

PSİKANALİTİK GRUP TERAPİSİ (GRUP ANALİZİ)

Ali KEYVAN

İstanbul Aydın Üniversitesi, Türkiye

dr.alikeyvan@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6396-7671>

<i>Atf</i>	Keyvan, A. (2021). PSİKANALİTİK GRUP TERAPİSİ (GRUP ANALİZİ). <i>İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi</i> , 13(3), 591 - 604.
------------	--

ÖZ

Psikanalitik Grup Terapisi, Siegmund Heinrich Foulkes ve Wilfred Ruprecht Bion'un 1940'lardaki özgün çalışmaları ile başlamıştır. Birincil olarak psikanalitik kuramlardan kaynak alan bir tedavi yöntemi olduğu gibi, diğer psikoterapi kuramları ile uyumlu ve entegrasyon içindedir. Yoğun ve derinlemesine bir çalışmayı sağlamak için tasarlanmış, bireyin iç dünyası ile karşılaşmasını ve bu dünyanın diğeri ile olan ilişkisini anlamayı amaçlamıştır. Günümüzde birçok ülkede grup analizi eğitimi verilmektedir ve grup analisti yetiştirilmektedir. Türkiye'de ise ilk defa İstanbul merkezli "İstanbul Grup Analizi Derneği (IstGA)" adı altında IIGA (İsrail Grup Analizi Enstitüsü), EFPP (Avrupa Psikanalitik Psikoterapi Federasyonu), GASI (Uluslararası Grup Analitik Topluluğu) ve EGATIN (Avrupa Grup Analitik Eğitim Enstitüleri Ağı) iş birliği ile psikanalitik grup terapistleri yetiştirilmektedir. Bu makale Türkiye'de grup analizi hakkında ilk kapsamlı araştırma yazısı niteliğindedir. Bu makalede grup analizinin tarihçesi, kuruluşu, kurucuları ve dayandığı kuramlar ön planda ele alınacaktır. Grup analizinin ülkemizde geliştirilmesi, yaygınlaştırılması ve nihayetinde insanlarımızın bu kıymetli tedavi yöntemine ulaşabilmelerinin önünü açması amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Psikanalitik Grup Terapisi, Grup Analizi, Foulkes, Bion.*

PSYCHOANALYTIC GROUP THERAPY (GROUP ANALYSIS)

ABSTRACT

Psychoanalytic Group Therapy started with the original work of Siegmund Heinrich Foulkes and Wilfred Ruprecht Bion in the 1940s. It is a treatment method that originates primarily from psychoanalytic theories and is compatible and integrated with other psychotherapeutic theories. Designed to provide an intensive and in-depth study, it aims to understand the individual's encounter with his inner world and its relationship with the other. Today, group analysis training is given in many countries and group analysts are trained. For the first time in Turkey, based in Istanbul, under the name of "Istanbul Group Analysis Association (IstGA)" psychoanalytic group therapists are being trained in cooperation with IIGA (Israeli Institute of Group Analysis) EFPP (European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy), GASI (Group Analytic Society International) and EGATIN (European Group Analytic Training Institutions Network). This article is the first research paper in Turkey written about the group analysis. In this article, the history, establishment, founders and theories of group analysis will be discussed in the foreground. It is aimed to develop and spread group analysis in our country and eventually pave the way for our people to access this valuable treatment method.

Keywords: *Psychoanalytic Group Psychotherapy, Group Analysis, Foulkes, Bion.*

GİRİŞ

Grup psikoterapileri 1940’larda başlamıştır (Yalom 1975). İlk uygulamalar psikanalitik, psikodrama ve gestalt grupları olmuştur. Daha sonraki yıllarda teknik yaklaşımları son derece farklılık gösteren birçok grup psikoterapi yöntemi daha tanımlanmıştır; kısa grup terapileri, destekleyici-dışavurumcu bilişsel davranışçı, psikoeğitimsel, yardımlaşma, dinamik-etkileşimsel grupları bunlardan bazılarıdır (Yalom 1975).

Psikanalitik grup terapisi, S.H. Foulkes ve W.R. Bion tarafından ortaya konulmuş bir psikoterapi yöntemidir ve aradan geçen neredeyse bir asırda birçok bilim insanı yöneme katkılarda bulunmuşlardır. Grup analizi bireysel terapinin grupta işlendiği bir tedavi yöntemidir (Foulkes, 1964).

Grup analizi, psikanalitik çerçeve dahilinde (zaman, mekân vb.) üyeler ve kondüktörün katılımıyla gerçekleştirilmektedir. Çoğunlukla haftada bir kez, bir buçuk saatlik seanslar olarak uygulanır. Seanslar değişmeyen bir çerçevede sabit bir ritimle aynı gün, saat ve mekânda derinlemesine çalışmayı sağlayacak bir psikoterapi maratonudur. Ortalama olarak, birbirine yabancı, 6-8 üyeden oluşmaktadır. Üyeler ve terapist (kondüktör) bir çember olacak şekilde otururlar.

