabancı olarak çevirmek yetersiz olur; o anlam haritasının içinde biraz da "yaratıklık" sosu bulunur; krş. *foreigner, stranger, outlander, outsider, non-native, immigrant, newcomer* (Reader's Digest, 1996: 572)

İngiliz dilinde *alien* kelimesi, anlamları arasında, 'hoş olmayan', garip, tuhaf, dışlanmış, tezat, zıt, kopuk, uzak, farklı, ayrı ve hatta düşman çağrışımlarını da ekler (Council of Europe, 1974: 75).

kendilik" (*pseudo self*), gerçek kendilik için "asıl kendilik" (*original self*) terimlerini kullanır (Fromm, 1965: 229-230).

Bu sayılan belirtiler (merkezde olmayışı, kendi eylemlerinin sahibi olmayışı vs.), normalde kişinin fark edemeyeceği bir düzeydedir. Eğer net bir biçimde fark edebileceği ve başkasına bildirebileceği derecede güçlü ve kaba bir şekilde ortaya çıkarsa, bu kopuk durum (disosiyasyon) DES (disosiyatif yaşantılar skalası) gibi araçlarla ölçülebilir.<sup>36</sup> Mış gibi kişiliklerde olduğu gibi, belli belirsiz, güç algılanan disosiyasyon formuna, bazı psikoterapi okulları atıfta bulunur. Burada dikkat çekici olmayan, altta mevcut, bir disosiyasyonun varlığı kastedilmektedir. Bu nedenle geniş bir disosiyasyon yelpazesinden bahsedebiliriz. Bu çalışmadaki yabancılaşma olgusu, bu yelpazenin güç algılanan (*subtle*) tarafında bulunmaktadır.<sup>37</sup> Yabancılaşmanın müphem ve genel bir depersonalizasyon durumunu ifade etmesi şeklinde öneriler zaten bulunmaktadır (bkz. Bychowski, 1967). Helen Deutsch da "mış gibi kişilik" tasarımını böyle bir gizli disosiyasyon (depersonalizasyon) kavramı üzerine inşa etmiştir. Klasik depersonalizasyondan (kendisine yabancılaşma) farkı, hastanın bu durumu fark etmemesidir (Deutsch, 1942: 301).

R.D. Laing, ünlü kitabında (*Divided Self*) kendiliğin ikiye bölünerek, bir iç (gerçek) kendilik, bir de dış kişiliğin (sahte kendilik) ortaya çıktığını söyler (1990: 72, 124). Sahte, konformist, dış kendiliğin, başkalarının iradelerine zorlantılı bir biçimde uyumlandığını ve kısmen özerk (otonom) yani kısmen kontrol dışı olduğunu, bu kişilerin duyu, duygu ve eylemlerine amaçsızlık, anlamsızlık ve gerçek değilmişlik hissinin sızdığını ifade eder. Bu hisler tabloya sonradan eklenen ikincil savunmalar değil, sahte kendilik yapısının doğrudan sonucudur (Laing, 1990: 96). Sahte kendiliğin kısmen özerk (otonom) olmasının sebebi disosiyasyondur ve "kişinin eylemleri kendiliğinin bir ifadesi olarak hissedilmez" (s. 74). Sahte kendilik ve gerçek kendilik arasında da disosiyasyon vardır (s. 82). Laing yabancı (*alien*) alt-kimliklerden de bahsetmektedir. Bunların etkinliği bazen o kadar yüksek olur ki, asıl kimlik ve gerçeklik hissi gölgede kalır (s. 59). Bu durumlarda yabancılaşmanın tonu en üst düzeyde hissedilir.

<sup>36</sup> Danışanın cevapladığı, anket tarzında olan, günlük hayattaki disosiyasyon (depersonalizasyon ve derealizasyon) deneyimlerini değerlendirmek için hazırlanmış bir ölçek (bkz. Fischer ve Corcoran, 1994: 181). Bu ölçeğin, *Perceptual Alterations Scale (PAS)*, *the Questionnaire of Experiences of Dissociation (QED)*, *Dissociation Questionnaire (DIS-Q)*, *Multiscale Dissociation Inventory (MDI)* ve benzeri pek çok alternatifi mevcuttur, bkz. Hart ve Dorahy, 2009: 18.

<sup>37</sup> Açık psikopatolojiyi barındıran olgularda yabancılaşma çok daha ağır olarak deneyimlenir. Ancak bu olgular bağlamında sosyojenik yabancılaşmayı da içine alan bir tartışma yapmak oldukça güç olacağı için, bu çalışma içinde bu olgulara yer verilmemiştir.

James F. Masterson, benzer biçimde, sahte kendilik üzerine kurduğu psikopatoloji yaklaşımında, bireyin kendisine, dolayısıyla duygularına temas etme güçlüklerinden bahseder. Masterson'a göre bu durum, kişilik bozukluklarını meydana getirir (bkz. Masterson, 1995, 2000). Masterson Yaklaşımı'na göre, özellikle şizoid kişilik bozukluğunda, müphem disosiyasyon kişinin bütün yaşamına egemendir.<sup>38</sup> Bu disosiyasyon, hem depersonalizasyon (kendine yabancılaşma) hem derealizasyon (dış dünyaya yabancılaşma) şeklinde ortaya çıkar. Şizoidlerde dış dünyaya yabancılaşma daha ön plandadır. Masterson'a göre (1995: 58) "alien tanımlaması şizoid hastalar için oldukça tipiktir çünkü yabancı bir dünyanın ortasına düşme anlamını taşır" (italik eklendi). Şizoidler için dünya, genellikle bir sürgün yeridir. Bu sürgün hali ile ilişkili duygulanımlar, bağlantısızlık (*nonattachment*), izolasyon ve yabancılaşmadır (aynı yer). Şizoid, güvenlik ve özgürlük için sürgüne gider; bedeli de yabancılaşmadır (s. 74). Bu ifadeler günümüzün toplumsal yapısına uyum sağlayamayan şizoid-görünümlü bireylerin yabancılaşmasını ifade etmek için de uygun bir terminoloji vermektedir aslında. Bir psikoterapist olan Masterson, varsayımsal olarak anne hatalarına odaklanmış olsa da onun ortaya koyduğu şizoid örüntü, daha üst bir sentez arayışı ile, sosyojenik yabancılaşmayı ifade etmek için de rahatlıkla kullanılabilir.

Yabancılaşma araştırmalarının ana arterlerinden biri olan varoluşçuluk da kişinin kendisini yabancılaşmış, boş, işe yaramaz ve amaçsız hissetmesi üzerinde durmaktadır (Schmitt, 2003: vii). Bu duruma varoluşçu bir "vakum" veya "kriz" gibi isimler verilir. Varoluşçuluk yabancılaşmayı ve sahte kendiliği, merkezi kavramlarından olan "sahicilik" (*authenticity*) bağlamında ele alır. Sahte kendiliğin gelişmesi sahiciliği tehdit eder.

Heidegger de iki kendilikten bahseder. Sahici (otantik) kendilik ve onlar-kendilik (*they-self*). Sahici kendilik kendisini sıkıca kavrar, araya bir şey girmesine izin vermez. Onlar-kendilik ise, "onlar"a dağılmıştır ve kendisini bulmak zorundadır. Dünya, karşılaştığı ilk yerde bu kendiliği emer, içine alır (Heidegger, 1996: 121).

