

# BİLİŞ VE PSİKODİNAMİK: İLİMLİ BİR ÖNERİ

Constance Hammen  
California Üniversitesi; Los Angeles  
Dünya Bilişsel Terapiler Kongresinde Verilen Çağrılı (Keynote) Konferans  
Toronto, Canada, Haziran, 1992

Çevirenler: Sibel Tümer

Ekrem Düzen

Bilişsel modeller ve bilişsel terapiler, çok değil, yalnızca 15 yıl kadar önce şekillenmeye başlamış olmalarına rağmen, psikopatoloji ve tedavi alanında yeni bir çağ açmışlardır. Dünyanın her yanından katkılarının sunulduğu bu kongrede de açıkça görüldüğü gibi bilişsel terapi akımı önemli ürünler verdi. Alandaki öncüler ve uygulayıcıların, hastalara, bilim adamlarına ve öğrencilere olağanüstü yararlar sağladığı da bir gerçek. Ben de şimdi burada daha çok, geçmişteki başarılarımız üzerinde durabilir ve bilişsel terapinin geleceğine dair tozpembe tahminlerde bulunabilirdim. Sonuçta, birbirimizi tebrik edip evlerimize gidebilir-dik.

Ancak, bunun yerine bu kısa süreyi sizlere farklı bir değerlendirme sunmak için kullanma yolunu seçtim. Başarılarımızla gururlanmamız ve mutlu olmamız için pek çok geçerli nedenimiz olmasına rağmen, bugün bilişsel yaklaşımları içeren çalışmalarda bazı önemli boşluklara değinmek istiyorum. Bu boşluklardan bazıları bu alanın bir zamanlar en güçlü olduğu sahalarda ortaya çıkmaktadır. Diğer boşluklarsa bana göre bilişsel terapinin gelişimiyle ilgilidir. Diğer bir deyişle artık belli bir olgunluk düzeyine geldiğimize göre, bundan sonra atmamız gereken adımlarla ilgilidir. Bu iki grup boşluktan bahsederken bir yandan da gelecekle ilgili bazı mütevazî önerilerde bulunacağım.

## Bazı Güçlü Yanlarımız ve Yol Açtığı Boşluklar

Psikolojik sorunları anlamaya ve tedavi etmeye yönelik bilişsel yaklaşımlar, başlıca şu üç

ögeyle desteklenmektedir: Güçlü bir kuram, sağlam ölçüler ve deneysel kanıtlara verilen önem. Bilişsel modeller aslında, sağduyunun ve fenomenolojik gerçekliğin zarif bir biçimde ortaya konmasından ibarettir. Bu modellere göre, yaşadığımız duygular, bazı anlık ve özellikle, çarpıtılmış yorumlarımızın sonuçlarıdır ve kişinin ruh halinin bu yorumlar üzerinde güçlü bir etkisi vardır. İnsanoğlunun, evrensel güdülerinin kurbanı, çatışmalarının pasif aktörleri olmadığı, tam tersine, kendi gerçeklerinin aktif mimarları ve yapıcılığı olduğu fikri çok çekicidir. Bu temel önermeler, söz konusu bilişlerin ölçülmesi için çeşitli testlerin oluşturulmasına yol açmış; insanların nasıl düşündüğüne ilişkin sayısız laboratuvar ve klinik çalışmalarını başlatmıştır. Ayrıca istenmeyen davranışlar ve ruh hallerini değiştirmek amacıyla, bu tür davranışlara neden olan "fonksiyonel olmayan" bilişlerin belirlenmesi, değerlendirilmesi için belirli tekniklerin uygulanmasına öncülük etmiştir. Bu bilimsel çalışmalar, alanın şekillendirilmesi ve geliştirilmesi için yararlı olacağı düşünülen modellerin, ölçeklerin ve müdahale tekniklerinin oluşturulmasına çok yardımcı olmuştur.

Bununla beraber, bu başarının ta kendisi, bizim en güçlü yanlarımız olan, "ölçme", "kuram" ve "deneysel olarak kanıtlama" çabalarından uzaklaşılmasına neden olmuştur. Şimdi size bu alanlarda gözlediğim boşlukların bazılarından bahsetmek istiyorum. Aslında bunlar birbirleriyle çok yakından ilişkili olan sorunlardır, fakat tartışmanın anlaşılabilirliği için bunları ölçme, deneyim ve kuram alanlarındaki sorunlar olarak ayıracam. Sözünü edeceğim bu kaygıların çoğunun

\* Bu konudaki konferansını Türkçe'ye çevirmemize izin veren Dr. Constance Hammen'e teşekkür ederiz.

orijinal ya da bana özgü olmadığını daha baştan kabul ettiğimi belirtmek istiyorum. Yeri geldiğinde de o konuda kredinin kime verilmesi gerektiğini hatırlamaya ve işaret etmeye çalışacağım. Bu fikirlerin çoğu, farklı açılardan, farklı forumlarda pek çok meslekdaşım tarafından paylaşıldı ve tartışıldı; bazılarına da çok tanidik gelebilir.

