



Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi

Cilt 4(2021), Sayı 7, 55-60

Ruhsal Doğumdan Bedensel Doyuma Yolculukta Kadın İçin Erkek

Funda TUZGÖL¹

Öz

İnsan yavrusunun ruhsal gelişimi ve bütünleşmiş bir kendiliğin inşası açısından annelerin gelişimsel dönemlerdeki eşlik edışı önemlidir. Her bir insan yavrusunun annesi ile kurduğu ilişkinin kaliteli olması ve annenin bebeğinin gelişimi esnasında eşduyumsal empati yapması, bebeğinin hem gelişimi açısından hem de öznelliği açısından çok önemlidir. Annenin bebeğini biricik olarak görüp onun doğuştan getirdiği öz potansiyellerini hayata taşımasında vereceği destek tüm yaşamı boyunca kullanacağı çok önemli bir ruhsal yakittir. Annenin çocuğu için sunduğu bu ortam ve aralarında kurulan bu ilişki Kohut'un "Kendiliknesnesi" dediği bir işlevi sunar. Bu işlevin sunulmasında, sağlıklı bir şekilde sağlanmasında annenin hem ruhsal hem fiziksel hem de sosyal anlamda iyilik hali gereklidir. Bu iyilik halini sağlayacak olan şey, annenin kendi ruhsallığında bulunan kendilik kapasiteleri kadar aynı zamanda özellikle ilk üç yıl o kendiliknesnesi işlevini sağlayacak olan anneye destek olması gereken babadır, erkektir. Bir anne ile çocuğun hem birlikte var olması hem çocuğun hayatının ilk üç yılındaki gelişimsel süreçlerini tamamlaması, ardından gelen anneden bebeğin ayrışması süreçlerinde babanın hem toplumsal anlamda hem de aile süreçleri bağlamında önemi büyüktür. Bahsedilen gelişimsel süreçlerde insan yavrusunun varoluşunda asıl önemli olan konu kadın ya da erkek olarak konumlanmasından çok fiziksel ve ruhsal anlamda sağlıklı bir insan olarak nasıl var olacağının gerçekleşmesidir. Aynı şekilde yaşadığımız toplumda oldukça sık görülme üzere, çocuğun psikolojik gelişiminin inşasında, anne ve babanın görev dağılımının çoğu zaman adaletsiz olduğu ve bu görevlerin çoğunun kadına yüklendiği görülmektedir. Bu sorumluluğun en sağlıklı şekilde gerçekleştirilmesinde en değerli kişi anneye destek verecek olan evdeki erkektir. İşte bu destekteki görevini sağlıklı bir şekilde yerine getiren erkeğin katkılarıyla mutlu, huzurlu, sosyal, ruhsal ve bedensel olarak sağlıklı bir kadın gelişimsel anlamda bebeğine en doğru ruhsal yaklaşımı ortaya koyacaktır. Bu sağlıklı ortam topluma faydalı ve ruhsal anlamda sağlıklı bireyler yetişmesine katkı sunarken aynı zamanda kadın ve erkeğin konumu açısından daha uyumlu bir toplumsal söylemin oluşmasına katkı sağlayacaktır. Kadın ve erkeğin ruhsal gelişim süreçlerinde toplumsal söylemin ve kültürel kodlarımızın etkisini bilerek ve daha sağlıklı bir aile ortamının oluşumunda muhtemel katkılarını düşünerek kadın için erkek hareketinin daha sağlıklı ve mutlu bireyler oluşmasında katkı sağlayacağı ifade edilebilir. Bu bağlamda insan ruhsallığında öznelliğin çalışıldığı bu kongre ve benzeri çalışmalarda anne, baba ve çocuğun uyumu ile kadına desteğin öneminin bilimsel olarak da vurgulanması gerektiğini ve bunun toplumsal bir sorumluluk olduğunu ifade edebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Kendilik, Kadın, Erkek, Öznellik, Anne, Kadın için Erkek

