

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

Bilim ve Ütopya

Sayı: 240

Yıl: 21

MART 2015

Aylık Bilim, Kültür ve Politika Dergisi

9 TL (KDV Dahil)

KAYGI

Belirsizliğin
Yarattığı Tehdit
Duygusu

YRD. DR. EMEL KARAY
DOÇ. DR. BÜLENT BAĞCI
DOÇ. DR. EMEL ERDOĞAN BAĞCI
YRD. DOÇ. DR. HANCIHAN ÇAY
YRD. DOÇ. DR. SÜNNİ DOĞRUTPE DİNGER
DOÇ. DR. BÜKRET ERBAK
DR. NERİNGERERİCİ
YRD. DOÇ. DR. BİLAL KURT
YRD. DOÇ. DR. EYLEM NURZİN
S. E. SAKIN
PROF. DR. YIGİTANCIK TAYLOR

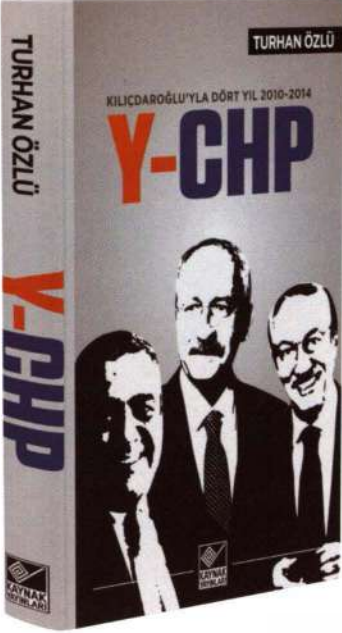
HIFZI TOPUZ'LA PARİS'TEN
"2015'İN İLK SÖYLEŞİSİ"

GÜRLER AKDORA

"İNKİLÂBİN BÜYÜK
TEŞKİLATÇISI": TALÂT PAŞA

FEYZİYE ÖZBERK

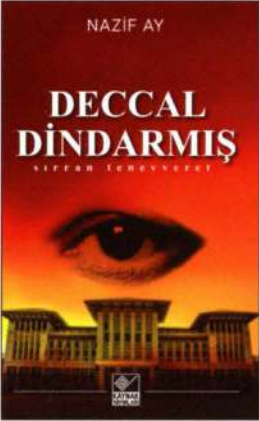
YENİ KİTAPLARIMIZ



6 Mayıs 2010 sabahı Türkiye bir kaset tertibiyle sarsıldı. Ana muhalefet partisinin genel başkanı Deniz Baykal istifaya zorlandı. Hemen ardından Kemal Kılıçdaroğlu, 22 Mayıs'ta toplanan 33. Kurultay'da genel başkanlığa getirildi. Baykal'a istifa dışında bir yol bırakmayanların amacı, CHP'yi dönüştürmek ve "Yeni CHP" yaratmaktı. Elinizdeki kitap, Baykal'a kaset tertibiyle başlayan Y-CHP sürecini 2014 yılı sonuna kadar, bütünüyle olaylara ve belgelere dayanarak inceliyor.

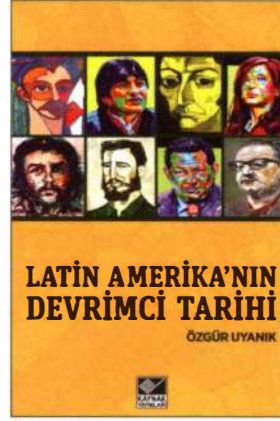
Kitapta incelenen konulardan bazıları şunlardır:

- CHP yönetimi, Atatürk'ü Dersim'den vurma planlarını neden benimsedi?
- Kılıçdaroğlu neden "1930'ların CHP'si değiliz" taahhüdünde bulundu?
- Kürt Açılımı sürecinde Yeni CHP yaratma girişimleri nasıl başladı?
- Altı Ok'tan vazgeçen CHP'nin yeni kimlik arayışı...
- CHP içindeki Ulusalcılara karşı AKP'yle nerede kol kola girildi?

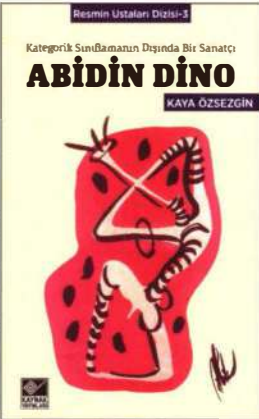


• Deccalin açık kimliğini merak ediyor musunuz?
• "Dinlileştirerek dinsizleştirme" projesi nedir?
Hepsi bu kitapta!

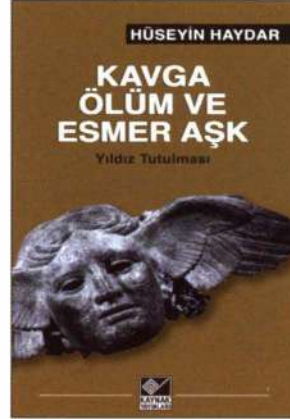
Bu kitap, zamanımızın dinci devrini kapatacak açık bir manifestodur. Gerçek İslamı ve dindarlığı bu kitapla yeniden keşfedeceksiniz! Çocukluğundan itibaren Nurcuların ve diğer İslamî çevrelerin içinde yer alan yazar, Nurcuların en son ve en gizli belgesi olan İnnâ A'taynâ'yı artık sır olmaktan çıkarıyor.



Yıllardır Arjantin'de yaşayan yazar, okura devrimci kıtanın tarihini sunuyor. Kolumbus ve kıtanın fethinden, Latin Amerika'nın bağımsızlık savaşlarına, Bolivar'ın, Jose Marti'nin, Zapata'nın köylü ayaklanmalarından, 2000'lerde Venezuela, Brezilya, Bolivya, Arjantin, Şili ve Uruguay'da ortaya çıkan halk hareketlerinin yarattığı efsane devlet başkanları, Chavez, Morales, Lula, Kirschner ve "El Pepe" Jose Mujica'ya...



Abidin Dino, ressam, karikatürist, desinatör, illüstratör ve heykeltıraş olarak Türk sanatında önemli bir iz bırakmıştır. Dino bu niteliklerini kazanmak yolunda herhangi bir akademik eğitimden geçmemiştir. Kendi kendini yetiştirmiş bir sanatçıdır. Kaya Özsegin, bu çalışmasında sanatçının bu niteliklerini ayrı ayrı değerlendirmektedir.



Ülke bütün varlığıyla yok oluşa doğru sürüklenmekte, yeryüzü ayaklar altından kayıp gitmektedir. Şair olay mahallindedir. Ölümün bir ırmak gibi taşıdığı, ruhların sarsıldığı, kaçacağın, ödeğin, çıkarıcının ayrıştığı günlerde başı dik direnenlerin de bir sözü vardı elbet. Kavga, Ölüm ve Esmer Aşk'ın taşıdığı bu söz, dillerde dolaşacak.

Türk Devrimi nin Yayınevi

KAYNAK YAYINLARI

SAYI : 249 MART 2015

S.S. Ütopya Bilimsel ve Kültürel
Araştırmalar Yay. ve Üretim Koop. Adına
Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Prof. Dr. Semih KORAY

Genel Yayın Yönetmeni: Emrah MARAŞO

Yazı İşleri: İlyas KARATEPE

Görsel Yönetmen: Ajans Repa

Dağıtım-Abone: İlyas KARATEPE

Yazı Kurulu: Dr. Cüneyt Akalın,
Prof. Dr. Atilla Altunel, Dr. Bora Ataman,
Çağrı Mert Bakırcı, Dr. M. Kürşat
Bozkurt, Dr. Necmi Dayday, Prof. Dr.
Remzi Demir, Prof. Dr. Ercan Eng,
Prof. Erbil Gözükırmızı,
Prof. Dr. Erksin Güleç, Efe Can Gürcan,
Erkan İldiz, Prof. Dr. Bekir Karaoğlu,
Prof. Dr. Zafer Kars, Doç. Dr. Çağatay
Keskinok, Prof. Dr. Semih Koray,
Prof. Dr. Tülin Öygür, Feyziye Özberk,
Prof. Dr. Hüseyin Özel, Sarper Özsan,
Ömer Özbek, Dr. Hakan Seçkin,
Doç. Dr. Haldun Soyğür, Prof. Dr. Kadri
Yamaç, Prof. Dr. Osman Şadi Yenen,
Onurcan Ülker.Yönetim Yeri: İstiklalî Cad. Deva Çıkması
No:7/2 34420 Beyoğlu/İSTe-posta: bilimveutopya@gmail.com
İnternet adresi: www.bilimveutopya.com.trAnkara Temsilcisi: Feyziye ÖZBERK
Dr. Mediha Eldem Sk. No: 51/1
Kızılay /Ankara
Tel: (0312) 418 52 64Eskişehir Temsilcisi: Alaz TETİK
Tel: (0505) 911 73 46
bilimveutopyaeskişehir@gmail.comGaziantep Temsilcisi: Mehmet İYİĞÜN
Tel: (0505) 669 48 71
doctoriyigun@hotmail.comHatay Temsilcisi: Hüseyin GÜLER
Büyük Çarşı İşhanı Kat:1 No:450 Iskenderun
Tel: (0326) 613 41 33İzmir Temsilcisi: Nural GÜRAN
Tel: (0537) 843 55 19Almanya Temsilcisi: Eylem DEMİREL
BORAL
Untermainkai 83 60329 Frankfurt am Main
Tel: +4969-25628873 Faks: +4969-25628875Belçika Temsilcisi: Ulaş SARITAS
Tel: +0484 130 819
ulas.saritas@gmail.comÇin Halk Cumhuriyeti Temsilcisi:
Nuri TÜRKEEŞ Tel: +86 1067637296Fransa Temsilcisi: Ali Rıza TAŞDELEN
Tel: +33 675451587Hollanda Temsilcisi: M. Ozan UYAR
Tel: +316 45556564İngiltere Temsilcisi: Murat METİN
Tel: +44 7939051882İsviçre Temsilcisi: Ethem KAYALI
Tel: +0041 - 79 744 41 03
e.kayali@hispeed.chİtalya Temsilcisi: Zeynep GÜNEŞ
zeynep-gunes@merck.comAbone Koşulları: 6 Aylık: 50.00 TL.
Yıllık: 100.00 TL Avrupa ve Ortadoğu yıllık:
50 Euro Amerika ve Uzakdoğu yıllık: 100 \$Abone bedelleri için, S.S. Ütopya
Bilimsel ve Kültürel Araştırmalar
Yayıncılık ve
Üretim Kooperatifi
İş Bankası Bilkent Şubesi:
Hesap No: 4276 0292027İsviçre Hesap Numarası Ethem KAYALI
SPUHLIRAIN 25
3098 SCHLIERN B. KANIZ ISVICRE
UBS, Ethem Kayali,
CH07 0023 5235 4108 0541 D
e.kayali@hispeed.chYurtdışı Satış Fiyatı
Avrupa: 4.5 Euro

Organizör: Ajans Repa Ltd. Şti.

Basıldığı Yer: Kayhan Matbaacılık San. Tic.
Ltd. Şti. Davutpaşa Cad. Güven San. Sit.
C-Blok No: 244 Sertifika No: 12156
Topkapı - Zeytinburnu / İST.
Tel: (0212) 612 31 85 - 576 00 66Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
ISSN 1301-6717
Aylık Yaygın Süreli Yayın

Ne yapmalı?

Bu ayki kapak dosyamız **Kaygı** başlı-
ğını taşıyor. Prof. Dr. Sirel Karakaş'ın
editörlüğünde hazırlanan dosya
konunun her boyutuna titiz bir şekilde yak-
laşıyor. Kaygı hepimizi ilgilendiren bir duygu
durumu. Gündelik yaşamımızın en önemli
parçalarından biri. Dolayısıyla konuyu bilim-
sel şekilde tanımlamak, etkilerini bilmek ve
kaygıdan kaynaklanan rahatsızlıklara ne gibi
çözümler getirildiğini öğrenmek son derece
önemli. Sayın Karakaş'ın önsözü dosyanın
içeriğini ve yazılarını kuşbakışı bir yaklaşımla
sunuyor. Yazılara geçmeden önce mutla-
ka okumanızı öneriyoruz. Başta dosyamızın
editörlüğünü yapan Prof. Dr. Sirel Karakaş
hocamız olmak üzere katkı sunan değerli
akademisyenlere tek tek teşekkür ediyoruz.

Nereye gidiyoruz?

Geçtiğimiz ay Özgecan Aslan'ın öldürül-
mesiyle sarsıldık. Özgecan bizim sevgilimizdi,
kardeşimizdi, sıra arkadaşımızdı. Aynı kaldı-
rımaları adımladığımız, aynı çayı yudumladığı-
mız, aynı havayı soluduğumuz yurttaşımızdı.
Özgecan'la o dolmuşa biz bindik. Biz de saldı-
rıya uğradık, biz de direndik, biz de katledildik.
Özgecan yıllardır devam eden kadın düşman-
lığına ve cinayetlerine karşı oluşan öfkenin
adı oldu. Özgecan isyanın bayrağı oldu. Ama
yetmez. Yeniden katledilmek istemiyorsak bu
meselenin köküne inmeliyiz.

Katliamın ardından oluşan haklı öfke
çeşitli cezai yaptırımların tartışılmasına neden
oldu. Ama salt caydırıcı cezalarla da soru-
nun çözülemeyeceği ortada. Esas mesele
ideolojik ve siyasal iklimden kaynaklanıyor.
Bu iklim Cumhuriyetin devrimci döneminde
başta olan kadının Kemalist Devrim'in tas-
fiye edilmesiyle birlikte gözden düşmesiyle
başladı. Kadının gitgide arkalara itilmesi, ayak
bağı görülmesi ve sonunda düşmanlık mer-
tebesine çıkarılmasıyla zirveye ulaştı. AKP
iktidarının "kadın-erkek eşit değildir" fiğinde



somutlaşan uygulamaları kadının insan oldu-
ğunu unutturdu. Bu unutuş derin bir yaban-
cılaşmayı, insanın kendi türüne ve insanın
cinselliğine yabancılaşmasını doğurdu. Vahşi,
yırtıcı, uygarlıktan nasibini almamış, toplum-
sal kurallardan, saygıdan, sevgiden bihaber
bir model yarattı. Geldiğimiz yer ise kadınların
parçalanması, yakılması, başının araba lasti-
ğiyle ezilmesidir. Bu zulüm erkeğe de yapılan
bir zulümdür. Sistem kaynaklıdır.

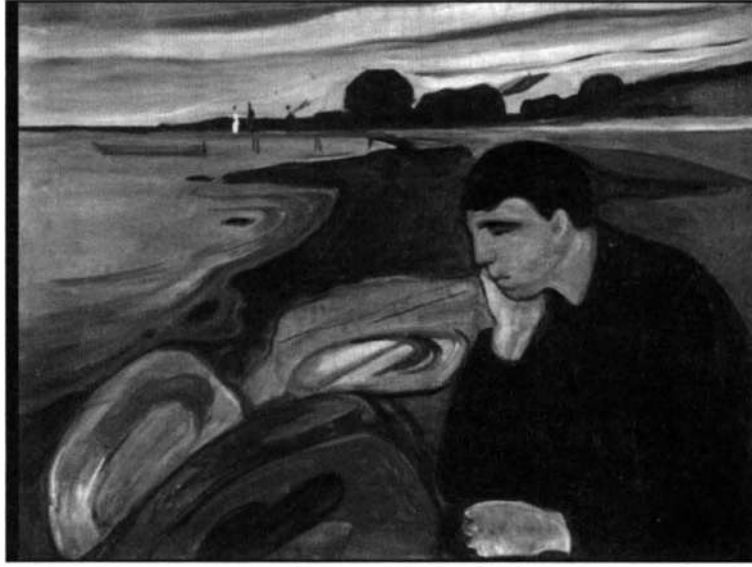
Şefkat değil mücadele

İşte bu noktada muhafazakâr yaklaşımın
"çözümü"ne geliyoruz. Onlar yine dini refe-
ranslarla kadına şefkat gösterilmesini, kadına
acınmasını öğütüyorlar. Çünkü muhafazakâr
ahlaka göre kadın zayıf, korumasız ve yardı-
ma muhtaç. O halde yapılması gereken kadı-
nın asil bekçileri olarak ortaya çıkmak. Hayır
bu çözüm değil! Çünkü en başta felsefesi yan-
lış. Kadın da en az erkek kadar güçlü, yaratıcı
ve üreticidir. İşte bu yaklaşım sorunun çözü-
münü kadının erkek cinsine karşı mücadelesi
zannedenlerle aynı fikri paylaşıyor. Kadın şu
ya da bu şekilde ayırdır fikrini...

Çözüm bağımsız, çağdaş ve laik bir top-
lumsal kültür yaratmaktan geçiyor. Bunun
yolu ise bu değerleri savunan bir iktidar için
mücadele etmekten...

Arkadaşım Okay Uludok'un 40 Şizofrenden
1 Öykü adlı kitabı Doğan Kitap'tan çıktı.
Mutlaka alıp okumanızı öneririm.

BİLİM VE ÜTOPYA
ÜNİVERSİTE TEMSİLCİLERİ
Adnan Menderes Üniversitesi
Yrd. Doç. Dr. Atakan HATİPOĞLU
atakanhatipoğlu@gmail.com
(0 555) 475 82 45
Ahi Evran Üniversitesi
Yarenkür ALKAN
alkanyaren@gmail.com
(0 537) 587 53 77
Akdeniz Üniversitesi
Dr. Hakan ERENGİN
erengin@akdeniz.edu.tr
(0 535) 852 74 15
Anadolu Üniversitesi
İsmail Eray ÇELEBİ
ieraycelebi@hotmail.com
(0 534) 831 39 69
Ankara Üniversitesi (Cebeci Kampüsü)
Emre CAN
emre-okan-can@hotmail.com
(0 534) 816 71 20
Ankara Üniversitesi (DTCF)
Orhan ENGİN
orhan.dtcf@gmail.com
(0 541) 687 58 07
Bahçeşehir Üniversitesi
Azra Kardelen NAZLI
kardelennazli@gmail.com
(0 554) 566 19 37
Balıkesir Üniversitesi
Alican VARAN
alicanvaran@hotmail.com
(0 506) 919 28 96
Bağkent Üniversitesi
Helin ÖZÇELİK
hell_ein91@hotmail.com
(0 507) 919 83 13
Bilim Üniversitesi
Fıraz UZUN
firazuzun@hotmail.com
(0 555) 724 81 32
Boğaziçi Üniversitesi
Işık Gün AKFİRAT
iakfirat@gmail.com
(0 538) 978 06 56
Cumhuriyet Üniversitesi
Furkan DEREÇİK
fderecik@hotmail.com
(0 541) 550 90 81
Çanakkale Onsekiz Mart
Hüsnâ SARI
husnasari@hotmail.com
(0 537) 386 63 40
Çukurova Üniversitesi
Sefa APAYDIN
sefa.apaydin@gmail.com
(0 546) 465 07 17
Dokuz Eylül Üniversitesi
Serdar YURTÇİÇEK
serdaryurtcicek@hotmail.com
(0 505) 298 90 70
Ege Üniversitesi
Oytun Ozan KORKMAZ
oytunoymaz@hotmail.com
(0 536) 346 59 50
Erciyes Üniversitesi
Aykut Alp AVŞAR
mahrem_utopia@hotmail.com
(0 542) 462 07 12
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Güney KARAGÖLLÜ
guneykaragollu@gmail.com
(0 506) 957 24 17
Gazi Üniversitesi (İİBF)
Uğur Cemal E. YÜBOĞLU
eyyuboglu_ugur@hotmail.com
(0 505) 833 88 35
Gazi Üniversitesi (Merkez Kampus)
Erdem ÖZBASAN
ozbasanerdem@hotmail.com
(0 543) 692 27 26
Hacettepe Üniversitesi
Doğan ÖZLÜK
doganozluk_93@yahoo.com
(0 554) 922 35 16
Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi
Mehmet RUM
mehmetrum@gmail.com
(0 541) 414 14 31
İstanbul Üniversitesi
Gizem DOĞAN
gizemdogan92@hotmail.com
(0 543) 660 00 10
İstanbul Teknik Üniversitesi
Betül ÇIRAK
betulcra@gmail.com
(0 531) 360 80 19
Kadir Has Üniversitesi
Buket YAZICI
buketyzici@gmail.com
(0 531) 011 96 17
Karadeniz Teknik Üniversitesi
Servet CEVNI
servetcevn@gmail.com
(0 539) 399 52 48
Kırıkkale Üniversitesi
Can ALKAÇ
canalkac@gmail.com
(0 535) 788 62 68
Kırklareli Üniversitesi
Selçuk KILIÇ
selcuk.kic@gmail.com
(0 555) 368 82 63



Tüm boyutlarıyla “Kaygı”

- Çivi yazısı 1
- Can Pınarından
Prof. Dr. Ahmet İNAM
Aşk ve devrim 4
- Kapak
Prof. Dr. Sirel KARAKAŞ
Önsöz 5
- Kapak
Yrd. Doç. Dr. Murat KURT
Kaygının tanımı ve ölçülmesi 6
- Kapak
Şule ŞAHİN
Kaygı ve edebiyat 13
- Kapak
Yrd. Doç. Dr. Emre MÜEZZİN
Okul kaygısı 18
- Kapak
Yrd. Doç. Dr. Elvin DOĞUTEPE DİNÇER
Kaygı ve öğrenme 23
- Kapak
Dr. Mahmut GÜRBÜZ – Prof. Dr. Yasemen IŞIK TANER
Çocukta kaygı bozuklukları: “Vaka analizi” 27
- Kapak
Doç. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR
Çocukta kaygı bozuklukları 30
- Kapak
Doç. Dr. Buket ERKAL
Kaygı ve korkuya dayalı davranışsal bozukluklar
“Kısa bir bakış” 39



Büyük devrimci Talât Paşa

- **Kapak**
Yrd. Doç. Dr. Handan CAN
Kaygı tedavisinde kullanılan psikoaktif ilaçlar: Anksiyolitikler 43
- **Kapak**
Doç. Dr. Bülent BAKAR
Obsesif-kompulsif bozuklukta cerrahi tedavi:
Anterior singulotomi ve diğer seçenekler 49
- **Gürler AKDORA**
Hıfzı Topuz'la Paris'ten
"2015'in ilk söyleşi" 56
- **İz Bırakanlar**
Fezziye ÖZBERK
"İnkılâbın büyük teşkilatçısı": Talât Paşa 59
- **Geçmişten Esintiler**
Yusuf Hikmet Bey
"Doğu'da çöküşün sebepleri – III" 80
- **Bilimin Felsefesi ve Tarihi**
Yrd. Doç. Dr. Ömer Faik ANLI
Yöntemini arayan düşünce
17 yüzyıl yöntem çalışmaları: Francis Bacon 86
- **Arkeo-İzlem**
Erkan İLDİZ / Arkeolog
Teorik Arkeoloji Grubu (TAG) Türkiye'nin 2. Toplantısı
Arkeolojik Şeyler 91
- **Kitap-Eleştiri**
Okan Gökay EMGENGİL
Arif Tekin'in "İslam'da Cinsellik" çalışması 94
- **Ödüllü Sözcük Bulmacası/ Haz.: Semra LARÇIN** 96

Kocaeli Üniversitesi
Yeşim ÇAKMAK
yesim_cakmak.kou@hotmail.com
(0 538) 601 02 74
Koc Üniversitesi
Uğur Gürkan TOSUN
utosun@ku.edu.tr
(0 536) 466 80 64
Malatya İnönü Üniversitesi
Kurtuluş AKKAYA
kurtulusakkaya@hotmail.com
(0 530) 870 71 56
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Erdem ÖZDEMİR
erdem_ozdemir_@hotmail.com
(0 555) 519 43 07
Marmara Üniversitesi
Sila AY
sila_ay@windowslive.com
(0 507) 588 64 62
Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi
Işık UZUN
birazdahaisik@hotmail.com
(0 553) 432 17 44
Mersin Üniversitesi
Mehmet AK
mehmetak_33@hotmail.com
(0 537) 788 18 98
Muğla Üniversitesi
Gözen SORĞUÇ
gozen_sorguc@hotmail.com
(0 554) 370 84 19
Namık Kemal Üniversitesi
Emre Alican YÜCEL
emrealican_18@hotmail.com
(0 530) 292 50 75
Niğde Üniversitesi
Süleyman Açıkgoz
suleymanacikgoz51@hotmail.com
(0 532) 732 64 00
ODTÜ
Mehmet KUTLU
mehmet.kutlu19@gmail.com
(0 534) 810 59 89
Pamukkale Üniversitesi
Fatma ÇAKMAK
fatmacakmak6@gmail.com
(0 538) 933 17 33
Sakarya Üniversitesi
Emre AKTAŞ
emreaktas89@hotmail.com
(0 538) 203 88 50
Selçuk Üniversitesi
Su ERK
suerk@hotmail.com.tr
(0 506) 958 83 36
Süleyman Demirel Üniversitesi
Serhat ÇİĞLA
serhat.1@hotmail.com
(0 506) 952 39 81
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Ali TATLI
aliseyin1@hotmail.com
(0 506) 288 14 03
Trakya Üniversitesi
Gürol Bora ATEŞ
gurolbora@hotmail.com
(0 537) 386 63 40
Uludağ Üniversitesi
Veli ÇOLAK
velico83@hotmail.com
(0 505) 776 14 98
Yeditepe Üniversitesi
Ayşe HAYKIR
ayse-haykir@hotmail.com
(0 538) 813 04 52
Yıldız Teknik Üniversitesi
Orkun YILDIZ
orkun19901968@hotmail.com
(0 553) 236 31 68

YURTDIŞI ÜNİVERSİTE TEMSİLCİLERİ
ABD
Philadelphia Üniversitesi
Tolga KARAYAYLA
E-posta: ttgkryyl@yahoo.com
Almanya (Güney Bölgesi)
Ulm Teknik Yüksek Okulu
Hakan DAĞISTANLI (hakan.d@gmx.net)
Almanya (Kuzey Bölgesi)
Münster Üniversitesi
Mustafa TOSUN (mustafatosun@gmx.net)
Çin Halk Cumhuriyeti
Guangco Congfeng Üniversitesi
Alican GÖKDENİZ
alican@bilimutopya.com.tr
İngiltere
Queen Mary, University of London
Hatice BALLIKAYA
ballikaya18@hotmail.com
Polonya
Varşova Üniversitesi
Makgorzata PILCZUK bogorzata@wp.pl
Rusya Federasyonu
Saint Petersburg Devlet Üniversitesi
Doç. Dr. Alexander SOTNICHENKO
sotnik37@mail.ru
Suriye
Şam Üniversitesi
Canan Fatma CAN turkkan.turhan@gmail.com

Can Pınarından

Aşk ve devrim

Aşk ne değil? Kör bir arzu değil. Kafanızda tasarladığınız bir dünyada kendi kendinize yaşadığınız bir hayat değil. İki kişilik, diğer insanlara kapalı bencilce yaşananlardan oluşan bir süreç değil. Tutku tutsaklığı, haz budalalığı, edepsiz bir çılgınlık değil. Düşlerle sınırlı, duygusal yaşantılar değil. Aşk, bir kişilik değil. Bir kişide başlayıp, bir kişide bitmiyor. Aşk, başkasıyla aşktır. Aşk dışımıza açılıştır. Başkasına. Dünyaya. Evrene. İçimize açılıştır.

Atmış sekiz kuşağından biri olarak gözlemlemiştir. Bir devrimcinin karşı cinsten birine âşık olması genellikle hoş karşılanmamıştır. Zaman zaman cinsel kaynaklı aşkın dünyayı değiştirmeye çabalayan insanlara yakışmayacağı düşünülmüştür. Devrim gibi ciddi bir mücadeleye, akıl dışı, tutkulu bir ilişki olan aşkın zarar vereceği sanılmıştır. Elbette farklı düşünen, bu anlamda aşka değer veren devrimciler de olmuştur. Burada, aşka bakıştaki temel yanlış şu: Aşk iki kişi arasında kapalı bir ilişkidir. İki kişi aşkta dünyadan kendilerini soyutlayarak, hazzın uyuşturucu etkisi ile yalnızca birbirleri için yaşar, dünyayı umursamaz. Aşk, dünyayı sömürden zulümden uzak kılmaya çabalayan, bunun için ölmeye hazır devrimci için, gerçeklerden kaçma yollarından biridir. Aşk uyuşturur, insanı bencil kılar. Sevgili artı seven eşittir dünya dedirtir. Ağır, tehlikeli bir küçük burjuva saplantısıdır. Statükoya çakılmaya yol açan tehlikeli bir uyuşturucudur.

Devrimci aşkı anlamalı.

Aşk devrime düşman değildir. Aşk, yalnızca hormon egemen cinsellik odağında yaşanan bir insan hâli hiç değildir. Böyle düşünülürse, aşk, insanın karşısındaki bedene yoğunlaştığı, bedensel haz arayışıyla, toplumsal, kültürel, ekonomik çevrelerden kaçış demek olur.

Aşk ne değil? Kör bir arzu değil. Kafanızda tasarladığınız bir dünyada kendi kendinize yaşadığınız bir hayat değil. İki kişilik, diğer insanlara kapalı bencilce yaşananlardan oluşan bir süreç değil. Tutku tutsaklığı, haz budalalığı, edepsiz bir çılgınlık değil. Düşlerle sınırlı, duygusal yaşantılar değil.