**Ölçmede Boşluklar** : Bana göre problem şudur: Bilişleri dikkate almaksızın başarılı olmayacağımıza, kendimizi ve diğerlerini inandırmak, bizim için önemli bir adımdı ve bunu başardık. İnsan gerçekten de, sadece "alıcı" bir yaratık değildir; bilgiyi aktif olarak işler, kendini ve şartlarını yorumlayış biçimine göre tepki verir. Bu çabalarımızın sonucunda, bilişlerin net ve kesin olarak tanımlanması ve ölçülmesi için yoğun bir talep oluştu. Ancak bana göre bu talep, bizim arzımızdan (ortaya koyduğumuz ürünlerden) çok daha büyük oldu. Bilişsel içerik, süreç ve yapı arasında ayrımlar yapmamıza ve rapor edilen yüzeysel bilişler ile temel inançlar ve şemalar arasında önemli bir fark olduğunu iddia etmemize rağmen, ortaya koyabildiklerimiz daha çok yüzeysel bilişlere ilişkin oldu. Şimdi, bilişler ve onların ölçümü ile ilgili, bana göre, 5 önemli boşluğa ayrı ayrı değineceğim.

1. Bilişlerin yüzeysel görünümünün ölçümlerinden elde edilenlere aşırı güvenilmiş (Birkaç yıl önce Lake Louise konferansında bu konuda önemli tartışmalar yapılmıştı. Bu nedenle şimdilik bu konuya girmeyeceğim.);

2. Buna karşın, benlik, kişilerarası ilişkilerin önemi ve insanın içinde yaşadığı bağlama ilişkin temel inançlarla ilgili daha derinlerdeki bilişlerin ölçülmesi (en azından klinik psikologlar tarafından), neredeyse tamamen göz ardı edilmiştir.

Kişilik bozuklukları gibi farklı rahatsızlıkları olan kişilerin farklı değerleri, güdüleri ve şemaları olabileceğine dair bol spekülasyon yapılmış, ancak bunların ölçümlerine ilişkin sistematik girişimlerde bulunulmamıştır. Belli kişilerin ne düşünmeleri ve neye inanmaları gerektiğine ilişkin yoğun varsayımlar üretilirken, bu inançları doğrulama ve ölçmeye ilişkin çok az şey yapılmıştır.

Bowlby de, buna benzer şekilde, son derece etkili bir "bağlılık" kuramı geliştirmiş ve erken

dönem ebeveyn-çocuk bağlarının, daha sonraki uyumun gelişmesindeki önemini belirtmişti. Beklik dönemimdeki bu "bağlılığın", çocuğun ilerideki uyumu üzerindeki etkisi, belki kuramsal olarak, Bowlby'nin ebeveyn-çocuk etkileşimine ilişkin görüşlerinden türettiği ve çalışmalarına yön veren "geçici modeller" (working models) kavramı aracılığı ile açıklanabilir. Ayrıca, bu "geçici model" kavramı, temelde bilişsel bir kavramdır ve bence önemlidir. Bu yüzden de bunun üstünde daha sonra yeniden duracağım. Ancak şunu da belirtmeliyim ki, insanın kişilerarası ilişkiler içinde kendisini ve diğerlerini nasıl temsil ettiğine ilişkin ölçümler henüz emekleme aşamasındadır.