¹Diyetisyen, Dr. Kamil Tuzgöl Özel Muayenehanesi, fndtuzgol@hotmail.com

On A Journey From Psychological Birth To Body Satisfaction He For She

Abstract

In terms of the psychological development of the human infant and the construction of an integrated self, the accompaniment of mothers in developmental periods is important. The quality of the relationship that each human child establishes with his mother and the mother's empathy during the development of her baby are very important for both the development and subjectivity of her baby. The support that the mother will give to her baby as unique and to bring her innate potentials to life is a very important psychological fuel that s/he will use throughout her life. An environment that the mother presents for her child and this relationship established between them offer a function that Kohut calls "Selfobject". Both mental, psychological and social well-being of the mother are necessary to present this function and to provide it in a healthy way. The thing that will provide this well-being is the father, the man, who should support the mother who will provide that selfobject function especially in the first three years, as well as the self-capacities found in the mother's own psyche. Both the coexistence of a mother and the child, the completion of the developmental processes of the child in the first three years of life, and the subsequent separation of the baby from the mother, the father is of great importance both in the social sense and in the context of family processes. In the developmental processes mentioned, the most important issue in the existence of the human infant is the realization of how to exist as a physically and psychologically healthy person, rather than positioning it as a woman or a man. Likewise, it is seen that the distribution of the duties of the mother and father is often unfair in the construction of the psychological development of the child, and it is seen that most of these duties are attributed to women. The most valuable person in realizing this responsibility in the healthiest way is the man at home who will support the mother. A happy, peaceful, socially, psychological and physically healthy woman will reveal the most correct psychological approach to her baby in a developmental sense with the contributions of the man who fulfills his duty in this support in a healthy way. While this healthy environment will contribute to the raising of individuals who are beneficial to the society and mentally healthy, it will also contribute to the formation of a more harmonious social discourse in terms of the position of men and women. Knowing the impact of social discourse and cultural codes on the mental development processes of men and women and considering their possible contribution to the formation of a healthier family environment, it can be stated that the he for she will contribute to the formation of healthier and happier individuals. In this context, we can state that the importance of the harmony of mother, father and child and support for women should be emphasized scientifically in this congress and similar studies where subjectivity in human psychologicality is studied and that this is a social responsibility.

Keywords: Selfobject, Woman, Man, Subjectivity, Mother, Man for Woman

Giriş

HeForShe Hareketi Nedir?

Küresel bir dayanışma kampanyası olan HeForShe, her yaşta erkeği, kadınların potansiyellerini gerçeğe dönüştürmelerini engelleyen sosyal ve kültürel engellerin kaldırılmasına destek vermeye çağıran bir kampanya. Kampanya, 20 Eylül 2014 tarihinde Birleşmiş Milletler 68'inci Genel Kurulu Başkanı, BM Genel Sekreteri ve UN Women Küresel

İyi Niyet Elçisi Emma Watson tarafından, erkekleri kadın haklarını savunmaya ve desteklemeye davet eden güçlü bir çağrıyla başlatıldı. Kampanyanın ana fikri, kadın-erkek eşitliğinin sağlandığı bir toplumda, sosyal, siyasi ve ekonomik alanda hem kadın hem de erkeklerin kazançlı çıkacağı ve toplumsal cinsiyet eşitliğinin sadece kadınları değil tüm toplumu ilgilendiren bir konu olduğudur.

HeForShe Taahhüdü

Cinsiyet eşitliği, sadece kadınları ilgilendiren bir mesele değil, benim de katılımımı gerektiren bir insan hakları meselesidir. Kadınların ve kız çocuklarının yaşadığı her türlü şiddet ve ayrımcılığa karşı harekete geçmeye söz veriyorum. “İş hayatında kadınların güçlenip önemli pozisyonlarda görev almaları, kadınlara karşı önyargıların yıkılması için çok büyük öneme sahip. Üretken ve sürekli gelişimi hedefleyen bir toplum inşa etmek için, kadınların her alanda daha etkin rol almasının önünü açmanın gerektiği bir gerçektir. 47 üye ülkesi bulunan Avrupa Konseyi tarafından hazırlanan ve 20 Avrupa ülkesi tarafından imzalanan hareketin amacını kısaca toplumsal cinsiyet eşitliği olarak özetleyebiliriz. Kampanya Türkiye’de de destek buluyor. Ülkemizde kampanyanın öncülüğünü Koç Holding başlattı. Kampanyanın tanıtımında konuşan Mustafa Koç, “Kadınların önemli pozisyonlarda yer almaları, ön yargıların yıkılması için büyük önem taşıyor. Doksan bin çalışanımızla ve bayilerimizle bu kampanyaya destek veriyoruz ve destek çağrısında bulunuyoruz. Kadınsız toplum, yarınsız toplum” mottosuyla sosyal medya paylaşımlarına destek verdiklerini açıklamıştı.