Aşk, bir kişilik değil. Bir kişide başlayıp, bir kişide bitmiyor. Aşk, başkasıyla aşktır. Aşk dışımıza açılıştır. Başkasına. Dünyaya. Evrene. İçimize açılıştır. Dehizlerimizle, Kuyularımıza. Mağalarımıza. Magmamıza. İçimizdeki dışımıza: Sevgiliye, dostlara, düşmanlara, insana. Düşlerimize. Dışımızdaki içimize. Kavrayışımıza. Anlayışımıza. Umutumuza. Ütopyamıza.

Başka yoksa aşk yok. Başkalık yoksa aşk yok. Çoğulluk, zenginlik, çeşitlilik, serpilme, devrim, çatışma, gerilim, can, canlılık, cana, canlılığa katkı, coşku yoksa aşk yok.

Dönüşüm var aşkta. Yeni olan var. Yenilenen. Keşfedilen. Aranılan.

Aşkta anlama var, farkına varma. Açılan kapılardan, pencerelerden görünen gerçek.

Aşk bir insan olma olanağı, insanlaşma yollarından biri.

Aşk, hayata, kâinata, insana bir duruş. Ben insanım. İnsan olmak istiyorum. Zulmü, haksızlığı, çirkinliği, yalanı aşmak istiyorum. Kendi-

mi yaşamın bana sağladığı güç ve enerjiyle donatmak istiyorum. Aşk böylesi bir duruş. Bedenim, çevrem, duygularım ve aklımla yoğrulmuş. Bir yaşama gücü. Bir enerji.

Nükleer enerji gibi. Denetlenmezse radyasyon olur, bomba olur. Denetlenebilirse elektrik olur, ışık olur, hareket olur. Aşk, can enerjisini aşka dönüştürebilme ustalığı.

Aşk bir yaşam devrimi. Sürekli bir devrim. Devinim. Kokuşmuşun, yaşanmışın, aynı tutulmak istenenin karşısında olan.

Bir eylem aşk. Paylaşım. Üleşim. Ustalık. Paylaşım ustalığı.

Özgürleşimdir aşk. Aşkı yaşayanların birbirlerine verdikleri özgürlükle özgürleşim. Birbirlerinden aldıklarıyla özgürleşim. Birbirlerinden aldıklarıyla dünyaya yeni özgürlük açıcı anlamlar vermedir. Aşk, sevgilideki özgürlüğü sevmedir. Onun özgürlüğü ile özgür olmayı sınamaktır. Aşk sevgilide dünyayı sevmedir, varlığı. Haksızlıkla yapılan savaşta edinilmesi gereken can gücünü arama yollarından biridir.

Aşkı irademiz dışında başımıza gelip bizi esir alan bir güç olarak görmek aşkı küçültmektir. Aşk bir maruz kalma değil, aşk emekle yoğrulmuş bir başarıdır.

Devrimci yaratıcıdır. Her yaratıcı âşıktır. Aşkın bu anlamını yazık ki birçok kitap yazmıyor.

Kapak

Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Psikoloji Bölümü Başkanı, KKTC
Nörometrika Medikal Teknolojiler Ltd. Şti Kurucu ve Yöneticisi

Önsöz

Her zaman çok ilginç ve kritik konulara el atan, bu işlevi de bilimselliği ön planda tutarak yapan Bilim ve Ütopya dergisinin bu sayısında "Kaygı" konusu irdelenmektedir. Bu yerinde bir karardır zira kaygı, insan yaşamının pek çok alanında etkili olan, olumsuz olarak düşünülen ancak esasta uyumsal olan bir süreçtir. Bu "Kaygı" sayısında, kaygı konusu, uzmanlar tarafından değişik açılardan ele alınmakta ve irdelenmektedir.

Öncelikle, kaygı nedir? Bilimsel bir kavram mı yoksa günlük yaşam terimlerinden biri mi? Bölümünde Psikolog Şule Şahin diyor ki: "Kaygı, belirsizlikten beslenir ve edebiyatı besler... Kaygı ve belirsizlik edebiyat için güzel bir malzemeye dönüşebilir, kurgunun akıcı bir halde okura kendisini benimsetmesini, alt plan mesajının istenen acıcılıkta iletilmesini mümkün kılar." Ölümsüzlük arzusu ve varoluş kaygısının, çatışma ve yaratma kaygısının ve pek çok diğerlerinin edebiyatta nasıl kullanıldığını "Kaygı ve Edebiyat" bölümünde bulacaksınız.

Kaygının edebi ve felsefi eserlerdeki yansımaları, düşünce dünyamızı zenginleştirir; insanlar ve doğaya farklı bakış açıları sunar; yaşam ve evrenin muhteşem zenginlik ve çeşitliliğini ortaya koyar. Ancak kaygı sadece bir kavram, eser yaratıcısının yorumuna açık bir duygu değildir. Kaygı, bilimsel bir olaydır. Bilimsel olayların "olmazsa olmaz"ı ölçülebilirliktir. Bir bilimsel olay olarak kaygının nasıl ölçüldüğünü, bu konuda kullanılan test ve araçları Murat Kurt (Yrd. Doç. Dr.)'un "Kaygının Tanımı ve Ölçülmesi" bölümünde bulacaksınız. Bir bilimsel olay olarak kaygının beyindeki temellerini merak ediyorsanız, Handan Can (Yrd. Doç. Dr.)'ın yazısını okumalısınız.

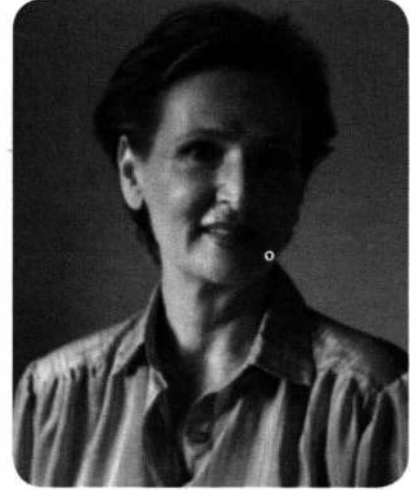
Kaygı gerçek veya algılanan tehdit altında veya stres durumunda kişinin yaşadığı; fizyolojik, psikolojik ve davranışsal olarak kendini gösteren; bir genel uyarılmışlık durumudur. Sempatik sinir sisteminin faaliyete geçmesiyle oluşan genel uyarılmışlık durumu, kişinin olumsuz veya beklenmedik durumun üstesinden gelmesini sağlar. Bu nedenle, "savaş ya da kaç" tepkisi olarak adlandırılır. Bütün bunlara göre, kaygı, biyolojik uyum mekanizmaları bağlamında yer alan bir duygu, bir motivasyon çeşididir. Bu nedenledir ki, bir işte başarıyı (bu öğrenme, plan yapma,

soyutlama, bir tepki yapmadaki başarı olabilir), hiç kaygı olmaması çok kaygı olması kadar olumsuz etkiler. Yani, bir işte veya bir görevde başarı orta düzeyde bir kaygıya sahip olmaya koşuttur. Elvin Doğutepe Dinçer (Yrd. Doç. Dr.)'in "Kaygı ve Öğrenme" bölümünde işte bu konular ele alınmaktadır.

Kaygının öğrenme ile ilişkisi özellikle bir ortamda çok yoğun olarak gerçekleşir. Emre Müezzın (Yrd. Doç. Dr.)'in "Okul Kaygısı" bölümünde kreş, anaokulu, ilkokul ve ara sınıflara başlarken yaşanan, aşırı endişe şeklinde sergilenen okul kaygısını bulacaksınız. Okula başlandığında anne, baba veya bakıcıdan ayrılma endişesi, okulda arkadaş edinemeyip yalnız kalma endişesi, yeni ortama uyum sorunu, arkadaşları tarafından zarar görme ve arkadaşlarına zarar verme yolundaki endişe ve kaygılarla nasıl başa çıkılabileceğini öğrenmek için bu bölümü okumanızı öneriyoruz.

Psikiyatri uzmanları Mahmut Gürbüz (Dr.) ve Yasemen Işık Taner (Prof. Dr.), bölümlerinde, kaygı bozukluğu olan bir olguyu vaka çalışması formatında tarif ediyor. Yüksek kaygı günlük yaşamdaki başarıyı olumsuz olarak etkilemekle kalmaz, psikiyatrik bozukluk mertebesine de ulaşabilir. Bir nesneye duyulan ölçsüz korku yani fobi bir kaygı bozukluğudur. Panik atak da öyle. Çok değişik kaygı bozuklukları vardır. Diğer kaygı bozukluklarının neler olduğunu merak ediyorsanız, Emel Erdoğan Bakar (Doç. Dr.)'ın "Çocukta Kaygı Bozuklukları" bölümünü okumalısınız. Kaygı gibi uyumsal bir sürecin nasıl olup da bir psikiyatrik bozukluk haline geldiğini anlamak içinse, Buket Erkal (Doç. Dr.)'ın "Kaygı ve Korkuya Dayalı Davranışsal Bozukluklar" bölümünü incelemelisiniz.

Asıl olan, kaygıyı orta karar düzeyde tutmak ve onun uyumsal yönünden yararlanmaktır. Diyelim ki bu mümkün olmadı. Psikiyatrik düzeyde kaygı bozukluğu gelişti. Tedavisi? Beyin yapı ve süreçlerinde temeli olan kaygının en kısa yoldan tedavisi, bu iş için geliştirilmiş olan ve psikiyatri uzmanı tarafından önerilebilen ilaçlarla yapılır. Diazem, Xanax, Librium, Tranko-buskas, Akineton bu iş için kullanılan ilaçlardan bazılarıdır. Anksiyolitik ilaçları ve bunların nasıl etkiye bulunduğunu merak ediyorsanız, Handan Can (Yrd. Doç. Dr.)'ın "Kaygı Tedavisinde Kullanılan Psikoaktif İlaçlar" bölümünü okumalısınız.



Ancak nedensiz aşırı kaygı sadece ilaçla tedavi edilebilen bir durum değildir. Kişinin kaygı yaratan durum konusunda iç görü kazanması, daha sonra da soruna neden olan nesne veya durumla uyumsal bir şekilde başa çıkmayı öğrenmesi en yapıcı çözümdür. Burada, Buket Erkal (Doç. Dr.)'ın değindiği ("Kaygı ve Korkuya Dayalı Davranışsal Bozukluklar" bölümü) psikolojik tedavi işin içine girer.

İlaç veya psikolojik tedaviden yarar görülmediği durumda ne yapılacak? Son yıllarda kaygı bozukluklarının tedavisi için cerrahi yöntemler geliştirildi. Bir kaygı bozukluğu olduğu düşünülmüş olan obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), özelde üç beyin alanı (anterior singulat korteks, orbitofrontal korteks, kaudat çekirdek) arasındaki sinir devrelerinde anormal sinirsel iletiden kaynaklanır. OKB tedavisi için uygulanan cerrahi işlem, anterior singulat korteksin orbitofrontal korteks ve kaudat çekirdek ile bağlantılarının kesilmesi, böylece de anormal sinirsel iletinin kalıcı bir şekilde normale indirilmesidir. Araştırma sonuçları, "anterior singulotomi" olarak adlandırılan cerrahi girişiminin hem etkili hem de güvenilir bir tedavi olduğuna işaret etmekte. Kaygı bozukluğunun cerrahi işlemle tedavisi, nöroşirurji uzmanı Bülent Bakar (Doç. Dr.)'ın "Obsesif Kompulsif Bozuklukta Cerrahi Tedavi: Anterior Singulotomi Ve Diğer Seçenekler" bölümünde ele alınmaktadır.

Günlük yaşamın çeşitli sektörlerinde kendini gösteren kaygının irdelendiği bu Bilim ve Ütopya sayısının yaşamınıza ve çalışma alanınıza katkıda bulunması dileklerini iletirken, konunun moral yönünü, Mihail Gorbacov'un şu sözleriyle tanımlamak isterim: "Görevimi kaygı içinde ama umutla bırakıyorum. Herkes iyi şanslar diliyorum."

Kaygının tanımı ve ölçülmesi

Kaygı, potansiyel bir tehdidin algılanması sonucunda bireyde huzursuzluğa neden olan bir duygudur. Özellikle tehdidin gerçekleşme olasılığıyla ilgili belirsizliğin hâkim olduğu koşullarda ortaya çıkar. İkincil pekiştireçlerin, hoş ya da nahoş uyarıcı olarak değerlendirilmesi açısından bireysel farklılıklar bulunmaktadır. Birisi tarafından tehdit kaynağı olarak görülen bir durum, bir başkası tarafından hoş giden olumlu bir uyarıcı olarak değerlendirilebilir.

Kaygı, gelecekte gerçekleşme olasılığı bulunan tehlikelere ilişkin endişeli bekleyişle ilgili rahatsız edici olumsuz bir duygusal durumdur. Kaygıya en yakın duygu korkudur. Korku ve kaygıyı doğuran belirgin ve belirsiz tehditlere yönelik öznel deneyimlerin, motor ve fizyolojik tepkilerin örtüşmesi nedeniyle onları dakik bir şekilde ayırt etmek oldukça güçtür

Bir insan yaşantısı boyunca kendisini rahatsız eden bir sürü olaya maruz kalır. Bazen de insan o an için fiziksel olarak yaşanan çevrede bulunmayan ancak ileride ortaya çıkma olasılığı bulunan nahoş olaylara ilişkin beklentinin rahatsızlığını yaşar. Bu deneyimlere neden olan yaşantılar itici uyarıcı olarak değerlendirilir ve şiddeti zaman içerisinde değişkenlik gösteren, kaygı ve korku arasında gidip gelen duygular yaşanır.

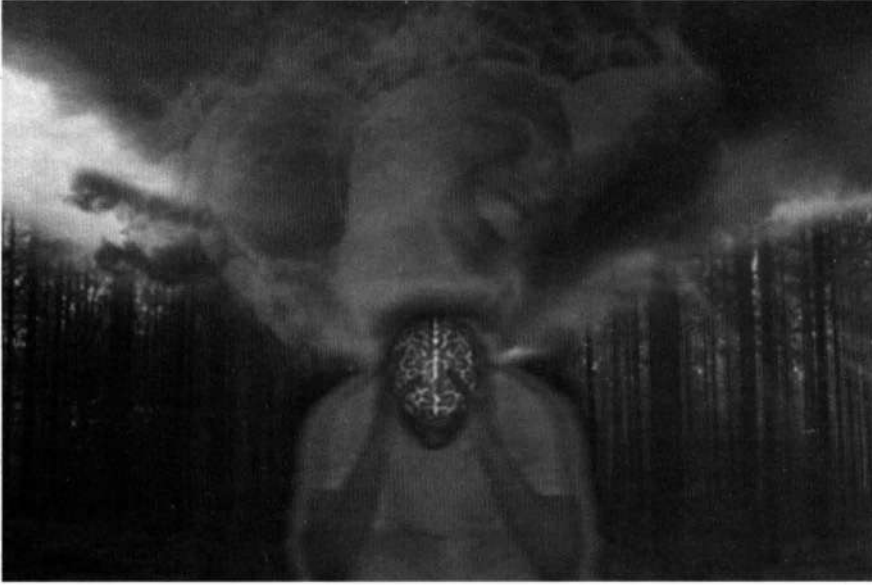
Kaygı, gelecekte gerçekleşme olasılığı bulunan tehlikelere ilişkin endişeli bekleyişle ilgili rahatsız edici olumsuz bir duygusal durumdur. Kaygıya en yakın duygu korkudur. Korku ve kaygıyı doğuran belirgin ve belirsiz tehditlere yönelik öznel deneyimlerin, motor ve fizyolojik tepkilerin örtüşmesi nedeniyle onları dakik bir şekilde ayırt etmek oldukça güçtür(1,2). Bu nedenle korku ve kaygı arasında ayırım yapmanın gereksiz olduğu düşünülmektedir(3). Diğer taraftan korku ve kaygının farklı yapılar olduğu da iddia edilmektedir(4).

Korku ve kaygı arasında dinamik bir ilişki vardır. Kaygı ve korku arasındaki geleneksel ayırım, bu olumsuz duyguları açığa çıkartan belirgin bir uyarıcının bulunup bulunmaması üzerine temellendiril-

mektedir. Beck ve arkadaşları korkunun bilişsel yapısını, özgün bir durumdaki potansiyel tehlike; kaygıyı kaynağını korkudan alan bir duygu olarak tanımlamaktadır(5). Benzer şekilde Barlow kaygıyı, potansiyel olarak nahoş olaylara ilişkin kontrol edilemeyen ve öngöremeyen algılamaların eşlik ettiği bir duygu; korkuyu ise kuvvetli uyarılma ve tepki eğilimleriyle kendisini gösteren mevcut tehlikeye karşı oluşturulan tetikte olma tepkisi olarak ta-



Kaygı ve korku arasındaki geleneksel ayırım, bu olumsuz duyguları açığa çıkartan belirgin bir uyarıcının bulunup bulunmaması üzerine temellendirilmektedir.



Anormal kaygı depresyon gibi duygu durum bozukluklarına, kötü madde kullanımına, kişilik bozukluklarına ve başka birçok sağlık sorununa da eşlik etmektedir.

nımlamaktadır(6). Açıkça görülmektedir ki, bireyi rahatsız eden ve onu doğrudan doğruya tehdit eden uyarıcının varlığında korku; tam tersine korku nesnesinin olmadığı durumlarda ise kaygı ortaya çıkmaktadır.

Organizmayı harekete geçirme gücü açısından da korku ve kaygı arasında fark vardır. Korku kaynağının fiziksel olarak varlığı, organizmanın anında tetikte olmasını sağlar. Belirgin bir itici uyarıcının varlığı anlık motivasyona yol açar ve onun kontrol edilebilirliğine ilişkin düşünciyi artırır. Birey bu tehdit kaynaklarıyla başa çıkmada yetersizlik gösterirse, tehdit niteliğindeki olayları belirsiz ve kontrol edilemez olarak algılama eğilimine girer. Bunun sonucu olarak geleceğe yönelik endişeler yaşamaya başlar.

Kaygının potansiyel bir tehdit kaynağıyla ilişkili olması, uyarıcıyı işleme yönü açısından, korku ve kaygı arasında farklılığa neden olur. Eğer bilgi işleme süreci çevremizde o an için ortamda var olan fiziksel bir uyarıcı tarafından başlatılıyorsa ve bunun sonucu olarak alıcı hücreleri harekete geçirerek belirli bir duyuşal eşiği aştıktan sonra beyne iletiliyorsa, bilgi aşağıdan yukarıya işleniyor demektir. Korku belirgin ve fiziksel bir itici uyarıcıyla ilişkili olduğundan, korku duygusu aşağıdan yukarıya doğru bilgi işlemenin bir ürünü olarak ortaya çıkar. Bu nedenle

korku, uyarıcı temelli algısal bir süreçtir. Diğer taraftan genellikle fiziksel bir uyarıcı olmadan ortaya çıkan kaygı, yukarıdan aşağıya doğru bilgi işlemeyle ilişkili olup, bireyin kendi zihinsel faaliyetlerinin başlattığı bir süreçtir. Bu nedenle kaygının birincil uyarıcısı, potansiyel korkulan olaya ilişkin düşüncelerdir. Kaygının ikinci uyarıcısı ise, bu düşünceye eşlik eden fizyolojik süreçlerdeki değişim sonucunda açığa çıkan genel uyarılmışlık/tetikte olma durumunun bizzat kendisidir(7).

Durumluk ve sürekli kaygı

Bazı araştırmacılar kaygıyı durumluk ve sürekli kaygı olmak üzere iki boyutta ele almaktadır(8). Sürekli kaygı bir kişinin kaygı deneyimine yatkınlığını tanımlamaktadır. Sürekli kaygı bir kişilik özelliği olup, yaşam boyunca görece olarak fazla bir değişkenlik göstermeyen bir kaygıdır. Durumluk kaygı ise koşula özgü olarak ortaya çıkan geçici kaygı tepkisidir. Durumluk kaygı belirgin bir nahoş olayın varlığında artış gösterirken, tehdit durumu ortadan kalktığında azalmaktadır. Bu nedenle durumluk kaygı, sürekli kaygıya göre daha fazla değişkenlik gösterebilmektedir. Tanımda da görüldüğü gibi her iki kaygı türü itici uyarıcının belirginliği açısından farklılık göstermektedir: Sürekli kaygıda belirsiz, durumluk kaygıda ise belirgin bir itici uyarıcı vardır. Bu haliyle

sürekli kaygı, korkudan farklılaşmakta, durumluk kaygı ve korku büyük ölçüde örtüşmektedir.

Kaygının adaptif bir değeri vardır

Kaygı herkes tarafından deneyimlenen doğal bir duygudur. Kaygıyı doğuran tehdit niteliğindeki olaylar itici uyarıcıların belirgin olduğu koşullarda doğrudan, belirsiz olduğu koşullarda ise dolaylı olarak algılanır. Gerçek ya da potansiyel bir tehdidin algılanmasıyla birlikte birey savunmacı davranışlar geliştirerek, kaygı kaynağıyla başa çıkmaya çalışır. Bu haliyle kaygı, değişen çevresel koşullara organizmanın uyum sağlamasına yardımcı olan bir duygudur. Diğer taraftan bireyin itici uyarıcılarla baş etmede yetersiz kaldığı, günlük işlevlerini gerçekleştirmesini etkileyecek derecede uzun süre ve inatçı bir şekilde devam ettiği durumlarda ise normal kaygının yerini anormal kaygı alır. Anormal kaygı ise bireyin çevresel koşullara uyum sağlamasını güçleştirir.

Anormal kaygı yaşayan birey, gerçek bir tehdit bulunmadığı halde uzun süre devam eden, tekrarlayıcı ve yoğun bir ölümsüz duyguya maruz kalır. Psikopatoloji bağlamında kaygı; beyin kimyası, genetik, kişilik ve yaşam deneyimleri içeren bir dizi karmaşık risk faktörlerin-

Kaygı herkes tarafından deneyimlenen doğal bir duygudur. Kaygıyı doğuran tehdit niteliğindeki olaylar itici uyarıcıların belirgin olduğu koşullarda doğrudan, belirsiz olduğu koşullarda ise dolaylı olarak algılanır. Gerçek ya da potansiyel bir tehdidin algılanmasıyla birlikte birey savunmacı davranışlar geliştirerek, kaygı kaynağıyla başa çıkmaya çalışır

den gelişen farklı bozuklukları tanımlamak için kullanılan genel bir kavramdır. Anormal kaygı depresyon gibi duygu durum bozukluklarına, kötü madde kullanımına, kişilik bozukluklarına ve başka birçok sağlık sorununa da eşlik etmektedir. Bunun da ötesinde anormal kaygı tek başına bir psikopatolojik bozukluktur. Nitekim klinik düzeyde yürütülen araştırmalar temelinde bir çok kaygı bozukluğu tanımlanmıştır: Ayrılma kaygısı, seçici konuşmazlık, fobik bozukluklar (özellikle fobi, sosyal fobi, agorofobi), panik bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve yaygın kaygı bozuklukları(9). Kaygı bozukluklarının tanımlanması bu makalenin konusu olmamakla birlikte, farklı kaygı bozukluklarına neden olan itici uyarıcının belirginliği-belirsizliği temelinde sınıflandırılması korku ve kaygı arasındaki çetrefilli ilişkiyi ortaya koyması açısından önemlidir. Özgül fobi (yükseklik korkusu gibi), fobik kaçınma, TSSB, ayrılma kaygısı (okula gitmekten kaçınma gibi) ve sosyal fobi (toplumsal ortamlardan kaçınma) gibi kaygı bozukluklarında, kaygıya neden olan tanımlanabilir ve belirgin bir nahoş uyarıcı ya da durum vardır. Örneğin TSSB'nin temelinde koşullu korku tepki öğrenmesi vardır. TSSB'li bireylerin temel kaygısı travmayı tekrar tekrar yaşama korkusu ve travmayla ilişkili öğrenilmiş korkuyla ilgilidir. Diğer taraftan yaygın kaygı bozukluklarında, kaygıyı ortaya çıkaran özgül bir nesne ya da durum bulunmamaktadır. Açıkça görülmektedir ki anormal kaygının öncülü normal korkudur.

Kaygı korkudan mı kaynaklanır?

Kaygı, sıklıkla yaklaşma ve kaçınma tipi davranışlarla kendisini gösteren bir duygudur. Bu iki zıt davranış arasındaki içsel çatışmanın bir sonucu olarak kaygı ortaya çıkar. Örneğin, sosyal kaygı bozukluklarında olduğu gibi birey bir yandan sosyal bir çevreyi keşfetmek, o ortamın içerisinde bulunmak ister (yaklaşma). Beri yanda yeni sosyal çevredeki tanımadığı insanları ya da ortamın kendisini bir tehdit kaynağı olarak algılar ve tehdit kaynağından kaçınır(10). Korkunun hakim olduğu durumlarda birey kaçma ve kaçınma davranışları gösterir. Korku ve kaygı-



Korku belirgin bir nahoş olayla ilişkiliyken, kaygı ise nahoş olayın meydana gelme olasılığının belirsizliği ve dolayısıyla göreceli olarak kontrolün düşük olduğu durumları tanımlamak için kullanılmaktadır.

nın ortak bileşenlerinden birisi olan kaçınma davranışının analiz edilmesi, korku ve kaygı arasındaki ilişkiyi anlamamıza yardımcı olabilir. Savunmacı bir davranış olarak kaçınma, bireyin uygun davranışları yapmak suretiyle nahoş olayın meydana gelme olasılığını ortadan kaldırdığı ya da engellediği bir davranıştır. Kaçınma öğrenmesinin temelinde klasik koşullamayla kazanılmış olan hipotetik korku koşullaması vardır. Koşullu korkudan dolayı organizma, korku durumunun yaratmış olduğu rahatsızlığı azaltmak için edimsel koşullama yoluyla nahoş olayın meydana gelmesini engelleyerek çevresel olayları kontrol altına almaya çalışır. Bu bağlamda korku belirgin bir nahoş olayla ilişkili iken, kaygı ise nahoş olayın meydana gelme olasılığının belirsizliği ve dolayısıyla göreceli olarak kontrolün düşük olduğu durumları tanımlamak için kullanılmaktadır. Kaçınma davranışında riskin değerlendirilmesi, korku ve kaygının

merkezi bir bileşeni olarak görülmektedir. Potansiyel tehlikelerin ve risklerin değerlendirilmesi ile ilgili zihinsel aktiviteler insanlarda kaygıya neden olur. Birey kaçınarak kendisi açısından güvenli alanlar oluşturur. Güvenli alanlar ise kaygının azalmasına yardımcı olur.

Kaçınma davranışında bireyin güvende olduğuna dair önemi bir ipucu da iç organların faaliyetlerinden gelmektedir. Anlık bir tehditle karşılaştığımızda ya da tehlike beklentisinin arttığı durumlarda otonom tepkilerimizde de değişiklikler olur. Gerek gerçek gerekse de imgesel bir tehditin varlığında meydana gelen fizyolojik tepkilerdeki değişimler kaçınmaya ilişkin geri bildirim ipuçları vermektedir. Sempatik sinir sisteminin artan faaliyeti bireyin uyarılmışlık düzeyini artırarak tetikte olmasını sağlar. İtici uyarıcının varlığında bu değişikliğe, tehlikeli bir alanda/durumda bulunduğu düşüncesi eşlik eder. Tam tersine parasempatik sinir sisteminin artan fizyolojik tepkileri ise bireyin güvende olduğuna dair sinyal verir.

Kaygıyı ortaya çıkaran tehdidin yakın gelecekte gerçekleşme olasılığının yüksek olduğu durumlarda da kaygı korkuya dönüşmektedir. Belirgin (korku) itici bir uyarıcıyla baş etmedeki yetersizliğin anormal kaygıya dönüşmesi ve nahoş olayın yakın gelecekte gerçekleşme olasılığına ilişkin beklentinin yüksek olmasından dolayı kaygının korkuya dönüşmesi, iki duygu arasında dinamik bir ilişkinin olduğunu göstermektedir(7,11).

Kaygının ölçülmesi

Öznel bir deneyim olan kaygı diğer psikolojik yapılar gibi farklı ölçme teknikleri kullanılarak nesnel olarak incelenebilen bir değişkendir. Bunun da ötesinde kaygının görgül olarak ölçülmesi ve değerlendirilmesi, hem klinik araştırmalar hem de kaygının doğasını açıklamaya çalışan temel bilim araştırmalar açısından oldukça önemlidir.

Lang'a göre kaygının açık-motor, sözel-bilişsel ve somatik-fizyolojik tepkileri kapsayan üçlü tepki kanalları bulunmaktadır(12). Kaygı ve diğer duygularla ilgili yürütülen bir çok araştırma -Lang'ın modeliyle tutarlı olarak- duyguların fizyo-

Korkunun hâkim olduğu durumlarda birey kaçma ve kaçınma davranışları gösterir. Korku ve kaygının ortak bileşenlerinden birisi olan kaçınma davranışının analiz edilmesi, korku ve kaygı arasındaki ilişkiyi anlamamıza yardımcı olabilir.