Gruptaki birey, kendi tipik çatışmalarını ve davranış kalıplarını yeniden kurar ve bireyin kondüktöre, grup üyelerine ve gruba aktarımları oluşur. Bu nedenden grup analizinde yatay/dikey aktarımlar ve basit/kompleks aktarım süreçleri mevcuttur. Kondüktör bireyi dinlerken, aynı zamanda o bireyin grup matriksi içindeki konumu ve yerini de düşünür. Grup, yeni katılımcılara açıktır; hedeflerine ulaşmış veya kişisel süreçlerinde tatmin edici bir seviyeye ulaştıklarını düşünen katılımcıların ayrılışlarına izin verir (slow-open group). Terapi süresi bireysel ihtiyaçlara göre değişmekte olup bireysel psikanaliz süreci ile birçok yönden örtüşmektedir (Foulkes, 1964).

Grup analizi bireyin iç dünyası ile karşılaşması ve bu dünyanın diğeri ile olan ilişkisini anlamayı amaçlamıştır. Gelişen ilişkiler sayesinde, bireysel ve grupsal düzeydeki bilinçdışı dinamiklerin çalışılabilecek ve yorumlanabilecek düzeye ulaşması beklenir. Zaman içinde gelişen aidiyet duygusu ise güvende hissetme ve yeniden öğrenmeyi mümkün kılan önemli, çarpıcı bir yüzleşme ile sağlanır. Psikanalitik grup terapisi, yoğun ve derinlemesine bir çalışmayı sağlamak için tasarlanmıştır (Foulkes, 1964).

Analitik grupta, birey, dinamik alanı (matriks) oluşturan kişilerarası süreçleri etkileyen ve onlardan etkilenen, birbiriyle ilişkili bir ağda (network) düğüm noktası olarak algılanır. Analitik grup, bireyin sosyal yönlerinin gözlemlenebildiği bir çalışma çerçevesidir. Böylece bireysel soyutlanmadan ziyade sosyal bir varlık olarak kendi gerçek doğasında gözlemlenebilmesi ve tedavi edilebilmesi amaçlanmaktadır (Pines, Hearst, Behr, 1982).

SIEGMUND HEINRICH FOULKES

Foulkes, Alman-İngiliz psikiyatrist ve psikanalisttir. İsmi Alman pasaportunda Siegmund Heinrich Fuchs, İngiliz pasaportunda ise Siegmund Heinrich Foulkes olarak geçer. 1898'de Karlsruhe'de doğmuş olan Foulkes, 1976 yılında 77 yaşındayken Londra'da vefat etmiştir. 1923'de Heidelberg, Munich am Main Üniversitesi tıp fakültesinden mezunu olmuştur. 1924'de pediatri bölümündeki tezini bitirmiş ve Goldstein ile nöroloji bölümünde intörn olarak çalışmaya başlamıştır. Viyana'da Otto Pözl ve Paul Schilder ile psikiyatri alanında beraber çalışmıştır. Bu dönemde Gestalt psikolojisi ve grup terapileri ile ilgilenmiştir. Freudyen Psikanalize olan ilgisi sonucu Landauer'in tavsiyesi ile Viyana'ya gitmiştir (Hakemm, 2008). Helene Deutsch ile analizinden geçmiş, Hermann Nunberg tarafından süpervize edilmiştir. 1920'lerden itibaren yoğun şekilde hastaları ile psikanalitik divan çerçevesinde çalışmıştır. 1930'dan sonra da Frankfurt Enstitüsü'ne psikanalist olarak katılmıştır. Ancak 1933'de Hitlerin artan baskısı sonucu, Ernest Jones'un davetiyle eşi ve üç çocuğu ile birlikte İngiltere'ye sığınmacı olarak göç etmiş, ardından İngiliz Psikanaliz Topluluğu üyesi olmuştur (Foulkes, 1990).

Devon'un Exeter şehrinde 1939'da ilk analiz grubunu yöneten Foulkes, 1942 yılında Northfield Birmingham Psikiyatri Hastanesi'nde grup analizini geliştirmiştir. Burada, İkinci Dünya Savaşı sırasında cephe travmatik deneyimleri oluşan askerler ile çalışmış, daha sonraki çalışma hayatını ise Londra'da St. Bartholomew Hastanesi'nde emekli olduğu 1963 yılına kadar sürdürmüştür. Foulkes emekli olmadan önce 1952'de Analitik Grup Topluluğunu (GAS) kurmuş, emekli olduktan sonra ise 1971'de Grup Analizi Enstitüsünü (IGA) Londra'da kurmuştur. Hem GAS hem de IGA grup analizinin dünyaya açılmasına ve birçok ülkede grup analistlerinin yetişmesine vesile olmuştur (Foulkes, 1990).

Foulkes (1964), yirmili yaşlarının ortalarında Trigant Burrow'un yazılarını okuduktan sonra, grup analizinin ilk defa bir tedavi şekli olarak aklına yerleştiğini söyler. Bundan 15 yıl sonra ilk terapi deneyimini gerçekleştirecektir. Foulkes, Burrow dışında grup analizi fikrinin gelişmesinde, izlediği bazı tiyatro oyunlarından da ilham aldığını belirtmiştir. Pirandello'nun 'Six Characters in Search of An Author' ve Maksim Gorki'nin 'Diptekiler' oyunundan oldukça etkilendiğini yazmıştır. Diptekiler oyunuyla ilgili şöyle söylemiştir: '*Kahramansız bir oyun, sahnede lidersiz bir grup, güçlü ve adsız kuvvetler tarafından yönlendirilen*' (Foulkes, 1964). Bu oyunun, kendisini, tiyatronun ve günlük yaşamın patojenik ve terapötik güçleri hakkında düşündürdüğünü belirtmiştir. Foulkes, 1926 yılında Sigmund Freud'a bir mektup yazmış ve analitik grup psikoterapisi konusundaki fikirlerinden bahsetmiştir. Ancak Foulkes'un grup analizi fikri esasen Frankfurt okulunda şekillenmiştir (Foulkes, 1990).