İnsan Ruhsallığı ve Kendilik

Kohut kişiler arası psikoloji süreçlerini değerlendirirken ben ve sen ayrımını çalışırken, ötekilerin konumlandığı yerde yani dış nesnelere yerine kendilik nesnesi tanımını koymuştur. Kohut’a göre ilişki süreçleri değerlendirirken klasik anlamda bilinen ben ve sen yapılanmasından çok dış dünyadaki ruhsal enerjinin aktarıldığı sevgi nesnelere varlığı yerine iki kutuplu olarak tanımladığı kendilik yapısındaki, kendilik nesnesi kutbunu koymuştur. Heinz Kohut’a göre kendilik; içgüdüsel bir enerjiyle yatırılmıştır. Ayrıca kendilik kalıcılığı ve devamlılığı olan bir yapıdır. Dahası ruhsal bir yapı olmak nedeniyle ruhsal olarak da konumlanan bir durumunun olduğu ifade edilebilir. Bunlara ek olarak kendilik biraz daha detaylı bir şekilde ifade edecek olursak genellikle ve çoğu zaman çok da tutarlı olmayan bir yapıya sahiptir. Bu şu anlama gelmektedir; farklı zaman, mekan ve olaylarda farklı örüntülerle kendini gösteren ve kişiye farklı şekillerde bir deneyim ortaya koyan bir yapılanma. Kohut yeni doğan bebeğin belli ihtiyaçlar ile dünyaya geldiğini ve bebeğin gelmiş olduğu ortamda bu ihtiyaçlarını karşılayan nesnelere ihtiyaç duyduğunu ifade eder. Bu ihtiyaçları karşılayan ötekileri Kohut kendilik

nesnesi olarak tanımlamıştır. Bebek başta tüm yaşamsal fonksiyonlarını sürdürebilmek için bu kendilik nesnelere ihtiyaç hisseder ve tümünü de kendisinin bir uzantısı olarak algılar. Karnının doyurulması, bakımının yapılması, temizlik ihtiyaçlarının sağlanması ve daha birçok örnek ile zenginleştirebileceğimiz bu ihtiyaçların doğar doğmaz karşılanıyor olması bebek için ayrı ve kendinden başka şeyler olarak değil kendi uzantısı imiş gibi algılanmaya başlar ve bu yapıların hepsini de kendilik nesnesi olarak ifade edebiliriz (Kohut, 2004; Tuzgöl, 2017). Talat Parman, kadınla karşılaşmanın bir erkek için ne denli ölümcül olduğu, arzuladığı erkeklerle karşılaşmamanın da bir kadın için ne denli delice bir şey olduğunu filimlerinde ortaya koyan dahi bir sinemacı, François Truffaut’u konu eder “Arzunun o belirli nesnesi” adlı makalesinde. François Truffaut’un 15. Filmi 1975 yılında çektiği “Adele H.” dir. Bu filmde eksik olan, Adele’nin tutku ile aradığı babası mıdır? Babanın adı: işte burada Fruedyen kuramda daha sonra Lacan tarafından geliştirilecek olan düşüncenin, simgesel düzenin anahtarı olarak “Babanın adının” ortaya çıktığını görüyoruz. Lacan’a göre düşünmeyi sağlayan, yani dili sağlayan, simgesel düzlemi ortaya çıkaran babanın adıdır. Yani babanın anne tarafından adlandırılmasıdır. Ama babanın babalık görevini yerine getirebilmesi, ancak annenin onu düşünmesi ve arzusunun nesnesi olarak düşlemesi ile gerçekleşir. Lacan’ın deyişiyle anne babanın adını söyler ve çocuk bu yolla dile ve dolayısıyla toplumsal düzene, kültüre açılır. Baba annenin arzuladığı erkektir. Babanın adını koyan annedir. Var olan babayı anne göstermezse baba algılanamaz. Fakat bunu annenin imlemesi gerekmektedir. Annenin bunu imleyebilmesi için de babanın da varlığını ortaya koyabileceği bir ruhsal geçmişe ve kendi kök ailesindeki anne- baba- çocuk üçgeninde annenin anne, babanın baba olarak konumlandığı bir psikolojik geçmişe sahip olmalıdır (Parman, 2001). Ben size kendi çalışma alanımda bu bahsettiklerimin klinik yansımalarının olduğu iki vaka örneğiyle de anlatmak isterim.

Sonuç

Kadın için erkek vurgusunun bahsedilen bu ruhsal dinamiklerin etkisi altında ifade edilmesi çok daha doğru olacaktır. Bu ruhsal dinamiklerin göz ardı edildiği yaklaşımlar daha yüzeyden ve daha imgesel bir yerden “mış gibi” eylenen ve ruhsal olarak içselleştirilmemiş devamlılık arz edemeyecek davranış ve tutumlar olarak kendini gösterebilir. Çocukluk yıllarımızdan itibaren erkeklerin ve kadınların yapabilecekleri ve yapamayacakları konusunda birçok önyargının öne sürüldüğü bir ortam ile karşı karşıyayız. Çocuklarımıza aldığımız oyuncaklardan, arkadaşlarıyla ilişkilerine, okumalarını istediğimiz okullardan, kitaplardan, seçmelerini istediğimiz mesleklere ya da eşlere kadar çocuklarımızı da aynı önyargılar ile yetiştiriyoruz. Bu önyargıların aşılması ile, kadın-erkek toplumdaki tüm bireylerin özgürleşebilmesi mümkün olacaktır. Kadının ve erkeğin toplumsal söylemdeki konumlanması