Petrovic, kendine yabancılaşma (*self-alienation*) için, kendiliğin birbiriyle çatışan iki parçaya ayrılması gerektiğini söyler. Ancak bu bir çoğul kişilik<sup>39</sup> tablosu olmamalıdır. Yani iki parça olmasına rağmen "kendiliğin birliği" devam etmelidir. Söz konusu parçalar eşit etkinlikte olmamalıdır. Parçalardan biri, daha fazla temsil kabiliyetine sahiptir. Bunlardan sadece biri kişinin gerçek tabiatını, özünü (*essence*) temsil eder ve

<sup>38</sup> Masterson'ın kendilik bozukluklarını (kişilik bozuklukları) anlattığı bir kitabında (1995), 180'den fazla disosiyasyona atıf bulunur.

<sup>39</sup> Bugünkü adıyla disosiyatif kimlik bozukluğu (*dissociative identity disorder*). bkz. APA, 2013: 292-8

bireyin görünür mevcudiyetinden (*existence*) ayrılmış, bağlantısı kopmuştur.<sup>40</sup> Petrovic, yabancılaşmış toplumun da tıpkı yabancılaşmış birey gibi asli tabiatından uzaklaşmış olduğunu öne sürer. Ona göre asli tabiata yabancılaşmak demek, içinde bulunulan tarihî şartların sunduğu imkanlardan uzaklaşmak demektir. Bu durumda yabancılaşma, kişinin kendi potansiyellerini harekete geçirme yetisini dumura uğratan bir süreç olmaktadır (Petrovic, 1967: 79).<sup>41</sup>

Watkins'ler de kendiliğin birbiriyle çatışan parçalarından bahsederler. Fâil olma hissi (*sense of agency*) bu parçalardan birisine ait olup diğer(ler)i etkisizliği, çaresizliği, güçsüzlüğü, olan bitene sadece seyirci kalmayı, hayatı edilgen bir biçimde gelişine bırakmayı, yani yabancılaşmayı deneyimler. Watkinsler bu konuda klinik bir model ortaya koymuşlardır. Bu modelde, kişi, terapisti tarafından eğitildiği takdirde, bazı duyu, duygu ve düşüncelerin, kendisine ait olmadığını, yabancı olduğunu fark edebilmektedir (bkz. Watkins ve Watkins, 1997). Kişi hiç onaylamadığı bir eylem esnasında, aslında uyumuş olduğundan, bu eylemi planlamadığından ve çaresizlik duygusu içinde bu eyleme tanık olduğundan bahsedebilmektedir. Jung da kişinin kendisini eğitmesi ile, kendisine ait olmayan (yabancı) zihinsel içerikler üzerinde çalışabileceğini düşünmektedir (Jung, 2014: 7921).

Botella'lar da psişede bulunan iki kendilik tasarımı öngörmekte ve bu durumu yabancılaşma ile ilişkilendirmektedirler. İki tasarım aynı psişede paralel bir gelişim sergilemektedir. Özne, bunlardan sadece birisini kendisine ait olarak hissetmektedir (Botella ve Botella, 2005: 73).

## 7. Yabancı Kendilik İzleri ve Kaynakları

Kişide, kendisine ait hissetmediği (yabancı) duyular, duygular, düşünceler ve eylemlerin ortaya çıkması (yabancılaşma) durumunda bu duyu, duygu, düşünce ve eylemlerin kaynağı hakkında düşünmek gerekir. Bu yabancı zihinsel içerikler, kaynağını nereden alır?

<sup>40</sup> Bir felsefeci olarak Petrovic burada klasik felsefenin dilini kullanmakta ve kendine yabancılaşmayı "tözden (cevher) uzaklaşan ilinekler (araz)" olarak formüle etmektedir. Aristoteles'e göre esas varlık değişmeyen bir zeminden ibarettir. Buna Türkçe töz veya cevher, Yunanca *ousia*, Latince *substantia* (İng ve Fr. *substance*) adı verilir. Geçici olan ve sürekli değişim (oluş ve bozuluş) halinde bulunan özelliklere ise ilinekler (arazlar; *accidents*) denir (Brunschwig ve Lloyd, 2000: 51, 69). Örnek olarak elma bir töz olsa, kırmızı bir ilinektir (araz).

<sup>41</sup> Masterson bu felsefi düşünceyi kliniğe taşımıştır. Kişinin kendi potansiyellerini harekete geçirmesini, kendi psikoterapi yaklaşımının temel amacı olarak ortaya koymuştur. Bunun için gerçek kendilik etkinleştirilmeli, sahte kendiliğe kaçışlar engellenmelidir. Sahte kendiliğe kaçışlar "eyleme vurma" (*acting-out*) olarak nitelendirilir. Terapinin büyük bölümü bu kaçışların yüzleştirilmesinden oluşur (bkz. Masterson, 1995; 2000).

Bana ait olmayan, öyleyse “öteki”ne ait olan kendilik parçalarını, Laing, vücuda saplanmış şarapnel parçalarına benzetmektedir (Laing, 1990: 105). Bu parçaların sayısı, büyüklüğü, gücü, etkinleşme durumu yabancılaşmanın derecesine etki ediyor olmalıdır. Yabancılaşmanın ortaya çıkması demek, ‘ben’in (gerçek kendiliğin) etkisizleşmesi demektir. Bu da içimizdeki ‘öteki’nin ortaya çıkması anlamına gelir. “Öteki”nin etkinleşmesi, duysal, duygulanımsal, motor, düşünsel veya bunların bir kombinasyonu olarak yani daha organize bir biçimde gerçekleşebilir. Bu organizasyonun kompleksliği arttıkça, yabancılaşma olgusu daha karmaşık bir hale gelerek, “benden çalınan” özneliliğin artmasına neden olur. “Ben”in ortadan kalkmasının belli bir ölçüsünden sonrası ise psikotik bir tablonun ortaya çıkması anlamına gelir. Bu durumda yabancılaşma tabloya büyük ölçüde hâkim olmuştur. Böyle bir durumda “öznelikte sahnelenen”ler, artık “ben”den çok “ben olmayan”lar (*non-ego*) yani “öteki”(ler)dir.

Fransız psikiyatrisi 19. Yüzyılda akıl hastalıklarını “zihinsel yabancılaşma” (*aliénation mentale*) olarak isimlendirmekteydi.<sup>42</sup> Onlarla ilgilenen profesyonellere, İngiltere’de “*alienist*” deniyordu (Noll, 2006: xi). Fransızcada *aliéné* (İng. *alienated*; yabancılaşmış), deli anlamında kullanılmaya devam etmektedir. Yabancılaşmanın, delilik anlamında kullanılması “ben”in önemli ölçüde ortadan kalkmasına yapılan bir göndermedir. Çünkü kişi, eskiden olduğundan ve diğer insanlardan çok farklı davranmaya başlamıştır. Karşımızdaki kişi, eskiden tanıdığımız “o kişi” değil, artık bir “yabancı” gibidir.<sup>43</sup> Böylece mediko-legal veya psikiyatrik anlamdaki yabancılaşma da bu yazı çerçevesi içinde geliştirilen, yabancılaşmanın intrapsişik formülasyonunun bir devamı olarak, aşırı uçta yerini almış olur.

Türkçede, kelime olarak günlük dilde pek kullanılmayan yabancılaşma için, kişinin “kendinde olmama”sı, “kendisini kaybetme”si veya tersi için “kendine gelme”si gibi deyimler kullanılır. Bu ifadelerde, “özneliliğimizdeki yabancı bir öteki”nin, içimizdeki varlığına işaret edilmekte gibidir. “Öteki”nin özneliliğimiz üzerindeki izleri yabancılaşmanın kaynağıdır. Gerçek kendilik dışındaki tüm kendilikler yabancılaşma benzeri olgulara sebep olacaklardır.