FRANKFURT OKULU

Goldstein'in nöroloji anabilim dalı başkanı olduğu dönemde Frankfurt Okulu, bünyesinde gestalt terapisi araştırma merkezini de bulundurmaktaydı. Bunun dışında 1924 yılında sosyal araştırma, 1929'da psikanaliz enstitüsü de açılmıştı. Enstitü bünyesinde ticari hareketler, darbe, devrim olarak ekonomik güç, Marksizm, Bolşevizm ve Semitizm'in sosyolojik yanları, kitle ve politik parti, sosyal sınıfların görüşleri, Almanya'nın fakirleşmesi gibi konular daha öncelikli olarak ele alınmıştı. Frankfurt Okulu böylece felsefe, sosyoloji ve psikanaliz disiplinlerinin bulunduğu önemli bir araştırma merkezi haline gelmişti (Rothe, 1989).

Horkheimer'in ev sahipliği yaptığı haftalık düzenli çember şeklindeki toplantılara; Adorno, Fromm, Elias, Goldstein, Pollock, Lowenthal, Mannheim, Foulkes gibi isimler katılıyordu. Bu toplantılar, sol kanat entelektüellerden oluşan enstitü üyelerinin Marks'ın sosyal teorisini uyumlandırma girişimi ile oluşan "Eleştirel Teori" (Critical Theory) sosyal fenomeninin ortaya çıktığı merkezdi. Adorno, öğrenciler arasında 'Cafe Marx' olarak da bilinen bu toplantıların, dostane ancak oldukça yoğun tartışmalar içerdiğini yazmıştır. Horkheimer, sosyolojik yapı içinde, psikolojik boyutta çimento mekanizmasının açıklamasını bulmayı umut etmişti (Horkheimer, 1932). 1929 yılında psikanaliz enstitüsünün açılması ile sosyoloji ve psikoloji arasındaki ilişki somutlaşmıştı ve Enstitünün başında Freud'un analizinden geçmiş Karl Landauer vardı.

Berlin Enstitüsü'nün aksine, Frankfurt Enstitüsü başlangıçta psikanalist yetiştirme odaklı değil, bilimsel ve teorik ilgi odaklı olmuştur. Enstitünün çok disiplinli yapısı sonucu ortaya iki ana soru çıkmıştır; otoritenin sosyo-dinamiğin önemli bir faktörü olup olmadığı ve insanoğlunun otoriteye yatkınlığında başlıca sosyal belirleyicinin aile olup olmadığı. Nazilerin başa geçmesi öncesindeki bu süreçte tartışılan bu sorulara karşı öne sürülen sav ise; otorite aile yapısının sosyolojik ve politik totaliter ideoloji ile bağlantılı olduğu, sadece orta sınıfı değil aynı zamanda işçi kesimini de içine aldığı yönünde olmuştur (Rothe, 1989).

Erich Fromm bu süreçte sosyal bilimlerdeki sosyal psikoloji bilim dalı başkanlığını yapmaktaydı. Ona göre tüm topluluklar, temel insan dürtülerinden ve sosyal faktörlerden oluşan ortak bir libidinal yapıya sahiptirler ve bu sosyal-politik otoriteyi etkilemektedir. Libidinal yapı, hem bireyde hem de bireylerden oluşan grubun içinde demirlenmiştir' diyen Fromm'un teorisi, ideolojilerin yaratılmasında libidinal yapının önemini vurgulamıştı (Fromm, 1930).

Adorno'nun psikanalize olan teorik ilgisi çalışmalarında kendini göstermektedir. Onun kültürel üst-yapı çalışmaları, birincil olarak müziğin estetik ve sosyal fonksiyonları ile ilgili olmuştur. Müziğin sosyolojik analizi sonucu orkestra ve kondüktör (orkestra şefi) arasındaki ilişkiye işaret etmiş; 'orkestra kondüktörden

her sayıyı bilmesini, her hatalı notayı duymasını, her belirsizliği fark etmesini, bir el hareketi ile tüm orkestrayı bir arada tutabilmesini, beraber düzgün çalmalarını sağlamasını, onların müziği nasıl hayal ettiğini bilmesini beklemektedir vb. Kondüktörlerine karşı müzisyenlerin tutumu ambivalenttir, entelektüel otoritesine karşı duyulan nefret ve itaat etme arzusu birbirine karışmıştır’ demiştir (Adorno, 1962).

Frankfurt okulunun yukarıda bahsi geçen otorite üzerine farklı ve zengin çalışmaları ile ortaya çıkan görüşler, Foulkes’un grup liderinin fonksiyonlarını derinlemesine ve ayırt edici şekilde incelemesinde ilham kaynağı olmuştur (Rothe, 1989). Nitekim Foulkes, Adorno’dan ilham alarak grup analizinde ‘lider’ kelimesi yerine ‘kondüktör’ kelimesini kullanmayı önermiş ve lider teriminin kullanılmaması gerektiğini ısrarla vurgulamıştır (Foulkes, 1975).