Yüksek kaygılı bir birey, kas tonusundaki artışı baş ağrısı; damarlardaki daralmayı ellerin üşümesi; ter bezlerinin aşırı faaliyetini avuç içi terleme ve kalp hızındaki artışı kalp çarpması olarak algılayabilir. Kalp atım hızı, kan basıncı, solunum sıklığı ve deri iletkenliği tepkisi kaygı ölçümünde sıklıkla kullanılan otonom tepkilerdir.

lojik, gözle görülür davranışları ve bilişsel süreçleri içeren üç temel bileşeni bulunduğu ortaya koymaktadır. Fizyolojik bileşen, merkezi ve otonom sinir sistemi tarafından kontrol edilen nöro-hormonal aktivite ve iç organların aktivitelerindeki değişikliklerle ilişkilidir. Davranışsal bileşen duyguya eşlik eden doğrudan doğruya gözlemlenebilir davranışlarla ilgilidir. Nahoş bir uyarana karşılaşıldığında dona kalma, irkilme ve kaçma tepkisi; hoş bir uyarana karşılaşıldığında ona yaklaşma ve gülümseme tepkisi doğrudan doğruya gözlemlenebilir davranışlardır. Duygunun üçüncü bileşeni ise bilişsel süreçlerdir. Bireyin kaygı veren uyarana ilişkin öznel hislerini ve düşünceleri, duygunun bilişsel yönünü oluşturur. Fizyolojik ve açık-motor tepkiler doğrudan gözlemlenebilir. Bilişsel süreçler ise dolaylı olarak gözlenmekte olup davranışlardan (bireyin kaygı durumuna ilişkin sözel ifadeleri gibi) çıkarılmaktadır.

Bir duygusal deneyimin üç bileşeni arasında ayırım yapabilmek ve bu bileşenlerin her birini ayrı ayrı ölçebilmek önemlidir. Çünkü kaygıya ilişkin tepki sistemleri birbiriyle ilişkili olmakla birlikte kısmi olarak birbirinden bağımsızdır(12). Benzer şekilde diğer duygularda da üç bileşene yönelik ölçüm alındığında, bileşenler arasındaki ilişki düşük olabilir(13). Örneğin; kaygının arttığı durumlarda bireyin öznel deneyimlerine

ilişkin farkındalığı düşük olabilir ve bu nedenle dakik bir şekilde ifade edemeyebilir (bilişsel alan). Ancak otonom tepkilerinde (fizyolojik alan) artış olabilir. Dolayısıyla çok katmanlı bir yapıya sahip olan kaygıya ilişkin ölçümler, bu üç alandan (tepki kanalı) birisini ya da eğer mümkünse hepsini içerecek şekilde yapılmalıdır. Nitekim kaygıyı sayısallaştırmada kullanılan ölçme araçları genellikle kaygının bir tepki alanına daha fazla duyarlıdır. Farklı tepki kanallarına ilişkin ölçüm alınması birden fazla ölçme aracının kullanılmasıyla yapılabilir.

Kişinin kendi bildirimine dayalı psikolojik ölçeklerde ağırlıklı olarak kaygının bilişsel ve kısmen somatik belirtilerine; fizyolojik ölçümlerde bireyin sözel ifadelerinden bağımsız olarak otonom tepkilerine; hayvan deneklerin kullanıldığı kaygı modellerinde ise genellikle davranışsal düzeye yönelik ölçüm alınmaktadır.

Fizyolojik ölçümler

Psikofizyolojik ölçümler merkezi sinir sisteminden (MSS) otonom sinir sisteminin (OSS) faaliyetlerinin ölçülmesine kadar geniş bir aralığı kapsamaktadır. MSS faaliyetleri spontan elektroenkefalografi (EEG) ve olay bağımlı potansiyeller gibi tekniklerin; OSS faaliyetleri ise elektrokardiografi, elektromiyografi ve pupillografi gibi tekniklerin

kullanılmasıyla ölçülebilmektedir. Mevcut yazıda otonom tepkileri ölçmede kullanılan tekniklerden bazıları tanıtılacaktır.

OSS düz kasların, kalp kaslarının ve salgı bezleri üzerinde etkili olup bu organların "istem dışı" faaliyetlerinin düzenlenmesinden sorumludur. OSS'nin organlar üzerinde birbirine zıt etkilerde bulunan iki alt bölümü bulunmaktadır: Sempatik ve parasempatik sistem. Kaygı ve korku gibi bireyin tetikte olmasını gerektiren durumlarda sempatik sinir sistemi uyarılmaktadır. Bunun sonucunda göz bebekleri (pupilla) büyür, ter bezlerinin artan faaliyetiyle birlikte aşırı terler, bağırsak faaliyetleri yavaşlar, sfinkter kaslarının tonusu artar, kalp atım hızı ve solunum sıklığı artar, kan basıncı ve adrenalini seviyesi yükselir. Tehlike durumu geçtiğinde sempatik sinirin sorumlu olduğu organlar üzerindeki etkisi kalkmaya başlar. Bu aşamada parasempatik sinir sistemi devreye girerek organizmayı normal uyarmışlık seviyesine döndürür. Birey fizyolojik tepkilerdeki değişikliklere uyumlu bedensel tepkiler gösterir. Yüksek kaygılı bir birey, kas tonusundaki artışı baş ağrısı; damarlardaki daralmayı ellerin üşümesi; ter bezlerinin aşırı faaliyetini avuç içi terleme ve kalp hızındaki artışı kalp çarpması olarak algılayabilir. Kalp atım hızı, kan basıncı, solunum sıklığı ve deri iletkenliği tepkisi kaygı ölçümünde sıklıkla kullanılan otonom tepkilerdir.



Kaygı bozukluğu olan bireylerin istirahat halindeyken ve kaygıyı doğuran itici bir olayla karşılaştıklarında kalp atım hızları ve kan basıncı normal bireylere göre oldukça yüksektir.

Kan basıncı ve kalp atım hızı: Kan basıncı, kan damarlarının duvarlarına kan tarafından yapılan baskının bir ölçüsüdür. Otonom bir tepki olarak kan basıncı ölçüldüğünde iki değer elde edilmektedir. Bu değerlerden büyük olanı sistolik kan basıncını, yani kalbin kanı arter damarlara pompalarken yapmış olduğu baskıyı; küçük olanı ise diastolik kan basıncını, yani kalbin istirahat halindeyken damarlara yapmış olduğu baskıyı ifade eder. Kan basıncı tansiyon aletiyle kolayca ölçülebilmektedir.

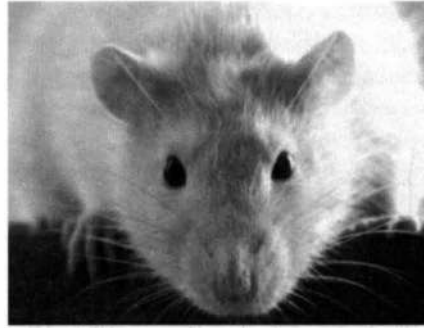
Kalp atım hızı (KAH), kalbin belirli bir zaman diliminde (genellikle bir dakika) kasılarak ve gevşeyerek ne kadar kan pompaladığının ölçüsüdür. KAH, elektrokardiografi (EKG) kullanılarak ölçülmektedir. EKG'de kalbin kasılmasını sağlayan elektriksel aktiviteyi ölçmek için kalbi arayacak şekilde yerleştirilmiş elektrotlar kullanılmaktadır. EKG aynı zamanda kalp atımındaki değişimler hakkında da dakik bilgi verir. KAH, EKG gibi pahalı bir ekipman kullanmaksızın elle de ölçülebilir.

Kaygı bozukluğu olan bireylerin istirahat halindeyken ve kaygı doğuran itici bir olayla karşılaştıklarında kalp atım hızları ve kan basıncı normal bireylere göre oldukça yüksektir(14).

Elektrodermal aktivite (EDA): Sempatik sinir sisteminin etkinliğinin artışına bağlı olarak ter bezleri uyarılır ve bunun sonucunda derinin elektriksel iletkenliğinde değişimler meydana gelir. EDA, deri iletkenliği düzeyi ya da deri iletkenliğinin büyüklüğündeki değişimlere dayalı olan tepki süresi, dalga sayısı ve dalga büyüklüğü ile ölçülmektedir (15). EDA, bireyin duygusal değişimlerine çok duyarlı olduğundan kaygı araştırmalarında çok sık kullanılan bir otonom tepkidir. EDA ölçümleri genellikle bir elin yan yana iki parmağına yerleştirilen elektrotlar aracılığıyla elde edilir. Artan kaygıyla birlikte derinin elektrik direnci azalmaktadır.

Davranışsal ölçümler

Hayvanlar da insanlar gibi potansiyel bir tehdit kaynağına yönelik kaygıya özgü tepkiler gösterirler. Sıçanlar ve fareler yeni bir yere yerleştiklerinde, çevre-



Hayvanlar da insanlar gibi potansiyel bir tehdit kaynağına yönelik kaygıya özgü tepkiler gösterirler.

yi keşfetme güdüsüyle hareket ederler. Çevreyi araştırma, yiyecek arayan organizmalar açısından adaptif değeri olan bir davranıştır. Diğer taraftan yeni çevre fare açısından bilinmezlikleri ve potansiyel tehditleri de içerir. Yeni çevreye girdiğinde genel uyarılmışlık düzeyi ve otonom tepkileri artar. Doğal ortamdaki bu davranışlar laboratuvar koşullarında da oluşturulur. Diğer bir ifadeyle, deney hayvanlarında itici ya da yeni bir uyarıcıya yönelik savunmacı ya da yaklaşma-kaçınma davranışları açığa çıkartacak yordamlar oluşturulur. Davranışsal testlerin hepsinde, hayvanın davranışları "güvenli" ve "tehlikeli" koşulların oluşturulduğu bir deneysel düzenek içerisinde karşılaştırılarak kaygı ölçülür.

Eğer sıçan kendi güvenliğini tehdit eden açık bir alanda yaşamaya zorlanırsa kaygının göstergesi olabilecek bazı tepkileri açığa çıkartmaya başlar. Benzer şekilde eğer sıçana eş zamanlı olarak açık ve kapalı alanlar sunulursa ve bunların arasından bir tercihte bulunmaya zorlanırsa kaygısını azaltacak, kendisi açısından güvenli bölgeyi (kapalı alan) tercih edecektir.

Hayvan deneklerde kullanılan kaygı modellerinin bazıları (açık alan testi, yükseltilmiş artı testi, aydınlık-karanlık testi gibi) öğrenmenin ürünü olmayan doğuştan getirilen koşulsuz davranışlara; bazı modeller (Vogel çatışma testi ve güçlendirilmiş irkilme tepkisi) ise öğrenme yaşantısını içeren koşullu davranışlara dayandırılmaktadır.

Açık alan ve yükseltilmiş labirent testleri, sıçanların kendileri açısından güvenli olan kapalı, alçak ve karanlık ortamda yaşamaya alışkın olmalarından esinlenerek oluşturulmuş testlerdir. Eğer sıçan kendi güvenliğini tehdit eden açık bir alanda yaşamaya zorlanırsa kaygının göstergesi olabilecek bazı tepkileri açığa çıkartmaya başlar. Benzer şekilde eğer sıçana eş zamanlı olarak açık ve kapalı alanlar sunulursa ve bunların arasından bir tercihte bulunmaya zorlanırsa kaygısını azaltacak, kendisi açısından güvenli bölgeyi (kapalı alan) tercih edecektir.

Açık alan testi: Açık alanlar sıçanı savunmasız bırakır ve kaygıya sokar. Diğer taraftan açık alanlarda duvar ve zeminin birleşme noktaları sıçan için güvenli alandır. Sıçanların doğal ortamlardaki bu davranışlarından esinlenerek oluşturulan açık alan testi, psikofarmakoloji çalışmalarında çok sık kullanılmaktadır. Test yüksek duvarla çevrili (0.45 m.) dairesel bir alandan oluşmaktadır. Bu testte dışkılama ve temizlenme davranışlarının sayısı ve süresi, merkeze bırakıldığı andan harekete geçtiği ana kadar geçen süre (latans) kaygının ölçümü olarak alınmaktadır(16). Klinik olarak etkili anksiyolitiklerin uygulanması sıçanın kaygısını azaltarak merkezde daha fazla vakit geçirmesini sağlamaktadır(17).

Yükseltilmiş artı labirenti: Bu labirent laboratuvar ortamında kaygı giderici ilaçların (anksiyolitikler) etkisini incelemek için yaygın olarak kullanılan bir kaygı laboratuvar ölçümüdür. Yükseltilmiş artı labirenti, yerden 40-70 cm yükseklikte bulunan iki kolun yan ve ucunun açık, diğer iki kolun yan ve ucunun kapalı olduğu bir labirenttir. Yükseltilmiş artı labirentin kesişme noktasına konan sıçanın açık ve kapalı kollara kaç kez girdiği ve buralarda ne kadar süre kaldığı ölçülür. Ayrıca

Kaygının bireyde oluşturduğu öznel deneyimleri geçerli ve güvenilir olarak ölçen birçok psikolojik test bulunmaktadır. Bu testler hem temel araştırmalarda hem de klinik oturumlarda yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu ölçeklerden bazıları bir kişilik özelliği olarak kaygıyı ölçerken bazıları ise durumluk kaygıyı ölçmektedir.

açık kollara giriş sayısının tüm kollara giriş sayısına bölünmesiyle elde edilen oran da kaygının ölçümünde kullanılmaktadır. Yükseltilmiş artı labirentinde, yüksek kaygısı olan sıçanlar açık alanlara nadiren girer ve sıklıkla kapalı alanlarda vakit geçirirler. Dolayısıyla uygulanan bir anksiyolitiğin etkili olup olmadığının belirlenmesi sıçanın hangi kolu/kolları tercih ettiğine bakılarak karar verilir. Genel olarak yüksek kaygılı sıçanların açık kollara daha az girmesi ve deney oturumu boyunca kapalı kollarda daha fazla vakit geçirmesi beklenir. İlacın kaygıyı azaltıcı etkisinin olduğu durumlarda ise tam tersi bir davranış örüntüsünün açığa çıkması beklenmektedir.

Aydınlık-karanlık testi: Sıçanlar yer altında karanlık ortamda yaşarlar. Dolayısıyla karanlık ortam onlar için güvenli alandır. Bu doğrultuda oluşturulan aydınlık/karanlık kutusu ya da siyah/beyaz kutusunda, aydınlık ortam itici bir uyarıcı olarak hizmet görür ve sıçanı strese sokar. Diğer taraftan karanlık ortam ise kaygıyı azaltan güvenli bir alandır. Bu testte kaygının ölçümü, her bir alanda geçirilen süre ve alanlar arası geçiş sayısının hesaplanmasıyla elde edilir(18).

Vogel çatışma testi: Koşullama çalışmalarında organizmanın etkili bir öğrenme gerçekleştirebilmesi için orga-

nizma açısından önemli bir uyarıcıdan yoksun bırakılması gerekir. Yiyecek ve su hayvanlar için biyolojik değeri yüksek olan uyarıcılardır. Organizmanın yiyecek ve/veya sudan sistematik bir şekilde mahrum bırakıldığında fizyolojik homeostasis bozulur. Organizma fizyolojik dengeyi sağlamak için güdülenir ve uygun davranışları gösterir. Vogel çatışma testi de yiyecek ve/veya su yoksunluğunu gidermeye yönelik davranışların (yaklaşma), elektrik şoku gibi itici bir uyarıcıya maruz kalmasını (kaçınma) sağlayan bir edimsel koşullama yordamıdır. Vogel çatışma testinde susuz bırakılmış sıçanın ulaşabileceği bir yerde su şişesi bulunmaktadır. Sıçanın ağzını su şişesine değdirdiği denemelerin bazılarında elektrik şoku verilir. Bu durum sıçanda kaygıya neden olur. Kaygının ölçüsü su şişesine ağzını değdirmesi sayısı yani su içme sıklığıdır. Etkili anksiyolitiklerin uygulanması, sıçanın elektrik şokuna rağmen su içme sıklığında artışa yol açmaktadır(18).

Koşulsuz ve koşullu irkilme tepkisi: Ani ve şiddetli bir sese (itici uyarıcı) maruz kaldığımızda koşulsuz olarak irkilme tepkisi gösteririz. Irkilme tepkisine yol açmayan başlangıçta etkisiz olan bir uyarıcının (örneğin hafif bir ses ya da bir insan resmi) sunumunu şiddetli bir ses takip ettiğinde ve yeteri kadar deneme ya-

pıldıktan sonra, başlangıçta etkisiz olan uyarıcı tek başına sunulduğunda irkilme tepkisi açığa çıkar. Ani ve şiddetli bir ses gibi bir itici uyarıcının kullanıldığı bu klasik koşullama prosedürü "koşullu bastırma" ya da "koşullu korku" yordamı olarak da adlandırılmaktadır. Laboratuvar ortamında gerek koşullu gerekse de koşulsuz uyarıcıya verilen irkilme tepkisinin genliği ve kasılma sayısı kaygının ölçüsü olarak değerlendirilmektedir(18,19). Kaygı düzeyi yüksek bireyler daha güçlü ve daha kalıcı irkilme tepkisi vermektedirler(20).

Psikolojik testler

Kaygı ölçümünde kullanılan ölçme araçlarının iki temel psikometrik özelliği sahip olması gerekmektedir: Güvenirlik ve geçerlik. Güvenirlik, bir ölçme aracının ölçülmek istenen özelliği zaman içerisinde tutarlı ve kararlı bir şekilde, ölçme hatalarından arınık olarak ölçebilmesini ifade eder. Geçerlik ise ölçme aracının ölçülmek istenen yapıyı ölçebilmesidir. Bu bilgiler ışığında, kaygıyı ölçmede kullanılan ölçekler/görevler sadece kaygıyı ölçebilmeli (geçerlik) ve onu hatasız (güvenirlik) olarak ölçebilmelidir.

Kaygının bireyde oluşturduğu öznel deneyimleri geçerli ve güvenilir olarak ölçen birçok psikolojik test bulunmakta-



Psikolojik testler araştırmacının ya da klinisyenin yanlılığını bertaraf eden, önceden belirlenmiş uyarıcı koşulları altında bireyin kendisini ifade etmesine olanak veren testlerdir.

dir. Bu testler hem temel araştırmalarda hem de klinik oturumlarda yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu ölçeklerden bazıları bir kişilik özelliği olarak kaygıyı ölçerken bazıları ise durumluk kaygıyı ölçmektedir. Ayrıca sınav kaygısı ve konuşma kaygısı gibi özgül kaygı koşullarını değerlendiren kaygı ölçekleri de vardır. Bunlara ek olarak doğrudan doğruya kaygı bozukluklarının alt türlerine duyarlı psikolojik ölçme araçları bulunmaktadır. Klinik oturumlarda kaygının değerlendirilmesinde yapılandırılmış psikolojik testlerin yanı sıra, yarı-yapılandırılmış anketler ve gözlem-görüşme teknikleri de kullanılmaktadır.

Psikolojik testler araştırmacının ya da klinisyenin yanlılığını bertaraf eden, önceden belirlenmiş uyarıcı koşulları altında bireyin kendisini ifade etmesine olanak veren testlerdir. Bir bütün olarak kaygı test ve ölçekleri incelendiğinde, bu testlerde kaygıya eşlik eden ve sözel olarak ifade edilebilen motor davranışları, fizyolojik tepkileri ve düşünceleri içeren bir dizi standardize edilmiş maddelerin bulunduğu görülmektedir. Örneğin somatik belirtilerin yer aldığı Beck Anksiyete Ölçeği 21 maddeden oluşmaktadır. Birey son bir hafta içerisinde yaşadıklarını göz önünde bulundurarak her bir maddeyi (kalp çarpıntısı gibi) dört boyut (hiç, hafif, orta ve ciddi düzeyde) üzerinden değerlendirir. Bireyin testten aldığı toplam puanların normal bireylerden elde edilen değere göre ne kadar sapma gösterdiği-ne bakılarak kaygının düzeyi belirlenir.

Kaygı bozukluklarının tanısı için kullanılan psikometrik ölçme araçlarının tanıdığı bir çalışmada, 1960-2009 yılları arasında yaygın olarak kullanılan 91 farklı kaygı ölçeğinin bulunduğu belirtilmiştir (21). Bu ölçeklerin %89'u genç ve yaşlı; %16'sı ise sadece yaşlı bireylerde kaygıyı değerlendirmek için geliştirilmiştir. Söz konusu çalışmaya göre kaygıyı değerlendirmek için yaygın olarak kullanılan ölçekler şunlardır: Durumluk-sürekli Kaygı Envanteri, Hastane Kaygı ve Depresyon Ölçeği, Hamilton Kaygı Derecelendirme Ölçeği, Goldberg Kaygı ve Depresyon Ölçeği, Genel Sağlık Anketi, Beck Kaygı Envanteri, Kısa Semptom Envanteri ve Belirti Tarama Listesi-90-Gözden Geçirilmiş Formu.



Edvard Munch, "Kaygı"

Sonsöz

Kaygı potansiyel bir tehdidin algılanması sonucunda bireyde huzursuzluğa neden olan bir duygudur. Özellikle tehdidin gerçekleşme olasılığıyla ilgili belirsizliğin hakim olduğu koşullarda ortaya çıkar. İkincil pekiştireçlerin, hoş ya da nahoş uyarıcı olarak değerlendirilmesi açısından bireysel farklılıklar bulunmaktadır: Biri tarafından tehdit kaynağı olarak görülen bir durum, bir başkası tarafından hoşya giden olumlu bir uyarıcı olarak değerlendirilebilir. Kaygıyı doğuran olaylar sadece bireyin kendi öznel ve yakın çevresiyle sınırlı olmayabilir. Bir ülkedeki ekonomik ve siyasi istikrarsızlık gibi tehdit kaynaklarının da kaygıyı doğurduğu unutulmamalıdır.

Kaygıyı doğuran olaylar sadece bireyin kendi öznel ve yakın çevresiyle sınırlı olmayabilir. Bir ülkedeki ekonomik ve siyasi istikrarsızlık gibi tehdit kaynaklarının da kaygıyı doğurduğu unutulmamalıdır.

Dipnotlar

- (1) Marks, I.M. (1987). *Fears, phobias, and rituals. Panic, anxiety, and their disorders*. New York: Oxford University Press.
- (2) Muris, P. (2007). *Normal and abnormal fear and anxiety in children and adolescents*. San Diego: Elsevier Science.
- (3) Martin, B. (1971). *Anxiety and neurotic disorders*. New York: Wiley.
- (4) Perkins, A.M., Kemp, S.E., & Corr, P.J. (2007). Fear and anxiety as separable emotions: An investigation of the revised reinforcement sensitivity theory of personality. *Emotion*, 7: 252-261.
- (5) Beck, A.T., Emery, G., & Greenberg, R.L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- (6) Barlow, D.H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- (7) Catherall, D.R. (2003). How fear differs from anxiety. *Traumatology*, 9 (2): 76-91.
- (8) Spielberger, C.D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York: Wiley.
- (9) Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Ruhsal bozuklukların tanısı ve sayımsal elkitabı* (DSM-5). (çev. E. Koroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- (10) Blanchard, D.C., Hynd A.L., Minke K.A., Mine-moto, T., & Blanchard, R.J. (2001). Human defensive behaviors to threat scenarios show parallels to fear -and anxiety- related defense patterns of non-human mammals. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 25: 761-770.
- (11) Rosen, J.B. & Schulkin, J. (1998). From normal fear to pathological anxiety. *Psychological Review*, 105 (2): 325-350.
- (12) Lang, P.J. (1993). The three-system approach to emotion: Philosophical and theoretical problems. In N. Birbaumer & A. Ohman (Eds.), *The structure of emotion: Psychophysiological, cognitive, and clinical aspects* (pp. 18-30). Seattle: Hogrefe & Huber Publishers.
- (13) Kolb, B., & Whishaw, I.Q. (2009). *Fundamentals of human neuropsychology* (6th Ed.). New York: Worth Publishers.
- (14) Ehlers, A., Margraf, J., Roth, W.T., Taylor, C.B., & Birbaumer, N. (1988). Anxiety induced by false heart rate feedback in patients with panic disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 26, 1-11.
- (15) Bouscain, W. (2012). *Electrodermal activity* (2nd Ed.). New York: Springer.
- (16) Kalueff, A.V., & Tuohimaa, P. (2004). Experimental modelling of anxiety and depression. *Acta Neurobiologiae Experimentalis*, 64: 439-448.
- (17) Prut, L. & Belzung, C. (2003) The open field as a paradigm to measure the effects of drugs on anxietylike behaviors: A review. *Eur. J. Pharmacol.*, 463: 3-33.
- (18) Ohl, F. (2003). Testing for anxiety. *Clinical Neuroscience Research*, 3: 233-238.
- (19) Flint, J. (2003) Animal models of anxiety and their molecular dissection. *Sem. Cell. Devel. Biol.* 14: 37-42.
- (20) Terry, S. (2007). *Learning and Memory*. Boston: Pearson.
- (21) Therrien, Z. & Hunsley, J. (2012). Assessment of anxiety in older adults: A systematic review of commonly used measures. *Aging and Mental Health*, 16: 1-16.

Kaygı ve Edebiyat

Edebiyat dünyasında kaygı temelli pek çok kişilik örüntüsü ve olayın anlatıldığı esere rastlanır. Bu durum; kaygının insanların yakından veya uzaktan tanıyıp bildikleri ve yabancı olmadıkları evrensel bir duygu olmasından ve gündelik hayatın hemen hemen her alanına sinmiş kaygı çeşitlerinin insanın doğumundan itibaren ona eşlik etmesinden kaynaklanır.

Birbirinden apayrı kavramlar gibi duran kaygı ve edebiyat, "Edebi Kaygı" ve "Kaygının işlendiği Edebi Eserler" bakımlarından iki ayrı temelde incelendiğinde, birbirlerini üretmeleri ve yön vermeleri nedeniyle bütünleşen bir zemine dönüşür.

Kaygı zaman zaman "Edebi Kaygı" olarak yazarın yaşadığı yaratıcı süreç içinde karşımıza çıkarken, zaman zaman da "Kaygının Edebi Anlatımı" olarak okurla buluşur.

Evrensel bir duygu olarak kaygı

Edebiyat dünyasında kaygı temelli pek çok kişilik örüntüsü ve olayın anlatıldığı esere rastlanır. Bu durum; kaygının insanların yakından veya uzaktan tanıyıp bildikleri ve yabancı olmadıkları evrensel bir duygu olmasından ve gündelik hayatın hemen hemen her alanına sinmiş kaygı çeşitlerinin insanın doğumundan itibaren ona eşlik etmesinden kaynaklanır.

Kaygı ve edebiyata ayrı ayrı göz attığımızda, her ikisinin de, kişinin, kendi kişisel gelişimi için birer araca dönüşebildiği ve motivasyon yarattığı gözlemlenir. Ancak bunun için temel şart kaygının aşırı ve rahatsız edici boyutta olmamasıdır. Aksi takdirde kaygı motivasyondan hastalığa doğru uzanan ve kişiyi günlük hayatından alıkoymayan bir boyuta evrilir.

Öncelikle kaygıya biraz daha yakından bakmak ve çok genel bir kavram olarak ifade edilen kaygının alt planda pek çok dallara ayrılması nedeniyle ortaya çıkan psikolojik kişilik örüntüleri açısından kaygının

değerlendirilmesi yerinde olur. Bu şekilde kaygının alt açılımları ve dallarının edebiyat açısından nasıl kullanıldığı ve ortak olan noktaları çok daha iyi kavranabilir.

Kavramsal olarak kaygı; iç ve dış dünyadan gelen uyaranlar karşısında bireyin hissettiği duygusal, zihinsel ve bedensel tepkilerdir. Birey içinde olduğu tehlike, korku veya gerilim karşısında kendi varlığını koruyabilmek ve hayatta kalmak adına kaygının ortaya çıktığı ortam, kişi veya durumdan uzaklaşma ve kaçınma tepkileri verir. Ancak bu durum gerçek dışı uyaranlar yerine engellenmesi olanaksız içsel uyaranlar haline dönüştüğünde, endişe ve gerilim halinin dozunun yükselmesi durumunda kaygı baş edilmesi zor bir durum olarak organizmayı zorlamaya başlar.

Kaygı etkileri değişen bir duygu aralığıdır

Dolayısıyla kaygı; hafiften şiddetliye ve dışardan içeriye doğru etkileri değişen bir



Kaygı zaman zaman "Edebi Kaygı" olarak yazarın yaşadığı yaratıcı süreç içinde karşımıza çıkarken, zaman zaman da "Kaygının Edebi Anlatımı" olarak okurla buluşur.

Kaygı ve edebiyata ayrı ayrı göz attığımızda, her ikisinin de, kişinin, kendi kişisel gelişimi için birer araca dönüşebildiği ve motivasyon yarattığı gözlemlenir. Ancak bunun için temel şart kaygının aşırı ve rahatsız edici boyutta olmamasıdır.

duygu aralığıdır. Kişiler, organizmaya zarar vermesi, ruhsal, bedensel, zihinsel ve duygusal olarak zarar gördükleri ve sağlıklı tepkiler veremez hale gelmeleri durumlarında, yani bu duygularla baş edemedikleri zamanlarda, psikolojik yardım alarak kaygı seviyelerini düşürmeye çalışırlar. Kaygı; endişeden paniğe kadar seyreden bir duygu olarak normal seviyelerde gerçekleştiğinde gerçekçi bir yaklaşımla organizmayı korumakla beraber, aşırı seviyelere yükseldiğinde organizmaya ve ruhsal bütünlüğe zarar verecek hale gelir.