<sup>42</sup> Bugün şizofreni adını verdiğimiz olguların ilk olarak tanımlanması, Pinel’in 1801’de yayımlanan “*Traite Medico-Philosophique Sur L’aliénation Mentale ou La Manie*” isimli eserinde yapılmıştır (Noll, 2006: xi). Delilik için görüldüğü gibi “*alienation*” veya mani (*manie*) terimleri kullanılmıştır. Türkçede hakaret anlamına gelen “manyak” (*maniaque*) kelimesi Fransızcadaki bu kullanımdan kaynaklanmaktadır. Manide uyumsuz bir aşırı uyarılma hali mevcuttur. Ancak Pinel maniyi öfke, saldırganlık, şiddet içerecek bir anlamda kullanmamıştır (Winslow, 1853: 423).

<sup>43</sup> Fakat bu terimin ortaya çıkmasında, toplumun, kendi normlarına uymayanları, belli bir dereceden sonra delilik ile etiketlemesini, yani sosyal yabancılaşmayı da göz ardı etmemek gerekir.



Bu kendilikler, genellikle çevrenin dayatmaları ile ilişkili olarak ortaya çıkarlar. Çevrenin dayatmasına gerçek kendiliğin cevabını değil, bu dayatmayı geçiştirecek sahte bir yapılanmayı içerirler. Günü geçirmeyi, sorunları geçiştirmeyi önceleyen bu yapılar, güçsüzlüğün ve dolayısıyla edilgen verimsiz bir ömrün sebebini oluştururlar. Gerçekte "bize uygun" veya "bize göre" değildirler, yani bizi temsil edemezler. Fakat buna rağmen dış dünyada etkindirler. O yüzden başkalarına göre bizi temsil etmektedirler. Çevrenin dayatmaları sonucu ortaya çıkmaları ve bizi gerçekte temsil etmemeleri nedeniyle, etkinleştiklerinde ortaya çıkan eylem, duygu veya düşünce, yabancılaşmanın duyumsanmasına sebep olur.

Bunlardan biri baskıcı sömürge toplumlarında veya ırkçı beyaz toplumlarda ortaya çıkan "bilinç çiftleşmesi" durumudur. Bu bireyler, sürekli maruz kaldıkları ve kendilerini sürekli aşağılayan ve ezen bakış açısından kendilerine bir kendilik geliştirirler. Bu bakış açısı, sahte kendilik gelişimine yol açar (bkz. Gooding-Williams, 2011). Aslında savunma amaçlı olarak ortaya çıkan bu mekanizma, giderek maladaptif bir şekle dönüşür, yani paradoksal olarak kendisiyle mücadele etmek için ortaya çıktığı tavra esaretin aracı haline gelir. Sahte kendilik gelişimleri genelde böyle bir seyir izlerler. Kişi bu mekanizmanın farkında olmasa da yaşadığı hayattan duyduğu memnuniyetsizlik yıllar geçtikçe artar.

Çevrenin dayatmaları sonucu ortaya çıkan ve bizi gerçekte temsil etmeyen bu yapılar bir biçimde içimize yerleşmiştir. Psikanalitik ekol, bunların ortaya çıkmalarını çok küçük yaşlara indirger. Çocuğun gelişimi süresince, karşıdaki nesne (genellikle anne), çocuğun öznelliğine kendisini empoze eder.<sup>44</sup> Bu durum, çocuğun doğal ve kendiliğinden tepkileri, bir biçimde engellenmediği takdirde, normal gelişimin bir parçasıdır. Ancak kendisini empoze eden sağlıklı bakıcı, bu sağlıksızlığın içeri alınmasına neden olur. Genel bir psikanalitik kavram olan "içe atılan nesnelere" (entroyektler) kişide farklı haller, farklı ilişki kipleri üretirek farklı benlik durumlarının kaynağını oluştururlar. Uygunsuz nesne de içe atılan bir nesne olarak egoya eklenir ve fakat asimile edilemezse, egodaki (bendeki) bir "yabancı" olarak kalmaya devam eder; böylece "nesnenin gölgesi egonun üzerine düşer". Bu durum, öznelliği derinden tehdit etme potansiyelini barındıran yabancılaşma tehlikesidir.

<sup>44</sup> Bebeklikten itibaren, birincil bakıcının (genellikle anne) "halleri", bebek tarafından içselleştirilir (*internalization*), içe atılır (*introjection*). Nesne İlişkileri Kuramcılarının içe atılan bir "hal" in üç bileşeni olduğunu kabul ederler; bir nesne imgesi, bir kendilik imgesi ve ikisini birbirine bağlayan afekt (duygulanım). Bu üçlüye "ikili" (*dyad*) adı verilir (bkz. Kernberg, 1995). İsimlendirmede görmezden gelinen üçüncü öge, yani duygulanım, gerçekte asıl düzenleyici ögedir. Çünkü benzer duygulanımsal değerliğe sahip olanlar organize olur (Kernberg, 1995: 30). Gelişim, dyadların organize olmasıyla supraordinat kendiliğin ortaya çıkma süreci olarak bilinir.

Bu yabancılığın ayırt edilmesi her zaman kolay olmaz (J. Jung, 2015: 80). Ego içinde bir yabancı olarak varlığını sürdüren yapılara bir örnek olarak Kramer'in "küçük adam"ını (*little man*) örnek verebiliriz (Volkan, 1976: 8). Bu yapı egonun 'izole bir segmenti' olarak kabul edilir (s. 23). Yani egoya eklenmiştir (duygu, düşünce ve eylemlerimizi yönetebilmektedir), ancak ego ile barışık olmadığı için (*ego-alien*) izole halde kalmıştır. Uygunsuzluğu nedeniyle, egonun diğer yapıları ile entegre edilebilmesi mümkün olmamıştır. Bu yapı etkinleştiği zaman, egoya uygun olmayan, egonun hoşnut olmayacağı (ego-distonik) duygu, düşünce ve eylemler ortaya çıkar (yabancılaşma).

Örneğin aşırı eleştirel olan bir ötekinin (örn. anne) yıkıcı eleştirilerinin içe atılması (*introjection*) ile intrapsişik yapıda ortaya çıkan son derece tahripkâr bir tasarımın *ego-alien* etkinliği pek çok klinik tabloya eşlik edebilir. Böyle bir tasarımın etkinleşmesi ile ortaya çıkan yabancılaşma, çeşitli disosiyasyon derecelerinde görülebilir.

Ego içinde birden fazla kendiliğin<sup>45</sup> faaliyetine dair literatür daha geniştir. Ego içi (intrapsişik) olup, ancak ayrı tutulan yapılar, 'ego distonik' veya '*ego-alien*' olarak nitelendirilirler. Bu yapıların etkinleşmesiyle, duygu, düşünce ve eylemlerimiz o yapının kontrolüne girer, ancak kişi bundan hoşnut değildir. Bu hoşnutsuzluk Schneider'in ilk sıra semptomlarındaki gibi çok açık değildir. Her zaman çok açık olmaz, yani kişi, bu etkinleşmenin kendisini mutsuz ettiğini tam olarak fark edememiş olabilir. Psikoterapi sürecinde bu durumun netleştirilmesinin önceliği vardır.