Frankfurt Okulu’ndaki değinilmesi gereken başka bir isim ise Mannheim’dır. Mannheim, “bilgi sosyolojisi” (Sociology of Knowledge) alanında en önemli Alman uzman olarak bilinir. Psikanaliz ile tanıştıktan sonra ‘değerlerin dalgalandığı bir iklimde, birey ve grubun ne kadar uyum gösterdiğini’ kavramsallaştırmıştır. Bu dönemde faşizmin acımasız sosyal entegrasyonuna karşı oluşturulabilecek bir demokratik eğitim metodu aramakta olan Mannheim, “Psikanalitik yeniden düzenleme ile bütün alana etki etmek mümkün değildir, adım adım denenmesi gereken başka formlar da mevcuttur” demiştir. Bu kolektif yeniden düzenleme formlarına ‘sosyo-analiz ya da grup (kitle) analizi’ adını vermiştir. Sosyo-analiz bireye, aileye ve tüm sosyal alana atıfta bulunuyor ve grup etkileşimlerini daha bilinçli hale getiriyor’ demişti. Ona göre modern psikoloji ve sosyoloji sadece ahlaki alanda reform geliştirmemiş, aynı zamanda grup analizi ile kitlelere yeniden uyumlama için yeni metotlar bulma yoluna girmiştir (Mannheim, 1943).

Goldstein’nin Foulkes üzerine olan etkisi yadsınamaz. Yazılarında; “biyolojik olan sadece diyalektik bilişsel çerçevede dahilinde çalışabilir ve hiçbir şekilde varoluş mücadelesinin kanıtı olarak mekanik olarak analiz edilemez”, “gerçek olan sosyolojik fenomendir; sosyal gruplar güçlü olan liderlerini devamlı takip ederler, bu liderler ellerindeki gücü kötüye kullanıp ilgilerine açıkça zarar veriyor olsalar dahi” şeklindeki fikirlerini ortaya koymaktaydı (Rothe, 1989). Goldstein’in amacı sosyologları, paralellikleri basitleştirmek için acele etmeden biyolojik yönleri düşünmeye teşvik etmek olmuştur (Goldstein, 1936). Foulkes, Goldstein’in 1927 yılında psikanalizin nöroloji ile olan ilişkisine dair en önemli görüşlerini sunduğunu belirtir ve yazısının devamında, “derin ve mahrem psikanalitik sürecin, bireyi bir bütün olarak kavramakla ilgili yoksunluğundan bahseder, Goldstein’in eleştirisinin özü, ruhu bütünden (gruptan) izole etmenin başka herhangi bir parça kadar kabul edilemez olmasıdır” demiştir (Foulkes, 1936).

Foulkes'un çalışmalarından oldukça etkilendiği bir diğer kişi, 20. yüzyılın önemli kuramcılarından sosyolog, psikolog, filozof, tarihçi ve doktor olan Elias'dır. Foulkes ve Elias'ın uzun yıllar sürecek dostlukları olmuştur ve Elias'ın sembol teorisi ve uygarlaşma süreci kuramları başta olmak üzere, grup analizinin gelişiminde etkili olmuştur (Foulkes, 1938). Norbert Elias, Descartes'tan bu yana devam eden düşünceyi eleştirmiştir. Elias, yapısalcılığı tarih dışı ve statik toplum anlayışından (muhafazakarlaştırma çabası) dolayı eleştirmektedir. Klasik yapısalcılık anlayışında birey topluma tamamen bağımlı gibi gözükmüş ve öznelere atomize değil, birbirlerine sosyal, kültürel, ekonomik açıdan bağımlı figürasyonlar olarak ele alır. Elias'a göre uygarlık, Batı'nın öz bilincini yansıtan bir şey değildir. Uygarlık; insan duyguları üzerinde dış ve iç etkiler ile yaratılan baskılanma sonucu insan duygu ve düşüncülerinin değiştirilmesidir. Yani uygarlaşma, duygu denetiminin artmasıdır. Uygarlaştıkça kişinin kendine yabancılaşması olgusu daha da belirginleşir (Dalal,1998).

Elias'ın "sembol teorisi" insanoğlu ile ilgili dikotomileri birleştirmek üzerinedir; "dili ve düşünceyi, içseli ve dışsalı, bireyi ve toplumu, biyolojik ve çevreseli vb. yani insanoğlunun tüm yönleri arasında köprü inşa etme çabasıdır" (Elias, 1991). Foulkes, süperego'nun tarihsel gelişiminin anlaşılmasında, Elias'ın sosyo-genetik metodunun önemine değinmiştir. Elias 'bireyin küçük tarihini' ve 'toplumun kocaman tarihini' birleştirmeye çalışmış ve batı toplumunda psişenin 'sosyo-genesis' ile nasıl çözülmeyen bir bağ kurduğunu göstermeye çalışmıştır. "Tarihsel savaş alanı artık bireyin psişesinin içinde yer almaktadır. Olayların tarihsel akışını oluşturan sosyal ve psikolojik alanlar bir network içinde karşılıklı olarak birbirlerine bağlanmışlardır" demiştir (Dalal,1998). Elias'ın bu görüşleri, "kolektif bilinçdışı" kavramının psikanalitik grup terapisinin terapötik faktörlerinden biri olarak gelişmesinde önemli olmuştur.