3. Bütün bunlar da beni "şema" konusuna getiriyor. Öncelikle şunu ifade edeyim ki, ben, "şema" kavramını seviyorum. Bu kavram, sisteme giren bilginin nasıl yorumlandığına ve dolayısıyla oluşacak davranışın ve duygunun bu yoruma göre nasıl belirlendiğine ilişkin görüşleri açıklamada oldukça yardımcıdır. Ayrıca, insanların aynı durum ve olay karşısında gösterdikleri farklı ve çoğunlukla mantık dışı tepkileri de anlaşılabilir duruma getiren uygun bir kavramdır. Fobisi olan bir kişinin asansörden kaçınma nedenlerinden tutun, cinsel tacize uğramış bir kadının bir erkekle yakın ilişkiye girmekten korkma nedenlerini, ya da Rodney King'i yargılayan jürinin, cinayetlerin video görüntülerini reddetme nedenlerine kadar, pek çok insani mantıksızlığı açıklayabilir. Bütün bunların yanında, şema kavramı, insanlar için değişmenin ne kadar zor olduğunu göstererek, terapinin de neden böylesi zor bir süreç olduğunu açıklamaya yardım eder. Kısacası, şema kavramı, "bilinçaltı çatışmalar", "id", "ego", "süper-ego", "transferans nevrozu", "direnc" ve bütün bunlarla ilişkili olarak, "bağımsızlaşmama" ve "bi-reyselleşememe" ya da "içselleştirilmiş obje" ve bu türden diğer kuramsal ve terapötik kavram kargaşasını aşip, ortadan kaldıran harikulade bir kavramdır.

İleri sürdükleri görüşlerini herhangi bir deneysel araştırmayla kanıtlama yükümlülüğü altında olmaksızın mutlu bir biçimde yollarına devam eden analitik yönelimli meslekdaşlarımıza göre, kendi başarılarımızdan duyduğumuz memnuniyeti çok

fazla abartmadan, size, kendimi, öğrencilerimi ve meslektaşlarımı dinlediğimde neler duyduğumu aktaracağım. Şemalara ilişkin düşüncelerimizi açıklarken, daha önceleri Freud'cu kavramlar tartışılırken düşülen tuzaklara düşmekteyiz. Örneğin, eğer bir hastanın kendini küçümseme düşünceleri varsa, onun bir değersizlik şemasına sahip olduğunu söylüyoruz. Bunun kanıtı olarak da küçümseme düşüncelerini gösteriyoruz. Sonuçta, belli bilişsel kavramlar tartışılırken, analitikçilerin "bilinçaltı çatışmalar", "çözümlememiş Oedipal sorunlar"ın varlığını kanıtlamaya çalışırken kullandıkları yöntemi kullanmış oluyoruz. Diğer bir deyişle, belli davranışları açıklayabildikleri için bu bilişsel yapıların var olduklarını varsayıyor ve varlıklarına kanıt olarak da, onlar yoluyla açıklamaya çalıştığımız davranışları kullanıyoruz. Dahası "şema" denilen bu yapıyı somutlaştırıp, sanki beynimizde bir yerlerde somut yeri varmış gibi konuşuyoruz.

Bu nokta üzerinde daha fazla durmam gerekiyor. Ancak, gerçeklere baktığımızda, şema süreçleri, ne oldukları, nasıl çalıştıkları, nasıl örgütlendikleri, neleri içerdikleri ve ne zaman harekete geçtikleri hakkında çok az şey bildiğimizi bir kez daha belirtmek istiyorum. Ruh hali ile ilgili şemaları ölçmeye çalışırken gördüğümüz gibi, bu tür araştırmalar oldukça zordur. Buna rağmen, depresyon alanında olduğu gibi bu bilişsel yapıyı açıklamaya yardım eden gerçekten çok önemli çalışmalar da vardır. Zindel Segal ve diğer meslektaşlarımız tarafından vurgulandığı gibi, şema kavramına çok sık başvurmakla beraber, "şema"nın ne olduğunu daha yeterince anlamış değiliz. Ben de bunun önemli bir tehlike olduğunu düşünüyorum.

Benim özellikle ilgilendiğim konu ise benlik şemaları ve bunların işleyiş biçimleridir. Umudum da şudur ki, eğer benlik şemaları ve bunlara ilişkin süreçleri gerçekten anlayabilirsek, kişilik bozukluklarını, diğer psikopatolojileri ve özellikle kişiliğin organizasyonunu anlama konusunda da alana önemli katkılar yapabileceğiz.

