

## Kaynakça

- Ablon, J. S., Jones, E.E., (2005), "On analytic process", *J Am Psychoanal Assoc.*, 53: 541-68.
- Bachrach, H.M., Galatzer-Levy, R., Skolnikoff A., Waldron, S. Jr., (1991) "On the efficacy of psychoanalysis", *J Am Psychoanal Assoc.*, 39:871-916.
- Busch, F., (1993), "In the neighborhood: Aspects of a good interpretation and a 'developmental lag' in ego psychology", *J Am Psychoanal Assoc.*, 41:151-76.
- Busch, F., Schmidt-Heller, C., (2004), "How do we know what we need to know: reflections on clinical judgement formation", *J Am Psychoanal Assoc.*, 52:689-707.
- Busch, F., (2006), "A shadow concept", *Int J Psychoanal.*, 87:1471-85.
- Kernberg, O.F., (2001), "Recent developments in the technical approaches of English-language psychoanalytic schools", *Psychoanal Q.*, 70: 519-47.
- Leuzinger-Bohleber, M., Stuhurst, U., Rüger B., Beutel M., (2003), "How to study the 'quality of psychoanalytic treatments' and their long-term effects on patients' well-being: A representative, multiperspective follow-up study", *Int J Psychoanal.*, 84:263-90.
- Schlessinger, N., Robbins F., (1974) "Assessment and follow-up in psychoanalysis", *J Am Psychoanal Assoc.*, 22: 542-67.
- Widlöcher, D., (2010), "Distinguishing psychoanalysis from psychotherapy", *Int J Psychoanal.*, 91: 45-50.

## Horst Kächele'nin F. Busch ve D. Widlöcher'ye Yanıtı

F. Busch'un psikanalizi psikoterapiden ayırt etme çabası, "hedeflerin ve tedavinin sonuçlarının iki tedavi biçimini farklılaştırdığı" üzerinde durmaktadır. Busch, "çalışma yöntemlerinin bu etmenler temelinde ayırt edildiğini" belirtmektedir. Onun görüşüne göre "bilme süreci, bilinen kadar önemlidir." Görece başarılı psikanalitik tedavilerde ulaşılabilenin sadece bilme değil, bir bilme yolu olduğu görüşüne katılmak benim için kolaydır. Psikoterapi parametrelerinin psikoterapi hastasının bu hedefe ulaşmasını olanaksız kılıp kılmadığı ise, tedavi biçiminin düzenlenişine bağlıdır. Tedavi süresi kısaltıldıkça bu yetinin gelişebilme olasılığı azalır. Asıl ilgi çekici karşılaştırma, Alman katamnez\* projesinin araştırdığı gibi, sıklığı düşük ve yüksek uzun süreli psikanalitik tedavilerin karşılaştırılmasıdır (Leuzinger-Bohleber ve ark., 2003). Araştırmacılar düşük sıklıklı uzun süreli psikanalitik terapiye kıyasla (seans) sıklığı yüksek olan hastalarda, kendi üzerine düşünme ve analist işlevini içselleştirme yetisinin daha kapsamlı, neyin değiştiğine dair düşüncelerin daha farklılaşmış ve potansiyel kaynakların gelişiminin daha yaratıcı olduğunu saptadılar. Bu tedaviler iyi eğitilmiş analistler tarafından yürütüldüğüne göre bu çalışmadan çıkartabileceğimiz mesaj, uzun süreli tedavilerin (her iki grup için de ortalama dört yıl) belirtiler bakımından benzer sonuçlara ulaştığı, ancak daha yoğun olan biçimin kendi kendini analiz işlevini geliştirmek için daha fazla fırsat sağladığıdır.