Elias'ın teorileri, Adorno'nun görüşleri ile paralellik göstermektedir. İlginç olarak Goldstein'in network ile ilgili nörobiyolojik teorisi nöron teorisini yadsımıştır. Elias ise "bütünü" onu oluşturan parçalarına olan ilişkisine atıfta atomistik sosyolojiyi vurgulamıştır. Foulkes'un grup kavramı ise her iki görüşe de yoğunlaşmıştır (Dalal,1998).

Frankfurt'un Bütün bu zengin düşünsel çevre içerisinde, Foulkes'un grup analizi fikirleri, 1932 yazında Karl Landauer ve Heinrich Meng ile Freud'un 'kitle psikolojisi ve ego analizi' üzerine verdikleri ortak seminerleri sonrası alevlenmiştir. Foulkes grubun birey üzerindeki etkilerinin önemine yoğunlaşmıştır (Rothe, 1989). 1971'deki yazısında Foulkes; 'Toplum nihai birimdir ve büyük öneme haizdir, bireyin üye olduğu gruba ait içselleştirdiği güçler mevcuttur. Psikoloji ne bireysel ne de grup düzeyinde soyutlanabilir. Gruba atıfta bulunmaksızın bireyden bahsedemeyiz tıpkı bireye atıfta bulunmaksızın gruptan bahsedemeyeceğimiz

gibi. Kişiyi psikolojik bir bütünlük içinde kavrayabilmek için birey/grup düzeylerinin her ikisi de göz önünde tutulmalıdır.’ der (Foulkes, 1971, 1990).

FOULKES’UN GRUP ANALİZİ KURAMI

Foulkes’un psikoterapötik yaklaşımında, Freud’un çalışmaları merkezi bir rol almıştır, ancak Foulkes ilerleyen dönemde Norbert Elias’ın görüşlerini ve kuramlarını da benimsemiştir. Bu iki büyük düşünürün, içe dönük ve dışa dönük bakış açılarını birleştirerek psikoloji alanına bir yenilik getirmiştir. (Foulkes, 1964).

Foulkes, 1948’de yayınlanan kitabı “Grup-Analitik Psikoterapiye Giriş” de şöyle yazmıştır; *“Bütünü onun parçalarının toplamı olarak ele almak yanlıştır. Kaçınılmaz olarak her birey, bağlamındaki topluluk ve yaşadığı dünya içerisinde temel ve merkezi olarak belirlenebilir. İçsel/dışsal, yapısal/çevresel, birey/topluluk, fantezi/gerçeklik, beden/zihin vs. Suni izolasyon haricinde hiçbir seviyede birbirinden ayrılamazlar”*. Ona göre insanoğlu doğduğu an itibarı ile kendini kaçınılmaz olarak sosyal ağ içerisinde bulmaktadır. Birey ve toplumu birbirinden ayırmaya karşı çıkmış, bireylerden oluşan matriks (toplum) içinde hem bireyin hem de matriks bağlamındaki bireyin anlaşılması gerektiği tezini savunmuştur. Psikanalitik Grup Terapisinin amacı, günlük yaşama mümkün olduğu kadar yakın bir çerçeve içerisinde psikoterapiyi, değişimi ve gelişmeyi mümkün kılmaktır (Foulkes, 1948).

Böylece Foulkes yeni bir grup psikoterapi metodu tarif ettiğini söylemiştir. Sonuçlarının çok cesaretlendirici olduğunu da vurgulamıştır. Yüksek yüzdelerde iyileşme ve şifayla sonuçlanmış terapi kürlerinden bahsetmiş ve bilimsel arenada yayınlamıştır. Grup Analizi isminden dolayı yanlış anlaşılabilir olduğunu belirtmiş ve eklemiştir; *“Bu metot grubun içinde psikanaliz yapmak değildir. Şahsen yıllardır bireysel bir psikanalist olarak şunu kesinlikle vurgulamalıyım ki; psikanalitik konum, ancak bir terapist ve bir hasta yani psikanalist ve analizan arasında gerçekleşebilir. Aksine Grup Analizi, grubun içindeki yani bütün üyeleri arasında gelişen dinamiklere odaklanır. ‘Group Analytic Psychotherapy’ (analitik grup psikoterapisi) terimi daha ayrıntılı bir tanım olacaktır ve referans çerçevesi ‘group as a whole’ dur. Bütün psikoterapilerde olduğu gibi birey odak merkezlidir”* demiştir (Foulkes, 1964).

Psikanalitik grup terapisinde terapötik faktörler açısından bakıldığında ilk sırada bireysel psikanalizde de mevcut terapötik faktörler söz konusudur; bastırılmış bilinçdışının bilince getirilmesi, katarsis, içgörü, savunma mekanizmalarının ve aktarımların analizi ve en önemlisi “working through (derinlemesine çalışma)”. Ancak; aktivasyon, exchange, aynalama, aktif katılım, sosyal etkileşim ve iletişim gibi gruba özgü terapötik faktörler de vardır. Foulkes’un literatüre kattığı özel

bazı kavramlar ve spesifik terapötik faktörler şunlardır; “Mirroring (aynalama)”, “exchange (takas)”, “sosyal entegrasyon”, “kolektif bilinçdışının aktivasyonu” ve “rezonans” (Foulkes, 1964).