**4. Bilişsel Yapılar ve Süreçler :** Şema kavramının yanısıra, içerik, süreç ve yapı arasındaki ayrımlara da yeterince dikkat etme-

diğimizi düşünüyorum. Bilgi işlemenin kalitesi ve tarzı (cognitive style) üzerine gelecekte yapılacak araştırmalardan önemli kazançlar sağlanacağını düşünüyorum. "Kalite" derken söylemek istediğim, düşüncelerin "katılığı veya esnekliği", "mutlaklık derecesi", "ya hep ya hiç" tarzında oluşu ve genellikle ilkel ya da çocuksu gibi görünen diğer tür çarpıtmalardan etkilenmiş olmalarıdır. "Bilgi-işleme tarzı" ile de geleneksel olarak "ego savunma mekanizmaları" adı verilen süreci kastediyorum. Bu kavramlar, yalnızca psikodinamik kuramların çerçevesi içinde kalamayacak kadar önemlidir. Bilişsel kurama bağlı araştırmacıların da, "kişilik çözülmesi", "yadsıma", "bölünme", "yansıma" ve benzeri bilgi-işleme tarzları konularındaki bilgi birikimine katacakları çok şeyleri vardır. Bilişsel modeller içinde, yalnızca "anlık bilinçli deneyimler" üzerinde odaklaşarak, görüş açımızı sınırlandırmamamız gerektiğine inanıyorum.

5. Son olarak, bilişsel gelişimin psikopatoloji bağlamında ele alınmasında ve incelenmesinde son derece büyük bir boşluk olduğunu düşünüyorum. Bu konuyla ilgili olarak daha sonra söyleyeceğim çok şey var. Ancak, çocukların kendileri ve dünya hakkında nasıl düşündüklerine ilişkin gelişimsel süreçlerin incelenmesi gerektiğini bir kez daha vurgulamak istiyorum.

**Deneysel Boşluklar :** Şu ana kadar tartıştıklarımın çoğu ölçmedeki kavramsal boşluklar kadar deneysel boşlukları da içeriyordu. Şimdi ise henüz bilmediğimiz ama bilinmesi gereken diğer konulardan bahsetmek istiyorum. Kuşkusuz, kendi alanım olan psikopatolojinin anlaşılmasındaki boşluklardan daha ayrıntılı olarak söz etmeyi sürdürebilirim, ama bunun yerine bilişsel terapi üzerinde odaklaşacağım.

Geçen birkaç yıl boyunca, oldukça başarılı olan bilişsel terapi alanında gözlediğim bazı gelişmeler beni epey rahatsız etmekteydi.

1. Terapi sırasında gerçekten işe yarayanın ne olduğuna ilişkin bilgilerimiz yetersizdir. Hollan ve diğerleri bu noktayı kesinlikle vurgulamışlardı. Ben de önemini yineliyorum: Bilişsel terapinin hangi açılardan etkili olduğu ve değişimin nasıl

gerçekleştiği hakkında çok az bilgiye sahibiz. Gerçekten de, diğer terapi modelleriyle yapılan karşılaştırmalar bu sağaltıcı faktörlerin pek çok modelde ortak olduğuna kuvvetle işaret etmektedir. Örneğin, depresyonun kişilerarası terapi yöntemleri ya da diğer tür yöntemlerle tedavisinin, bilişsel yaklaşımlarla tedavisi kadar başarılı olduğu görülmektedir. Ortalıkta, bilişsel terapist olmadıkları halde kendilerini böyle niteleyen ve çeşitli yöntemler kullanarak başarılı olduklarını iddia eden çok sayıda terapist vardır. Her ne olursa olsun, ben, hem terapi tekniklerinin, hem de değişme sürecinin deneysel olarak daha fazla araştırılması gerektiğini düşünüyorum. Süreçle ilgili olarak bugüne kadar ortaya atılan konular, bilişsel terapinin fonksiyonel olmayan bilişleri değiştirip değiştirmediği ya da en azından kısa vadede kişinin uyumuna yardımcı olabilecek yetenekleri öğretip öğretmediğidir. Genellikle, hastalarımıza da söylediğimiz gibi, bilişsel terapinin fonksiyonel olmayan şemaları değiştireceğine inanıyoruz. Ancak, bunun olası doğruluğunu kanıtlayacak verilere sahip olmayı isterdim. Dahası doğruluğunu baştan kabullendiğimiz şu olguların da deneysel olarak test edilmesini isterdim: Örneğin, öncelikle davranışı değiştirmenin uzun vadede bilişleri değiştirmede daha etkili olacağı; davranışsal yöntemlerin "ikna"ya dayalı yöntemlerden daha iyi olduğu gibi.