Fonagy vd. (2002: 11) de bu yapıların kaynağının, gelişimin erken evrelerinde, annenin<sup>46</sup> yetersiz veya uygunsuz aynalaması olduğunu öne sürer. Normalde empatik anne, kendi duygulanmasını çocuğun duygulanması ile eşleştirerek (*attunement*), onun için bir çeşit ayna vazifesi görür (bkz. Stern, 1985). Duygulanımsal aynalama (*affect mirroring*) adı verilen bu süreç, çocuğun normal gelişimi için çok önemlidir. Fakat "iletişimsel örtüşme" yetisi olmayan anne, uygunsuz eşleştirme yaparsa (*mismatch*), çocuk bu uygunsuz zihinsel durumu bir "öteki" (annenin bozuk bir temsili) halinde içselleştirir. Bu "öteki"<sup>47</sup>, uygunsuz bir yapı olarak egoya eklenir, ancak uygunsuz

<sup>45</sup> Ben, benlik, ego, kendilik ve self kavramları arasında, çok çeşitli kuramsal yaklaşımlar sebebiyle, tam bir uzlaşma olmamakla birlikte, söz konusu kavramları en fazla kullanan ve uzun bir geçmişe sahip literatürü olan Nesne İlişkileri Kuramı'nın, "ego (benlik) içeriği olarak kendilik(ler)" kavramsallaştırması burada kullanılmıştır.

<sup>46</sup> Daha geniş anlamda "birincil bakıcı" (*primary caregiver*).

<sup>47</sup> "Öteki"nin Latincesi *alius* olduğundan, bu kendilik yapısına ait olan (eylemler, hisler vs) anlamındaki sıfat "*alienus*"tur. Bu "kendilik yapısının kendisini ifade etmesi"ne de *alienatio* (yabancılaşma) denmiş olur. Yunancasından gidersek, içselleştirilen (*internalized*) öteki "*allos*"tur. Ötekine ait olan "*allos*"tur. Ötekine ait olanın ortaya çıkması ise "*allosis*"tir (yabancılaşma). Ötekinin ortaya çıkması ise "*allosis*"tir. Bu

olduğundan hazmedilemez yani diğer alanlarla entegrasyon bağlantıları kurulamaz (Fonagy vd., 2002: 11), sonuçta izole bir ada gibi (*split-off*) benlikte (ego) kalır. Ancak görünürde entegre olmuş gibidir (*illusion of cohesion*). Fonagy bu tür yapılara "*alien-self*" (yabancı kendilik) adını vermiştir. Annenin kaçınılmaz hataları sebebiyle, bu yabancı-kendilikler aslında herkeste bulunur (s. 12). "Kendilik içindeki öteki", kendilik içindeki "yabancı deneyim" in dolayısıyla yabancılaşmanın kaynağıdır (s. 419).

Burada görüldüğü gibi, kendilik bir başka kendiliği içerebilir.<sup>48</sup> Ancak gerçekte bu kendilik "öteki"nin bir temsilidir. Bu temsil, bütün kendiliği kolonize edebilir. Bu yabancı öteki ("*alien other*") tohum halinde herkeste mevcut olmalıdır (Fonagy vd., 2002: 420).

Ötekinin temsilcisi olan bu yabancı kendilik, "öteki"nin saldırganlığı ölçüsünde saldırganıdır. Yabancı kendilik, saldırganlığı oranında patolojik olup, ego içindeki düzeni bozucu bir etki yaparak (dezorganizasyon) ciddi kişilik sorunlarına sebep olur. Etkinleştğinde karşısındaki kişilere aşırı saldırganca davranabilir ve her seferinde bunu yaptığına pişman olabilir. Bu saldırganlığı sıklıkla kendisine de yöneltebilir.

Bu yapıların da içinde olduğu genel anlamda intrapsişik yapılardan bahsederken, basit bir dürtü, fantezi, düşünce, duygu gibi tekil içerikli basit yapılardan bahsetmiyoruz. Zihindeki yapılanmalar son derece komplekstir. Çünkü tekil yapılar birbirleriyle entegre olarak, daha kompleks hale gelme eğilimindedirler. Zihnin en temel özelliği entegrasyondur, hiçbir şey zihinde tek başına kalmaz, daha üst bir organizasyonun bir elemanı haline gelir. Duyu, duygu, düşünce ve davranış örüntülerinin organize olması ile ortaya çıkan bu kompleks yapılara Jung, ismiyle müsemma olmak üzere, "kompleks" adını vermiştir.<sup>49</sup>

Winnicott da zihnin en temel eğiliminin entegrasyon olduğunu düşünür. Tekil yapılar daha üst yapılara entegre olur (*integration*) ve bir kişiliğe bürünürler (*personalization*). Ancak bundan sonra kişi dış gerçekliği içselleştirme ve böylece ona adapte olma imkânı

---

sonuncusu, kişinin tümüyle ötekine dönüşmesi, örneğimizde çocuğun anneye dönüşmesi anlamına gelir ki, böylesi bir başkalaşımın (dolayısıyla "*alloiosis*" in) konumuzla ilgisi bulunmaz.

<sup>48</sup> Başka yazarlar bunu egonun (benlik) farklı kendilikleri içermesi şeklinde ifade edecektir ki bu bakış açısı bu yazıda temel olarak alınmıştır. Ancak daha önce de belirtildiği gibi, yazarlardan alıntılar yapılırken, onların tercihlerinin korunması esas alınmıştır.

<sup>49</sup> Adler'e ait aşağılık kompleksi (*inferiority complex*) halk arasında bunlardan en çok bilinenidir. Freud Jung'un kompleks yaklaşımını başlangıçta benimsemişti. İğdiş edilme kompleksi ve Ödip kompleksi bunun örneklerindedir.

Ancak kompleks terimi sadece patolojik değildir. Jung'a göre zihin kompleksler şeklinde organize olmuştur. Ancak konunun "alt-kişilikler" e doğru evrildiğini gören Freud, bu organizasyon biçimini kabul etmemiştir.

elde edebilir (realization). Winnicott'a göre bu süreçler çok erken bir dönemde başlar (Winnicott, 1975: 149).

William James, Jung'un komplekslerine "ikincil kişisel kendilikler" adını verir (James, 1908[1890]: 227). James'e göre insan bilinci mükemmelen entegre olmak zorunda değildir, çünkü Pierre Janet'nin yeni keşiflerinden anlaşıldığı üzere, kişiliğin bölünmesi gibi korkutucu bir olgu nispeten sıradan bir olaymış gibi açıkça gerçekleşmektedir. James de "kendine yabancılaşma"yı "değişen kişilik" (*alternating personality*) olguları üzerinden anlamaya çalışmaktadır (Taylor, 1983: 72). Yabancı kendilikler (*alien-self*) kendilerini ifade fırsatı bulduklarında, dışarıdan bir "kişilik değişimi" veya "kendine yabancılaşma" (*self-alienation*) şeklinde görülür. Bu yapılar 'ego-alien' (ego-distonik) iseler, ana kendilikten ayrı ve izole bir halde tutulurlar.<sup>50</sup> Bu yapıların etkinleşmesi halinde ve ana kendilik ile aralarında amnestik bir bariyer (hatırlayamama) yok ise, kişi bu durumu hatırlar, anlam veremez, panik olabilir veya yıllar içinde bu duruma alışmıştır ve yabancılaşma durumu deneyimlediğini ifade edecektir.

Kohut da zihnimizdeki bu tür yapıların ana kimlikten daha farklı amaçları olabileceğini söyler. Hayattan zevk aldıkları konular çok farklı olabilir, dahası farklı ahlaki yargılara sahip olabilirler. Estetik tutumları da farklı olabilir (Kohut, 1984: 183).

Federn (1952: 93) ve Watkins (1997: 25), bu yapıları 'kişilik segmenti' olarak görürler (alt-kişilik). Bu yapıların aralarındaki ilişkinin sadece elektriksel değil, kognitif ve duygulanımsal olduğunu iddia ederler. Yani iç dünyamızda farkında olmadığımız bir kendilik sosyolojisi mevcut olabilir. Eric Berne'in transaksyonel analizi (1957, 1961) bu kavramsallaştırma üzerine kuruludur. Yani içerideki bu alt-kişilikler arası ilişkiler, dışarıdaki interpersonal ilişkiler gibidir.