Foulkes’un grup analizi modelinde, her birey kendi hayatından gruba bir ilişkiler ağı (network) getirir. Üyelerin bu ağlarının birleşimi ise total ağı (network) oluşturur ve bu total network temelinde üyeler arasında gelişmeye başlayan ilişkiler ise, iplik gibi örülmeye başlanan bir matriks gibidir. Matriks bireyler arasında örülen güvenli bağları içerir (Foulkes, 1966).

Foulkes, Grup Analizi yaklaşımında üç psikolojik nesnenin birleştirici sürece katılımına olanak sağlayacak olan klinik metodu sundu. Grupta üyelerinin sayısı değişebilir ancak analitik ortamda her zaman yalnızca üç nesne kategorisinden bahsedilebilir; üye, kondüktör ve bütün olarak grup (group as a whole). “Free-floating discussion” yani serbest-tartışma, onun “model of three (üçlü model)” olarak isimlendirdiği bu modele dayanır ve psikanalizdeki serbest çağırışının grup analizindeki izdüşümü olarak da düşünülebilir (Foulkes, 1966).

Psikanalitik süreçte istenilen, grubun spontane ve resmi olmayan katılımı ve serbest tartışmaya geçmesidir. Kondüktör çok az talimat verir ve ortada belirlenmiş bir konu ya da plan yoktur. Grubun başında lider pozisyonunda olmasına karşın grubu aktif olarak yönetmekten sakınır, dolayısıyla yönetilmek istenen bir grubu ki oldukça güçlü bir arzulamadır, süttten kesen (weaning) bir anne gibidir. Süttten kesme gruplarda, özellikle psikonevrotik seviyesi yüksek olanlarda istenmeyen bir durumdur ve en güçlü nevroitik savunma pozisyonlarını baltalamaktadır. Kondüktör ne kadar süttten kesmeyi başarabilirse, bir o kadar üyelerin daha aktif katılımını teşvik edebilir (Foulkes & Anthony, 2018).

Grupta anlama ve kabul edilme ihtiyacı kaçınılmaz olarak iletişime geçmek için uyarıcıdır. Üyelerin kişilikleri daha etkileşimli hale gelir ve dinamik etkileşimlerindeki hareketleri gözlemlenebilir. Farklı görüşler, karakterler ve belirtiler gerçek kişiler tarafından temsil edilir. Herhangi bir bireyde latent (gizil) olan, bir diğesinde manifest (görünür) olarak ifade edilir. Hem belirtiler hem de savunmalar bu etkileşim aksiyonunda gözlemlenebilir. Bu canlı ortamda görünümünün anlamları ve önemleri ortaya çıkar. Gruptaki üyeler bu deneyime tahammül edebilmelidir. Analitik süreçte bireysel ve grupsal değişim belirgin olarak gözlemlenir (Foulkes, 1964).

Analitik grupta iletişim ilkel otistik seviyeden, bilinçli kendini ifade edebilme seviyesine doğru hareket eder ve terapötik etkiyi beraberinde taşır. Terapötik grup içinde herkesin iştirak edebildiği ve birbirini anlayabildiği ortak bir alan kurulur. Bu süreç içinde bireyler ‘belirtilerin dili’ni, sembolleri, rüyaları ve sözel iletişimi anlamaya başlarlar (Foulkes, 1964).

WILFRED RUPRECHT BION

1897 yılının Eylül ayında Hindistan'ın Pencap bölgesinde doğan Bion'un babası İngiliz bir mühendistir. Sekiz yaşındayken ilkokul eğitimi için İngiltere'ye gönderilmiştir. Bu deneyimi, annesinden ve onun için çok özel bir yeri olan Hintli dadısından kopuş, ardından geçirdiği yılları ise zorlu yıllar olarak tarif etmiştir. Birinci Dünya Savaşı'nda tank subayı olarak görev yapmış, şeref nişanı ve hizmet madalyası almıştır ancak savaşın travması sonrası madalya aldığı gün için "öldüğüm gün" demiştir, zira o gün savaşta emrinde görevli bir asker yanında parçalanarak can vermiştir (Bion, 2017).

Bion 26 yaşında Rickman ile psikanalizine başlamış, bu süreçte psikiyatriye ve psikanalize yönelmiştir. Queen Collage'da aldığı tarih eğitiminin ardından psikanalist olma isteğiyle University Collage of London'da tıp eğitimi görmüştür. Mezuniyetinden sonra Tavistock Kliniği'nde psikoterapi eğitimi görmüş, İkinci Dünya Savaşı'nda psikiyatri kliniğinin rehabilitasyon bölümünde şeflik yapmıştır. Evden uzak olduğu dönemde karısının doğum sırasında hayatını kaybetmesi üzerine Melanie Klein ile ikinci kez psikanalizden geçmiş, 1962-1965 yılları arasında ise İngiliz Psikanaliz Derneği'nin başkanlığını yapmıştır.