2. Bilişsel terapilerin, bu şekilde mantar gibi bir tercosine ortaya çıkması, belli ki rahatsız edicidir. Bilişsel - davranışsal teknikler şimdilerde şaşırtıcı bir şekilde her tür rahatsızlık için önerilmektedir. Bunlardan isimleri ile söz etmeyeceğim, zaten bu kongrede yeterince ele alındılar. Ama bütün bunların temelindeki bilimsel veriler nerede? Örneğin son günlerde çok tartışılan bir konu olan kişilik bozukluklarını ele alalım: Borderline kişilik bozukluğunun tedavisinde etkili olduğunu iddia eden en az üç "marka" bilişsel terapistten söz edebilirim. Ama bunlardan sadece birinin deneysel olarak test edilen sonuçları hakemli dergilerde yayınlanmıştır.

Eğer eleştirilerimi biraz daha sürdüreceğim olsaydım, son yıllarda gerçekleri bir kenara bırakarak, parçalanmaya başladığımızı ve spekü-

lasyonlarla tartışılmayan dogmaların hakim olduğu bir yola doğru girdiğimizi söyledim. Bu bana çağdaş psikodinamik terapileri hatırlattığı için, umarım bu yolda fazla ilerlemeyiz. Kamuoyundaki güvenilirliğimizin ve karşılaştığımız talebin en önemli nedenlerinden biri, tedavimizin etkililiğini savunurken somut ve sağlam bir veri tabanına dayanmamızdı. Bu güvenilirliğimizi kaybetmeyelim ve güçlü yönlerimizi vurgulamaya ve geliştirmeye devam edelim.

**Kuramsal Boşluklar:** Bu noktayı, bugün değinmek istediğim konular için bir basamak olarak kullanacağım. Buraya kadar, bilişlerin kavramlaştırılmasında ve ölçülmesindeki bazı boşluklara ve terapiye bağlı değişimin nasıl gerçekleştiğine ilişkin kuramsal ve deneysel bilgiye olan ihtiyacımıza değindim. Bütün bunlara karşın, bana göre en büyük kuramsal boşluk, konunun gelişimsel yönündeki zayıflıktan kaynaklanmaktadır. Bilişsel modeller, düşünceler ve duygular arasındaki bağlantıya ilişkin, basit, sağduyuya uygun ve cazip önermelerle işe başlamışlarken, şimdi neredeyse, kendi kazdıkları kuyuya kendileri düşmüş gibidirler. Göreceli olarak çok yüzeyselleşmiş olduklarından artık sağduyuya da yeterince hitap etmemektedirler. İçinde bulunduğumuz bu dönem, psikodinamik modellerin yeniden dirildiği bir dönemdir. Bizler ise, tıpkı "kralın yeni elbiseleri" masalında olduğu gibi, kendimizi muhteşem bir şekilde giyinmiş zannetsek de, diğer klinisyenlerin ve genellikle bize başvuran hastalarımızın gözünde böyle algılanamayabiliriz. Bunu biraz daha açayım:

**Biliş ve Psikodinamik :** Sağduyu, bize psikolojik sorunların çoğunun, çocuklukta başladığını söyler - fonksiyonel olmayan şemalar da çocuklukta oluşur ve kişisel geçmişle bağlantılı bir gelişime sahiptir. Sağduyu bize, insanların yalnızca depresyon ya da kaygıya yol açan çarpıtmalardan daha "derin" sorunları olduğunu; insanların bir bağlam içinde yaşadığını ve çevrelerinden etkilendikleri kadar, çevrelerini etkilediklerini söyler. Oysa "ortodoks" bilişsel modeller, davranışların "gelişimsel kökenleri", rahatsızlıkların "dinamikleri" ve "içinde yaşanılan bağlam" konularında hayret verici bir biçimde ses-

siz kalmışlardır. Erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkilerini - en azından ilkesel düzeyde - önemsiz kılmakta acele etmişlerdir. Kişinin rapor edebildiği, yüzeysel bilişler üzerinde yoğunlaşıldığı izlenimini vermiş ve algılanan/çarpıtılan çevre dışındaki çevresel gerçekleri tamamen gözardı etmişlerdir. Şükür ki, uygulama söz konusu olduğunda her zaman bu ortodoks tutumlara başvurmuyoruz. Alandaki liderler, önerdikleri modellerin bu önemli unsurları içerdiğini ileri sürseler de, gerçekte, modellerinde bu yorumlara ya hiç yer verilmez ya da önemsiz kınırlar.