C. G. Jung ve Bleuler de 20. yüzyılın hemen başlarında, bu şekilde düşünmekteydiler. Örneğin Hoch 1911 yılında, bu tür kompleks yapıların etkinleşmesi durumunda yaşanacakları, benzer bir biçimde, yani bir yabancılaşma şeklinde tarif etmektedir: "...[K]işiliğin genel eğilimleri ile kontrolü [kısmen] ele geçiren eğilim arasındaki dengenin bozulması sebebiyle, düşünce ve eylem artık güncel duruma uyum sağlayamaz, [aksine] çarpıcı bir biçimde onunla teması yitirmiş, daha basit ve daha kaba bir şey olarak görünür." (1911/1950: 70-71).

"Bilinç çiftleşmesi", "kişilik çiftleşmesi", "kişilik değişimi" gibi pek çok olgu 19. yüzyılda tanımlanmıştı. Daha da öncesinde, psikiyatri terimini ilk kullanan Reil<sup>51</sup> (1759

<sup>50</sup> Konu ile ilgili bir derleme için bkz Çorak, 2017

<sup>51</sup> Johann-Christian Reil (1759-1813) "psikiyatri" terimini 1808'de ilk defa kullandığında kendisine ve meslektaşlarına "alienist" denmekteydi. "Alman Pinel" lakabıyla Alman psikiyatrisinin kurucusu olarak

-1813), "zihnin parçaları arasındaki ilişkiler" hakkında yazmıştır. Bu ilişkilerin bozulmasıyla düşünce lapsusları, anormal düşünceler, sabit fikirler ve bu düşüncelere uygun eylemlerin ortaya çıkacağını belirtmiştir. Bu durumda kişiye yabancı, uygunsuz duygu, düşünce ve davranışlar ortaya çıkacaktır (Shorter, 2005: 117-118). Reil'e göre, zihni oluşturan bu parçalar rüyada belirebilir ve kendilerine mahsus rolleri rüyada açıkça oynarlar (Ellenberger, 1970: 147). Jung'un kompleks adını verdiği alt-kişilikler de rüyada şahıslaşır (Jung, 2014: 8331).

19. yüzyılın son on yılına girerken, klinik psikolojideki bu anlayış olgunlaşarak derli toplu ve saygın bir kuram haline geldi. Pierre Janet, yüzyılın birikimine, kendi klinik tecrübesi ve felsefi kişiliği ile son şeklini verdi (bkz. Çorak, 2018). Jung'un bu konuda Janet'den etkilendiği açıktır (bkz. Monahan, 2009). Jung'un "kompleks"leri, Janet'nin "ide-fiks"lerinden farklı değildir (Ellenberger, 1970: 406). Bleuler'in "kompleks" kavramı için de aynı şey söylenebilir (bkz. Moskowitz, 2005). James de Janet'nin çalışmalarını ilgiyle takip ediyordu (Taylor, 1983: 72).

19. yüzyıl psikolojisi, psikolojik sorunları, konumuz olan *ego-alien* yapılarla açıklama eğilimindeydi. Bu yapılar arasındaki ilişkiler ve bu yapıların ana kendilik ile ilişkisi odak noktasıydı. O dönemdeki hasta raporları, çoğu kez, bu yapıların neden olduğu yabancılaşma olgularından ibaretti. Janet bu *ego-alien* yapılara "ide-fiks", Jung "kompleks", James ise "ikincil kişilikler" adını vermiştir. "Kompleks" teriminin Jung'dan önce, Theodor Ziehen tarafından kullanıldığı ve Jung'un "kompleks" kavramının, aslında Janet'nin "ide-fiks"i ile Ziehen'in "kompleks"inin bir karışımı olduğu da ifade edilmektedir (Bunn, 2012: 215).

19. yüzyılın "*ego-alien*" izole parçacıkları üzerinden yapılan, karmaşık metapsikolojik varsayımları olmayan, daha psikolojik ve klinik bakış açısı, 20. yüzyılda tümüyle ortadan kalktı. Travma kavramının ihmalini de içeren, aradan geçen bir yüzyılı aşan sürenin ikinci yarısında, farklı kuramlar eski yaklaşımı andıran, bu yazıda bazılarına yer verilen, kimi kavramlar ortaya koymaya başladılar.

Örneğin, varoluşçu düşüncenin iki önemli ismi Rollo May ve Irvin Yalom "kopmuş kendilik parçaları"ndan bahsetmektedirler. Kopmuş olmaları, ego ile entegre edilemediklerini ifade etmektedir. İçerik atım ile egoya eklenmiş fakat asimile edilemediğinden, egodaki bir "yabancı" olarak kalmaya devam etmektedirler. Yazarlar, bu durumun, "kendilik adacıkları"nın ortaya çıkmasına (May ve Yalom, 1989: 378) yol açtığını söylemektedirler. Yazarların "intrapersonal izolasyon" (Yalom, 1980:

---

bilinir. 1795'te ilk Alman fizyoloji dergisini yayınlamaya başlamıştır. İnsula, onun ismiyle (Reil adası) anılır. Goethe'nin sırdaşı ve hekimiydi (Binder vd., 2007).

354) adını verdikleri bu durumun devam etmesi halinde, bu adacıkların giderek daha fazla “ego-alien” bir hale gelebileceğini düşünebiliriz. Bu parçaların deneyimlenmesinin yabancılaşma hissinin ortaya çıkmasına sebep olacağını artık söyleyebiliriz.

Lacan’ın bu konuda diğerlerinden çok farklı olan düşüncelerini not etmek gerekir. Ona göre yabancılaşma, kurucu (formatif) bir evredir ve dahası öznenin asli yapısal unsurudur. Yabancılaşmanın kaynağı olan ‘öteki olmak’, öznenin en içteki çekirdeğinde ikamet eder (Evans, 2006: 9). Bu bakış açısına göre, ego güçlendirme, gerçekte yabancılaşmayı arttırma anlamına gelir (s. 52). Ego, uyum gösterme uğruna gerçekliğe yabancılaşır. Kurgusal çarpık temsiller (*misrepresentations*) ve yansımalar (*projections*) kullanarak, gerçekliğin mümkün olduğunca basit ve problemsiz bir resmini çizmeye çalışır (s. 4). Resmin gerçeği temsil etmesi değil, kullanışlı ve işe yarar olması esastır. Gerçek eğer işe yaramıyorsa çarpıtılır.

## 8. Sonuç

Bu çalışmada yabancılaşma olgusunu kendilik kavramı üzerinden tartışmanın olanakları araştırılmıştır. Yabancılaşma, “ilişkisizlik” (ve dolayısıyla kopma) olarak temellendirildikten sonra, kopan ilişkinin taraflarını ve kopan bağı, zihinsel temsilleri üzerinden değerlendirme imkânı doğmuştur. Bu bakış açısıyla bakıldığında, yabancılaşma olgusunu, kendilik(ler)in etkinleşmesi ve baskılanması açısından incelemek mümkün hale gelir. Böylece bir zihinsel tasarımın (kendilik) diğer tasarımlarla ilişkisi, tasarımların etkinleşme örüntüleri, baskılama ve baskılanma nedenselliği vs gibi yeni ve verimli çalışma alanları üzerinden yabancılaşma olgusunu aydınlatacak çalışmalar yapılabilir.