Bion'un hayatındaki travmatik olaylar, kapsayıcı ve kapsanan kavramları üzerine yazmasında ve psikotik hastaların ruhsal işleyişini anlamasında etkili olmuştur. Kuramında 'kapsayıcı çevre' olarak tanımlayacağı ortamlardan koparılıp; tuhaf, katastrofik, hatta psikotik ortamlara gönderildiğinde yaşadığı kargaşanın, kapsayıcı ve kapsanan kavramları üzerine düşünmesinde etkili olduğu söylenebilir. Özellikle son yirmi yıl içinde kuramının geniş kapsamı daha da görünür hale gelmiş olan Bion, çağdaş psikanalizin düşünce dünyasını ve pratiğini derinden etkilemiştir, etkilemeye de devam etmektedir (Bion, 2017).

Bebegın ilk günlerinde yaşadığı ve tanımlayamadığı dehşet duygusu ve hayatta kalma çabasını, gerçeklikte yolunu kaybetmiş psikotik hastanın hayatta kalmak için kurduğu psikotik düşünce dünyasına benzetmiştir. Kuramında ve kişiliğinde dehşet içindeyken dahi düşünmeye devam edebilmek ya da düşünmemek üzerine düşünebilmek önemli bir yer kaplar. Bion'a göre bir kişi gerçeğin tek bir yönünü görüyorsa düşünemiyordur, psikotiktir. Akıl çok sayıda bakış açısını üreten ve koruyan bir kapasite içerir. Bu açıdan Bion için, bağınazlık ve fanatizm zihnin psikotik halleridir (Bion, 2017).

Bion da Freud gibi bireyin psikolojisinin aynı zamanda intrapsişik bir grup psikolojisi olduğunu düşünür. Yani bireyin psikolojisi, bireyin diğer bir nesne ya da nesnelere kurduğu ilişkinin türevidir. Foulkes'la, psikolojinin bireysel ve grupsal iki yönü olduğu konusunda hemfikirdir. Bion grup kuramında hastalığı, hastaların grup üyesi olarak işlev görmelerinde yetersizlik olarak düşünür (Bion, 1961).

Bion'un grup çalışmalarında ilgisini çeken şey, grup içinde bir etkinliği gerçekleştirmek için bir araya gelen bireylerin, etkinliği gerçekleştirmemek için ellerinden geleni yapmalarıdır. Böylece grup üzerine Freud ve Klein'in kuramlarını temel alarak özgün bir kuram geliştirir. Ona göre grup durumu varoluşsal bir gerekliliktir ve 'kapsanma' ihtiyacına karşılık gelir. Bion'un kuramının ana fikri her grupta iki grubun var olduğudur. Bunlara 'Çalışma Grubu' ve 'Temel Varsayım Grubu' adını verir (Brown, 2006).

Çalışma Grubu, grubun ruhsal-rasyonel faaliyet yüzünü temsil eder ve Freud'un anlayışındaki matür ve rasyonel ego ile paralellik gösterir. Grubun diğer yüzü ise üyelerin ortak bilinçdışı düşlemleri temelinde faaliyet gösteren "Temel Varsayım Grubudur". Bu temel varsayım grupları; bağımlılık (dependent), vurkaç (fight and flight) ve çiftleşme (pairing) gruplarıdır. Çalışma Grupları bu temel varsayımlarla kuşatılmış, nüfuz edilmiş ya da desteklenmiştir. Temel varsayımlar çoğunlukla grubun iş görmesini bozmayı amaçlar; bilinçdışı alanı işaret eder. Bu alan, kendilikle ötekilik arasındaki farkın dağıldığı, zaman ve sınırın olmadığı bir alandır. Burada ortaya çıkanlar ölçsüz ve yargısız öncül duyguların hâkim olduğu bir alana gerilemeyi ifade eder. İçe atma, yansıtma ve yansıtımlı özdeşimler bu alanın işleyişini belirler (Bion, 1961).

Temel varsayım grubu üyeleri konfüzedir, zayıf bir hafızaya sahiptir ve zamana dezoryantedir. Gerçekliğin yeterli kavrayışından yoksun düşünme, grubun deneyimlerinden öğrenmeyi ve psikolojik büyümeyi geriletir. Gerçeklikten ve hüsrandan kaçma amacıyla geliştirilen bu varsayımlar üzerine rasyonel bir düşünce kurulamaz. Grubun dili klişe, deyim, ima ya da genellemelerle doludur. Bu özellikleriyle temel varsayım grubu Klein'in paranoid-şizoid konumunda (Klein, 2002) yer almaktadır veya Freud'un oral-anal (preödüpal) evrelerine denk gelmektedir (Brown, 2006).

Temel varsayımlara karşın 'Çalışma Grubu' kısıtlanmışlığı, zamanın gerekliliğini ve kaybı kabul eder. Bu da Klein'in depresif konumuna (Klein, 2002) denk gelir. Bu depresif konum gerçekliğe doğru geçişi oluşturur. Gerçekliğin öğrenilmesi ve hazzın kısıtlanması hem özgürlüğü hem de özgürlüğün sınırlarını belirler. Özgürlüğün tanınması ve korunması, sınırların ihlal edilmemesi, önce çatışmayı getirir, ardından farklılıkların yaratıcı bileşimine izin verir (Brown, 2006).