ve bu konumlanmanın dil vasıtası ile aileye ve özneye yansımaları cinsiyetçi bir yerden yapılanmak yerine daha sağlıklı bir psikoseksüel gelişimin olduğu ve anne-babanın daha doğru bir şekilde toplum ve aile içinde yapılandığı bir konumlanma yaşamsal ve terapotik anlamda oluşturulduğunda “kadın için erkek” hareketi daha da ötede “insan için insan” hareketi olacaktır. Özellikle kadının erkek egemen söylem içerisinde görmezden gelindiği, psikolojik olarak yıpratıldığı ve çocuğunda gelişimsel psikolojisi açısından olumsuzluk yaratabilecek bu zeminin ortadan kaldırılması için de burada özellikle kadının desteklenmesine dair bir hareketle bir oluşumun olduğunu ifade edebiliriz. Bunun sağlıklı bir şekilde yapılandırılabilmesi için psikoterapinin çok önemli bir çalışma alanı olduğunu vurgulamak yerinde olacaktır. Bunun için özellikle bir aile yapısını inceleyecek olursak kendi kök ailesinden tüm kendilik süreçlerini getirerek kurduğu yeni ailesine gelen bir erkeğin, toplumsal cinsiyetlenme ve kültürel kodlarından bahsedilmelidir. Freud’un özellikle anne- baba- çocuk üçgeninde ifade ettiği dinamiklerin insan yavrusunun psikolojisindeki önemi yukarıda da vurgulanmıştı. Genellikle bu yapılanma ruhsal aygıtın, kişiliğin ve kendiliğin oluşum aşamalarında hem kök ailemizdeki erkek egemen söylemin etkilerinde hem de annelerimizin üzerindeki o baskın erge bağlı söylemle ortaya konan “eksik etek” diye ifade edilen bakış açısında kendini göstermektedir. Bunların sonucunda mahalle baskısı altında ezilen ve kendi öz potansiyellerini hayata taşımaktan yoksun bırakılmış bir kişilik olarak bir anne yapılanmasından bahsedilmelidir. Bir öteki ile kurulmuş olan bir evlilik ilişkisinde bu baskıların sonuçlarına göre eş seçilmesi, ilişkinin kurulması ve sadece erkeğin değil kadının da bulunduğu toplumun önermeleri dahilindeki bir yapılanma ile ilişkinin kurgulanıyor olması önemlidir. Kadın için erkek hareketi derken öncelikle kadının kendi kök ailesinden getirdiği işgaller, annenin ruhsal anlamda eksiklikleri ve yine kadının kendi kök ailesindeki baskın görünen bir erkek yapılanmasının etkileri burada vurgulanmak istenmiştir. Bu hareketin ihtiyaç olarak ortaya çıkmasında bu psikolojik dinamiklerin olduğunu düşünüyoruz. Böyle hareketler farkındalık yaratmak ve insanların dikkatini çekmesi açısından önemli olabilir. İnsan için insan diyebileceğimiz, cinsiyetin de ötesine geçen bir eşdeğerliliğin olduğu bir yapı psikoterapi ve psikoloji çalışmaları ile yapılandırılabilir. Bu tür kongrelerin bu bağlamda çok değerli olduğunu düşünüyorum. Özellikle Psikoterapi Enstitüsünün anne çocuk ilişkisine verdiği önem ve ilk ötekimiz olan anne ile kurulan ilişkinin kendilik süreçleri üzerindeki önemine vermiş olduğu dikkat özellikle bu tarz hareketlerin oluşturacağı farkındalıktan daha da öte içsel anlamda kalıcı bazı değişiklerin yapılanmasına ve daha içerden tüm insanların ruhsal dünyasına etki edebileceğini ifade edebiliriz. Bu nedenle psikoterapi pratiğini mesleki süreçlerine yansıtabilmiş ruh sağlığı uzmanlarının önemli olduğunu düşünüyorum. Bir diyetisyen olarak bu kongrede benim de

kendi çalışma alanımda erkek egemen söylemin, bilinçli ve bilinçdışı beden imgelerinde nasıl etkili olabildiğini, obezite bağlamında klinik çalışmalarımı nasıl yürüttüğümü iki vaka örneği ile de aktarmak isterim.

Kaynakça

<https://www.bmdergi.org/tr> <https://www.heforshe.org/en/moment>

Kohut H. (2004). *Kendiliğin Çözümlemesi*. (çev. Atbaşıoğlu C., Büyükkal B. ve İşcan C.) (2. Basım) İstanbul: Metis Yayınları.

Parman T. (2001). Adele H. : Arzunun O Belirli Nesnesi. *Psikanaliz Yazıları*, 2, 95-103.

Tuzgöl, K, (2017). Narsisizme Kohut ve Kendilik Psikolojisi Bağlamında Gelişimsel Bir Yaklaşım. *Libido Dergisi Sayı*, 25-26.