Kaygı hiç olmadığında ya da aşırı seviyede olduğu zaman sıkıntı yaratsa da, normal seviyedeki kaygı, bireyi motive etmesi, heyecanlandırıp bir hedefe doğru gitmesi ve karar mekanizmalarını harekete geçirebilmesi için gereklidir. Kaygının seviyesi çok düşük olduğunda yeterli performans gösterilemediği için kişinin davranışlarında isteksizlik ve kararsızlık, hedefe odaklanamamak, yaratma cesareti bulamamak gibi sonuçlara yol açar.

Kaygının çok aşırı olduğu durumlar, bireyde kilitlenme yaratacağı için gerekli tepkileri gerektiği yerde gösterememesine ya da dikkatini odaklayamadığından performansını yeterince ortaya koyamamasına neden olur.

Ruhumuzun sesi bedenimizde farklı yorumlanır

Kaygı, korku gibi kaynağı belirli bir durum olmak yerine, kaynağı belirsiz ve uzun bir yaşam süreci içinde yaşanan bir durumdur. Kaygı durumunu beden yaşamsal tehlike olarak algıladığında aktif hale gelen otonom sinir sistemi nedeni ile hızlanan dolaşım ve solunum, bireyde çarpıntı, huzursuzluk, kas tutulması, yeterli soluk alamama, mide bulantısı gibi fiziksel özelliklerle ortaya çıkar. Böylece beden kaygı gibi ruhsal bir duruma fiziksel cevaplarla karşılık verir.

Bu nedenle somatik hastalıklar kaygı ile seyreden durumlar olarak çok sık görülür. Kaygı yaşayan kişinin uyarılan beyin aktiviteleri hormonlar, nöronlar ile vücutta kimyasal bir tepki ortaya çıkarır. Yani ruhumuzun sesi bedenimizde farklı yorumlanır.

Kaygı olarak isimlendirilen psikolojik kökenli tutum ve davranışlar geniş bir alt ze-



Edebiyatta kaygı merkezli ve iç uyaranların dış dünya ile etkileşimi temelinde ortaya konan eserlerde bu sistematik belirgin bir şekilde göze çarpar. (Orson Welles'in yönettiği, Kafka'nın aynı adlı kitabından uyarlanan 1962 yapım "Dava" filminden bir kare.)

minde pek çok hastalığın genel durumunu da ifade eder. Yaygın Anksiyete Bozukluğu, Obsesif-Kompulsif Davranış Bozukluğu, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Akut Stres Bozukluğu, Panik Bozukluk, Sosyal Fobi (Sosyal Anksiyete Bozukluğu), Özgül Fobi, Agorafobi, Psikosomatik Anksiyete Bozuklukları veya Madde kullanımının yol açtığı Anksiyete Bozuklukları gibi hastalıklar temelde kaygının davranışlara yansıdığı ve birtakım bozukluklar yarattığı durumlardır.

Belirsizlik içerdiği kaygı
nedeniyle aynı zamanda edebiyatta da çok sıklıkla kullanılan bir kavramdır. Yani aslında; Kaygı, belirsizlikten beslenir ve edebiyatı besler. Belirsizliğin işlendiği edebi eserler gerek eserin kahramanı, gerekse de okur tarafından arka planda oluşturduğu gerilim ve merak unsurları nedeniyle çokça ilgi görür.

Kaygı, belirsizlikten beslenir ve edebiyatı besler

Kaygının artmasına neden olan temel durumların başında belirsizlik gelir. Belirsizlik aynı zamanda varoluşsal bir kaygıyla doğum anından itibaren bireyin ana rahminden koparak dış dünyaya karşı geliştirdiği ölüm korkusunu da içerir.

Belirsizlik içerdiği kaygı nedeniyle aynı zamanda edebiyatta da çok sıklıkla kullanılan bir kavramdır. Yani aslında; Kaygı, belirsizlikten beslenir ve edebiyatı besler. Belirsizliğin işlendiği edebi eserler gerek eserin kahramanı, gerekse de okur tarafından arka planda oluşturduğu gerilim ve merak unsurları nedeniyle çokça ilgi görür.

Belirsizliğin kişide yarattığı kaygı, geleceğin bulanık olarak görülmesi ve kişisel hedeflere ulaşmada ortaya çıkabilecek zorlukların göz önüne serilmesi nedeniyle son derece endişe vericidir. Kaygı doğuran bu durum edebiyat içinse güzel bir malzemeye dönüşebilir ve kurgunun akıcı bir halde okura kendisini benimsetmesi ve istenen akıcılıkta alt plan mesajın verilmesini mümkün kılar.

Kaygılar ve savunma mekanizmaları ekseninde edebiyat

İnsanlar yaşamları boyunca içsel arzular ve dışsal zorlamaların etkisi altında çeşitli düzeylerde gerilim ve kaygı yaşarlar. Yaşadıkları kaygı seçim yapma zorluğunu daha da arttıran bir çatışmaya dönüştüğü durumlarda kişilik bozukluklarının da alt zemini hazırlanır. Bu tip durumlarla baş etmek üzere insan ruhu bir takım savunma mekanizmaları üreterek çözüm yolu bulmaya çalışır.

Savunma mekanizmaları, organizmanın, kendi içinde bulunduğu kaygı, endişe ve baskı durumlarından kurtularak, sağlıklı bir hale gelmek için kullandığı içsel reaksiyon içeren ve bilinç dışı ve bilinçaltı mekanizmalar çerçevesinde etkinleşerek davranışların mantıklı bir görünüme gelmesi için kullanılan mekanizmalardır. Bilinçli zihin tarafından üretilmesi de bilinçli zihin tarafından kullanılıyor olması nedeniyle organizma üzerindeki kaygı ve baskıyı azaltır.

Savunma mekanizmalarının; insan davranışlarını rasyonel hale getirme, ne-

denlerini kişiye ve çevreye açıklama, iç ve dış dünya arasında balans kurma özellikleri kişide gözlemlenen ve/veya içselleşen kaygı ve baskıyı azaltmasının yanı sıra, insan davranışlarını neden-sonuç bakımından açıklaması nedeniyle edebiyatta da çok sıkça kullanılır.

Edebiyatta kaygı merkezli ve iç uyaranların dış dünya ile etkileşimi temelinde ortaya konan eserlerde bu sistematik belirgin bir şekilde göze çarpar. Edebiyatta kişilerin karakteristik özellikleri verilirken dış dünya ile bağlantıları ve bu bağlantılarla nasıl baş edebildikleri konuları savunma mekanizmaları kanalıyla okuyucuya iletilir.

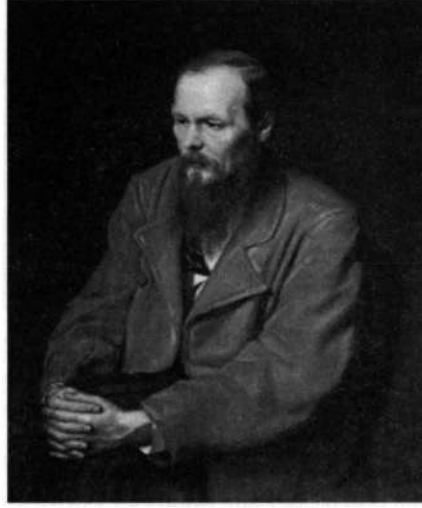
Serbest çağrışım kuramından bilinçakışı tekniğine...

Edebiyatta kaygı ve edebi eserlerde kaygının işlenişi temelde yukarıda bahsedilen ruhsal mekanizma ve tavırları göz önüne alarak kendi alanında ilerler. Freud tarafından geliştirilen Psikanaliz kuramı sonrasında terapilerde kullanılan Serbest Çağrışım tekniği, edebiyatta son derece önemli bir kırılma noktasını da beraberinde getirmiş ve postmodern edebiyatın kullandığı edebi akımlardan birisi olarak bilinçakışı tekniği olarak ortaya çıkmıştır. Büyüklük Gerçeklik akımının önde gelen yazarlarının da kullandığı bilinçakışı tekniği, içsel çatışmayı ve gerginliği zihinsel akış içinde yansıtmayı açısından son derece önemli bir edebi gelişme yaratmıştır.

Bilimsel köken olarak An Felsefesi ve Bergson'un "Duree" kavramı ile de beslenen bilinçakışı tekniği, insan zihninin sınırsız kıvrım ve köşelerinde gizli bulunan kimi bilgilerin, durumun durumu ve olayın olayı çağrıştırmayı sonucunda kendiliğinden engin bir zihin perspektifinde dalgalanması ile ortaya çıkar ve edebiyatta yazara sonsuz bir malzeme sunar.

J.Joyce'dan, W.Faulkner'a, M.Proust'tan, F. Kafka'ya kadar pek çok yazar söz konusu teknik ile zihnin hallerini edebi bir eseri oluşturmada kullanmışlardır.

Psikanalizin temelinde yer alan insan tutum ve davranışlarının kökeninde bilinçaltı işlevlerini arayarak bu davranışların nedenlerini açıklama teorisi, pek çok sanatçıyı ve eserlerini etkilemiş olmakla beraber, aynı zamanda psikolojide önde gelen daha



Dostoyevski eşsiz bir psikolojik alt yapı içinde roman kahramanlarının hem psikolojik itkilerini hem de kaygı düzeylerini romanlarında vermiştir.

başka kuramların da ortaya çıkmasına olanak sağlamıştır. Bu anlamda Jung, Lacân, Fromm, Adler, Erikson gibi pek çok kuramcı psikolojiye yön vermiş ve varoluş kaygısı üzerine pek çok çalışma yapmışlardır.

Psikanalizle çözümlenmeye çalışılan insana dair arzular, özlemler, kaygılar, korkular ve endişeler bir yansıma olarak edebiyatta imge, alt mesaj, edebi dil, kurgu gibi çeşitli şekillerde karşımıza çıkar. Freud psikanaliz kuramında, nevrotik çatışmanın kişinin kaygılarının temelini oluşturduğundan bahseder ve bireylerin cinsel içgüdü ve dürtülerinden kaynaklandığını belirtir.

Buna karşılık Erikson, çatışma ve dolayısıyla kaygının, kişinin kendi ihti-

Freud tarafından geliştirilen Psikanaliz kuramı sonrasında terapilerde kullanılan Serbest Çağrışım Tekniği, edebiyatta son derece önemli bir kırılma noktasını da beraberinde getirmiş ve postmodern edebiyatın kullandığı edebi akımlardan birisi olarak bilinçakışı Tekniği olarak ortaya çıkmıştır.

yaçları ile arzularının, toplum beklenti ve istekleri ile çatıştığında ortaya çıktığını söyler. Egonun çatışmaları bir kimlik çatışması halinde kişilik gelişimini etkiler. Kaygı bu kimlik krizleri esnasında açığa çıkan ve bireyin tüm hayatını alt üst edebilen bir süreçtir. Edebiyatta kişinin toplumla ters düşmesi ve açmazları son derece sık olarak işlenen ve talep gören konulardan bir tanesidir.

Bireyin organizmanın ihtiyaçları karşısında verdiği tepkiler ve organizmanın istekleri doğrultusunda sergilediği tavırlar nedeniyle daha sonra vicdan azabı ve suçluluk duyması pek çok edebi eserin konusudur. Birey kendi istekleri ve toplumun dayattığı davranış biçimleri konusunda ikilemde kaldığı zaman ortaya çıkan yüksek kaygı düzeyi, savunma mekanizmaları ile normal düzeye indirgenemediği zamanlarda, kişide bir takım kişilik bozuklukları görülmesine yol açar. Bu nevrotik durum, psikotik sürece kadar ilerleyebilecek ve kişinin ruh sağlığını tehlikeye atacak hale dönüşebilir.

Tüm bu süreç; edebi eserlerde ve özellikle psikolojik kökenli edebiyat eserlerinde okurun ilgisini çeken ve yazarların sıkça başvurduğu davranış açıklama yöntemlerini de beraberinde getirir.

Dostoyevski başta olmak üzere insan ruhunun kaygı ve korkularını psikolojik bir alt metin halinde okurla buluşturan ve bu nedenle eşsiz ve ölümsüz hale gelen pek çok yazar bu kapsamda sayılabilir. Dostoyevski eşsiz bir psikolojik alt yapı içinde roman kahramanlarının hem psikolojik etkilerini ve kaygı düzeylerini romanlarında verirken, hem de toplumsal kabul görme ve süper egonun onayı ve vicdan konularında çok büyük edebi eserler ortaya koymuştur. Karamazov Kardeşler romanında baba korkusunu Oidipus Kompleksi temelinde kişisel kaygılarla, toplumsal baskıların yarattığı çatışmaların düzleminde anlatması nedeniyle eşsiz bir edebi eser olarak günümüze kadar gelmiştir.

Düşler, kaygı ve edebiyat

Kaygı psikanalizde rüyalar ve çözümlenmeleri ile karşımıza çıkar. Edebiyatta da kaygı düşlerdeki yansıması ile yazıya döktür. Böylece kişinin nevrotik çatışmaları düşler yoluyla gerçekliğe ulaşır ve içyüzü

Edebiyat ve kaygı kavramları bir araya geldiğinde daha çok eserlerdeki edebi kaygıyı çağrıştıran olsa da, aynı zamanda kaygı düzleminde yukarıda bahsedilen kimi kişilik örüntüleri ve/veya bozukluklarının da konu edildiği ve kahramanlar üzerine giydirildiği kaygı konulu edebiyattan da bahsetmemiz mümkündür.

anlaşılabilir ve yorumlanabilir hale gelir. Freud'a göre düşler, bilinçdışının bilgisine giden muhteşem bir yoldur, çünkü bilinç dışı zihnin iç işleyişine doğrudan erişmeyi sağlar.

Edebi eserlerde yazarın, kahramanın ruh dünyası hakkında vermek istediği ipuçları ve kimi olayları başka bir anlatımla okura iletmek istemesi nedeniyle kullanılan düşler, aynı zamanda edebi renk ve ahenk bakımından son derece hoş bir etki yaratır. Okur hem kahramanın bilinçdışı davranış ve düşünceleri hakkında bilgi sahibi olur, hem de bazı olayların alt açılımları hakkında yorum yapma ve eserle bütünleşme fırsatını bulur. Edebi eserlerdeki kahramanın kaygılarının nedenleri ve boyutları hakkında düşler önemli bilgiler verir ve kaygıların çözümlenmesi konusunda okurun proaktif düşünmesini sağlar.

Edebiyat ve kaygı kavramları bir araya geldiğinde daha çok eserlerdeki edebi kaygıyı çağrıştıran olsa da, aynı zamanda kaygı düzleminde yukarıda bahsedilen kimi kişilik örüntüleri ve/veya bozukluklarının da konu edildiği ve kahramanlar üzerine giydirildiği kaygı konulu edebiyattan da bahsetmemiz mümkündür.

Gelişim evrelerinin yarattığı kaygı ve edebiyata yansımaları

Freud'un Psikanalizde ortaya koyduğu Psiko-Seksüel Gelişim evreleri incelendi-

ğinde, gelişimin herhangi bir evrede kesintiye uğraması, bireyin o döneme saplanmasına ve bu durumun kişi üzerinde yarattığı gerilim ve kaygı düzeyinin yükselmesine yol açar. Psiko-seksüel gelişim evrelerinde yaşanan tıkanıklığın bireyde ortaya çıkardığı ve tüm hayatına yayılan kaygılı ve güvensiz durumlar sonraki dönemlerde kişisel davranış, duygu ve düşünceleri bire bir etkiler ve kişilerde ortaya çıkan kimi kişilik bozukluklarının temelini oluşturur.

Edebiyat içinde psiko-seksüel gelişim evrelerine dair ortaya çıkan kaygı durumu ile ilgili olarak çok fazla ürün verilmiştir. Konu itibarıyla edebi malzemeye çok uygun olan bir kapsamı vardır.

Buna en iyi örnek; Shakespeare'in eserlerinden Hamlet'tir. Hamlet'te eserin kahramanı Hamlet'in Oidipus Kompleksi'nin oluşturduğu baba korkusu ve var olma endişesi içinde gittikçe içinden çıkılmaz hale gelen kâbusları, hayalleri ve en sonunda yaşadığı hazine son kendi varoluş kaygısını da gözler önüne sermesi bakımından son derece çarpıcı olarak karşımıza çıkar.

Hamlet; Oidipus Karmaşasını ve onun gündelik hayata, kişinin ruh ve davranış hallerine nasıl yansıdığını göstermesi bakımından son derece önemli bir eserdir. Üçüncü gelişim evresi olan Falik evrede ortaya çıkan Oidipus Karmaşası, çocuğun haz almayı keşfetmesi ve toplumsal kural ve baskıları öğrenmeye başlamasının aynı zamana denk gelmesi ile yaşanan ikilemi vurgular. Çocuk arzularını bastırmayı ve topluma uygun davranmayı ön plana çıkardığında, bu durumun yansımaları onun ruh haline etki eder. Shakespeare'in ünlü eseri Hamlet; işte bu çatışmayı başarıyla işlemesi nedeniyle dünya edebiyat tarihinde psikoloji ve edebiyatın ortak noktalarını göstermesi bakımından da son derece önemli bir eserdir. Anneye yönelen cinsel arzuyu bastırarak baba ve amcaya karşı duyulan saldırganlığın başka bir şekilde tezahür etmesi ve bu durumdan kaynaklanan kaygı ve gerilim eserde son derece çarpıcı bir şekilde verilir.

Kişisel gelişimde ortaya çıkan saplanmanın kişi üzerinde yarattığı ruhsal gerilim ve kaygı birey üzerinde çeşitli psikolojik rahatsızlıklar ve örüntüler şeklinde ortaya çıkar. Edebiyat da işte bu gerilim ve kaygı

durumunu ortaya koyan ve çeşitli davranışlarla bu kaygı dolu altyapıyı edebi eserlerle ortaya koyar.

Yine Shakespeare'in eserlerinden Lady Macbeth'te bir başka kaygı durumu olan Obsesif-kompulsif kişilik örüntüsünü konu eder. Lady Macbeth yaşadığı suçluluk duygusu ve vicdani kaygılar nedeniyle geliştirdiği Obsesif-kompulsif kişilik örüntüsü onu, ellerine sinen kan kokusu nedeniyle devamlı ellerini yıkayan birisi haline getirir. Bu eserde, dünya edebiyat tarihinde kaygı temelli bir psikolojik anlatımla bezenmesi bakımından son derece ilginçtir.

Polisiye/fantastik edebiyat ve kaygı

Endişe ve kaygının konu edildiği eserler psikolojik temelli eserler olmakla birlikte son yıllarda ortaya çıkan "korku ve fantastik" edebiyat tarzındaki eserler de arka planda kaygıyı ve gerilimi yansıtmaları açısından okurların büyük ilgi gösterdiği alanlardan bir tanesidir.

Kaygının işlendiği edebiyat türlerinden bir diğeri de "polisiye" edebiyattır. Polisiye eserlerde işlenen gerilim unsurları ve hayatta kalma mücadelesi içinde akan kurgu, kaygıyı besleyen, belirsizliğin içinde kaybolan ve çözüm arayan kahramanla birlikte okurun da aynı yolculuğa eşlik etmesi bakımından çok rağbet gören bir edebiyat



Edebiyat içinde psiko-seksüel gelişim evrelerine dair ortaya çıkan kaygı durumu ile ilgili olarak çok fazla ürün verilmiştir. Buna en iyi örnek; Shakespeare'in eserlerinden Hamlet'tir.

türüdür. Polisierler içinde barındırdığı psikolojik gerilim ve kişisel özelliklerini ön plana çıkararak, suç-suçlu ve mağdur üçlüsü arasında oluşan kaygıyı baştan sona ayakta tutar. Bu anlamda kaygının kullanılması, edebiyatın güdüleyici ve kurgusal yapısını oluşturması açısından ön plandadır.

Edebi ve estetik kaygı

Edebi kaygı eserin daha güzel ve eşsiz olmasını sağlar. Estetik kaygı bunun için vardır. Yazar kendi iç dünyasından süzülüp gelen ve damıtarak ortaya koyduğu yapının eşsiz ve biricik bir kurgu, üslupta olmasını ve yarattığı eser ile gurur duymayı istediği oranda edebi ve estetik kaygı belirginleşir.

Eserin eleştirmenler ve okurlar tarafından takdir görmesi, benimsenmesi ve uzun yıllar boyunca hatırlanmasını sağlayan nokta, eserin estetik değeri ile de yakından ilintilidir. Eserde yer alan aforizmalar, çarpıcı fikirler ve farklı anlatım teknikleri eseri diğerlerinden farklı kılar. Güzel betimlemeler ve dil kullanımı ile bezenen eser, yazarın kendini ortaya koyduğu ve ustalığını konuşturduğu bir mecra döndürür. Bu nedenle edebi kaygı, yazarı besleyen ve eserlerinin daha itina ile yazılmasını sağlayan bir unsur olarak aynı zamanda bir motivasyon aracıdır.

Ölümsüzlük arzusu ve edebiyatta varoluş kaygısı

Varoluş kaygısı inanlar için en önemli kaygıdır. Geleceğe kendinden bir iz bırakma kaygısı kişide yaratma sürecini hızlandırır. Ölümsüzlük arzusu; mağarada yaşayan ilk insandan bugüne, yaşadığını sonraki nesillere gösterme ve "Ben bir zamanlar burada yaşamıştım" mesajını verme açısından en önemli güdüleyicilerden birisi olmuştur. İlk insanın mağara duvarına çizmeyi başardığı ilk resimden itibaren varlığını kanıtlama ihtiyacı, kendi elini duvara resmetmesi ile en üst boyuta ulaşmış ve "Ben buradaydım, burada yaşamıştım" fikrini doğrular niteliktedir. İnsanlığın içinde olduğu "kendi varlığını kanıtlama" duygusunun kökeninde hep yaşamın bitişini reddetme arzusu ve kaygısı vardır. İşte bu kaygı insanları yazmaya ve kalıcı eserler bırakmaya itmiştir.



Edebi kaygı, yazarı besleyen ve eserlerinin daha itina ile yazılmasını sağlayan bir unsur olarak aynı zamanda bir motivasyon aracıdır.

Varoluşsal çatışma ve yaratma kaygısı

Rollo May, Yaratma Cesareti isimli eserinde yaratma sürecinden ve bu süreçte yaşanan var olma kaygısının, yapının üretimini etkilemesinden bahseder. May'e göre; bir eser yaratmaya çalışan kişi, o esere saplanıp kalarak, ondan başka hiçbir şeyle zihinsel düzlemde bir bağ kurmayarak, bu yaratım sürecini besler ve bu şekilde eserler meydana gelir. Dolayısıyla eser yaratmak için odaklanma ve o eser için duyulan kaygılar ön plana çıkar. Eser hangi konuyu içeriyor olursa olsun, aslında biricik öznesi insan ve insani kaygılardır. Bu durum yaratma cesaretinin de neden bazı kişilerde daha yüksek olduğunu göstermesi bakımından önemlidir ve bu kişilerin nasıl eser üretebildiklerini ortaya koyması bakımından anlamlıdır.

Kaygı ve edebiyat çok fazla konuda örtüşen ve/veya kesişen ortak noktaları nedeniyle psikolojinin ve edebi yaratılığın ilgi alanına girer. Kuramlar, teknikler, bakış açıları ve kullanılan yöntemler açısından değerlendirildiğinde birbirlerini besledikleri ve birbirlerini ürettikleri kolayca göze çarpar.

Rollo May, "psikanaliz ile varoluşçuluk" arasında bir bağ kurarak, nevrotik kaygının varoluş kaygısı ile aynı düzlemde ele alınabileceğini öne sürmüştür. Varoluşsal çatışmanın; kişide yaşamı için bir şeyler yapması gerektiği hissinin oluşması ve kendi yaşam kontrolünün kendinde olması gerekmesine karşın, hiçbir şeyi elinde tutamadığına dair yaşadığı kaygının yükselmesi olduğunu anlatır.

Kişilerin yaşamlarının yanlarından geçip gittiğini ve ellerinden bir şey gelmediğini hissettiklerinde yaşadıkları derin kaygı onları dehşete düşürür. Yaşamını ve yaşamın içindeki kimliğini, kaderini ve amaçlarını belirlemede pasif kaldığını ve başkalarının onun yerine bunu yaptığını gören kişi, yaşamını bir seyirci gibi izlerken kendi varoluşunu kendi elinde tutamadığı kaygısını yaşar. Bu kaygı kişinin umutsuz, çaresiz ve depresif bir şekilde yaşamaya neden olur.

Bu ruh hali edebi eserlerde kaygı kavramından türeyen bir zemine eşlik etmesi nedeniyle edebi bir tarzı da beraberinde getirir. Rollo May'e göre kaygının çözümü kişinin bilinçli bir şekilde dikkatini kendine yöneltmesi ile olur. Böylece yaşamının dümenini eline alarak varoluşsal nevrotik kaygının üstesinden gelebilir. Buradaki kilit durum olan "bakış açısı" değişimi aynı zamanda kaygıya dair tüm durumlar için kullanılan bir psikoterapi yöntemi olarak da ön plana çıkar.

Kişinin değişen bakış açısı içinde kendisine dışardan bakıp değerlendirebilir hale gelmesi kaygısal süreçlerini kontrol etmesi açısından da son derece önemli bir adımdır. Edebi eserlerde de konu edilen kahramanın kaygısının üstesinden gelebildiği ve bakış açısı değişimi ile yepyeni bir insana dönüşebildiği durumlar ele alınır. Bu tarz bir eser aynı zamanda umutsuzluğa karşı umudun, çaresizliğe karşı çarenin varlığını göstermesi açısından okurun okumayı tercih ettiği konular içindedir.

Yazının başında da belirtildiği gibi; kaygı ve edebiyat çok fazla konuda örtüşen ve/veya kesişen ortak noktaları nedeniyle psikolojinin ve edebi yaratılığın ilgi alanına girer. Kuramlar, teknikler, bakış açıları ve kullanılan yöntemler açısından değerlendirildiğinde birbirlerini besledikleri ve birbirlerini ürettikleri kolayca göze çarpar.

Okul kaygısı

Hayatımızın birçok alanında kaygıyı hissedebiliyoruz. Bunlara sınav kaygısı, ölüm kaygısı, ayrılık kaygısı, iş bulma konusunda yaşanan kaygı vb. gibi daha birçok örnekler verilebilir. Yazımın başında da belirttiğim gibi kaygı belirli bir düzeyde ise yapacağımız bir işi veya alacağımız bir eğitimi çok daha yüksek performansla tamamlamamızı sağlar. Ancak kaygının düzeyi arttıkça ters orantılı olarak bizlerin mesleki, eğitimsel ve sosyal işlevlerimizde bozulmalara sebep olacaktır.

"Tüm yaşam eğitimidir. Herkes öğretmendir. Ve herkes sürekli olarak öğrencidir."

Maslow

Olumlu yönleri olduğu kadar insan yaşamında belirli düzeyin üzerindeki kaygı durumu olumsuz sonuçlar yaratabilmektedir. Bu noktada kaygı kavramını tanımına değinmeliyim. Birçok bilim adamı kaygıyı farklı şekillerde açıklamışlardır. Bu tanımlarla birlikte en basit şekliyle kaygı, korkuyla benzer hislerin yaşandığı bir durumdur.

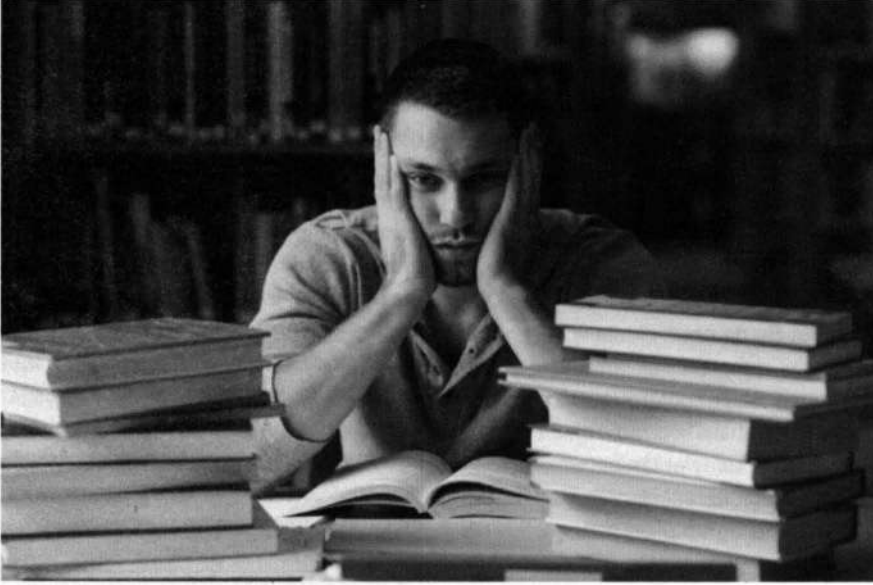
Kaygı insanlar tarafından olumsuz anlam içeren bir terim olarak düşünülmektedir. Ancak kaygıdan bahsederken olumsuz yönleri olduğu kadar olumlu yönleri de olduğunu göz ardı etmememiz gerekir. Okul kaygısını açıklayacağım bu yazıma öncelikle kaygı kavramının olumlu ve olumsuz yönlerini paylaşarak başlamak istiyorum. Kaygı bizim hayatımızda olmazsa olmaz kavramlardan biridir. Şöyle ki bizim için yapılması gereken en basit en önemsiz bir vazifede dahi kaygımızın olması gerekmektedir. Böyle bir durumda bizler yapmamız gereken görevlerle ilgili kaygı hissetmeliyiz ki o görevi yerinde, zamanında ve olabildiğince iyi yapabilelim. Dolayısıyla kaygı her ne kadar olumsuz algılanıyor olsa da düşük düzeydeki kaygı durumu bizim hayatımızda olumlu sonuçlar yaratmaktadır. Üniversitede eğitimini sürdüren bir gencin dersleri ile ilgili düşük düzeyde kaygı hissetmesi derslerine katılımını ve dolayısıyla da başarılı olmasını sağlayacaktır. Ancak tam tersini düşünürsek derslerle ve eğitimiyle ilgili kaygı hissetmeyen bir

öğrenci derslerine katılmayacak ve sonucunda da eğitimini iyi bir şekilde sürdüremeyecektir. Bu örneğin bir değişimini düşünürsek; iş yaşamında belirli sorumlulukları olan bir çalışanın o sorumluluklarını yerine getirmekle ilgili belirli düzeyde kaygıları olursa sorumluluklarını en iyi şekilde yerine getirecek ve bu da iş yaşamında başarılı olmasını sağlayacaktır. Ancak sorumlulukları ile ilgili kaygı taşımayan bir kişi yapması gereken görevlerini yerine getiremeyecek, başarısız olacak ve hatta işini kaybetme durumu bile yaşayabilecektir. Her iki durumda da kaygının hayatımızdaki olumlu yönünü vurgulamaya çalıştım.