Alman araştırmasının bu bulguları, Busch'un alıntı yaptığı Falkenström ve meslektaşlarının Stockholm araştırmasıyla (2007) yalnızca kısmen örtüşmektedir. Araştırmacılar psikanaliz ve uzun süreli psikoterapideki (toplam örneklem üzerinden) 2 x 10 hastadan oluşan rasgele bir örneklem üzerinde özenli bir çalışma yürütmüş ve tedavi sonrası gelişimin farklı türlerine dair kategoriler saptamışlardır. Sonuçlar, tedavi grupları içinde büyük çeşitlilik olduğunu ve gelişimin tedavinin sonlanmasından sonra farklı biçimlerde devam edebileceğini göstermektedir. Psikanalizle psikoterapi arasındaki en çarpıcı fark varsayıldığı gibi kendi kendini analiz işlevinden ziyade, eski analizanlar tarafından tanımlanan kendi kendini destekleme stratejilerindeydi. Eski psikoterapi hastaları bunları tanımlamamışlardı. Bununla birlikte, sadece kendi kendini analiz yetisi, her iki tedavide de sonlanma sonrası gelişimle anlamlı derecede bağıntılıydı (Falkenström ve arkadaşlarının çalışmasının özetinden alınmıştır, 2007, s. 629).

Dolayısıyla bu çalışma, kendi kendini analiz yetisinin kazanılmasının, iki yöntem arasında kesin bir ayrımı desteklemeye uygun olmadığını vurgulamaktadır, ancak 1987'de yayımlanan ders kitabımızda açıkladığımız gibi, kendini analiz etme yetisinin her tür analitik çalışmanın hedefi olması gerektiği görüşünü pekâlâ destekleyebilir:

Psikanalitik tedavinin sonunda hasta, kendi kendini analiz yetisi geliştirmiş olmalıdır. Bu basitçe, hastanın psikanalitik diyalogun ayırt edici özelliği olan özel düşünüm biçimini öğrendiği ve uyguladığı anlamına gelir. (Thomä ve Kächele, 1987, 1994'den alıntı, s. 319)

Bu hedefe ne sıklıkla ulaşıldığı, her analitik tedaviyi biçimlendiren pek çok süreç etmenine bağlıdır. Bu süreçleri detaylandıran çalışma sayısı halen azdır. Analiz sonrasında yeni sorunlarla karşılaşıldığında kendi kendini analiz yetisinin, yine de oluşabilecek gerileme eğilimine karşı koyacağına ve böylece belirtilerin yeniden gelişmesinin engelleneceğine dair klinik açıdan sağlam temellere dayalı beklentinin, bugün elimizde olandan daha fazla kanıtı ihtiyacı vardır.

Busch'un "kendi kendini analizin ve sağaltım sürecinin merkezinde benliğin gelişmesi olduğuna dair yaygın bir kabul" olduğu yönündeki önermesi de daha fazla ampirik kanıtı gerek duymaktadır; "Çağdaş Klein'cılar, Fransız Okulu, Çağdaş Benlik Psikolojisi ve günümüz Bion'cularından bazıları arasında bu yöntemler etrafında giderek daha fazla fikir birliğinin" oluşup oluşmadığı, "psikanalizin Babilleştirilmesi"\* ile ilgili mevcut kaygı göz önüne alındığında tartışmalıdır (Jiménez, 2009).

Busch'un makalesinin ikinci kısmında betimlediği psikanaliz tekniğinin evrimi, modern psikanalitik terapileri az çok nitelendiren önemli gelişmeleri içermektedir. Psikanaliz ile analitik psikoterapiyi ayırt etmeyle ilgili tartışma –benim görüşüme göre– yararlılığı meselesine odaklanmalıdır. Ben, birleşik bir görüşle çalışmanın, psikanalitik tedavilerin, analistlerin ve hastalarının var olan çeşitliliğine gerçek değerini daha fazla verdiğinde iddialyım.