Bence artık, bilişsel modellerin "kişilik kuramları" haline gelmelerinin zamanıdır. Bu kuramlar, rahatsızlıkların kökenleri, gelişimsel ve bağtamsal yönleri hakkında kapsamlı açıklamalar vermelidir. Gelişimdeki evrensel hedefleri ve süreçleri belirlemeli, bebeklik dönemi deneyimlerinin nasıl olup da sonraki davranışlar ve uyum üzerine etkili olduğunu tartışmalıdır. Bilişsel kuramcıların, kişinin hayatındaki önemli olaylara ilişkin zihinsel yapılaşmalarının zihinde nasıl düzenlendiği ve şimdiki davranış üzerinde nasıl etkili olduğu konusunda, diğer deyişle şemalar, bilişsel tarzlar ve yapılar hakkında söyleyecekleri çok şey vardır. Bilişsel kuramlar, bireyin ve çevrenin nasıl etkilendiğini ele almak zorundadırlar. Böylece öncelik, yalnızca insanların nasıl düşündüğüne verilmekle kalmayacak, davranışlarının ne olduğu, bu davranışlarının yakın çevrelerini ve daha sonraki duygularını nasıl etkilediği konuları üzerinde de durulabilecektir.

Bugün birçok akademisyen ve klinisyen, benzer sonuçlara ulaşmış görünüyorlar. Daha önce belirttiğim gibi, "tedaviye dirençli" ya da "kişilik bozuklukları" olan vakaları ele almak üzere geliştirilen pek çok teknikte, bu kişilerin çoğunluk döneminde oluşmuş, derinlerdeki şemaları, üzerine gidilmekte ve bunların değiştirilmesine çalışılmaktadır. Özellikle de, fonksiyonel olmayan bu erken dönem şemalarının, günlük yaşamdaki uyumu bozabileceği çeşitli yollar üzerinde durulmaktadır. Ben burada, kuramın sadece kişilik bozukluklarını ele almak için değiştirilmesinden söz etmiyorum. Sözünü ettiğim konu şudur: Kuramlarımız, hem normal hem norma dışı davranışları kapsamlı, hem de bilişsel olarak açıklanabilecek

DSM-III-R'deki I. ve II. eksen bozukluklarını içermelidir.

Guidano ve Liotti, alanına bu şekilde daha kapsamlı kuramlarla katkıda bulunmaya çalışanlar arasındadırlar. Bağlılık kuramını ve bilişsel kuramı birleştirerek, ebeveyn- çocuk ilişkisindeki bozuklukların türleri ve bunların benlik gelişimi üzerindeki etkisini incelemektedirler. Benzer şekilde, Michael Mahoney de insan davranışına yönelik yapısal bir yaklaşım çevresini biçimlendirirken, dinamik ve aktif bir varlık olduğunu vurgulamıştır. Hepimizin bildiği gibi Mahoney, kendi bilişsel yaklaşımını, onun "mekanik", benim de "ortodoks" olarak tanımladığım bilişsel yaklaşımlardan çok farklı görmektedir.

Segal ile birlikte Safran da, kişilerarası şemalar kavramını ve bunların terapi sürecindeki önemini vurgulamışlardır. Safran, insanların diğer insanlara duyduğu biyolojik temelli ihtiyaca yönelik Bowlby'nin ileri sürdüğü görüşleri benimsemiştir. Kişilerarası ilişki şemalarının, davranışı ve uyumu büyük ölçüde etkilediğini savunur. Terapi sırasında da bu kişilerarası şemaların belirlenmesi ve değiştirilmesi için çalışılması gerektiğini söyler; bunu yapmak için çeşitli yöntemler önerir. Drew Westen ise, obje ilişkileri kuramı ve sosyal - bilişsel psikoloji arasındaki benzerlik alanlarını tartışmıştır. Aslında, obje ilişkilerine ilişkin görüşlerin çoğu, esas olarak bilişseldir - ve kuşkusuz gelişimseldir. Westen, borderline kişiliği anlamamızda yararlı olabilecek araştırmalara belli bir güç ve deneysel geçedlik getiren önemli önerilerde bulunmuştur.

Kuşkusuz, çocuk kliniği ve gelişimsel psikopatoloji alanında daha kapsamlı bir bilişsel kuramı oluşturulmasında katkıda bulunabilecek çok sayıda araştırmacı vardır. Depresyon alanında, birçoğumuz, elimizdeki bilişsel ve gelişimsel düşünceleri birleştirmeye çalışıyor ve çocukluk deneyimlerine ilişkin zihinsel yapıların etkileri üzerine araştırmalar yapıyoruz. Ben de kısa bir süre önce, bu noktaları içeren bir gelişimsel psikopatoloji modeliyle ilgili görüşlerimi yayınladım. Ian Gotlib ile birlikte yazdığımız kitapta da, bu depresyon modelini kullanarak, kişilerarası ilişkiler yaklaşımı ve bilişsel yaklaşımı bütünleştirmeye çalıştık.