Olumlu yönleri olduğu kadar insan yaşamında belirli düzeyin üzerindeki kaygı



Kaygı her ne kadar olumsuz algılanıyor olsa da düşük düzeydeki kaygı durumu bizim hayatımızda olumlu sonuçlar yaratmaktadır.



Okul kaygısı ister okul öncesi bir kuruma, ister anaokuluna, ister ilkokula isterse de ara bir sınıfa geçişte olsun her zaman yaşanabilecek bir duygu hâlidir.

durumu olumsuz sonuçlar yaratabilmektedir. Bu noktada kaygı kavramını tanımına değinmeliyim. Birçok bilim adamı kaygıyı farklı şekillerde açıklamışlardır. Bu tanımlarla birlikte en basit şekliyle kaygı, korkuyla benzer hislerin yaşandığı bir durumdur. Korkudan farklı olarak kaygı durumunda ortada herhangi bir nesne bulunmamaktadır. Toplumumuzda en sık karşılaşılan psikolojik durum olarak ortaya çıkan kaygı kavramının bir doğası vardır. Bu doğadan açıklarsak aksiliklerle karşılaştığımızda, kendimizi psikolojik veya fiziksel olarak tehdit altında hissettiğimizde bedenimiz normal olarak kendini koruma altına almak için belirli tepkiler vermeye başlayacaktır. Bu tepkiler iki şekilde olacaktır. Ya bize aksilik yaşıtan veya tehdit eden bu durumla savaşacağız ya da kaçacağız. Vücudumuzun fiziksel veya psikolojik olarak vermiş olduğu tepki tehlike olasılığında ortaya çıkmaktadır. Kaygı durumunda fiziksel olarak en belirgin olarak kalp çarpıntısı, nefes darlığı, göğüs sıkışması, terleme, titreme, baş dönmesi ve baş ağrısı gibi belirtiler görülmektedir. Psikolojik olarak ise korku hissi, kötü bir şeyler olacak beklentisi, kuruntu ve panik gibi belirtiler ortaya çıkmaktadır.

Kaygının aşırılığı bozukluğa sebep olmaktadır. Bu bozukluklar ayrılma kaygısı, özgül fobi, toplumsal kaygı bozukluğu,

panik bozukluğu, agorafobi (açık ve kapalı yerde kalma korkusu) ve yaygın kaygı bozukluğu şeklinde sınıflandırılmaktadır. Bozukluklar dışında ise hayatımızda ani yaşanan bir değişiklik veya tehlike bize kaygı duygusunu hissettirecektir. Örneğin boşanma, işten çıkarılma, yakın bir arkadaşın kaybı, sınav, okula başlama veya okulu bırakma vb. hayatta yaşanan ani değişiklikler kaygı duygusunu ortaya çıkaracaktır. Bu yazımızda hayat olaylarından kaynaklanan kaygı çeşitlerinden biri olan ve sıklıkla yaşanan okul kaygısına değinilecektir. Okul kaygısı ister okul öncesi bir kuruma, ister anaokuluna, ister ilkokula isterse de ara bir sınıfa geçişte olsun her zaman yaşanabilecek bir duygu hâlidir. Okul kaygısı, okula yeni başlamış olan çocukta istek ve enerji kaybı, sebepsiz ağlamalar, kaygıdan kaynaklanan karın ağrısı, mide bulantısı, baş ağrısı, iştah ve uyku bozuklukları gibi belirtilerle kendini gösteren bir durumdur.

Son yıllarda bilindiği üzere okula başlama yaşı, genel olarak ilkokul çağından (altı yaş) okul öncesine (üç yaş) inmiştir. Hiç kuşkusuz ki eğitim yaşının daha küçük yaşlara indirilmesi çocuklarımızın özellikle zihinsel olarak daha iyi gelişmesini sağlamıştır. Okula başlarken birçoğumuz aslında yazımızın konusu olan okul kaygısını yaşamıştır. Kimimiz daha hafif atlatırken kimimiz ise çok daha travmatik

yaşamışızdır bu durumu. Ben kendi okula başlama günümü çok iyi hatırlıyorum çünkü benim için ağır bir sarsıntıydı. Beş yaşında anaokuluna başladığım o ilk günden hafızamda kalan penceredeki parmaklıklar ve benim o parmaklıklara sanki bir hapishaneye kapatılmış gibi yapışıp anne diye haykırışlarımdı. O güne kadar bana evde annem bakmıştı ve ondan ayrılmak benim için dünyanın en kötü duygusuydu. Onu tümünden kaybettiğimi ve bir daha hiç göremeyeceğimi, o sınıftan asla kurtulamayacağımı sanmıştım. Bugün hâlen o günü düşününce aynı duyguları hissederek oluyorum. Benim kendimle ilgili vermiş olduğum bu örnekte okul kaygısıyla yakından ilişkili olan ve birbirini tetikleyen ayrılık kaygısını en ağır şekilde yaşadığım görünüyor. Aynı örneği yıllar sonra kendi oğlumda çok daha uzun bir süreç hâlinde yaşamış olmam ise çok daha kötü olmuştu. Oğlumun yeni sisteme göre üç yaşında okula gitmesi gerekiyordu. Alistırma olması açısından üç yaşına gelmeden ev ortamına daha yakın küçük bir kreşe gördük. O güne kadar kendi evimizde anneannesi tarafından bakılan oğlum o kreşe başlattık. Ancak onu gözlemlediğimde gece uyumasına rağmen kreşe gittiğinde çocukların oynaması için yapılmış plastik bir evin içerisine girip öğleye kadar orada uyuduğunu fark ettim. Bir ay boyunca bunun düzelmesini sabırla beklememize rağmen bu durum düzelmedi. Ben bu durumu onun kendisine bir savunma mekanizması olarak geliştirdiğini ve onu kaygılandıran bu durumdan uyuyarak başa çıkabildiğini anladım. Onu kreşten aldık. Okulöncesi

Okul kaygısı, okula yeni başlamış olan çocukta istek ve enerji kaybı, sebepsiz ağlamalar, kaygıdan kaynaklanan karın ağrısı, mide bulantısı, baş ağrısı, iştah ve uyku bozuklukları gibi belirtilerle kendini gösteren bir durumdur.

İlkokul yıllarında ise genel olarak okul kaygısı derslerin başlangıcıyla doğru orantılıdır. Çocuk özellikle derslerinde zorlanıyorsa kendine olan güveni zayıflayıp, başarısız olma düşüncelerinin yoğunlaşmasıyla da okulla ilgili endişeler duymaya başlayacaktır.

kuruma başlamadan önce onu psikolojik olarak ne kadar hazırlamaya çalışsak da yeni başlayacağı kurumda da uzun süre kaygısıyla başa çıkabilmek için hem kendisi hem okuldaki öğretmenler hem de ailesi olarak bizim çok büyük çaba ve özveride bulunmamız gerekti. Tüm çabalarımızla çok uzun bir sürede onu okula alıştırabildik. Okula gittiği zaman benden ayrılmamak için üzerime yapışıp ağlıyor ve tüm gün boyunca da ara ara bunu tekrarlayıp öğretmenlerine annemi istiyorum diye haykırıyordu. Bu iki örnekte de görüleceği üzere ayrılık endişesi okul kaygısının en önemli sebeplerden biridir.

Bu şekildeki bir kaygı durumunda ailenin çocuğa yardım edebilmesi için birkaç öneride bulunmalıyım. Öncelikle çocuğumuz kaç yaşında olursa olsun onun bir birey olduğunu kabul edip ortaya çıkan bu değişime onun en iyi şekilde uyum sağlamasına yardımcı olmalıyız. Çocuğumuza okulun amacını, öğretmenlerin görevlerini, sınıfın ne olduğunu, okulda ne gibi etkinlikler ve dersler yapılacağını anlatmalıyız. Hatta okula başlamadan önce gidip okulu gezerek bu yeni deneyimle baş edebilmesi ve onun bu yeni ortama güven geliştirmesini sağlamalıyız. Ancak bu şekilde çocuğumuzun bu yeni ortama uyum sağlamasını desteklemiş oluruz. Okul kaygısı yaşayan çocuklar genellikle evde okulla ilgili konuşulduğunda sürekli kötü anılar anlatır ve okula bırakmaya gidildiğinde okulda kalmamak için âdeta bize yalvarırlar. Bu gibi durumlarda sakince çocuğumuza karşımıza alıp okulda kalması gerekti-

ğini ve bunun sebeplerini tekrar tekrar anlatmalıyız. Böyle bir durum karşısında sinirimizi ve öfkemizi kontrol altında tutup çocuğumuza sabırlı bir şekilde yaklaşmalıyız. Bilmeliyiz ki çocuğumuz bunu isteyerek değil sadece kaygı yaşadığı için ve istemsiz olarak yapıyordur. Ona öfkeyle ve sinirle yaklaşıp, söyleyeceğimiz yanlış bir söz onun okula cezalandırılmak üzere getirildiğini hissetmesine sebep olacaktır. Bu da onun okulla ilgili var olan endişesini daha da çok artıracaktır. Çocuğumuza okula götürdüğümüz zaman vedalaşma anları en zor anlardır. Hiç kuşkusuz en kolay anlar ise onu okuldan almaya gittiğimiz vakitlerdir. Vedalaşma anlarında bu durumu en hızlı şekilde ve kısa sürede yapmalıyız. Süre uzadıkça çocuğumuz daha fazla ağlayıp daha perişan olacaktır. Tabii ki çocuğunuz orada ağlar durumdayken arkanızı dönüp gitmek sizler için çok zor olacaktır, size bu durum tarifi çok zor duygular yaşatacaktır ancak süre ne kadar uzarsa çocuğunuz da o derece kaygılanıp, üzülp kendini kahredecektir. Annenin veya babanın da ağlayan hatta haykıran çocuğunu okula bırakması gerektiği bu durumda kaygılı olması kaçınılmazdır. Bu kaygıyı çocuğun hissetmemesi gerekmektedir. Anne veya babasının kendisi gibi kaygılı olduğunu hisseden çocuk, içinde bulunduğu bu durumda çok daha endişe duyacaktır. Dolayısıyla çocuğumuza endişeli gözlerle bakmamak için çok güçlü olmamız

gerekecektir. Böyle bir vaziyette yapılabilecek en iyi şey çabucak çocuğumuza okula bırakıp, arkanızı dönüp gitmek olacaktır. Araştırmanızı önceden yapıp güvenilir bulduğunuz bir kreş, anaokulu veya ilkokula yazdırdığınız çocuğunuz için güvenebileceğiniz tek kişi o okulda görev yapan öğretmenler olacaktır. Siz arkanızı dönüp gittiğiniz vakit güvendiğiniz bir öğretmen çocuğunuza sahip çıkıp, onun kaygısını da üzüntüsünü de dindirir durumda olacaktır. Akşamleyin ailece oturulduğunda gününüzün nasıl geçtiğini çocuğumuza anlatın ve onun da okulda neler yaptığını sorun. Verdiği cevaplarla ne kadar güzel şeyler öğrendiği, evde kalıp okula gitmemiş olsa bunları öğrenmeyeceği ile ilgili onu yüreklendiriniz.

Ayrılık endişesi sebeplerden biri sadece, bir diğer sebep ise çocuğumuzun okul ortamında kendini yalnız hissetmesidir. Yeni girdiği bu ortamda arkadaş edinin kendini bir gruba ait hissedebilmesi için biraz zamanın geçmesi gerekecektir. Çocuğumuzun bu yeni ortamda yeni arkadaşlarıyla ilişki kurmasına ve onun bu yeni arkadaş çevresiyle uyum sağlamasına bizler yardımcı olabiliriz. Bu durumda en etkili yöntemlerden biri velilerin birbiriyle işbirliği yapması ve çocukları bir araya getirecekleri görüşme toplantıları düzenlemeleridir. Artık okulunda onunda tanıdığı hatta dışarıda görüştüğü bir arkadaşının olduğunu bilmesi okula gitmek için onu teşvik edecektir.



Ayrılık endişesi sebeplerden biri sadece, bir diğer sebep ise çocuğumuzun okul ortamında kendini yalnız hissetmesidir.

Okul kaygısına bir diğer sebep ise çocuğun okul ortamında arkadaşlarından zarar görüyor olması olabilir. Bu sebebi de küçümsememek ve göz ardı etmemek gerekir. Aynı şekilde çocuğumuz okulda zarar veren taraf da olabilir. Her ne kadar mağdur olan tarafın yardıma ihtiyacı olduğu düşünülse de zarar veren tarafın da yardıma ihtiyacı vardır. Okul kaygısı sebepleri içerisinde saydığımız zarar görme veya zarar verme de aile ve/veya öğretmen tarafından keşfedilip derhal müdahale edilmesi gereken bir durumdur. Her iki durumda da yine aile, okul (öğretmen, okul idaresi vb.) ve çocuk üçlüsü devreye girecektir. Böyle bir durumda öğretmen-den yardım alınmalıdır. Aynı şekilde arkadaşlarına zarar veren bir çocuğunuz varsa öncelikle evde sizlerin ona iyi bir örnek olmanız gerekecektir. Başkasına zarar vermenin tehlikeli yanlarını açıklayarak ileride ne gibi kötü etkileri olacağını ona anlatmalıyız. Ayrıca yine öğretmen-den ve okul idaresinden bu konuda destek ve yardım almalıyız. Eğer bu durumla okul ve veli birlikte baş edemiyorsa muhakkak bir uzmandan da destek alınmalıdır. "Çocuktur yapar, büyüyünce düzeler." gibi düşünceler yanlış olduğu gibi güç, kuvvet kullanarak ve zarar vererek bir şeyleri elde etmeyi öğrenen çocuğumuz bunu ileriki hayatına taşıyıp çok daha tehlikeli bir insan haline gelebilecektir.

İlkokul yıllarında ise genel olarak okul kaygısı derslerin başlangıcıyla doğru orantılıdır. Çocuk özellikle derslerinde zorlanıyorsa kendine olan güveni zayıflayıp, başarısız olma düşüncelerinin yoğunlaşmasıyla da okulla ilgili endişeler duymaya başlayacaktır. Bu noktada ailelere yine büyük görev düşmektedir. Çocuğumuzu yüreklendirip onu sıkmadan, bunaltmadan evde ders çalışmasını sağlamak, dersleri ile ilgili kendine güvenini kazanmasını sağlayacaktır. Bu da bir müddet sonra okulla ilgili kaygı duyma sebebi olan derslerine karşı güveninin yerine gelmesine olanak sağlayacak ve endişelerini ortadan kaldıracaktır.

Peki, ben oğlumun okul kaygısını nasıl mı yendim? Benim oğlum okula ilk başladığında ben hâlen şimdi çalıştığım üniversitede psikolog olarak görev yapıyordum. O dönemlerde birkaç yıllık



Kaygı türleri içerisinde okul kaygısı en yaygın olan endişe durumlarından biridir.

bir psikolog olduğumdan tecrübesizliğin vermiş olduğu cesaretle bunu rahatça atlatabileceğimizi düşünmüştüm. Ama hiç de o kadar basit olmadı. Oğlumun okula devam etmesi gerektiğini en iyi ben bil-meme rağmen neredeyse onu okuldan almayı bile aklımdan geçirdim. Tabii ki bunu düşünsem de öyle yapmadım. Bir ay boyunca onu okula ben götürdüm ve o içerideyken kapının önündeki bankta onu bekledim. Ben oğlumu beklerken o sürekli cama gelip benim orada olup olmadığını kontrol ediyordu. Bu da sınıfta yapılan etkinliğe katılımını olumsuz yönde etkiliyordu. Benden başka hiç kimse orada beklemiyordu sadece ben vardım. Ta ki bir gün okulun müdüre hanımı yanıma gelip bunun bu şekilde olmayacağını daha nereye kadar oturup beklemeyi düşündüğümü sorana kadar. Çok doğruydu söyledikleri ben de çalışıyordum ve işim aksamaya başlamıştı. Bana o gün dedi ki yarın geldiğinizde hemen oğlunuzu öğretmene teslim edip arkanıza bakmadan gidiniz. Ben o gece çok düşündüm "Acaba müdüre hanımı dinlese miydim?" ve sonuçta onu dinlemem gerektiğini anladım. Oğlumu okula götürdüm ağladı, haykırdı

Küçük yaşlarda yaşananların okul kaygısı belirtileri (baş, boyun, karın ağrısı gibi fiziksel yakınmalar, uyku ve iştah bozuklukları, sebepsiz ağlamalar ve enerji kaybı vb.) benzer şekilde üniversite yaşlarında da yaşanmaktadır.

ama arkamı dönüp yürüdüm. Yolda çalıştığım kuruma gidene kadar ben de ağladım hem de çok ağladım, çünkü onun canı yanıyordu ve benim de yanıyordu. Aradan bir saat geçmişti ve ben kendi endişemi dindirmek için okulu aradım. Okuldan bana oğlumun ben gittikten sonra ağlayıp daha sonra sustuğunu söylediler. Gün içerisinde ise ara sıra aklıma gelip ağlayıp mızımızlandığı konusunda da öğretmenleri görüş bildirdi. İlerleyen günlerde de hep durum böyleydi, beş ay kadar sürdü bu kaygıyı yenmesi ama başarmıştık. Anladım ki okul kaygısını yenmenin sırrı sabırlı olmak ve gözlerimizdeki kaygıyı çocuğumuza hissettirmemekte yatıyor.

Kaygı türleri içerisinde okul kaygısı en yaygın olan endişe durumlarından biridir. Kitaplara baktığımızda, internetten araştırdığımızda bu duygunun en fazla kreş, anaokulu veya ilkökula başlarken yaşandığı ile ilgili bilgilere sıklıkla rastlayabiliriz. Ben uzun yıllar hâlen görev yaptığım üniversitede Psikolojik Danışmanlık Merkezinde çalışıp birçok üniversite öğrencisiyle görüşme şansı elde ettim. Aslında okul kaygısıyla ilgili göz ardı edilen en önemli eğitim kademesinden biri de üniversitedir. Özellikle görev aldığım üniversiteye okumak için kendi ülkeleri dışında gelen öğrencilerin sayısı oldukça fazladır. Yaşı kaç olursa olsun onlar da üniversiteye ilk başladıklarında okul kaygısı yaşamaktadırlar. Hatta bir kısmı bu kaygı durumuna dayanamayıp okulu bırakıp gelecekle ilgili köreltme pahasına ailelerinin yanına geri dönmektedirler. Yapmış olduğum gözlemlerde ailelerinden ayrılmış olma (ayrılık kaygısı) ve yalnızlık duygusunu derinden hissetmeleri kreş, anaokulu veya ilkökul başlangıcındaki benzer endişeleri içinde barındırmaktadır. Küçük yaşlarda yaşanan okul kaygısında olduğu gibi yeni arkadaş edinme, çevreyi tanıma, üniversite hayatını öğrenme, derslere, hocalara, ders programına adapte olma vb. birçok uyum sıkıntıları süreçte dâhil olmaktadır. Bu yaşlarda üniversite hayatı ile ilgili özellikle de ailelerinden uzakta olan öğrenciler için kendi ayakları üzerinde durup hayatlarını yalnız başlarına idame ettirmekle ilgili endişeler okul kaygısını tetikler duruma gelmektedir. Bu endişeler küçük yaşlardan farklı olarak üniversite öğrencilerinde daha ta-

hammül edilebilir, bastırılabilir ve kontrol edilebilir düzeyde olmaktadır. Ancak bu bastırılmış, kontrol altında tutulan ve tahammül edilen kaygı durumu üniversite yaşamında yaşayacakları en ufak pürüzde patlak vermekte ve öğrencinin endişe duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Küçük yaşlarda yaşananın okul kaygısı belirtileri (baş, boyun, karın ağrısı gibi fiziksel yakınmalar, uyku ve iştah bozuklukları, sebepsiz ağlamalar ve enerji kaybı vb.) benzer şekilde üniversite yaşlarında da yaşanmaktadır. Bu belirtilere ek olarak sürekli kötü bir şey olacak hissi, özellikle aileleri uzakta olan öğrencilerin en yakınlarının başına sürekli olarak kötü bir şey geleceği ve onların yanında bulunamayacağı ile ilgili endişelerle belirgin bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Üniversiteye devam eden öğrenciler yaşlarının gereği ve ailelerini üzmemek adına bu endişeli süreçlerini aslında yalnız atlarmaya çalışmaktadırlar. Dayanamayacakları noktalarda da üniversitelerde yer alan Psikolojik Danışmanlık Merkezlerine başvurmaktadırlar. Dolayısıyla kreş, anaokulu ve ilkokul gibi eğitim öğretimin en alt basamaklarında aile, okul ve öğrenci üçlüsü, üniversitede bölünüp bu süreç okul ve öğrenci olarak atlatılmaya çalışılmaktadır. Yazımızın bu kısmında üniversitede yaşanan okul kaygısının ailelerinden uzakta eğitim alan öğrencilerde daha derin yaşandığını vurgulamıştık. Tecrübelerime dayanarak bu öğrenciler aileleriyle bu durumu en son raddede paylaşmak istemektedirler. Ancak bazı durumlarda öğrenciler bu endişelerini aileleriyle paylaşmakta bu sayede her ne kadar aile bu sürece dâhil edilse de uzakta olduklarından aile tarafından kısıtlı bir destek söz konusu olmaktadır. Nihayetinde üniversitelerde Psikolojik Danışmanlık Merkezleri bu noktada çok önemli bir görev üstlenmektedirler. İlk kez okula başlamamızla birlikte yaşanan okul kaygısı şekil değiştirerek de olsa üniversite yıllarında bile yaşanmaktadır. Hatta bir öğrenci ortaokul veya lise yıllarında okul değişikliği yaşıyorsa o öğrencide de okul kaygısı görülebilmektedir. Önemli olan yeni bir okul başlangıcında o okulla ilgili uyum sürecinin nasıl yaşandığı ve algı-



Okul kaygısı yaşayan bir çocuğa yardım etmek için aileye ve öğretmene çok büyük rol düşmektedir.

landığıdır. Olumsuz algılarımız zaman içerisinde yerini endişeye yani kaygıya bırakacaktır.

Özetlemek gerekirse kreş, anaokulu, ilkokul ve ara sınıflara başlarken yaşanan aşırı endişe durumu okul kaygısı olarak adlandırılıyor. Bu endişe durumunun birçok sebebi var. Bunların en önemlileri anne/baba veya bakıcıdan ayrılma endişesi, okulda arkadaş edinemeyip yalnız kalma endişesi, yeni ortama uyum sorunu-

Kreş, anaokulu, ilkokul ve ara sınıflara başlarken yaşanan aşırı endişe durumu okul kaygısı olarak adlandırılıyor. Bu endişe durumunun birçok sebebi var. Bunların en önemlileri anne/baba veya bakıcıdan ayrılma endişesi, okulda arkadaş edinemeyip yalnız kalma endişesi, yeni ortama uyum sorunu, arkadaşları tarafından zarar görme ve arkadaşlarına zarar verme olduğu söylenebilir.

nu, arkadaşları tarafından zarar görme ve arkadaşlarına zarar verme olduğu söylenebilir. Kreş, anaokulu, ilkokul veya ara sınıflara başlarken yaşanan bu kaygı durumu üniversite yıllarında da özellikle ailesinden uzakta eğitim alan öğrenciler arasında da görülmektedir. Bu endişe durumuyla baş edebilmesinde çocuğumuza en fazla yardımı ailesi olarak bizler sağlayabiliriz. Aynı derecede önemli olan öğretmen ve okul idarecileri de okul kaygısında çocuklarımıza en etkili şekilde yardımcı olacak kişilerdir. İlk olarak biz ailelerin okula güvenmesi gerekmektedir. Bu da bu kurumu iyice araştırıp oradaki okul yönetimi ve öğretmenleriyle iletişime geçerek sağlanabilir. Çocuğumuzu emanet edeceğimiz bir kuruma birey olarak bizler güvenemezsek eğer çocuğumuzdan fazla bizler endişe yaşar durumda olacağız. Benzer şekilde üniversite eğitimi alması için çocuğumuzu yurt dışına veya yaşadığımız bölgenin uzağında bir yere gönderiyorsak onunla o bölgeye gidip okulunu tanıyıp ailesi olarak önce bizim güvenimizin oluşması gerekmektedir. Aksi takdirde kaygısı yüksek olan çocuğumuza bu durumla baş etmesi için yardımcı olmamız mümkün olmayacaktır.

Hayatımızın birçok alanında kaygıyı hissedebiliyoruz. Bunlara sınav kaygısı, ölüm kaygısı, ayrılık kaygısı, iş bulma konusunda yaşanan kaygı vb. gibi daha birçok örnekler verilebilir. Yazımın başında da belirttiğim gibi kaygı belirli bir düzeyde ise yapacağımız bir işi veya alacağımız bir eğitimi çok daha yüksek performansla tamamlamamızı sağlar. Ancak kaygının düzeyi arttıkça ters orantılı olarak bizlerin mesleki, eğitimsel ve sosyal işlevlerimizde bozulmalara sebep olacaktır. Bu da yaşamımızda dönemsel de olsa kendimizi başarısız hissetmemize neden olacaktır. Okul kaygısı özellikle ilk yıllarda ağır derecede yaşıyorsa, aile ve okuldaki görevliler de bu konu ile ilgili bir çaba harcamıyorsa, bu o öğrencinin ömür boyu eğitimle ilgili algılayışını olumsuz yönde etkileyebilecektir. Unutulmamalıdır ki okul kaygısı yaşayan bir çocuğa yardım etmek için aileye ve öğretmene çok büyük rol düşmektedir.

Kaygı ve öğrenme

Psikoloji alanında, yirminci yüzyılın başından itibaren dikkatleri çeken kaygı ve öğrenme arasındaki ilişki, günümüze kadar, çok çeşitli yöntemler ve paradigmalara incelenegelmiştir. Bu konuda yapılmış olan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda kaygının öğrenme için her zaman olumsuz etkilerinin olmadığı açıktır. Kaygının hiç olmadığı durumlar ve aşırı kaygı dışındaki optimal düzeyde bir kaygı, kişiyi öğrenme için olumlu yönde etkilemektedir.

Bireyi başkalarından farklı kılan özelliklerin başında şüphesiz ki öğrenme yaşantıları gelir. Öğrenme, bireyin yaşantılar sonucu davranışlarında meydana gelen oldukça uzun süreli değişimlerdir. Temelde bir davranış değişikliği olan öğrenmenin farklı türleri bulunmaktadır: Koşullama yoluyla öğrenme, motor öğrenme, sosyal öğrenme ve bilişsel öğrenme gibi.

Bireyi başkalarından farklı kılan özelliklerin başında şüphesiz ki öğrenme yaşantıları gelir. Öğrenme, bireyin yaşantılar sonucu davranışlarında meydana gelen oldukça uzun süreli değişimlerdir. Temelde bir davranış değişikliği olan öğrenmenin farklı türleri bulunmaktadır: Koşullama yoluyla öğrenme, motor öğrenme, sosyal öğrenme ve bilişsel öğrenme gibi.

Bilişsel psikologlarca öğrenme kavramı, bir "bilgi işleme süreci" olarak ele alınır. Bilgi işleme sürecinde bilginin depolanması ve gerektiğinde hatırlanması bir bellek sistemini gerektirmektedir (Klatzky, 1980). Bu sistemde duyu kayıtları (sensory register), kısa süreli bellek (KSB) ve uzun süreli bellek (USB) olmak üzere üç depo bulunmaktadır. Bu üç deponun kapasiteleri, depolama süreleri ve işlem özellikleri birbirinden farklıdır; ancak bu yapısal birimler birbirleriyle devamlı ilişki içindedir (Atkinson ve Shiffrin, 1968).