Kopma ve ilişkisizlik, bir diğerinin devreye girmesi ile sonuçlanır. Bu diğer, bir yabancıdır. Gerçek kendiliğin çekilmesiyle ortaya çıkan boşluk, yabancı kendilik veya kendiliklerle yani “öznelliğimizdeki yabancı bir öteki”nin, içimizdeki varlığı ile doldurulur. Bu durumda, dünyayı algılama, duygu, düşünce ve eylemlerimizde bir başkasının gölgesini hissederiz. Dolayısıyla dünyayı algılama, duygu, düşünce ve eylemlerimiz bize yabancılaşır.

Bu çalışmada, yabancılaşma alanında bu bakış açısını destekleyen yazarlar araştırılmıştır. Bu amaçla, kendilik tasarımını merkeze alan disiplinler incelenmiş, dolayısıyla özellikle çağdaş psikanalitik okullara mensup yazarların, bu sahada açılım yapabilecek görüşlerine yer verilmiştir. Sonuç olarak bu bakış açısına uygun yeterince literatüre rastlanmıştır ve tartışılmıştır. Nesne ilişkilerinden ziyade dürtüyü esas aldıklarından dolayı kendilik tasarımına ilişkin görüşleri yetersiz olduğu için klasik psikanalize mensup yazarların görüşlerine yer verilmemiştir. Çağdaş psikanaliz ile

sınırlandırılmamasına rağmen, konu dinamik bakış açısı ile ele alındığından, çalışmanın bakış açısını destekleyecek görüşlere daha çok bu alanda rastlanmıştır.

Yabancılaşma literatürünün ne kadarı *ego-alien* kendiliklerin (veya kendilik parçalarının) etkinleşmesi ile izah edilebilir. Bu yaklaşımın yabancılaşma alanındaki mevcut birikimi daha ileriye taşıma potansiyeli bulunmakta mıdır? Bu soruların karşılıklarını bulabilmesi için daha ileri çalışmalarda sentez denemelerinin yapılması gerekmektedir.

Literatürde daha çok kendilik çiftleşmesine ilişkin düşüncelere, açık veya üstü kapalı olarak değinildiği görülmüştür. Kendilik tasarımı ile ilgili ontik tartışmalara girmeksizin, yabancılaşma olgusunun kendilik çiftleşmesi (gerçekte bölünmesi) bağlamında ele alınmasının, yabancılaşma tartışmaları için en azından işlek bir dil sağladığı görülmüştür. Bu dil, mesafe, ayrılma, kopma gibi, yabancılaşma tartışmalarında sık kullanılan anahtar terimler için, zengin görsel metaforlar sunmaktadır.

Bireyde, kendi normal karakterinin dışında bazı özellikleri taşıyan, farklı, bir veya birden fazla kendilik veya kendilik parçası olabileceğine dair literatürde pek çok düşünce geliştirilmiştir. Bu "çiftleşme" modellerinin dışında, "çoklu" kendilik modelleri de bulunmaktadır. Yeni yüzyılın insan psişesi ikili veya daha fazla kendilikli (parçalı) olma eğiliminde olup, bu sürecin yabancılaşma olgusunun yükselişi ile paralel olması dikkat çekicidir. Bu kendilikler veya parçalar arasındaki ilişkiler (ayrılma, mesafe, kopma vs.), yabancılaşma türünün modellenenbilmesinde farklı yaklaşımlar sağlayabilecektir.

"Çoklu kendilik" modellerinin ele alınması bu çalışmanın hacmini çok açacağından kısaca değinilmiştir. Bu modellerin, yabancılaşma araştırmalarına ışık tutacak, daha önce yaklaşılmayan yönlerden bakılmasını sağlayacak açıklayıcı potansiyel barındırdıkları görülmektedir. Aslında çiftleşme modellerinin, çoklu kendilik yaklaşımının özel bir durumu olduğu düşünülebilir. Çoklu kendilik yaklaşımlarını esas alarak yabancılaşma olgusunu tartışan diğer çalışmaların literatüre önemli katkısı olacaktır.

Kendilik tasarımı üzerinden konuya yaklaşım sağlamak amacıyla, zaman zaman Nesne İlişkileri yaklaşımının yöntemlerine başvurulmuştur. Bunun ötesinde Nesne İlişkileri yaklaşımı ile sosyal yabancılaşma kuramlarının sentezinin önemli imkanlar barındırdığı görülmektedir.

Çağdaş psikanalitik yaklaşımlar, özellikle nesne ilişkileri kuramı yabancılaşma konusunu sıklıkla ele alırlar. Ancak ele alma biçimleri psikopatoloji anlayışıyla

sınırlıdır. Yabancılaşma genellikle “yakınlaşma korkusu”na indirgenir. Yabancılaşmayı ölçme iddiasında olan ölçekler, incinme ve yabancılaşmayı ayırt etmede bile çok başarılı değildirler. Kişilik bozukluğu düzeyinde olan şizoidi ile pek çok ortak tema içeren sosyojenik yabancılaşmanın bireysel yansımalarını birbirinden ayırt edecek çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu konu kavramsal olarak bile henüz yeterince tartışılmamış durumdadır.

Ayrıca, 19. yüzyılda işçi sınıfı ve 20. yüzyılda bürokrasi çalışanlarının sorunları ile yaygınlaşarak gündeme gelen yabancılaşma kavramının, bugünkü dinamiklerinin tamamen aynı olduğunu söylemek mümkün değildir. Bugün, özellikle insanların yaşam alanlarının daralması ile ortaya çıkan geri çekilme (şizoid reaksiyon) tarzında yabancılaşma olguları ön plana çıkmış olmalıdır.

Psikanalitik yaklaşımlarda, yabancılaşmayı ortaya çıkaran zeminin çocuklukta ve daha çok anne hataları nedeniyle ortaya çıktığı varsayılır. Ancak bu etiyolojik yaklaşım, kendilik tasarımları üzerinden yabancılaşmayı izah eden dinamik mekanizmanın asli bileşeni olmadığından, sosyolojik yabancılaşmayı içerecek bir sentezin yapılabilmesine engel değildir. Bu çalışma, söz konusu sentezin açıklama potansiyelini irdeleyen ön hazırlıklardan yalnızca biri veya muhtemel bir sentez için bir perspektif araştırması olarak değerlendirilebilir.

Demografiyi alt üst edecek derecede gerçekleşen göç olgusunun tarihte benzeri görülmedik seviyelere doğru tırmandığı bugünlerde, sığınmacı ve göçmen sorunlarının sosyal dokuyu bozarak “anomik” durumu arttırması, bu nedenle bireysel yabancılaşma olgusunun daha çok önem kazanacağı, daha fazla tartışılacağı beklenebilir. Sorunların daha etkili ve verimli tartışılması için yeni yaklaşım ve yeni modellerin geliştirilmesi öncelik kazanacaktır.

## 9. Kaynakça

- Akhtar, S. (2009). *Comprehensive Dictionary of Psychoanalysis*. Londra: Karnac Books.
- American Psychiatric Association. (2013). *DSM V: Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5. baskı). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Berne, E. (1957). “Ego States in Psychotherapy.” *American Journal of Psychotherapy*, 11(2), 293-309.
- Berne, E. (1961). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. New York: Grove Press.