**Sonuç:** Ebeveynleriyle olumlu deneyimler yaşamış, dünyayı tanımaları için kendilerine güvenli bir temel sağlanmış Bowlby'nin şanslı bebekleri gibi, bilişsel terapinin de kendini daha çok geliştirebilmesi için, zengin, sağlam hipotezlerden ve deneysel başarılarından oluşmuş güvenli bir temeli olduğu söylenebilir. Sanıyorum artık, aşağıdaki özelliklere sahip ve Freud'un kuramından hiç de aşağı kalmayacak, hatta ona rakip olabilecek bir bilişsel kuram oluşturma potansiyeline sahibiz.

Bu "Bilişsel Kuram",

-- Sağlam bir bilişsel, sosyal, gelişimsel bilgi birikimi ve araştırma temeli üzerine kurulmuştur.

-- Hem bilinçli hem de bilinçli olmayan şemaların, yapısı, içeriği ve işleyişini ve bireye özgü düzenlenmiş yapılar ile bilişsel tarzları dikkate almaktadır.

-- Hem evrensel insan güdülerinin hem de bireye özgü olanların gelişimi üzerinde durur.

-- Hem normal hem de normal dışı gelişim için bir açıklama getirir.

-- Durağan ya da mekanik olmayan, yapısal bir kuramdır ve kişinin çevresine aktif katılımını ve çevreye gösterdiği tepkileri hesaba katar.

-- Değişimi ve nasıl başarılabileceğini açıklayan bir kuramdır.

-- Bütün bunların üstünde, bu kuram, araştırmacılar için, yaptıkları sürekli değerlendirmelerle katkıda bulunabilecekleri kadar cazip, klinisyenler için de, araştırmacıların ürünlerini okuyabilecekleri ve uygulamalarını bu bilgiler doğrultusunda değiştirebilecekleri kadar çekicidir.

Bu kadar güçlü bir bilişsel terapi akımının, bir yandan bağınazlık derecesindeki katı sınırlamalar, diğer yandan da test edilmemiş hipotezlerin gelişigüzel çoğalışı arasında parçalandığını görmek talihsizlik olacaktır. Bence elimizde yeterli derecede araç, olanak ve istek var; o halde gelin kendimizi kuram oluşturmaya adayalım.