Bilgi işleme sürecinde bilginin öğrenilmesi için öncelikle duyu kayıtları sisteminde, duyu organlarından gelen duyu kodlarının açılması ve uyarıcıların

fiziksel özellikleri konusunda bilgi sağlanması gerekmektedir (Karakaş, Irak ve Bekçi, 2003). Duyusal kayıt sisteminde bilince varılan bilgiler KSB'ye geçerek burada yeniden kodlanır. Bilginin KSB'de kalması ezber tekrarlama (repetitive rehearsal) veya özümseyerek tekrarlama (elaborative rehearsal) ile sağlanır. Ezber tekrarlama kişi, bilgiyi sürekli bir şekilde tekrarlar. Özümseyerek tekrarlama ise USB'deki bilişsel bilgiler, kural ve stratejiler KSB'ye getirilir ve bu öğeler doğrultusunda bilgi öğrenilip USB'ye ulaştırılır. Son depo olan USB'de, bilgiler özümseyerek kodlanır; önceki bilgilerle yeniden



Öğrenmeyi etkileyen faktörler arasında öğrenilecek malzemeye, öğrenme stratejisine ve tabii ki kişiye bağlı faktörler yer almaktadır.



Çok hafif bir tedirginlik ve gerginlik duygusundan panik derecesine kadar uzanan değişik yoğunluklarda yaşanabilen kaygı, durumluk ve sürekli kaygı olmak üzere iki türdür.

organize edilir, böylelikle öğrenilmiş bilgilerin uzun süreli kalımları sağlanmış olur.

Öğrenmeyi etkileyen faktörler

Öğrenmeyi etkileyen faktörler arasında öğrenilecek malzemeye, öğrenme stratejisine ve tabii ki kişiye bağlı faktörler yer almaktadır (Morgan, 2013). İnsanlar malzeme türüne göre farklı düzeylerde öğrenme sergiler. Örneğin bazı insanlar görsel malzeme ile, bazı insanlar ise sözel malzeme ile daha kolay öğrenebilmektedir. Malzemenin anlamlılık düzeyi de öğrenmeyi olumlu yönde etkilemekte, anlamlı malzemeler daha kolay öğrenilebilmektedir. Esasen malzemenin anlamlı olması, daha önce öğrenilmiş ve USB'de bulunan bilgilerle ne derece ilişkilendirilebildiği ile ilgilidir. Yeni bilgiler, depoda bulunan bilgilerle ne kadar özümsezenilirse hatırlanabilirlikleri o kadar fazla olmaktadır.

Malzeme anlamlı bir bütünsel toplu çalışma, çok uzun ve parçalara ayrılabilir durumdaysa aralıklı çalışma, öğrenmede daha iyi performans alınabilmesi açısından önemlidir. Öğrenme performansı hakkında kişiye geri-bildirim verme, kişinin sistemdeki bilgiyi gerektiğinde tekrar organize etmesi ve öğrenme stratejisi ge-

liştirmesi için gereklidir. Ayrıca öğrenme sırasında sisteme alınan bilgilerin başka birine anlatılması, bilgilerin özümsemesi ve tekrar organize edilmesini sağlayarak öğrenme açısından olumlu etki göstermektedir.

Öğrenmeyi etkileyen diğer bir grup faktör ise kişiye bağlı faktörlerdir. Bu faktörlerden başlıcaları zeka, yaş ve genel uyarılmışlık hali(kaygı)dır. Bazı psikologlarca öğrenme yeteneğinin bir ölçüsü olarak görülen zekânın öğrenme performansı ile ilişkisi açıktır; zeka ve öğrenme arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Yaşın öğrenme ile ilişkisi büyüme çağında belirgindir. Yirmi yaş civarında en parlak düzeyine ulaşan zeka düzeyi diğer yaş dönemlerinde fazlaca değişiklik göstermez. Öğrenme yeteneği de 20'li yaşlarda doruk noktasına ulaşır ve zeka ile paralel olarak sabitleşir (Morgan, 2013).

Kaygı ve öğrenme ilişkisi

Kaygı, kişinin tehdit eden bir uyarana karşı karşıya kaldığında yaşadığı, fizyolojik, psikolojik ve davranışsal değişimlerle kendini gösteren bir uyarılmışlık durumudur. Bu değişikliklerin işlevi, olumsuz veya beklenmedik durumun üstesinden gelmesini kolaylaştırmaktır.

Çok hafif bir tedirginlik ve gerginlik duygusundan panik derecesine kadar uzanan değişik yoğunluklarda yaşanabilen kaygı iki türdür. Bunlardan ilki olan *durumluk* kaygı (state anxiety), herhangi bir tehlike karşısında yaşanan gerçek ve geçici kaygıdır. *Sürekli* kaygıda (trait anxiety) ise kişi her an bir tehdit varmış gibi davranır ve kaygılı olma durumu bir kişilik özelliği haline gelir (Spielberger, 1972). Bazı durumlarda ise günlük hayat-taki çeşitli zorluklar veya stresli olaylarla başa çıkma kabiliyetini engelleyebilecek şekilde psikopatolojik bir duruma dönüşebilir.

Kaygı ve öğrenme arasındaki ilişki klasik bir çalışmayla belirlenmiştir (Yerkes ve Dodson, 1908). Fareler üzerinde yapılan bu çalışmada, klasik koşullama-daki ayırt etmeyi öğrenme görevi kullanılmış, elektrik şokunun şiddeti ve öğrenme arasındaki ilişki çalışılmıştır. Şoktan kaçınmak için siyah ve beyaz ayırt etmek gibi kolay bir görsel ayırt etme görevinde, elektrik şokunun şiddeti arttıkça öğrenme hızının da arttığı gösterilmiştir. Görev zor bir hale geldiğinde (siyah ve griyi ayırt etme), başlangıçta elektrik şokunun şiddeti arttıkça öğrenme doğrusal olarak artmış, ancak belirli bir noktadan sonra azalma yönünde bir eğim göstermiştir.

Malzeme anlamlı bir bütünsel toplu çalışma, çok uzun ve parçalara ayrılabilir durumdaysa aralıklı çalışma, öğrenmede daha iyi performans alınabilmesi açısından önemlidir. Öğrenme performansı hakkında kişiye geribildirim verme, kişinin sistemdeki bilgiyi gerektiğinde tekrar organize etmesi ve öğrenme stratejisi geliştirmesi için gereklidir.

Çalışma belleğinin günlük yaşamdaki örneklerinden biri, bir dilden diğerine simultane (eş zamanlı) çeviri yapmaktır. Böyle bir durumda uzun süreli bellekten kelime anlamları ve dilbilgisi kuralları çağırılır, anlamlı bir cümle kurabilmek için üzerinde çalışılır ve cümle anlamlı bir bütün halinde sözelleştirilene kadar fonolojik döngüde tekrarlanır.

Yerkes ve Dodson'ın sözü edilen ve daha sonraki çalışmaları Yerkes-Dodson Kanunu'nun keşfedilmesine olanak sağlamıştır. Bu kanuna göre kaygı ve öğrenme arasında ters U şeklinde bir ilişki bulunmaktadır. Kaygının çok düşük olması güdüyü azaltır ve kişi öğrenmek için herhangi bir çaba sarf etmez. Çok yüksek kaygı, aşırı uyarılma sebebiyle organizmada bir karmaşa durumu yaratır ve öğrenmeyi olumsuz etkiler. Normal düzeyde bir kaygı ise kişiye, istek duyma, karar alma, alınan kararlar doğrultusunda enerji üretme ve bu enerjiyi kullanarak performansını yükseltme açısından yardımcı olur.

Yerkes-Dodson Kanunu çok ses getirmesine rağmen yöntemsel bazı yönlerden eleştirilere de maruz kalmıştır. Daha sonraki yıllarda, yöntemsel değişikliklerin yapıldığı çalışmalar hayvanlar ve insanlar üzerinde devam etmiştir (tarama makalesi için bkz. Diamond ve diğ., 2007; Hacock ve Ganey, 2003).

Spielberg (1962) yaptığı çalışmada, değişik kaygı düzeylerindeki lise öğrencilerinin okul başarılarını araştırmış ve kaygı ile öğrenme arasındaki ilişkinin akademik yeteneğe bağlı olduğunu ortaya koymuştur. Akademik yeteneği çok düşük ve çok yüksek olan öğrenciler için kaygı, öğrenmede çok az etkilidir. Birinci

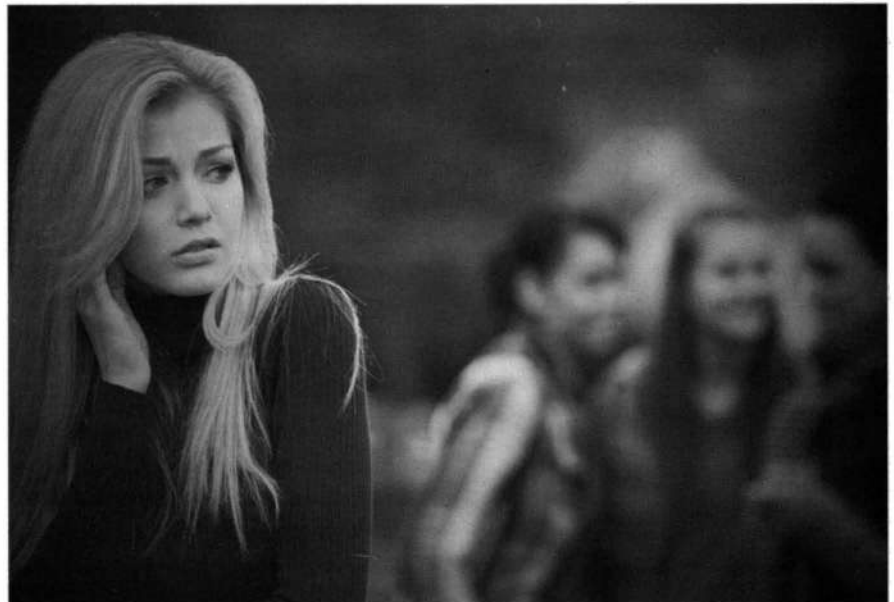
durumda, düşük yetenek öğrencileri engelleyen asıl faktördür; ikinci durumda ise kişi öğrenmeyi çok kolay bulduğu için kaygıdan etkilenmez. Orta yetenek düzeyindeki kişiler için kaygının yüksek olması öğrenmeyi engellemektedir.

Bilişsel psikoloji açısından yapılan çalışmalardan Shors (2006) tarama makalesinde, durumluk kaygının bellek performansını etkileyip etkilemediği konusunda çelişkili bulgular olduğuna dikkat çekmektedir. Kaygının öğrenme performansı üzerindeki etkisinin incelendiği bir araştırmada (Kuhlmann, Piel ve Wolf, 2005), topluluk önünde yapılan kaygı yaratıcı bir konuşma sonrasında serbest hatırlamanın azaldığı; tanıma, çalışma belleği ve dikkatin etkilenmediği gösterilmiştir. Bilindiği üzere serbest hatırlama, kişinin aktif bir şekilde enerjisini yoğunlaştırmasını ve bilgiyi kendiliğinden geri çağırmasını içermektedir (örneğin açık uçlu, klasik tarzda soruların olduğu sınavlar). Tanıma türü hatırlamada ise dıştan gelen yardımcı uyarıcı hatırlamayı kolaylaştırıcı rol oynamaktadır (örneğin çoktan seçmeli soruların olduğu sınavlar). Her iki tür hatırlama göz önünde bulundurulduğunda zihnin, serbest hatırlamada daha aktif rol aldığı görülmektedir; dolayısıyla kişinin aşırı kaygı durumunda yaşadığı karmaşa

enerjinin göreve odaklanmasını olumsuz yönde etkilemektedir.

Cahill, Gorski ve Le'nin (2003) çalışmasında ise durumluk kaygı sırasında duygusal ve nötr resimler gösterilmiştir. Bir hafta sonra (uzun süreli bellek), durumluk kaygı altındaki katılımcıların kaygı yaşamayan kişilere göre duygusal resimleri daha ayrıntılı hatırladıkları bulunmuş, nötr resimler açısından herhangi bir fark elde edilmemiştir. Günlük yaşamımıza bakacak olursak gerçekten de insanların bize söylediklerinden çok hissettirdiklerini daha çok hatırlama eğilimindeyiz. Durumluk kaygı altında zaten uyandırılmış olan bir duygusal mekanizma söz konusudur. Bunun üzerine yine duygusal içerikli malzemenin sunulması yaşanan duyguları güçlendirmekte ve hatırlanmasını kolaylaştırmaktadır.

Çalışma belleği (working memory) de bilişsel psikolojide kabul görmüş bir kavramdır (Baddeley, 1990). Bir merkezi yönetici ve ona bağlı iki köle sistemden (fonolojik döngü ve görsel-uzaysal yaz-boz tahtası) oluşan çalışma belleği; kavrama, öğrenme, akıl yürütme, problem çözme gibi bilişsel görevler sırasında bilgiyi geçici olarak tutar ve değişimler. Çalışma belleği ile kaygı arasındaki ilişkiyi ince-



Günlük yaşamımıza bakacak olursak gerçekten de insanların bize söylediklerinden çok hissettirdiklerini daha çok hatırlama eğilimindeyiz.



İşleme etkinliği kuramına göre, çalışma belleği sürecinde kaygı yaşandığı zaman, fonolojik döngü daha çok çalışmakta; performansı iyileştirmek ve kaygıyı ortadan kaldırmak için daha fazla kaynağa ihtiyaç duymaktadır.

leyen araştırmalarda çelişkili bulgulara rastlanmaktadır.

Eysenck ve Calvo'nun (1992) İşleme Etkinliği Kuramı'na (Processing Efficiency Theory) göre çalışma belleği sürecinde kaygı yaşandığı zaman, fonolojik döngü daha çok çalışmakta, performansı iyileştirmek ve kaygıyı ortadan kaldırmak için daha fazla kaynağa ihtiyaç duyulmaktadır. Bu durum, merkezi yöneticiyi etkileyerek performansın doğruluğunu arttırmakta, ancak bununla birlikte tepki zamanında artışa neden olmaktadır.

Çalışma belleğinin incelendiği bir başka çalışmada ise (Walkenhorst ve Crowe, 2009) kaygının sözel çalışma belleğine (fonolojik döngü) ait performansı etkilemediği, düşük kaygının görsel görevlerde (görsel-uzaysal yaz-boz tahtası) performansı artırdığı bulunmuştur. Yüksek kaygı grubundaki kişilerin düşük kaygı grubundakilere kıyasla, hem sözel hem görsel çalışma belleği görevlerinde tepki zamanlarının daha kısa olduğu gösterilmiştir.

Çalışma belleğinin günlük yaşamdaki örneklerinden biri, bir dilden diğerine simultane (eş zamanlı) çeviri yapmaktır. Böyle bir durumda uzun süreli bellekten

kelime anlamları ve dilbilgisi kuralları çağırılır, anlamlı bir cümle kurabilmek için üzerinde çalışılır ve cümle anlamlı bir bütün halinde sözelleştirilene kadar fonolojik döngüde tekrarlanır. Yüksek kaygı durumunda dikkat çok çabuk dağılılabılır ve hata miktarı artabilir. Hatayı azaltmak amacıyla daha çok dikkat etmeye çalışılır ve sürede uzama olabilir. Hiç kaygının olmadığı durumda ise hatalar fazla, süre nispeten kısa olacaktır. Ancak optimal bir kaygı durumunda enerji göreve yeterince odaklanacak, çeviri hatasız ve uygun zamanda bitecektir.

Sonuç

Psikoloji alanında, yirminci yüzyılın başından itibaren dikkatleri çeken kaygı ve öğrenme arasındaki ilişki, günümüze kadar, çok çeşitli yöntemler ve paradigmalara incelenegelmiştir. Bu konuda yapılmış olan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda kaygının öğrenme için her zaman olumsuz etkilerinin olmadığı açıktır. Kaygının hiç olmadığı durumlar ve aşırı kaygı dışındaki optimal düzeyde bir kaygı, kişiyi öğrenme için olumlu yönde etkilemektedir. Bu olumlu etkinin görevin türü, zorluğu, bağlam, görevsel ve akademik başarı gibi bazı bireysel özelliklere göre değiştiği unutulmamalıdır. Ayrıca bu

olumlu/olumsuz etkiler, bilişsel öğrenmenin aşamalarına göre de değişimler göstermektedir.

Kaynaklar

- Atkinson, R. C. & Shiffrin, R. M. (1968). Human memory: A proposed system and its control processes. In K. W. Spence & J. T. Spence (Eds.), *The psychology of learning and motivation, Advances in research and theory*. New York: Academic Pr.
- Baddeley, A. D. (1990). *Human memory: Theory and practice*. London: Erlbaum Ass.
- Cahill, L., Gorski, L., & Le, K. (2003). Enhanced human memory consolidation with post-learning stress: Interaction with degree of arousal at encoding. *Learning & Memory*, 10, 270-274.
- Diamond DM, Campbell AM, Park CR, Halonen J, and Zoladz PR. 2007. The temporal dynamics model of emotional memory processing: a synthesis on the neurobiological basis of stress-induced amnesia, flashbulb and traumatic memories, and the Yerkes-Dodson Law. *Neural Plast* 60803
- Eysenck, M. W., & Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition and Emotion*, 6(6), 409-434.
- Hancock, P. A., & Ganey, H. C. N. (2003). From the inverted-U to the extended-U: The evolution of a law of psychology. *Journal of Human Performance in Extreme Environments*, 7(1), 5-14.
- Karakaş, S., Irak, M. ve Bekçi, B. (2003). Sağlıklı insanda bilgi işleme süreçleri: Biliş ve üst-biliş. S. Karakaş, C. Irkeç ve N. Yüksel (Ed.). *Beyin ve nöropsikoloji: Temel ve klinik bilimler içinde* (s. 31-53). Ankara: Çizgi Tıp Yayınevi.
- Klatzky, R. L. (1980) *Human memory: Structures and processes*, New York: W.H. Freeman Co.
- Kuhlmann, S., Piel, M., & Wolf, O. T. (2005). Impaired memory retrieval after psychosocial stress in healthy young men. *Journal of Neuroscience*, 25, 2977-2982.
- Morgan, C. T. (2013). Psikolojiye Giriş. 20. Baskı. S. Karakaş & R. Eski (Ed.). Eğitim Yayınevi: Konya.
- Shors, T. J. (2006). Stressful experience and learning across the lifespan. *Annual Review of Psychology*, 57, 55-85.
- Spielberg, C. D. (1962). The effects of manifest anxiety on the academic achievement of college students. *Mental Hygiene*, 46, 420-426
- Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research: I*. New York, N.Y.: Academic Press.
- Walkenhorst, E., & Crowe, S. F. (2009). The effect of state worry and trait anxiety on working memory processes in a normal sample. *Anxiety, Stress & Coping*, 22(2), 167-187
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *The Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18, 459-4.

Çocukta kaygı bozuklukları

“Vaka analizi”

Ülkemizde yapılan bir çalışmada ayrılık anksiyetesi bozukluğu tanısı almış çocuklarda mizaç özellikleri araştırılmış ve ritmiklik, yakınlaşma/çekingenlik, uyumluluk gibi mizaç boyutlarında ayrılık anksiyetesinin daha sık görüldüğü tespit edilmiştir. Cinsiyet, ekonomik durum, uyruk, yaş gibi değişkenlerin ayrılık anksiyetesi ile ilişkisi arasında net bir tanım yoktur. Erkeklerin kızlara göre daha az korku yaşadığını bildiren çalışmalar vardır.

Ayrılık anksiyetesi bozukluğu

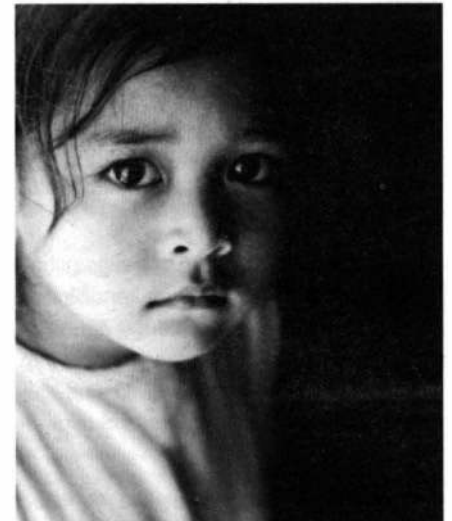
Ayrılık anksiyetesi (kaygı) bozukluğu çocuğun temel bağlanma nesnelerinden uzak kalmaya olan tepkisinin gelişim düzeyine göre beklenenin üstünde olması durumu olarak tanımlanabilir. Anne ve baba gibi temel bağlanma figürlerine zarar gelebileceği, onların kaybedilebileceği ile ilgili sürekli bir korku yaşanır. Rüyalarının ve oyunların içeriği de bu korkularla dolu olabilir. Çocuk bu kaygılarından dolayı okula gitmeyi reddedebilir. DSM kriterlerine göre tanı koymak için bu belirtiler 18 yaşından önce başlamalı ve en az 4 hafta sürmelidir.

Kaygı bozukluğu görülme sıklığı %2 ile %13 arasında değişmektedir(1). Bu bozukluk kız ve erkek cinsiyette benzer oranlarda görülmektedir.

Ayrılık anksiyetesine birçok şey neden olabilmektedir. Bir yakının kaybı, eve hırsız girmesi, ebeveynlerden uzun süre ayrı kalma, boşanmalar, kardeş kıskançlığı, fiziksel hastalıklar, duygusal ve bilişsel gelişimine uygun olmayan filmler gibi nedenler bulunabilir.

ağırlığı, arkadaşları tarafından dövülme veya tehdit edilme, başarısızlık hissi yaratacak durumlar, katı öğretmen tutumları da okuldan kaynaklanabilecek nedenler olarak da görülebilir(3).

Unutulmamalıdır ki ayrılık kaygısından bahsedebilmek için öncelikle bir bağlanmanın olması gerekmektedir. Bu sebeple tepkisel bağlanma bozukluğu ve otizm gibi bozukluklarda ayrılık kaygısı görülmez(4).



Kaygı bozukluğu görülme sıklığı %2 ile %13 arasında değişmektedir. Bu bozukluk kız ve erkek cinsiyette benzer oranlarda görülmektedir.

Ayrılık anksiyetesine birçok şey neden olabilmektedir. Bir yakının kaybı, eve hırsız girmesi, ebeveynlerden uzun süre ayrı kalma, boşanmalar, kardeş kıskançlığı, fiziksel hastalıklar, duygusal ve bilişsel gelişimine uygun olmayan filmler gibi nedenler bulunabilir.



Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) yaşamın oldukça erken dönemlerinde başlayabilen ve yaşam boyu sürme eğilimi gösteren bir anksiyete bozukluğudur.

Burada evde yalnız kalması sonrası aylık anksiyetesi yaşayan bir olgu paylaşılmıştır.

Olgu

12 yaşındaki kadın hasta yaklaşık 1 yıldır annesinin yanından ayrılmak istememe, ayrılma durumlarında ciddi biçimde kaygılanma şikayetleri ile annesi tarafından polikliniğe getirildi. Annesi markete gittiğinde kısa bir süre sonra annesini telefonla aradığı, eğer ulaşamazsa tüm yakınlarını arayıp haber verdiği, banyo yaparken bile kapıyı kısmen açık bırakıp ara ara annesini görme ihtiyacı hissettiği öğrenildi. Okula mutlaka annesinin götürmesini istediği, ilk başlarda annesinin okuldan gitmesine izin vermediği, sonraları gitmesine izin verdiği fakat bu seferde karın ağrıları ve mide bulantıları yaşadığı tarif edildi. Kendisi ile yapılan görüşmede rüyalarında annesinin konuşmadığını, dilinin kesildiğini gördüğünü ifade etti.

Annenin haftada 4 gün temizliğe gittiği, babanın memur olduğu, evde kendisinden başka 16 yaşında ablası olduğu öğrenildi. Ablasını çok kıskandığı, anne ve babasının ablasını daha çok sevdiklerini düşündüğünü ifade etti. İlköğretim 6. Sınıfta okuyor ve ders başarıları oldukça iyiymiş.

Bu şikayetlerinin yaklaşık 1 yıl önce annesinin ve babasının çalıştığı, ablasının da okulda olduğu bir günde evde yalnız kalması ile başladığı öğrenildi. Perdelerin

sallandığını, orada bir gölge gördüğünü, gidip baktığında kimseyi göremediğini fakat o günden sonra yalnız kalmaktan çok korktuğunu ifade etti. Bu olay yaşandıktan sonraki günlerde 3-4 gün daha yalnız kalmak zorunda kaldığı olmuş. Gün geçtikçe daha sinirli biri olmuş.

Rutin tetkikleri istendi. Tedavisi fluoksetin 20 mg/gün olarak planlandı. Takiplerinde sorun çözme becerileri, kademeli olarak anneden ayrı zaman geçirme konuları konuşuldu.

Tartışma

Bu vakada da görüldüğü gibi travmatik olaylar veya yanlış yorumlamalar çocuk ve ergenlerde ayrılık anksiyetesini tetikleyebilmektedirler. Nötr bir uyarının tehlikeli olarak algılanması hastada huzursuzluk yaratmıştır.

Ülkemizde yapılan bir çalışmada ayrılık anksiyetesi bozukluğu tanısı almış çocuklarda mizaç özellikleri araştırılmış ve ritmiklik, yaklaşma/çekingenlik, uyumluluk gibi mizaç boyutlarında ayrılık anksiyetesinin daha sık görüldüğü tespit edilmiştir(5).

Cinsiyet, ekonomik durum, uyruk, yaş gibi değişkenlerin ayrılık anksiyetesi ile ilişkisi arasında net bir tanım yoktur. Erkeklerin kızlara göre daha az korku yaşadığını bildiren çalışmalar vardır(6).

Anksiyete bozukluklarında SSGİ (selektif serotonin geri alım inhibitörü) türü ilaç

kullanımı ile ilgili umut verici sonuçlar elde edilmiştir. Anksiyete bozukluğu tanılı 21 çocukla yapılan bir çalışmada 10 ve 60 mg doz aralığında değişen dozlarda fluoksetin başlanmış ve %81'inde iyileşme gözlenmiştir(7). Bildirdiğimiz bu vakada etkinliğinin kanıtlanmış olması nedeniyle fluoksetin tercih edilmiştir. Benzodiyazepinlerin de kullanılabileceğini bildiren çalışmalar vardır(8).

Obsesif-kompulsif bozukluk

Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) yaşamın oldukça erken dönemlerinde başlayabilen ve yaşam boyu sürme eğilimi gösteren bir anksiyete bozukluğudur. Kişinin okul başarısını, günlük yaşamını, toplumsal etkinliklerini ciddi biçimde etkilene potansiyeli taşımaktadır. OKB'nin yaşam boyu sıklığı %2-3 olarak bildirilmiştir. Erişkin hastaların %80'inde belirtilerin 18 yaşından önce başladığını gösteren çalışmaların sonucunda, OKB'nin çocukluk çağına başlayan bir hastalık olduğuna inanılmaktadır(9).

Çocukluk çağına görülen OKB'nin DSM kategorizasyonuna göre tanı kriterleri erişkinlerdekiyle aynıdır. Sadece çok erken yaştaki çocukların, davranışlarını/amaçlarını net biçimde ifade edemeyebilecekleri göz önünde bulundurulmalıdır. Çocuklar belirtilerin doğasını anlamakta erişkinlere göre oldukça zorlanırlar.

Çocukluk çağına erkeklerde 1,5 kat daha fazla görülürken bu oran ergenlikte eşitlenmektedir(10).

Hastalığın oluşumunda birçok etken tanımlanmıştır. Bunlardan bir tanesi de olumsuz ebeveyn tutumu ve aile öyküsüdür. Özellikle erken başlangıçlı OKB'de aile öyküsü görülmekte ve seyri daha olumsuz olmaktadır(11).

Bu olguda annesi OKB tanısı almış, anneannesi ve babaannesi OKB belirtileri gösteren bir ailede, OKB kapalı içine sıkışmış bir çocuk hasta bildirilmiştir.

Olgu

5.5 yaşında ailenin tek çocuğu olan erkek hasta annesi tarafından polikliniğe ellerini sık sık yıkama davranışı nedeniyle getirilmiştir. Altı aydır anasınıfına giden hasta, okula başladıktan kısa süre sonra sınıf içerisinde pastel boyalara ve arka-

daşlarına dokunamamaya, eğer dokunursa izinsiz biçimde sınıfı terk ederek ellerini yıkamaya başlamıştır. Eğer öğretmeni ellerini yıkamasına izin vermezse ağladığı öğrenilmiştir. Evde de pastel boyalara dokunamamakta, yemeklerden önce ve sonra mutlaka ellerini yıkamaktadır. Ayrıca evde sürahide yarım kalan suları içmemekte, mutlaka onu tamamen boşalttırıp yıkattırmakta ve ancak o şekilde su içebilmektedir. Anne ilk başlarda hastadaki bu temizlik hassasiyetinden memnun olduğunu ve bu nedenle hastaneye gitmediklerini fakat zaman geçtikçe çocuğun mutsuz ve huzursuz olması nedeniyle başvurduklarını ifade etmiştir. Annesinden alınan anamnezde çocuğun gelişim basamaklarının zamanında olduğu, tuvalet eğitimi zamanında aldığı öğrenilmiştir.

Anne ev hanımı, baba ise şoförlük yapmakta ve eve geç saatlerde gelmektedir. Anne daha önce OKB tanısı aldığını, ilaç önerildiğini fakat kullanmadığını belirtmiştir. Anne genel olarak son derece teripli, düzenli ve titiz olduğunu, dolaplara yerleştiği giysilerin düzeninin bozulmasına asla izin vermediğini, hastanın eve her gelişinde hastayı doğruca banyoya gönderip, ellerini yıkattırdığını ifade etmiştir. Benzer uygulamaları babaanne ve anneannenin de yaptığını, anneannenin haliya bir şey dökülürse çok sinirlendiğini ve hemen temizlemeye başladığını anlatmıştır.