D. Widlöcher Fransız Okulu doğrultusunda eğitim üzerine bir tartışma sunduktan sonra, "diyalektik" adını verdiği ve "psikanalizden doğmuş her uygulamada, *başlı başına* psikanalitik bir dinleme yöntemi ile psikoterapötik bir dinleme yöntemini ayırt eden" bir bakış açısı kullanmayı önermektedir (s. 37). Her seansta klinik duruma bağlı olarak farklı derecelerde bulunabilecek iki işlemsel biçime işaret etmesi açısından bu ayrıma sempati duyabilirim. Bu sebeple, Widlöcher'nin "psikanalitik süreci, kendi başına her türlü terapötik etkiden soyutlanabilecek ya da yalıtılabilecek saf bir kendilik bilgisi olarak düşünmek mümkün değildir" ifadesine katılabilirim (s. 38). Büyük olasılıkla, iki tür dinleme biçiminden birinin yaygınlığını, Ablon ve Jones'un (2005) analitik süreç üzerine olan makalelerinde tanıttıkları Psikoterapi Süreci Q-Seti (Jones, 2000) gibi bir yöntem kullanarak ampirik olarak ayırmak mümkündür. Widlöcher'nin bakış açısı, enstitülerimizin bu çifte dinleme yöntemini öğretmeye ve hangi anda hangi tutumun yararlı olduğunu anlama becerisini keskinleştirmeye odaklanması gibi psikanaliz eğitiminin gerekli gördüğü çıkarımlara sahiptir. Oysa Stockholm araştırmasının da gösterdiği gibi, iyi eğitilmiş geleneksel bir analistin tekniğini

\* Jiménez (2009) makalesinde, psikanalizle ilgili mantığa dayalı olmayan tartışmaların olumsuz sonucunu, "psikanalitik süreç" ile "psikanalitik teknik" arasındaki farkı tanımlamaktadır. Felsefeye göre tanımladığı kendisine

Psikanalitik tedavinin sonunda hasta, kendi kendini analiz yetisi geliştirmiş olmalıdır. Bu basitçe, hastanın psikanalitik diyalogun ayırt edici özelliği olan özel düşünüm biçimini öğrendiği ve uyguladığı anlamına gelir. (Thomä ve Kächele, 1987, 1994'den alıntı, s. 319)

Bu hedefe ne sıklıkla ulaşıldığı, her analitik tedaviyi biçimlendiren pek çok süreç etmenine bağlıdır. Bu süreçleri detaylandıran çalışma sayısı halen azdır. Analiz sonrasında yeni sorunlarla karşılaşıldığında kendi kendini analiz yetisinin, yine de oluşabilecek gerileme eğilimine karşı koyacağına ve böylece belirtilerin yeniden gelişmesinin engelleneceğine dair klinik açıdan sağlam temellere dayalı beklentinin, bugün elimizde olandan daha fazla kanıtı ihtiyacı vardır.

Busch'un "kendi kendini analizin ve sağaltım sürecinin merkezinde benliğin genişlemesi olduğuna dair yaygın bir kabul" olduğu yönündeki önermesi de daha fazla ampirik kanıtı gerek duymaktadır; "Çağdaş Klein'cılar, Fransız Okulu, Çağdaş Benlik Psikolojisi ve günümüz Bion'cularından bazıları arasında bu yöntemler etrafında giderek daha fazla fikir birliğinin" oluşup oluşmadığı, "psikanalizin Babilleştirilmesi"\* ile ilgili mevcut kaygı göz önüne alındığında tartışmalıdır (Jiménez, 2009).

Busch'un makalesinin ikinci kısmında betimlediği psikanaliz tekniğinin evrimi, modern psikanalitik terapileri az çok nitelendiren önemli gelişmeleri içermektedir. Psikanaliz ile analitik psikoterapiyi ayırt etmeyle ilgili tartışma –benim görüşüme göre– yararlılığı meselesine odaklanmalıdır. Ben, birleşik bir görüşle çalışmanın, psikanalitik tedavilerin, analistlerin ve hastalarının var olan çeşitliliğine gerçek değerini daha fazla verdiğinde iddialıyım.