# Toplantı - Kongre

- 1- 21-25 Ekim 1992, V. Ulusal Nöroloji Kongresi, Marmaris, Muğla. Başvuru : Prof. Dr. Şakir Fadiloğlu, Dokuz Eylül Tıp Fakültesi, Nöroloji Anabilim Dalı, 35340 Inciraltı, İzmir. Tel: (51) 595959 - 4050.
2. 25-29 Ekim 1992, Birinci Uluslararası Adolesan Çağı Kadın Sorunları ve Yeni Yaklaşımlar Kongresi/First International Congress on Adolescence Disorders and New Approaches, Antalya. Başvuru: Prof. Dr. Sevim Dinçer Cengiz, Meşrutiyet Cad. 3/12, Kızılay, Ankara. Tel: (4) 3203550, Fax : (4) 320 35 53.
3. 26-28 Ekim 1992, The Costs of Affective Disorders, Venedik, İtalya. Başvuru: Association for Research into Costs and Assessment in Psychiatry, Via Daniele Crespi 7, 20123 Milano, Italy. Tel/Fax : 02-58106901.
4. Ekim 1992, Symposium of Child Psychiatry "Psychosomatic Diseases in Childhood", Sofya, Bulgaristan. Başvuru: Prof. Dr. M. Achkova, Psychiatric Clinic, G. Sofiiski 1, Sofia 1431, Bulgaria. Tel: 00359-520333.
5. 1-6 Kasım 1992, Fifth International Congress on Rehabilitation in Psychiatry, Kudüs, İsrail. Başvuru: 5th International Congress on Rehabilitation in Psychiatry, P.O. Box 50006, Tel Aviv 61500, Israel.
6. 9-13 Kasım 1992, 13 th World Congress of Social Psychiatry, Yeni Delhi, Hindistan. Başvuru: Prof. Vijoj K. Psychiatry, Postgraduate Institute of Medical Education and Research, Chandigarh 160 012, India. Tel : 32351 Ext : 247, 319; Fax: 0172 - 43633 V.K. Varma, PGI.
7. 1-3 Aralık 1992, Conference on Research Person Schemas and Formulation of Self, California, U.S.A. Başvuru: Julio L. Ruffini Ph.d. PCUMP Program Manager, Langley Parter Psychiatric Ins. Box CSN - 0984 University of San Fransisco, CA, 94143, U.S.A. Fax : (415) 476 - 7023
8. 8 - 10 Aralık 1992, Ninth International Psychiatric Conference, Peshawar, Pakistan, Başvuru: Dr. Anis - Ur Rahman, Secretary Organizing Committee, Medical Superintendent Goverment Mental Hospital, Peshawar, Pakistan. Tel: 7617 71969
9. 1-5 Şubat 1993 Winter Workshop on Cognitive Therapy, Dana, California. Başvuru: Winter Werkshop Center for Cognitive Therapy 1101 Dowe Street, STE 240 New Port Beach, CA 92660-2803 U.S.A.
10. 22-27 Mayıs 1993, Anual Meeting, American Psychiatric Association, San Fransisco, California, A.B.D. Başvuru: George Campbell, Director, Meeting Management, American Psychiatric Association, 1400 K Street, N. W., Washington D.C. 20005, U.S.A. Tel: 202-682-6193, Fax : 202-682-6114.
11. 4 - 9 Haziran 1993, III, European Congress of Psychology, Tampere, Finlandiya. Başvuru: III. European Congress of Psychology, P. O.Box 905, SF 00101 Helsinki, Finland.
12. 6 - 12 Haziran 1993, World Congress of Psychiatry - World Psychiatric Association, Rio de Jeneiro, Brezilya. Başvuru: JZ Promocoes a Assessoria de Congressos, Rua Visconde e Silva, 52/505, 22271 Rio de Janeior, Brazil. Tel: 55 21 286 2846, Fax : 55 21 226 9351.
13. 7 - 28 Temmuz 1993, Institute for Rational Emotive Therapy Summer Fellowship Training Program. Başvuru: Dr. Elizabeth Muran. Training coordinator, Inst. for Rational Emotive Therapy 45 East 65 Street. New York, N. Y. 10021 U.S.A.

## DÜZELTME

Bir önceki sayımızda (Yıl: 1992, Cilt, 7 Sayı: 26) yer alan iki yazıda önemli basım hataları olduğu saptanmıştır. Özür dileyerek düzeltmeleri aşağıda veriyoruz:

1. Sayın Yard. Doç. Dr. Melike Sayıl'ın "Okul Öncesindeki Kısmı Saklama Çizimleri ile Planlama ve Kodlama Süreçleri Arasındaki İlişkiler." adlı yazısında:

Sayfa	Yanlış	Doğru
23 3. paragraf sondan 6. satır 4. paragraf son satır	çizimide (Dağ. 1986)	çiziminde (Das, 1986)
25 Veri Toplamı Araçları:	Bunlar; planlama, ardışık kodlama süreçlerini ölçen görevlerdir	Bunlar; planlama, ardışık kodlama ve eşzamanlı kodlama süreçlerini ölçen görevlerdir.
Veri Toplama Araçları : (Son satır)	... si yönerge verilmiştir.	... si için yönerge verilmiştir.
Şekil 1 - Kısmı Saklama Çizimi 	ŞEKİL UNUTULMUŞ	Ekte verildi.
Sondan bir önceki paragraf sondan 5. satır	şekillerin	şekillerin
27. TARTIŞMA Bölümü 2. paragraf 3. satır	Öbür yandan ardışık kodlama görevi olan Sayı Dizisi ise II. Faktör ardışık kodlama faktörü olarak tanımlanabileceği gibi I. Faktörün "görse!" olarak tanımlanmasına uygun biçimde "sözel" faktör olarak da tanımlanabilir.	Öbür yandan ardışık kodlama görevi olan Sayı Dizisi ise II. Faktörü. 955 gibi yüksek bir ağırlıkla temsil eden tek görevdir. Bu nedenle II. Faktör ardışık kodlama faktörü olarak tanımlana bileceği gibi..... ..... tanımlanabilir.
28. 1. paragraf 7. satır 2. paragraf 11. satır son paragraf 9. satır	yeni çizimindeki sorasında	yine çizimdeki sirasında
2. Sayın Yard. Doç. Dr. İhsan Dağ'ın "Rotter'in İç - Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RIDKOÖ)'nün Üniversite Öğrencileri için Güvenirliliği ve Geçerliliği" başlıklı yazısında:		
12. sondan 10. satır	r =. 96	r=, 69