Eşlik eden herhangi ek bir psikiyatrik ve nörolojik hastalık saptanmadı. Belirtiler

Streptokok enfeksiyonu ile ilişkilendirilemedi. Rutin tetkikleri istendi. OKB tanısı DSM-5 ile teyit edildi. Tedavi olarak 10 mg fluoksetin başlandı. Olası yan etkiler hakkında bilgilendirilerek 4 hafta sonra kontrole çağrıldı. Anne erişkin psikiyatriye yönlendirildi.

Tartışma

Bildirilen bu olgu OKB'de ebeveyn tutumlarının ve belki de genetik geçişin önemini vurgulamaktadır. Bu vakada da olduğu gibi olumsuz ebeveyn tutumları hastalığı hem başlatıcı hem de besleyici bir faktör olarak görülebilmektedir.

OKB başlama yaşı olarak 10-11 ve 18-23 yaş olmak üzere iki kez zirve yapmaktadır(4). Bildirilen en erken başlangıç yaşı 2 yaşıdır. 6 yaşından önce başlaması ender görülür. Bildirdiğimiz bu vakada da olduğu gibi 6 yaşından önce başlayan vakalarda belirtiler genellikle el yıkama ya da kontrol etme davranışları ile başlamaktadır. Çocukluk çağı erken başlangıçlı OKB'de genetik faktörlerin daha ön planda olduğu bildirilmektedir. Erken başlangıçlı olgularda belirtiler daha şiddetli ve seyir daha kötü olabilmektedir. Erken başlangıçlı olgulara sıklıkla tik bozuklukları eşlik ederken, geç başlangıçlı olgulara majör depresif bozukluk sıklıkla eşlik etmektedir(12). Yirmi bir OKB tanısı almış çocuk ve ergen hastayla yapılan bir çalışmada, ailelerde %71 oranında OKB'li birey bulunmuştur(13). Başka bir çalışmada OKB'li çocuk ve ergenlerin %30'unda OKB'li, %44'ünde tik bozukluğu olan bir akraba olduğu gösterilmiştir(4).

Bu hastada anti-obsesyonel etkinliğin kanıtlanmış olması, kullanımının ruhsatlandırılmış olması ve solüsyon formuyla kullanım kolaylığı sağlaması açısından fluoksetin tercih edilmiştir. OKB tanısı almış 14 çocuk ve ergenin alındığı bir çalışmada fluoksetin plasebo ile karşılaştırılmıştır. Anlamlı biçimde fayda görülmüş, anti-obsesyonel etkilerin 4. hafta civarında başladığı gösterilmiştir(15).

Kaynaklar

- (1) Foley D, Rutter M, Pickles A, Angold A, Maes H, Silberg J, Eaves L. Informant disagreement for separation anxiety disorder. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2004 Apr;43(4):452-60
- (2) Bernstein GA (1990) Anxiety Disorders. Psychiatric Disorders in Children and Adolescent, W. B. Saunders Company, Chapter, 5:64-82.
- (3) Provence SA, Mayes LC. Separation and Deposition. Lewis M, ed. Child and Adolescent Psychiatry. (A Comprehensive Textbook) second edition, Williams & Wilkins A Waverly Company; 1996:382-394.
- (4) Stine JJ, Rauch PK, Beresin EV, Separation Anxiety Disorder. Handbook of Child and Adolescent Psychiatry, Volume 2 John Wiley and Sons
- (5) Bellibas E, Büküşoğlu N, Ererim S, Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu tanılı bir grup çocukta mizaç özellikleri Ege Tıp Dergisi 2005; 44 (1): 39-44
- (6) Craske MG Fear and anxiety in children and adolescents. Bull Menninger Clin. 1997 Spring;61(2 Suppl A):A4-36.
- (7) Birmaher B, Waterman GS, Ryan N, Cully M, Balach L, Ingram J, Brodsky M. Fluoxetine for childhood anxiety disorders. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 1994 Sep;33(7):993-9.
- (8) Bernstein GA1, Garfinkel BD, Borchardt CM. Comparative studies of pharmacotherapy for school refusal. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 1990 Sep;29(5):773-81.
- (9) Riddle M. Obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. Br J Psychiatry 1998;173:91-96.
- (10) Castle DJ, Deale A, Marks IM Gender differences in obsessive compulsive disorder. Aust NZ J Psychiatry 1995;29:114-117.
- (11) Swedo SE, Garvey M, Snider L, Hamilton C, Leonard HL. The PANDAS subgroup: recognition and treatment 1001; CNS Spect. 6:419-422
- (12) Demet MM Obsesif kompulsif bozuklukta genetik çalışmalar Klinik Psikofarmakoloji Bülteni 2005; 15:45-52
- (13) Riddle MA, Scahill L, King R ve ark. Obsessive compulsive disorder in children and adolescents: Phenomenology and family history J. Am Acad. Child Adolesc Psychiatry 1990;19: 766-772
- (14) Leonard HL1, Swedo SE, Lenane MC, Rettew DC, Hamburger SD, Bartko JJ, Rapoport JLA 2- to 7-year follow-up study of 54 obsessive-compulsive children and adolescents. Arch Gen Psychiatry. 1993 Jun;50(6):429-39.
- (15) Wever C, Rey JM juvenile obsessive compulsive disorder. Aust. New Zeal J Psychiatry 1997 ;31:105-113



OKB başlama yaşı olarak 10-11 ve 18-23 yaş olmak üzere iki kez zirve yapmaktadır.

Çocukta kaygı bozuklukları

Çocukluk döneminde gözlenen kaygı ve korkuların bozukluk olarak tanımlanması için, bu kavramların her gelişim dönemi için normal olarak tanımlandığı durumların ne olduğunun bilmesi gereklidir. Örneğin; 0-6 aylık dönemde bebek yüksek sesler, ani hareketlerden korkar ve bağlandığı kişinin desteğinin kaybolması en önemli kaygı kaynağıdır. 7-12 ayında bebekler yabancılar, yüksek sesler, aniden ortaya çıkan ve özellikle büyük ve farklı olan nesnelerden korkarlar ve bağlanma nesnesinden ayrılma ve yeni ortam ve kişiler ile karşılaşma onlarda şiddetli kaygıya neden olur.

Tanımlanmış olan kritik yaş döneminden sonra çocuğun bağlandığı kişiden ayrılmak ile ilgili aşırı kaygı duymaya devam etmesi ve bu durumun yaşamının bir çok alanında işlevselliğini bozması ayrılık kaygısı bozukluğu olarak ele alınmaktadır.

Kaygı; bebeklikten yaşlılığa kadar tüm gelişim dönemlerinde zaman zaman yaşanan, yeni ve tehlikeli uyaranlardan sakınma, onlarla başa çıkma, gerektiğinde onlardan kaçma gibi davranışlar ile yaşamı sürdürme ve ona uyumlanmaya olanak sağlayan bir duygudur. Ancak bir yere kadar sağlıklı olan, gelişimsel süreç ile açıklanabilen ve olumsuz durumlar ile başa çıkmaya olanak sunan bu duygu; şiddetlendiği ve uzun süreli olduğunda kişinin yaşamını, sosyal ve akademik becerilerini, kişilerarası ilişkilerini olumsuz etkilemeye başlar ki bu durum kaygı bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Örneğin; ayrılma kaygısı bebekliğin yaklaşık altıncı ayında başlayan ve 3 yaş dönemine kadar devam eden, yaşamsal öneme sahip olan normal gelişimsel bir özelliktir. Ayrılık kaygısı gelişimin normal bir bileşeni iken, tanımlanmış olan kritik yaş döneminden sonra çocuğun bağlandığı kişiden ayrılmak ile ilgili aşırı kaygı duymaya devam etmesi ve bu durumun yaşamının bir çok alanında işlevselliğini bozması ayrılık kaygısı bozukluğu olarak ele alınmaktadır.

Çocukluk döneminde gözlenen kaygı ve korkuların bozukluk olarak tanımlanması

için, bu kavramların her gelişim dönemi için normal olarak tanımlandığı durumların ne olduğunun bilmesi gereklidir. Örneğin; 0-6 aylık dönemde bebek yüksek sesler, ani hareketlerden korkar ve bağlandığı kişinin desteğinin kaybolması en önemli kaygı kaynağıdır. 7-12 ayında bebekler yabancılar, yüksek sesler, aniden ortaya çıkan ve özellikle büyük ve farklı olan nesnelerden korkarlar ve bağlanma nesnesinden ayrılma ve yeni ortam ve kişiler ile karşılaşma onlarda şiddetli kaygıya neden olur. Bebekler, yaşamlarını sürdürebilmeleri için başkalarının yardımına yoğun gereksinim duymaktadırlar. Bu nedenle destek yoksunluğunun, korku için önemli bir etken olduğu ifade edilmektedir (Campbell 1986). 1-2 yaş dönemi çocuklarında ebeveyn den ayrılma ve yabancı kişiler ile karşılaşma



Ayrılma kaygısı bebekliğin yaklaşık altıncı ayında başlayan ve 3 yaş dönemine kadar devam eden, yaşamsal öneme sahip olan normal gelişimsel bir özelliktir.



Çocuğun evden ya da en fazla bağlandığı kişiden ayrılmaya bağlı olarak gelişim düzeyine göre beklenenden fazla ve yineleyici kaygı duyması "ayrılma kaygısı bozukluğu" olarak tanımlanmaktadır.

kaygı yaratmaya devam ederken buna başkalarından zarar görme, tuvaletini yapma/yapmama ile ilgili kaygılar eklenir. Bebeklik döneminde genellikle yakın çevreye ve somut uyaranlara ilişkin korku ve kaygıların hakim olduğu; yaşla birlikte korkuların beklenen olayları içermeye başladığı ve uyaranların hayali veya soyut nitelikte olduğu dikkati çekmektedir. Örneğin, 3-4 yaş döneminin en önemli korku kaynakları karanlık, büyük hayvanlar, gece duyulan sesler iken; 5-9 yaş arasında karanlık korkusuna ilaveten hayali şeyler, hayaletler, canavarlar, cadılar, yalnız kalmak, gök gürültüsü, kötü rüyalar, kaybolmak, kaçırılmak, yalnız kalmak, bedensel zarar görme gibi korku ve kaygıların önemli olduğu bilinmektedir. Ergenlik döneminde ise akademik başarısızlık, eleştirilme, ve bedensel zarar görmeye yönelik kaygılar ön plana çıkmaktadır (Gullone 2000, Gullone ve King 1993,1997). Bu dönemde ayrıca, karşı cinsle arkadaşlığa ilişkin konuları (flört,beğenilme vb), geleceğe ilişkin planları ve güncel yaşamla ilgili sosyal, ekonomik, politik, vb. sorunları içeren kaygıların belirgin olduğu ifade edilmektedir.

Özet olarak kaygı belli sınırlar içerisinde çocuk için yararlı, ancak bu düzeyi aşınca günlük yaşamı engelleyici ve kısıtlayıcı olabilen bir duygudur. Kaygı uyarıcı şeylerin gelişimsel düzeye uygun olmaması, kaygının yüksek ve uzun süreli olması öncelikli olarak bazı bedensel belirtilere sonra da fiziksel ve ruhsal hastalıklara neden olmaktadır (Göktepe 2008). Kaygı bozuklukları DSM V' de Ayrılma Kaygısı Bozukluğu (Separation Anxiety), Seçici

Konuşmazlık (Selective Mutism), Özgül Fobi (Specific Phobia),Toplumsal Kaygı Bozukluğu/Sosyal Fobi (Social Phobia), Panik Bozukluk (Panic Disorder), Agorafobi (Agoraphobia), Yaygın Kaygı Bozukluğu (Generalized Anxiety Disorder), Maddenin/İlacın Yol Açtığı Kaygı Bozukluğu (Substance/Medication-Induced Anxiety Disorder), Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu (Anxiety Disorder Due to Another Medical Condition), Tanımlanmamış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu (Other Specified Anxiety Disorder), Tanımlanmamış Kaygı Bozukluğu (Unspecified Anxiety Disorder) olmak üzere onbir ana başlık altında toplanmıştır.(APA, 2013). Bunlardan özellikle ayrılma kaygısı bozukluğu, seçici konuşmazlık ve fobiler çocuk ve ergenlerde daha sık görülmektedir.

Ayrılma kaygısı bozukluğu (Seperasyon Anksiyetesi)

Ayrılma kaygısı bebeklik döneminde seçici bağlanma ile başlayıp erken çocukluk döneminde artış gösteren ve 3-5 yaş döneminde kademeli olarak azalarak sona eren normal gelişimsel bir süreç olarak kabul edilmektedir. Bebek ve kendisine bakan kişiler arasında karşılıklı olarak gösterilen yakın olma çabaları yaşamsal önem taşımaktadır. Ayrılık durumunda ya da yakınlığın yeterli olmaması durumunda "ayrıl-

ma kaygısı" denilen yoğun duygusal yanıt ortaya çıkabilmektedir. Bu doğal bir süreçtir (Silverman ve Dick-Niederhauser 2004). Ancak çocuğun evden ya da en fazla bağlandığı kişiden ayrılmaya bağlı olarak gelişim düzeyine göre beklenenden fazla ve yineleyici kaygı duyması "ayrılma kaygısı bozukluğu" olarak tanımlanmaktadır. Bu çocuklar ayrılık durumunda kendilerine ya da bağlandığı başlıca kişilere zarar geleceği ile ilgili aşırı kaygı hissederler. Ayrılma durumu ya da beklentisi bazı duygusal, bilişsel, davranışsal ve somatik belirtilere yol açar. Tüm bunlar nedeniyle yaşamdan zevk almamaya başlarlar. Sosyal yaşamları, aile ilişkileri, okul ve diğer alandaki işlevleri olumsuz etkilenir. Örneğin okula ya da başka bir yere gitmek istemezler, ayrı bir odada veya yatakta yatamazlar, arkadaşının evine gidip oyun oynayamazlar (Masi ve ark. 2001; Silverman ve Dick-Niederhauser 2004). Bazı durumlarda çocuğun kaçındığı durumların verilen örneklerde olduğu gibi makul bir açıklaması olmayaabilir. Örneğin çocuk okula rahatlıkla gidebilir ancak tanıdığı bir arkadaş ortamında oyun oynamakta güçlük yaşayabilir. Ayrılık kaygısı bozukluğu olan çocukta bunlara ek olarak kendilerinin ya da bağlanma figürlerinin zarar gördüğü (yaralanma, öldürülme, kaçırılma vb.) gece kabusları sık görülebilir (Işık Taner 2006).

Ayrılma kaygısının belirtileri ise şunlardır:

1. Evden ya da bağlandığı başlıca kişilerden ayrılacak gibi olduğunda ya da ayrıldığında aşırı sıkıntı duyma.
2. Bağlandığı başlıca kişileri yitireceğine ya da onların başına, hastalık, yaralanma, yıkım, ölüm gibi kötü bir olay geleceği ile ilgili olarak sürekli ve aşırı tasalanma.
3. Bağlandığı başlıca kişilerden birinden ayrılmaya neden olacak, istenmedik bir olay (örn. kaybolma, kaçırılma, bir kaza geçirme, hastalanma)yaşayacağıyla ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.
4. Ayrılma korkusundan ötürü, sürekli olarak, okula ya da başka bir yere gitmek için dışarıya çıkmayı, evden uzaklaşmayı hiç istememe ya da buna karşı koyma.
5. Evde ya da başka ortamlarda tek başına kalmaktan ya da bağlandığı başlıca kişiler ile birlikte olmamaktan, sürekli ve aşırı bir korku duyma ya da bu konuda isteksizlik gösterme.
6. Evin dışında ya da bağlandığı başlıca kişilerden biri yanında olmadan uyuma konusunda isteksizlik gösterme ya da buna karşı koyma.
7. Yineleyici bir biçimde, ayrılma konusunda içeren karabasanlar görme.
8. Bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da ayrılacak gibi olduğunda bedensel belirtilerle (örn. baş ağrıları, karın ağrıları, bulantı ya da kusma) ilgili yineleyen yakınmalarının olması.

Yukarıdaki belirtilerden **en az 4 hafta** süreyle **en az üçünün** görülüyor olması; kişinin bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygun olmayan ve aşırı düzeyde bir kaygı ya da korku duyması olarak tanımlanabilir (APA 2013).

Bu klinik belirtiler ve hissedilen kaygının türü açısından kız ve erkek çocuklar arasında anlamlı bir fark gözlenmez iken; yaş belirleyici bir değişkendir. 5-8 yaşındaki çocuklar en fazla bağlandığı kişilerden ayrılma ile ilgili kaygılar hissetmekte ve okula gitmeyi reddetmektedirler. Ayrıca bu yaş grubundaki çocuklar en geniş belirti sayısına da sahip grup olarak bilinmektedirler. 9-12 yaş grubundaki çocuklarda en sık izlenen belirti bağlandığı kişiden ayrılırken aşırı sıkıntı hissetme olmaktadır. 13-16 yaş arasında ise en fazla baş ve mide ağrısı, bulantı gibi somatik yakınmalar ve okula gitmekte direnç izlenmektedir (Francis ve ark. 1987).

Ayrılma kaygısı bozukluğu olan çocuklar genellikle kendilerini güvende hissettikleri ortamlarda uyumlu ve sakinlerdir. Ancak genel olarak sosyal ilişki kurmakta güçlük çeken, içe kapanık, aşırı onay bekleyen, performans kaygısı yüksek, utangaç çocuklardır. Kronik bir hastalık ya da kaza sonucu evde uzun süre tedavi ve bakım görmek zorunda kalma, taşınma, okul veya öğretmen değişikliği, yakın birini ölümü gibi önemli bir değişim yaşayan çocuklarda görülme sıklığı fazladır. Bu çocuklar ailelerine özellikle annelerine bağımlıdır. Bu bağımlılığın altında bir çok faktör yatmaktadır. Bu faktörlerden biri ayrılma kaygısı bozukluğu olan çocukların ailelerinde, kontrollere kıyasla yüksek oranda anksiyete bozukluğu (panik bozukluk, fobi, obsesif kompulsif bozukluk) ve depresyon görülüyor olmasıdır (Leckman ve ark. 1985, Biederman ve ark. 2001, Taner 2003). Bu durum bir taraftan bozukluk üzerinde genetik faktörlerin etkisine işaret ederken; diğer taraftan çocuktaki ayrılık kaygısı ailedeki kaygı belirtilerine karşı geliştirilen bir kaçınma davranışı olarak da yorumlanmaktadır (Silverman ve ark. 1988). Güvensiz anne-çocuk bağlanması, anne babanın sosyal destek verme, ihtiyaçları karşılama gibi konularda tutarsız bir tavır sergilemeleri, anne ya da babadan birinin çok kontrolcü bir tutum tercih etmesi, eşler arasında sık sorunlar yaşanıyor olması, boşanma, çocuklardaki kaygı gelişimindeki diğer önemli faktörlerdir.

Ayrılık kaygısı bozukluğu olan çocukların bir kısmında durum zaman içinde belirsiz hale gelebilmektedir. Ancak bir bö-



Bilişsel davranışçı terapiler ayrılma kaygısı bozukluğunun tedavisinde tercih edilen birincil tedavi yaklaşımıdır.

lümünde ise stresli yaşam olayları ile karşı karşıya kaldıklarında alevlenmeler görülmekte ve durum kronik hale gelebilmektedir. Tedavi edilmeyen çocukların büyük bir bölümünde ergenlik ve yetişkinlik döneminde panik bozukluk veya agorafobi görülmektedir (Battaglia ve ark. 1995, Biederman ve ark. 1993, Işık Taner 2006).

Ayrılık kaygısı bozukluğunun tedavisinde psikodinamik terapiler, bireysel, aile ve grup bilişsel davranışçı terapiler ve farmakolojik tedavileri birleştiren çoklu yaklaşım kabul görmektedir.

Bilişsel davranışçı terapiler ayrılma kaygısı bozukluğunun tedavisinde tercih edilen birincil tedavi yaklaşımıdır. Bu yöntem ile ayrılma sırasında hissedilen kaygılı duyguların, bilişlerin ve kaygıya verilen fiziksel tepkilerin fark edilmesi ve bu duruma ilişkin uygun baş etme stratejilerinin belirlenmesi ve kazandırılması hedeflenmektedir. Bu amaçla en sık maruz bırakma(basamaklı maruz bırakma, gevşeme kullanılarak sistematik maruz bırakma), olasılık yöntemi (pozitif destek, şema, yok

Psikodinamik terapiler ayrılma, otonomi, benlik saygısı ve yaşa uygun bağımsız davranış sergileme becerilerini kazandırmayı hedeflerler. Terapi sürecinde aile çocuğunun hem güven içinde olma hem de bağımsız kalma istek ve ihtiyacını anlayarak tedavide önemli rol oynar.

etme), bilişsel stratejiler (problem çözme, düşünceler ile başa çıkma, kendi ile konuşma) ve modelleme (uygun davranışların modellenmesi) teknikleri kullanılmaktadır (Işık Taner 2006, Kandil Tanrıöver 2007).

Psikodinamik terapiler ayrılma, otonomi, benlik saygısı ve yaşa uygun bağımsız davranış sergileme becerilerini kazandırmayı hedeflerler. Terapi sürecinde aile çocuğunun hem güven içinde olma hem de bağımsız kalma istek ve ihtiyacını anlayarak tedavide önemli rol oynar. Terapi sürecinde aile bireyleri ayrılmanın yarattığı kaygı ile ilişkili sorunlarını araştırıp ortaya çıkarırlar ve bunların çözümünü ararlar (Kandil Tanrıöver 2007). Çözüm sürecinde aileler çocuklarına nasıl yaklaşmaları gerektiği konusunda bilgilendirilir ve içgörüler kazanırlar. Bu amaçla aileye sunulan önerilerden bazıları şöyle sıralanabilir:

- Çocuğa karşı sabırlı, tutarlı ve kararlı bir tavır içinde olunmalıdır.

- Çocuğun sorunu, kaygısı, korkusu görmezden gelinmemelidir.

- Çocuğun ayrılığa yönelik verdiği tepkiler şımarıklık, ilgi çekme arzusu ya da aileyi kızdırmak için yapılan davranışlar gibi anlaşılmamalı ve bu nedenlerle çocuk cezalandırılmamalıdır.

- Çocuğa verilen değer ve onunla duyulan gurur sıklıkla ifade edilmelidir.

- Çocuğu endişeleri, duyguları ve özellikle korkuları hakkında konuşmaya teşvik etmeli ve çocuğun anlaşıldığını hissedip rahatlamasına olanak sunmalıdır.

- Çocuğun kaygı ve korkuları ile ilgili bütün soruları cevaplandırılmalı ve daha fazla soru sorması için cesaretlendirilmelidir.

Seçici Konuşmazlık (Selektif Mutizm)

Seçici konuşmazlık kişinin konuşma becerisine sahip olması ve tanıdığı ortamlarda (ev, okul vb.) akıcı ve normal konuşmasına rağmen, yabancı ortamlarda, belirli yerlerde ve/veya belirli kişilerin yanında konuşmamasıdır. Seçici konuşmazlık ağırlıklı olarak çocuk ve ergenlerde görülmektedir. Çocukluk döneminde genellikle

3-8 yaşları arasında başlar, ancak çoğunlukla okula başladığı dönemde fark edilir. Hastaların 1/4'ünde başlangıç anidir ve ardında travmatik bir olay vardır (Miral ve Baykara 1998). Hastanın konuşmama davranışı, çevresindeki herkese ve her ortama yönelik (total mutizm) olabileceği gibi yalnızca belirli kişi/ler ya da ortama/lara özgü (selektif mutizm) bulunabilir (Herbert 2005). Seçici konuşmazlığı olan çocuklar misafirlikte, okulda veya oyun parkında çok sessizdirler ve bu nedenle çoğu zaman içe dönük ya da utangaçlık olarak yorumlanırlar. Kendini rahat hissettiği ortamlarda hareketli, konuşkan ve hatta yerinde durmayan çocuklar bu ortamlarda sessiz bir şekilde, sorulan hiçbir soruya yanıt vermeden hatta verilen komutlarla ilgilenmeden ve sıkılmadan uzun bir süre oturur ve beklerler. İsteklerini çevrelerine sıklıkla sözel olmayan yollar ile ifade ederler. Özellikle soru sorulduğunda başlarını öne eğerler. Okulda belirli bir alışkanlık süresinden sonra (en az bir ay) kimileri hiç sözel iletişim kurmamasına rağmen arkadaşlarıyla çok güzel oyun ilişkisi kurarlar; kimileri ise tamamen bir kenara çekilip günlük aktivitelerle katılmaz ve diğer çocuklarla veya öğretmenleri ile herhangi bir biçimde diyaloga geçmezler. Gülmezler, ağlamazlar ve bazen kaskatı kesilip donarlar. Hatta bazıları okulda yemek yemez hatta tuvalete dahi gitmezler. Bu durumdan dolayı altını ıslatan çocuklara rastlanabilir.

Çocuğun konuşmamasının korku, çatışma karşısında tepki, inat, iletişim reddi gibi bir çok nedeni olabilir. Bu bozukluğun tanısını alan çocukların büyük bir bölümünde, özellikle dil gelişimi olmak üzere, belirgin bir gelişimsel gerilik görülmektedir. Seçici konuşmazlığı olan çocuklar bozukluk başlamadan önce de sıklıkla çekingen, sosyal olarak içe çekilmiş, hassas ve ürkek

olarak tariflenmekte ve önemli bir bölümünün ayrılık kaygısı bozukluğu gösterdiği bildirilmektedir (Taneli 2007a). Ayrıca bu çocukların aile ortamında sözel iletişim çok sınırlı olduğu; annelerinin ağırlıklı olarak aşırı koruyucu ve bağımlı; babalarının pek iletişim kurmayan kişiler olarak tariflendiği bilinmektedir (Elizur ve Perednik 2003, Krohn, Weckstein ve Wright 1991, Remschmidt ve ark. 2001). Aile üyelerinde özellikle kişilik bozuklukları ve agresif davranışlar başta olmak üzere yüksek oranda psikopatoloji saptanmıştır (Anderson ve Thomsen 1998, Chavira ve ark. 2007). Seçici konuşmazlık uzun seyirli bir bozukluktur ve kendiliğinden düzelme çok enderdir. Konuşmazlık kronikleştiğinde tedaviye yanıt alma çok zorlaşmaktadır. Uzun süreli izlemlerde tedavi alan çocukların tekrar konuşmaya başlamış olsalar dahi, sonraki dönemlerde iletişim zorlukları yaşadıkları ve sözel iletişimden korktukları görülmektedir (Blanz ve ark. 2006). Ayrıca bu çocukların yaşlarına göre daha bağımlı, kendilerine güveni daha düşük, ders başarısızlığı başta olmak üzere belirgin okul sorunları yaşayan bireyler oldukları bilinmektedir. Hastalığın gidişi açısından ailede benzer rahatsızlığın bulunması ve belirtilerin on yaşına kadar hafiflememiş olması olumsuz risk faktörler olarak tanımlanmaktadır (Leonard 2000, Taneli 2007a). Seçici konuşmazlıkta bir çok kaygı bozukluğunda olduğu gibi psikodinamik terapileri, bilişsel davranışçı terapileri, aile terapilerini ve farmakolojik tedavileri içeren çok boyutlu bir tedavi yaklaşımı önerilmektedir. Seçici konuşmazlık tanısı alan çocuk ve ergenlerin tedavisinde ilk seçenek bireysel bilişsel davranışçı terapilerdir. Bu terapilerde amaç sözel olmayan iletişim davranışını söndürmek ve istendik olan sözel iletişimi sistematik bir şekilde pekiştirmektir. Buna



Seçici konuşmazlığı olan çocuklar misafirlikte, okulda veya oyun parkında çok sessizdirler ve bu nedenle çoğu zaman içe dönük ya da utangaçlık olarak yorumlanırlar.

ek olarak modelleme, rol oyunu, davranışları birbirine bağlama, davranış şekillendirme gibi bilişsel davranışçı uygulamalar ile çocuğun konuşma kaygısı azaltılmakta ve her türlü sözel iletişimin pekiştirilmesi ile dil becerilerinin yeniden kazandırılması amaçlanmaktadır (Taneli 2007a). Konuşmazlığın, konuşma fobisi olarak değerlendirildiği nadir durumlarda ek olarak sistematik duyarsızlaştırma ve karşıt koşullama teknikleri de kullanılmaktadır. Psikodinamik terapiler seçici konuşmama halini sözel ve sosyal olarak oral gelişim dönemine regresyon olarak tanımlar ve temelleri erken çocukluk dönemine dayanan bağlanma patolojileri ve depresif tutumları yeniden düzenlemeyi amaçlar. Bu yaklaşım çocuklarda daha çok bireysel oyun terapisi şeklinde kullanılmaktadır (Anstending 1998, 1999). Oyun terapisi çocuklara konuşmaları için herhangi bir baskı oluşturmeyen güvenli bir ortam sunmakta ve çocuğa oyun aracılığı ile iletişim kurma fırsatı vermektedir. Bu nedenle çok yararlı sonuçlar doğurmaktadır (Weininger 1987). Tedavi sürecine ailenin katılımı çok önemlidir. Aile terapisi, öncelikli olarak bozukluğun nedenleri, ortaya çıkması ve sürdürülmesinde rol oynayan etmenleri ortaya çıkarmayı hedefler. Aynı zamanda anne babanın durum karşısında yaşadıkları karışıklığı ve engellenmişlik duygularını azaltarak, çocuğa yardımcı

Seçici konuşmazlık tanı kriterleri şunlardır:

- A. Başka durumlarda konuşuyor olmasına karşın, konuşmasının beklendiği özgül toplumsal durumlarda (örn. okulda), sürekli bir biçimde, konuşmıyor olma
- B. Bu bozukluk, eğitimle ilgili bir başarıyı engeller ya da toplumsal iletişimi bozar.
- C. Bu bozukluğun süresi en az bir aydır (Okulun birinci ayı ile sınırlı değildir).
- D. Konuşmıyor olma söz konusu toplumsal durumda konuşulan dili bilmeme ya da o dile rahat konuşamama ile ilişkili değildir.
- E. Bu bozukluk iletişim bozukluğu (örn. çocuklukta başlayan acıcılık bozukluğu) ile daha iyi açıklanamaz ve yalnızca otizm açılımı kapsamında bozukluğun şizofreninin ya da psikoz ile giden başka bir bozukluğun gidişi sırasında ortaya çıkmamıştır (APA 2013).