D. Widlöcher Fransız Okulu doğrultusunda eğitim üzerine bir tartışma sunduktan sonra, "diyalektik" adını verdiği ve "psikanalizden doğmuş her uygulamada, *başlı başına* psikanalitik bir dinleme yöntemi ile psikoterapötik bir dinleme yöntemini ayırt eden" bir bakış açısı kullanmayı önermektedir (s. 37). Her seansta klinik duruma bağlı olarak farklı derecelerde bulunabilecek iki işlemsel biçime işaret etmesi açısından bu ayrıma sempati duyabilirim. Bu sebeple, Widlöcher'nin "psikanalitik süreci, kendi başına her türlü terapötik etkiden soyutlanabilecek ya da yalıtılabilir saf bir kendilik bilgisi olarak düşünmek mümkün değildir" ifadesine katılabilirim (s. 38). Büyük olasılıkla, iki tür dinleme biçiminden birinin yaygınlığını, Ablon ve Jones'un (2005) analitik süreç üzerine olan makalelerinde tanıttıkları Psikoterapi Süreci Q-Seti (Jones, 2000) gibi bir yöntem kullanarak ampirik olarak ayırmak mümkündür. Widlöcher'nin bakış açısı, enstitülerimizin bu çifte dinleme yöntemini öğretmeye ve hangi anda hangi tutumun yararlı olduğunu anlama becerisini keskinleştirmeye odaklanması gibi psikanaliz eğitiminin gerekli gördüğü çıkarımlara sahiptir. Oysa Stockholm araştırmasının da gösterdiği gibi, iyi eğitilmiş geleneksel bir analistin tekniğini

farklı çerçeve koşullarında her türlü vakaya uyarlayabilmeye yetkin olduğu, bulgularla kanıtlanmış değildir (Sandell ve arkadaşları, 2006). Bu yüzden, Widlöcher'nin şu ifadesini tüm kalbimle destekleyebilirim: "Tedavinin özgül koşullarına ve uygulanan teknik kurallara gelince, bunlar hastaların psikoterapötik arayışının uyguladığı basınca göre uyarlanmalıdır" (s. 40).

Çeviren: Şeyda Sunar Postacı

### Kaynakça

- Ablon, J.S., Jones, E.E. (2005), "On analytic process", *J Am Psychoanal Assoc* 53: 541-68.
- Falkenström, F., Grant, J., Broberg, J., Sandell, R. (2007), "Self-analysis and post-termination improve after psychoanalysis and long-term psychotherapy", *J Am Psychoanal Assoc* 55: 629-74.
- Jiménez, J.P., (2009), "Grasping psychoanalysts' practice in its own merits", *Int J Psychoanal* 90:231-48.
- Jones, E.E., (2000), *Therapeutic action: A guide to psychoanalytic therapy*, Northvale, NJ: Aronson.
- Leuzingier-Bohleber, M., Stuhr, U., Rüger, B., Beutel, M., (2003), "How to study the quality of psychoanalytic treatments and their long-term effects on patients' well-being: A representative multi-perspective follow-up study", *Int J Psychoanal* 84:263-90.
- Sandell, R., Lazar, A., Grant, J., Schubert, J., Broberg, J., (2006), "Therapists' attitudes and patient outcomes: III, A latent class (LC) analysis of therapies", *Psychol Psychother* 79:629-47.
- Thomä, H., Kächele, H., (1987), *Psychoanalytic practice, vol: 1: Principles*, Berlin, Heidelberg, New York, Tokyo: Springer, [(1994), ciltiz yeniden basım, Northvale, NJ: Aronson].

\* Jiménez (2009) makalesinde, psikanalizle ilgili mantığa dayalı olmayan tartışmaların olumsuz sonucunu, tanrıya ulaşmak için inşa edilen Babil Kulesi benzetmesiyle tanımlamaktadır. Efsaneve göre tanrı kendisine