- Binder, D. K., Schaller, K., ve Clusmann, H. (2007). "The Seminal Contributions of Johann-Christian Reil to Anatomy, Physiology, and Psychiatry." *Neurosurgery*, 61(5): 1091-6.
- Bloom, H. (2009). "Volume Introduction." H. Bloom ve B. Hobby (Der.), *Alienation* içinde (s. xv- xvi). New York: Infobase Publishing.
- Botella, C. ve Botella, S. (2005). *The Work of Psychic Figurability: Mental States Without Representation*. New York: Psychology Press.
- Brown, R. J. (2006). "Different Type of "Dissociation" Have Different Psychological Mechanisms." Deprince, A. P. ve Cromer, L. D. (Der.), *Exploring Dissociation: Definitions, Development and Cognitive Correlates* içinde (s. 7-25). New York: Haworth Press.
- Bruce, S. ve Yearley, S. (2006). *The SAGE Dictionary of Sociology*. Londra: Sage.
- Brunschwig, J. ve Lloyd, G. E. R. (2000). *Greek Thought: A Guide to Classical Knowledge*. Cambridge: Harvard University Press.
- Bychowski, G. (1967). "The Archaic Object and Alienation." *International Journal of Psycho-Analysis*, 48: 384-393.
- Bunn, G. C. (2012). *The Truth Machine: A Social History of the Lie Detector*. Maryland: Johns Hopkins University Press.
- Campbell, R. J. (2009). *Campbell's Psychiatric Dictionary*. Oxford: Oxford University Press.
- Colman, A. M. (2015). *Oxford Dictionary of Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Conradie, E. M. (2006). *Christianity and Ecological Theology*. Stellenbosch: African Sun Media.
- Council of Europe, Parliamentary Assembly. (1974). *Documents: Working Papers*. Council of Europe Publishing.
- Çorak, A. (2017). "Benlik Durumları (Ego States) ve Çekirdek Benlik." *Dinlenen Ben*, 5: 24-44.
- Çorak, A. (2018). "Disosiyatif Şizofreni Kavramının Tarihsel Kökenleri Ve Psikotik Süreklilik." *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(2): 29-45.

- Daehnert, C. (1998). "The False Self as a Means of Disidentification: A Psychoanalytic Case Study." *Contemporary Psychoanalysis*, 34: 251-271.
- Deflem, M. (2015). "Anomie: History of the Concept." James D. Wright (Der.), *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences* içinde (2. Baskı) (s. 718-721). Oxford: Elsevier.
- Deutsch, H. (1942). "Some Forms of Disturbance and Their Relation to Schizophrenia." *Psychoanalytic Quarterly*, 11: 301-321.
- Douglas, J. (1872). *English Etymology: A textbook of derivatives*. Londra: Simpkin, Marshall and Co.
- Elkholy, S. N. (2012). *The Philosophy of the Beats*. Lexington: University Press of Kentucky.
- Ellenberger, H. (1970). *The Discovery of the Unconscious: The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. New York: Basic Books.
- Engberg-Pedersen, T. (1990). *The Stoic Theory of Oikeiosis: Moral Development and Social Interaction in Early Stoic Philosophy*. Aarhus: Aarhus University Press.
- Ermış F. (2013). *A History of Ottoman Economic Thought: Developments Before the Nineteenth Century*. New York: Routledge.
- Evans, D. (2006). *An Introductory Dictionary of Lacanian Psychoanalysis*. New York: Routledge.
- Federn, P. (1952). *Ego Psychology and the Psychoses*. New York: Basic Books.
- Fischer, J. ve Corcoran, K. J. (1994). *Measures for Clinical Practice and Research: A Sourcebook*. 2. Cilt: Adults (2. Baskı). New York: Simon and Schuster.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. ve Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self*. New York: Other Press.
- Frankl, V. E. (1978). *The Unheard Cry For Meaning: Psychotherapy And Humanism*. New York: Simon & Schuster.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. New York: Simon and Schuster.
- Fromm, E. (2017). *The Sane Society*. (Gözden geçirilmiş 2. Baskı). Oxon: Routledge.

- Fromm, E. (1965). *Escape from Freedom*. New York: Avon Books.
- Geyer, R. F. ve Schweitzer, D. R. (1976). "Introduction." R. F. Geyer, D. R. Schweitzer (Der.), *Theories of Alienation. Critical Perspectives in Philosophy and the Social Sciences* içinde (s. xiv-xxv). Leiden: Martinus Nijhoff Social Sciences Division.
- Gil-Or, O., Levi-Belz, Y. ve Turel, O. (2015). "The "Facebook-self": Characteristics and Psychological Predictors of False Self-Presentation on Facebook." *Frontiers in Psychology*, 6(99): 1-10.
- Glover, E. (2017). *On the Early Development of Mind*. New York: Routledge.
- Gooding-Williams, R. (2011). *In the Shadow of Du Bois: Afro-Modern Political Thought in America*. Cambridge: Harvard University Press.
- Grimshaw, W. (1821). *An Etymological Dictionary*. Philadelphia: Lydia R. Bailey.
- Hart, O. V. ve Dorahy, M. J. (2009). "History of the Concept of Dissociation." Dell, P. F. ve O'Neil, J. A. (Der.), *Dissociation and the Dissociative Disorders: Dsm-V and Beyond* içinde (s. 3-27). New York: Routledge.
- Heidegger, M. (1996). *Being and Time: A Translation of Sein und Zeit*. New York: SUNY Press.
- Heidegger, M. (2001). "Letter on Humanism." McDonald, P.S. (Der.). *The Existentialist Reader: An Anthology of Key Texts* içinde (s. 236-269). New York: Routledge.
- Henderson, C. J. (2001). *The Encyclopedia of Science Fiction Movies*. New York: Facts On File.
- Hoch, A. (1911[1950]). "On Some Of The Mental Mechanisms In Dementia Praecox." Meyer, A., Jelliffe, S.E. ve Hoch, A. (Der.), *Dementia Praecox: A Monograph* içinde (s. 53-71). Boston: Gorham Press.
- Honneth, A. (2014). "Forword." Jaeggi, R., *Alienation* içinde (s. vii-x). New York: Columbia University Press.
- Hopkins, L. (2008). *False Self: The Life of Masud Khan*. Londra: Karnac Books.
- Hu, H., Real, E., Takamiya, K., Kang, M. G., Ledoux, J., Haganir, R.L. ve Malinow, R. (2007). "Emotion Enhances Learning via Norepinephrine Regulation of AMPA-Receptor Trafficking." *Cell*, 131: 160-173.

- Inwood, B. ve Donini, P. (1999). "Stoic Ethics." K. Algra, J. Barnes, J. Mansfeld, M. Schofield (Der.), *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy* içinde (s. 675-739). Cambridge: Cambridge University Press.
- Jaeggi, R. (2014). *Alienation*. New York: Columbia University Press.
- James, W. (1908[1890]). *The Principles of Psychology* (Cilt I). New York: Henry Holt And Company.
- Johnson, S. (1836). *Johnson's Dictionary*. Boston: C.J. Hendee.
- Jung, C. (2014). *The Collected Works of C.G. Jung*. Read H., Fordham M., Adler G. (Der.), Princeton: Princeton University Press.
- Jung, J. (2015). *Primary Narcissism, the Double, and Otherness*. *Research in Psychoanalysis*, 19(1): 79-88.
- Kaufmann, W. (1970). "The Inevitability of Alienation." Richard Schacht (Der.), *Alienation* içinde (s. xiii-lviii). New York: Doubleday & Company.
- Kernberg, O.F. (1995). *Object Relations Theory and Clinical psychoanalysis*. Lanham: Jason Aronson.
- Khan, M. (1975). "Introduction." Winnicott, D. W., *Through Paediatrics To Psycho-Analysis* içinde (s. 11-48). New York: Basic Books.
- Klein, E. (1966). *A Comprehensive Etymological Dictionary of the English Language* (Cilt I, A-K). Londra: Elsevier Publishing.
- Klein, J. (2016). "The Stoic Argument From Oikeiosis." V. Caston (Der.), *Oxford Studies in Ancient Philosophy* içinde (Cilt 50) (s. 143-200). Oxford: Oxford University Press.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1984). *How Does Analysis Cure?* Chicago: The University of Chicago Press.
- Lachs, J. (1976). "Mediation and Psychic Distance." R. F. Geyer ve D. R. Schweitzer (Der.), *Theories of Alienation. Critical Perspectives in Philosophy and the Social Sciences* içinde (s. 151-168). Leiden: Martinus Nijhoff Social Sciences Division.