Bion'un grup kuramında çatışma aracılığıyla dönüşüm ve ilerleme sağlanacaktır. Yeniyle eskinin, özgünle değişenin, hamla işlenmiş olanın bileşimini sağlayacak olan, ruh halini haz ilkesi uykusundan uyandıracak, düşünme işlevini araç olarak kullanacak olan gerçeklik ilkesini ön plana çıkarır. Ona göre bilgiye sahip olduğuna dair inanç ölüm dürtüsünün (thanatos) (Freud, 2001), bilmeyi arzulamaktan vazgeçmeme çabası ise yaşam dürtüsünün (libido) hizmetindedir (Bion, 1961).

SONUÇ

‘Grup analizi, psikanaliz ile aynı nedenlerden dolayı diğer terapi biçimlerinden ayrı tutulmalıdır. Psikanalitik grup terapisi amacı ve etkinliği bakımından rahatlamaya dayalı, güvence sunan, cesaretlendirme gibi semptom odaklı bir tedavi yöntemi değildir. Bu terapide bir katman açılır ve çok temelden nevrotik çatışmalar ve acılarla ilgilenilir. Psikanalitik grup terapisi, ego ve süperego fonksiyonunu değiştirme ve libidoyu yayma, karakter yapısının temelini mobilize etme, kişilik üzerine radikal değişiklikler sağlayabilme veya kişiliğin önemli ölçüde değişmesini mümkün kılabilmeyi amaçlar. Dolayısıyla psikanalitik grup terapisi ancak psikanaliz veya benzeri, derin çalışan bir psikoterapi yöntemi ile kıyaslanabilir’ (Foulkes, 1946, 1964).

KAYNAKÇA

- Adorno, T. W. (1962). *Einleitung In Die Musiksoziologie*, Frankfurt A. M.: Suhrkamp.
- Bion, W. R. (2017). *Tereddütli Düşünceler: Psikanaliz Üzerine Seçilmiş Makaleler*. (Erdem, N. Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Bion, W. R. (1961). Experiences in Groups. London. *Tavistock Publications. Journal of The American Psychoanalytic Association*, 4, 887-909.
- Brown, G. D. (2006). Resonance and Reciprocity: Selected Papers By Dennis Brown. *Bion and Foulkes: Basic Assumptions and Beyond*. (Ss.192-219). Maratos, J (Ed.). Routledge, London.
- Dalal, F. (1998). *Taking The Group Seriously*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Elias, N. (1991). *The Symbol Theory*. London: Sage.
- Foulkes, S. H. (1936). Biology in The Light of The Work of Kurt Goldstein. *Selected Papers*, London: Karnac.
- Foulkes, S. H. (1938). Book Review of Norbert Elias, The Civilising Process. *International Journal of Psycho-Analysis*, 19, 263-5.
- Foulkes, S. H. (1946). On Group Analysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 27, 46-51.
- Foulkes, S. H. (1948). *Introduction to Group-Analytic Psychotherapy*. London: Heinemann Medical Books Ltd.
- Foulkes, S. H. (1964). *Therapeutic Group Analysis*. New York: International Universities Press, Inc.
- Foulkes, S. H. (1966). Some Basic Concepts in Group Psychotherapy. *Selected Papers*, 155-8.
- Foulkes, S. H. (1975). The Leader in The Group. *The Leader in The Group*, 83-94.
- Foulkes, S.H. (1971). *Selected Papers Psychoanalysis. The Group As Matrix Of The Individual's Mental Life*'. (Ss. 223-235). Foulkes, E. (Ed.). London: Karnac Books.
- Foulkes, E. (1990). Selected Papers Of S.H. Foulkes. *Psychoanalysis And Group Analysis*. S.H. Foulkes: A Brief Memoir. (Ss. 3-21). Foulkes, E. (Ed.). London: Karnac Books.
- Foulkes, S.H. & Anthony, E.J. (2018). *Group Pychoterapy: The Psychoanalytic Approach*. New York: Routledge.

Freud, S. (2001). *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd.* (Babaoğlu, A. Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.

Fromm, E. (1930). Die Entwicklung Des Christudogmas: Eine Psychoanalytische Studie Zur Sozialpsychologischen Funktion Der Religion. *Imago*, 16(3-4), 305-373.

Goldstein, K. (1936). *Bemerkungen Über Die Bedeutung Der Biologie Für Die Soziologie Anlässlich Des Autoritätsproblems.*

Horkheimer, M. (1932). Geschichte Und Psychologie. *Zeitschrift Für Sozialforschung*, 1:125-44.

Hakeem, A. (2008). From Freud to Foulkes to The Future: The Development of Group Analysis and its Contionual Evolution. *Group Anlysis*. Vol: 41(1); 40-52.

Klein, M. (2002). *Haset ve Şükran.* (Koçak, O & Erten, Y. Çev.) İstanbul: Metis Yayınları.

Mannheim, K. (1943). *Diagnosis of Our Time.* London: Kegan Paul.

Pines, M., Hearst, L. E., Behr, H. (1982). Group Analysis (Group Analytic Psychotherapy). *Basic Approaches to Group Psychotherapy and Group Counselling*, 132-78.

Rothe, S. (1989). The Frankfurt School: An Influence on Foulkes' Group Analysis?. *Group Anlysis*, Vol: 22, 405-415.

Yalom I. D. & Leszcz M. (1975). *Grup Psikoterapilerinin Teori ve Pratiği.* 1. Baskı: İstanbul: Pegasus Yayınları, Ekim 2018.