- Laing, R. D. (1990). *The Divided Self: An Existential Study in Sanity and Madness*. Londra: Penguin Books.
- Leopold, D. (2018). "Alienation." Edward N. Zalta (Der.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* içinde. Alındığı URL: <https://plato.stanford.edu/archives/fall2018/entries/alienation>
- Ludz, P.C. (1976). "Evolution of the Theory and Concept." R. F. Geyer ve D. R. Schweitzer (Der.), *Theories of Alienation. Critical Perspectives in Philosophy and the Social Sciences* içinde (s. 3-40). Leiden: Martinus Nijhoff Social Sciences Division.
- Marwah, S. (2008). "Anomie." V. N. Parrillo (Der.), *Encyclopedia of Social Problems* içinde (1. cilt) (s. 45-47). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Masterson J. F. (1995). *Disorders of the Self: New Therapeutic Horizons (The Masterson Approach)*. New York: Brunner-Mazel.
- Masterson J. F. (1977). "Treating the Borderline Patient in Psychotherapy." *Canadian Psychiatric Association Journal*, 22: 109-116.
- Masterson J. F. (2000). *The Personality Disorders: Anew Look at the Developmental Self and Object Relations Approach*. Phoenix: Zeig Tucker.
- May, R., Yalom I. (1989). "Existential Psychotherapy." R. J. Corsini ve D. Wedding (Der.), *Current psychotherapies* içinde (s. 363-404). Itasca: F. E. Peacock Publishers.
- McCarthy, L. (2018). "(Re)conceptualising the Roundaries Between Home and Homelessness: The Unheimlich." *Housing Studies*, 33(6): 960-985.
- Monahan, P. A. (2009). "C. G. Jung: Freud's Heir or Janet's? The Influence upon Jung of Janet's Dissociationism." *International Journal of Jungian Studies*, 1(1): 33-49.
- Moskowitz, A. (2005). "Pierre Janet's Influence on Bleuler's Concept of Schizophrenia." *Janetian Studies*, 2.
- Moskowitz, A., Heinimaa M. ve Hart, O. (2019). "Defining Psychosis, Trauma, and Dissociation: Historical and Contemporary Conceptions." A. Moskowitz, M. J. Dorahy, I. Schäfer (Der.), *Psychosis, Trauma and Dissociation: Evolving Perspectives on Severe Psychopathology* içinde (s. 9-30). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Murray, J. A. H. (1901). *A New Dictionary On Historical Principles* (5. Cilt). Oxford: Clarendon Press.

- Murray, J. A. H. (1888). *A New Dictionary On Historical Principles* (1. Cilt). Oxford: Clarendon Press.
- Noll, R. (2006). *The Encyclopedia of Schizophrenia and Other Psychotic Disorders* (3. Baskı). New York: Facts on File.
- Partridge, E. (2006). *Origins: A Short Etymological Dictionary of Modern English*. Londra: Routledge.
- Pembroke, S. G. (1971). "Oikeiôsis." A. A. Long (Der.), *Problems in Stoicism* içinde (s. 114-149). Londra: Athlone Press of the University of London.
- Petrovic, G. (1967). "Alienation." P. Edwards (Der.), *The Encyclopedia of Philosophy* içinde (s. 76-81). New York: McMillan and Free Press.
- Preus, A. (2015). *Historical Dictionary of Ancient Greek Philosophy* (2. Baskı). Londra: Rowman & Littlefield.
- Reader's Digest (1996). *Oxford Complete Wordfinder: A Unique and Powerful Combination of Dictionary and Thesaurus*. Readers Digest Association.
- Richter, D. S. (2011). *Cosmopolis: Imagining Community in Late Classical Athens and the Early Roman Empire*. Oxford: Oxford University Press.
- Samellas, A. (2010). *Alienation: The Experience of the Eastern Mediterranean (50-600 A.D.)*. Bern: Peter Lang.
- Sayers, S. (2011). "The Concept of Alienation: Hegelian Themes in Modern Social Thought." S. Sayers (Der.), *Marx and Alienation: Essays on Hegelian Themes* içinde (s. 1-13). New York: Palgrave Macmillan.
- Schacht, R. (1970). *Alienation*. New York: Doubleday & Company.
- Schmitt, R. (2003). *Alienation And Freedom*. Cambridge: Westview Press.
- Schweitzer, D. (1981). "Alienation Theory and Research: Trends, Issues and Priorities." *International Social Science Journal*, 33(3): 523-56.
- Scott, J. (2014). *A Dictionary of Sociology*. Oxford: Oxford University Press.
- Seeman, M. (1959). "On the Meaning of Alienation." *American Sociological Review*, 24(6): 783-791.

- Seeman, M. (1972). "Alienation and engagement." A. Campbell ve P. E. Converse (Der.), *The Human Meaning of Social Change* içinde (s. 467-527). New York: Russell Sage.
- Shorter, E. (2005). *A Historical Dictionary of Psychiatry*. Oxford: Oxford University Press.
- Solomon, H. M. (2007). *The Self In Transformation*. Londra: Karnac Books.
- Srole, L. (1956). "Social Integration And Certain Corollaries: An Exploratory Study." *American Sociological Review*, 21(6): 709-716.
- Stem, D. (1985). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. New York: Basic Books.
- Tasca, C., Rapetti, M., Carta, M. G. ve Fadda, B. (2012). "Women And Hysteria In The History Of Mental Health." *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 8: 110-119.
- Taylor, E. (1983). *William James On Exceptional Mental States: The 1896 Lowell Lectures*. Amherst: The University of Massachusetts Press.
- Teymoori, A., Bastian, B. ve Jetten, J. (2016). "Towards a Psychological Analysis of Anomie." *Political Psychology*, 38: 1009-1023.
- Vaan, M. (2008). *Etymological Dictionary Of Latin And The Other Italic Languages*. Leiden: Brill.
- VandenBos, G. R. (2015). *APA Dictionary of Psychology* (2. Baskı). Washington, DC: American Psychological Association.
- Vogt, W. P. ve Johnson, R. B. (2015). *The SAGE Dictionary of Statistics & Methodology: A Nontechnical Guide for the Social Sciences* (5. Baskı). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Volkan, V. D. (1976). *Primitive Internalized Object Relations: A Clinical Study of Schizophrenic, Borderline, and Narcissistic Patients*. New York: International Universities Press.
- Washburn, M. (2003). *Embodied Spirituality In A Sacred World*. New York: State University of New York Press.
- Watkins, J. G. ve Watkins H. H. (1997). *Ego States: Theory and Therapy*. New York : W.W. Norton.

White, F. ve Baylie, R. (1624). *A Replie to Iesuit Fishers Answere to Certaine Questions Propounded by His Most Gracious Matie: King Iames*. Londra: Adam Islip.

Winnicott, D. W. (1965). *The Maturation Process and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. Londra: Hogarth Press.

Winnicott, D. W. (1975). *Through Paediatrics To Psycho-Analysis*. New York: Basic Books.

Winnicott, D. W. (2018). *Psycho-Analytic Explorations*. Londra: Routledge.

Winslow, F. (1853). *Journal Of Psychological Medicine Mental Pathology* (Cilt 6). Londra : John Churchill.

Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.