Oyun terapisi çocuklara konuşmaları için herhangi bir baskı oluşturmayı güvenli bir ortam sunmakta ve çocuğa oyun aracılığı ile iletişim kurma fırsatı vermektedir. Bu nedenle çok yararlı sonuçlar doğurmaktadır.

olabilmek için motive olmalarına yardım eder (Roberts 2002). Aile terapileri genellikle çocuğun terapi sürecinde ısrarlı bir biçimde susması nedeniyle bireysel terapiler ile kombine olarak yürütülürler. Seçici konuşmanın en çok ortaya çıktığı yerlerden birisi okul ortamıdır (Hultquist 1995). Bu nedenle etkin bir tedavinin okul sürecini de kapsamaması gereklidir. Okul temelli tedavi yaklaşım programlarının amacı, çocukta sosyal ortamlarda konuşurken kaygı yaratan durumları azaltmak, sosyal iletişim ve etkileşimlere teşvik etmektir. Bu amaçları gerçekleştirmek amacıyla çocuğun konuşması için zorlanmaması, sınıf arkadaşlarıyla aynı sınıflarda kalmasının sağlanması, çocukla kurulan ilişimde ve başarı değerlendirilmesinde sözel iletişime daha az vurgu yapılması, arkadaş ilişkilerine teşvik edilmesi ve kaygı düzeyini arttırmayacak sözel iletişime dayalı olmayan bazı sınıf görevleri verilmesi ve çocuğun olumlu davranışlarının pekiştirilmesi, sözel davranışın şekillendirilmesi gibi bilişsel-davranışçı teknikler kullanılmaktadır (Bulut 2008). Ayrıca bu süreçte eğer gerekli görülürse bir konuşma terapistinin de çocuğun telaffuz becerisini artırarak ve konuşma kurallarını öğretmek çocuğa yardımcı olması sağlanabilir (Krysanski 2003).

Fobiler

Korku insanın temel duygularından biridir ve her yaşta ortaya çıkar. Gerek insan gerekse hayvanlar için korku yaşamı tehdit eden durumlar ile başa çıkmak için içgüdüsel bir motivasyon sağlar. Korkuların çoğu belirli gelişim dönemlerinde gerçeklik hakkında bilgilerin yetersiz olması ve kendi başa çıkma mekanizmalarının tam farkında olmamaları sonucunda geçici olarak ön plana çıkarlar (Bkz Tablo 1). Örneğin 6-9. aylık çocuğun yabancılarından korkması, annenin diğerlerinden ayırt edilememesi ve nesne devamlılığının kazanılmamış olmasından kaynaklanmaktadır. Çocuklar, bu normal korkular aracılığıyla çevrelerine uyum sağlamayı ve kendilerini sıkıntıya sokan şeylerle baş etmeyi öğrenmektedirler (Taneli 2007b). Diğer yandan çocukta var olan korkuların belirgin ve kalıcı hale gelmesi, aşırı düzeylere ulaşip sıkıntıya yol açması durumunda korku psikiyatrik bozukluk çerçevesinde ele alınmaya başlar ve bu durum "fobi" olarak adlandırılır (Beck ve Emery, 2006). Çocuk ve ergen yaş grubunda sık görülen fobik bozuklukları, normal korkulardan ayırmada belirtilerin ortaya çıkma yaşı, şiddeti ve sağlıklı gelişimi engelleyecek düzeyde işlevsellik kaybı dikkate alınmaktadır (Ollendick, King ve Muris, 2002).

Fobi, belirli ve genellikle tehlike yaratmayan bir durum veya objeden çok yoğun şekilde korkmaktır. Ancak duyulan korku büyük anlamda sıkıntı yaratır ve kişinin hayatını önemli şekilde sınırlandırabilir. Çocuk kendinde korku yaratan nesne ya da durumdan kaçınmak için elinden gelen her şeyi yapar ya da onların varlığına korku ile katlanır ki bu korku hafif huzursuzluk ile panik arasında bir şiddette yaşanabilir. Üstelik çocuğun aynı nesne ya da durumun diğerleri için korkutucu olmadığını bilmesi hissettiği korkuyu azaltmaz.

Çocukta fobi gelişimine neden olan faktörler çeşitlidir. Bunların başında öğrenme ve model alma gelir. Çocuklar, büyürken anne ve babalarını gözlemler ve onların olaylar karşısında verdikleri tepkileri taklit edip, uygulamaya çalışırlar. Örneğin, anne yüksekten korkuyorsa çocukta annesinin tepkilerini taklit edebilir. Çocuğun, yeni bir deneyim yaşadığı sırada ailenin takındığı tavır fobi gelişimine katkıda bulunabilir. Örneğin yüzmeye yeni başlayan çocuğa; havuz kenarında ayağının kayıp düşebileceği, havuza düşüp boğulabileceği, bu nedenlerle kendine çok dikkat etmesi gerektiği gibi konuşmaları sıkça yapan ebeveyn zaten yeni bir ortama girmekten korkan çocuğunun bu duygusunu besler. Çocuğun çok korunaklı bir ortamda büyütülmesi de

Tablo 1. Çocuk ve ergenlerde görülen korkular

Yaş	Fizyolojik Korkular
Bebeklik (0-2 yaş)	Yüksek sesler, yabancı kişiler, bağlandı kişiden ayrılma, yaralanma büyük figürler, beklenmedik ani uyarılar, ani pozisyon değişiklikleri, karanlık
Erken Çocukluk (3-6 yaş)	Hayvanlar (köpek), hayali figürler (canavarlar, hayaletler), yalnızlık (yalnız uyuma), doğa olayları (fırtına, gök gürültüsü), karanlık, annenin babanın ayrılma ihtimali, yaralanma, tuvalet eğitimi ile ilgili durumlar
Orta Çocukluk (7-11 yaş)	Sosyal ortamlarda reddedilme, okul problemleri, doğaüstü varlıklar, terk edilme, yaralanma, hastalık, kaza, ölüm, tıbbi girişimler, doktor/dış doktoru, doğa olayları (fırtına, gök gürültüsü)
Ergenlik	Yeni deneyimler, okul başarısı, okulda ceza gerektiren durumlar, başkalarının beklentilerini karşılayamama, bedensel yetersizlikler, sağlıklı ilişkili konular

Özgül fobinin tanı kriterleri şunlardır:

- A. Özgül bir nesne ya da durumla ilgili olarak belirgin bir korku ya da kaygı duyma (örn. uçağa binme, yükseklikler, hayvanlar, iğne yapılması, kan görme). Çocuklarda, korku ya da kaygı, ağlama, bağırıp çağırarak tepinme, donakalma ya da sıkıca sarılma ile kendini gösterebilir.
- B. Fobi kaynağı nesne veya durum, neredeyse her zaman, doğrudan kaygı ve korku doğurur.
- C. Fobi kaynağı nesne ya da durumdan etkin biçimde kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile buna katlanılır.
- D. Duyulan korku ya da kaygı, özgül nesne ya da durumun yarattığı gerçek tehlikeye göre toplumsal-kültürel anlamda bağlantısızdır.
- E. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer.
- F. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- G. Bu bozukluk panik benzeri belirtilere ya da yetersizleştiren belirtilere (agorafobide olduğu gibi) eşlik eden korku, kaygı ya da kaçınma gibi; takıntılar ile ilişkili nesneler ya da durumlar gibi (takıntı-zorlantı bozukluğunda olduğu gibi); örseleyici olayların anımsatıcıları gibi (örseleme sonrası gerginlik bozukluğunda olduğu gibi); evden ya da bağlandığı kişilerden ayrılma gibi (ayrılma kaygısı bozukluğunda olduğu gibi) ya da toplumsal durumlar gibi (toplumsal kaygı bozukluğunda olduğu gibi) başka bir ruhsal bozukluğun belirtileriyle daha iyi açıklanamaz (APA 2013).

bazı fobilere kaynak oluşturur. Çocuk değişik ortamlara girmekten ve/veya farklı şeyleri deneyimlemekten çekinir ve korkabilir. Terk edilme veya benzeri tehditler, tekrar eden fiziksel cezalar, ihmal, erken yaşta ebeveyn kaybı gibi olumsuz yaşam olayları da fobi gelişimde etkindir. Tüm bunlara ek olarak fobik çocukların aile üyelerinde kaygı bozuklukları, ürkük ve kaçınan davranışlar, depresif bozukluk ya da madde kullanımına sık rastlanmaktadır (Knappe ve ark. 2009).

Fobiler korku kaynağına bağlı olarak çeşitlilik gösterirler. Bunlar içinde çocukluk çağında en sık görülenleri; özgül bir nesne ve duruma bağlı ortaya çıkan özgül fobi ve tanıdık olmayan kişiler ile karşı karşıya kaldığı durumlarda ya da başkalarının gözünün önünde bulunduğu sosyal durumlarda yaşanan sosyal fobidir.

Özgül Fobi

Özgül bir nesne ya da durumun varlığı, ya da bununla karşılaşacak olma beklentisiyle ortaya çıkan aşırı, anlamsız, belirgin ve sürekli korkudur. Fobik uyarılarla karşılaşan çocukta sıklıkla karın ağrısı, kalp çarpıntısı, terleme, ürperme, nefes darlığı ve baş dönmesi gibi vejetatif belirtiler gözlenir. Çocuğun bu uyarılara uzun süreli maruz kalması durumunda panik, çaresizlik hissi ya da öfke görülebilir. Çocuklar bu

durumda çoğu zaman kaçarlar veya tanıdık birine sığınır.

Korkuyu başlatan fobik nesneler esas alınarak 5 tip özgül fobi tanımlanmaktadır. Bunlar:

- **Hayvan tipi:** Hayvan ya da böceklerden korkma.
- **Doğal çevre tipi:** Fırtına, yüksek yerler, su gibi doğal koşullardan korkma.
- **Kan-iğne-yaralanma tipi:** Kan, yara,

enjeksiyon ya da tıbbi müdahalelerden korkma. Hastaların çoğunluğu bu gibi durumlarla karşılaştıklarında bayılırlar. Korku nedeniyle müdahaleden kaçınma, diş ya da beden sağlığının bozulmasına neden olabilir.

Durumsal tip: Toplu taşıma araçlarında bulunma, tüneller, köprüler, asansörler, uçak yolculuğu, araba kullanma gibi durumlardan korkma. (örn. uçak, asansör, kapalı yer)

Diğer: Tıkanıp boğulmaktan, solunun kesilmesinden, kusmaktan ya da hastalığa yakalanmaya yol açabilecek durumlardan, yüksek ses ya da masal kahramanlarından korkma.

Hayvan tipi ve doğal çevre tipi fobiler ağırlıklı olarak çocukluk döneminde başlanmaktadır.

Çocuk için korku uyandıran özgül nesne ve/veya durumlardan kaçınmak mümkün olduğu zamanlarda fobik semptomlar rahatsız etmeyecek düzeyde kalacağı için tedavi gereksinimi doğmayabilir. Ancak çoğu zaman hayvan, yükseklik, yaralanma gibi fobiler çocuğun yaşamında okula gitmemesi, sosyal ortamlara girememesi, araçla seyahat edememesi hatta önemli tedavileri ertelemesi gibi önemli kısıtlamalara yol açar. Ergen ve yetişkinler korkunun aşırı olduğunun farkındadır; oysa çocuklar bu iç görüye sahip olmayabilirler (Taneli 2007).



Fobik çocukların aile üyelerinde kaygı bozuklukları, ürkük ve kaçınan davranışlar, depresif bozukluk ya da madde kullanımına sık rastlanmaktadır.



Çoğu zaman hayvan, yükseklik, yaralanma gibi fobiler çocuğun yaşamında okula gitmemesi, sosyal ortamlara girememesi, araçla seyahat edememesi hatta önemli tedavileri ertelemesi gibi önemli kısıtlamalara yol açar.

Özgül fobilerde tedavinin amacı, fobik tepki eğiliminin azaltılması, böylelikle kaçınma davranışının çocuğun günlük aktivitelerini kısıtlamasının engellenmesidir. Tedavide öncelikli yaklaşım psikoterapidir. En yaygın kullanılan ve başarılı bulunan terapi yöntemi davranışçı terapilerdir. Bir davranışçı teknik olarak kabul edilen yüzleştirme (exposure) yöntemi özgül fobi tedavisinde birincil tercihtir. Yüzleştirme ya gerçek durum ya da nesne ile karşı karşıya getirme ya da hayalini kurma şeklinde yapılabilmektedir. Yüzleştirme haricinde tedavide sık kullanılan bilişsel davranışçı teknikler duyarsızlaştırma, izlerlik kontrolü, model alma ve kendini kontrol etmedir. Sistematik duyarsızlaştırmada çocuğa öğretilen gevşeme egzersizlerinin ardından, en az kaygı uyandıran uyarandan başlanıp, en yoğun kaygı uyaranına gelene kadar yüzleştirme yapılır. Çocuk bu yüzleşme sırasında kaygı hissettiğinde gevşeme tekniklerini kullanır. Model alma tekniğinde çocuk kendisinde korku uyandıran nesne ya da durum ile yüzleşen ve uygun başa çıkma yolları geliştirebilen başka kişileri izler. İzlerlik kontrolü tekniğinde fobik davranışlar sonuçların farklı ele alınması yolu ile değiştirilmeye çalışılır. Kendini kontrol etme tekniğinde ise çocuğa yüzleştirme sırasında kullanabileceği özgül düşünme stillerinin öğretimini içerir (Işık Taner 2006). Tedavi sürecinde ailenin katkısı

önemlidir. Aile çocuğun fobik tepkileri karşısında nasıl davranmaları gerektiği konusunda bilinçlendirildiğinde kaygıyı arttıran etkileri azaltabilir ve fobik olmayan tepki-

lerin günlük yaşam alanına genellemesine olanak sunabilir (Blanz ve ark. 2006).

Toplumsal kaygı bozukluğu (Sosyal fobi)

Toplumsal kaygı bozukluğu, çocuğun tanıdık olmayan kişiler ile karşı karşıya kaldığı durumlarda ya da başkalarının gözü üzerinde olabileceği sosyal durumlarda yaşadığı belirgin ve kalıcı korkudur (DSM V). Bu korku toplulukta yemek yeme ya da konuşma, yaşlıları ile iletişime geçme, karşı cinsten kişiler ile ilişki kurma gibi durumlar ile sınırlı olabileceği gibi özgül olmayan bir şekilde aile dışındaki tüm ortamlarda ortaya çıkabilmektedir. Bu çocuklar için sırasıyla en çok sosyal korku uyandıran durumlar sınıf içinde yüksek sesle okuma yapma, müzik ya da beden eğitimi alanında bir faaliyet sergileme, bir sohbeti başlatma ve sürdürme, tahtada yazı yazma, restoranda yemek ısmarlama, dans etme, sınıfta bir soru yanıtlama, diğer çocuklarla ortak çalışma ya da oynama ve sınava tabi tutulma olarak sıralanmaktadır (Beidel ve ark., 1999).

Toplumsal kaygı bozukluğunun tanı kriterleri şunlardır:

- A. Kişinin, başkalarınınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekler arasında toplumsal etkileşimler (örn. karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (örn. yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn. bir konuşma yapma) vardır.
- B. Kişi, olumsuz olarak değerlendirilebilecek bir şekilde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkar (küçük düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde; başkalarınınca dışlanacağı ya da başkalarının kırılmasına yol açacak bir biçimde).
- C. Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur.
- D. Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanılır.
- E. Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal ortamlarda çekinilen duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.
- F. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, 6 ay veya daha uzun sürer.
- G. Korku, kaygı ya da kaçınma klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- H. Korku, kaygı ya da kaçınma bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyoloji ile ilgili etkilerine bağlanamaz.
- I. Korku, kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozukla daha iyi açıklanamaz.
- J. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa (örn. Parkinson hastalığı, şişmanlık, yanık ya da yaralanmadan kaynaklanan biçimsel bozukluk), korku, kaygı ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir (APA, 2013).



Toplumsal kaygı bozukluğunun gelişiminde genetik ve biyolojik faktörlerden ziyade psikolojik ve sosyal faktörlerin daha önemli olduğu bilinmektedir.

Çocuklar korkularının nedenini çoğu zaman dile getiremeyebilirler. Çocuk da sosyal ortamlarda ve durumlarda kızarma, ürperme, zafiyet duygusu, kalp çarpıntısı, el titremesi, terleme, baş ağrısı, baş dönmesi, nefes darlığı, karın ağrısı, bulantı gibi vejetatif belirtiler görülebilir. Tüm belirtilere sıklıkla düşük kendilik değeri ve eleştirilme korkusu eşlik eder. Çocuk kaygı doğuran

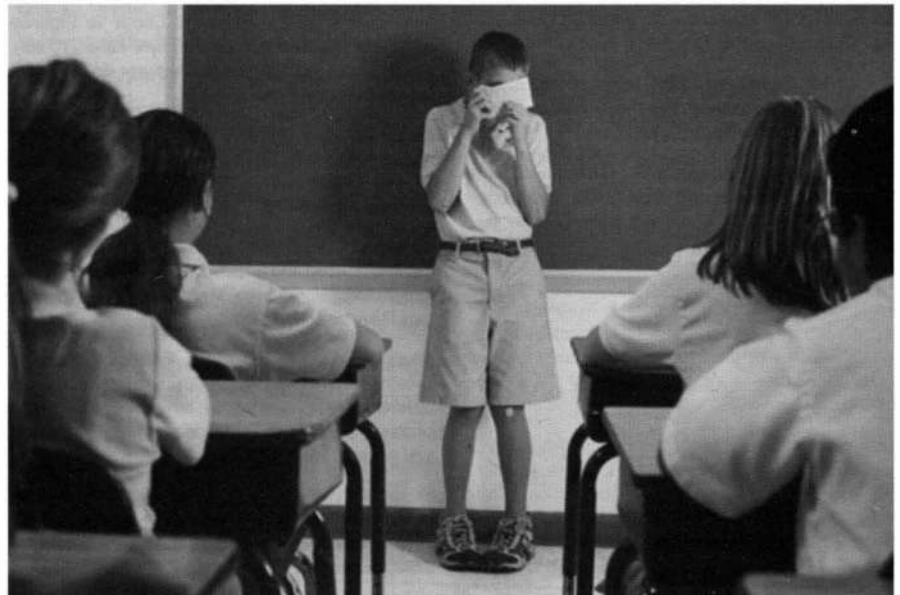
durumlar karşısında kaçınma davranışı sergileyebilir (Taneli 2007b). Çocuklara özgü davranışsal belirtiler arasında ayrıca huysuzluk, ana babaya yapışma, yerinde duramama, tırnak yeme gibi belirtiler sayılabilir. Korkunun çok yoğun olduğu durumlarda tam bir sosyal izolasyon görülebilir (Beidel 1981, 1988).

Toplumsal kaygı bozukluğunun gelişiminde genetik ve biyolojik faktörlerden ziyade psikolojik ve sosyal faktörlerin daha önemli olduğu bilinmektedir. Bu faktörler kronik aile içi çatışmalar, ayrılıklar, aşırı derecede koruyucu ancak duygusal olarak doyurucu olmayan bir şekilde yetiştirme, reddedici ana baba tutumu, kayıplar, öğrenme ve okul başarısındaki güçlükler olarak sıralanabilir. Bozukluğun ortaya çıkmasında çocuğun devamlı olarak uyumlu olması konusunda uyarılması, her davranışın koşulsuz kabul ediliyor olması, sosyal olaylar ile nasıl başa çıkacağına öğretilmemesi, bedensel semptomlar ile korku arasındaki ilişkiye yönelik farkındalık geliştirilmemiş olması katkıda bulunmaktadır (Biedel, Turner, Moris 1999, Kashdan ve Herbert 2001).

Sosyal fobi diğer kaygı bozuklukları gibi tedavi edilebilen bir hastalıktır. Sosyal fobinin tedavisinde amaç sosyal becerilerin kazandırılması, kaygı ile başa çıkma becerilerinin kazandırılması, işlevsel olmayan düşünce ve inançların tekrar gözden geçirilmesi, daha gerçekçi ve işlevsel olanların belirlenmesi ve işlevsel inançların desteklenmesi, aile içinde kaygı yaratan etkinliklerin belirlenmesi ve değiştirilmesidir.

desteklenmesi, aile içinde kaygı yaratan etkinliklerin belirlenmesi ve değiştirilmesidir. Tedavide en iyi yaklaşım bilişsel değişikliklerin, davranışçı tekniklerle pekiştirilerek yeni bilgilerin daha kolay sindirilmesini ve düşünce ve davranışta istedik değişimlerin olmasına olanak sunan bilişsel davranışçı terapilerdir. Bilişsel davranışçı terapilerin kaygı duyguları ve bu kaygıya karşı oluşan bedensel tepkileri tanıma, kaygı doğuran durumdaki düşüncelerin ne olduğunu anlama, bunlara karşı başa çıkma stratejileri geliştirme gibi aşamalar vardır.

Sosyal fobinin tedavisinde etkinliği gösterilmiş ilk psikolojik tedavi yaklaşımı davranışçı teknikler altında yer alan "alıştırma" tedavisidir. Üzerine gitme ilkesi üzerine kurulu alıştırma tedavisinde çocuk ile birlikte kaçınma davranışları gösterdiği durumların listesini çıkarılır ve çocuğun hiyerarşik bir sıra içinde, kolaydan zora doğru bu ortamlara girmesine gayret edilir. Çocuk ortamda kaygısı azalınca kadar (ortalama 60-90 dakika) durur. Amaç kaygıyı ortadan kaldırmak değil, çocuğun kaygıyı tolere edebilir duruma gelmesi ve kaygıya yönelik başa çıkma becerileri geliştirmesidir. Yani sosyal ortamlardaki becerileri arttırmak ve korkulan sonuçların gerçekleşmeyeceğini göstererek özgüven duygusunu oluşturmaktır (Sungur 2000). Terapilerde alıştırma tedavisinin yanı sıra model olma, yakınmaların üstüne gitme, belirtileri daha net algılayabilmesi için rol oynama, gevşeme eğitimi, sosyal beceri



eğitimi gibi her hastada farklı uygulanabilecek yöntemler vardır. Çocuğun yukarıda belirtilen tedavi sürecine uyum sağlaması, iletişimi başlatıp sürdürebilmesi, dikkatini sosyal iletişime yönlendirebilmesi gibi sosyal becerilerin olmasını gerektirmektedir. Eğer çocuk bu ve benzeri becerilerden yoksun ise tedavinin başarılı olması için etkili sosyal davranışların öğretilmesi, düzeltici geri bildirimlerin verildiği, sosyal teşvik ve ev ödevlerinin kullanıldığı sosyal beceri eğitiminin verilmesi gerekmektedir (Dilbaz 2000).

Kaynaklar

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı. Beşinci Baskı, (DSM -5). Köroğlu E (Çeviren), Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 113-127.
- Andersson CB ve Thomsen PH (1998). Electively mute children: An analysis of 37 Danish cases. *Nordic Journal of Psychiatry*, 52(3): 231-238.
- Anstendig K(1998). Selective mutism A review of the treatment literature by modality from 1980-1996, *Psychotherapy* 35(3):381-391.
- Anstendig KD (1999). Is selective mutism an anxiety disorder? Rethinking its DSM IV classification. *Journal of Anxiety Disorders*, 13(4): 417-434.
- Battaglia M, Bertella S, Politi E, Bernardesch L, Perna G, Gabriele A, Bellodi L (1995). Age of onset of panic disorder: influence of familial liability to the disease and of childhood separation anxiety disorder. *American Journal of Psychiatry*, 152 (9): 1362-1364.
- Beck A, Emery G (2006). *Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler*. (Çev. Veyssel Öztürk). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Beidel DC (1991). Social Phobia and overanxious disorder in school age children. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 30 (4):545-552.
- Beidel DC, Turner SM (1988). Comorbidity of test anxiety and other anxiety disorders in children. *J Abnorm Child Psychol*, 16(3):275-287.
- Beidel DC, Turner SM, Morris TL (1999). Psychopathology of childhood social phobia. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38(6): 643-651.
- Biederman J, Faraone SV, Hirshfeld-Becker DR, Friedman D, Robin J, Rosenbaum JF (2001). Patterns of psychopathology and dysfunction in high-risk children of parents with panic disorder and major depression. *American Journal of Psychiatry*, 158(1):49-57.
- Biederman J, Rosenbaum JF, Bolduc-Murphy EA, Faraone SV, Chaloff J, Hirshfeld DR, Kagan J (1993). A 3-year follow-up of children with and without behavioral inhibition. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32(4), 814-821.
- Bulut S (2008). Seçici Konuşmamazlık (Selektive Mutizm): Sebepleri ve Tedavi Yaklaşımları. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2(17): 52-65.
- Campbell SB (1986). Developmental Issues in Childhood Anxiety. In: Gittelman, R. *Anxiety Disorders of Childhood*, New York: Guilford Press, 24-57
- Chavira DA, Shipon-Blum E, Hitchcock C, Cohen S, Stein MB (2007). Selective mutism and social anxiety disorder: All in the family? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(11): 1464-1472.
- Dilbaz N (2000). Sosyal Anksiyete Bozukluğu: Tanı, Epidemiyoloji, Etiyoloji, Klinik ve Ayırıcı Tanı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 3(Ek:2): 3-21.
- Elizur Y, Perednik M (2003). Prevalence and description of selective mutism in immigrant and native families: A controlled study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42(12): 1451-1459.
- Francis G, Last C G, Strauss CC (1987). Expression of separation anxiety disorder: The roles of age and gender. *Child Psychiatry and Human Development*, 18(2): 82-89.
- Gullone E (2000). The Development of Normal Fear : A Century of Research. *Clinical Psychology Review*, 20(4): 429-451.
- Gullone E, King NJ (1997). Three Year Follow-Up Of Normal Fear Children And Adolescents Aged 7 To 18 Years. *British Journal of Developmental Psychology*, 15(1): 97-111.
- Gullone E, King NJ(1993) The Fears of Youth in The 1990s Contemporary Normative Data. *Journal of Genetic Psychology*, 154(2):137-153.
- Göktepe E (2008) *Anksiyete* (Işık E, Taner E, Işık U ed). Güncel Klinik Psikiyatri. İstanbul: Asimetrik Paralel, 173-176.
- Herbert M (2005). *Developmental Problems of Childhood and Adolescence: Prevention, Treatment and Training*. Oxford: BPS Blackwell, 151-152.
- Hultquist A M (1995) Selective mutism: Causes and interventions. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 3(2): 100-101
- Işık Taner Y (2006). Bölüm II: Çocuk ve Ergen Anksiyete Bozuklukları. (Işık E, Işık Taner Y, ed). Çocuk Ergen ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları. İstanbul: Golden Print, 367-419
- Kandil Tanrıöver S (2007). *Anksiyete Bozuklukları ve Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu* (Soykan AA ve Taner YI, ed). Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Paralel Yayınları: İstanbul,443-453.
- Kashdan TB, Herbert JD (2001). Social anxiety disorder in childhood and adolescence: current status and future directions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(1): 37-61
- Knappe S, Lieb R, Beesdo K, Fehm L, Low NCP, Gloster AT, Wittchen HU (2009). The role of parental psychopathology and family environment for social phobia in the first three decades of life. *Depression and Anxiety*, 26(4), 363-370.
- Krohn DD, Weckstein SM, Wright HL(1992). A study of the effectiveness of a specific treatment for elective mutism. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 31(4): 711-718.
- Krysanski VL (2003). A Brief Review of Selective Mutism Literature. *The Journal of Psychology*, 137(1): 29-40.
- Leckman J F, Weissman MM, Merikangas KR, Pauls DL, Prusoff BA, Kidd KK (1985). Major depression and panic disorder: A family study perspective. *Psychopharmacology Bulletin*, 21(3): 543-545.
- Leonard H L (2000). Selective mutism. In: Kaplan and Sadock's *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 7th ed, Vol 1, (Sadock BJ, Sadock VA, eds.) Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 2777-2781.
- Masi G, Mucci M, Millepiedi M (2001) *Separation Anxiety Disorder in Children and Adolescents*. *Epidemiology, Diagnosis and Management*. *CNS Drugs*, 15(2): 93-104.
- Miral S, Baykara A (1998) *Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu*, (Güleç C, Köroğlu E, ed), *Psikiyatri Temel Kitabı*, Cilt 2, Hekimler Yayın Birliği; 1165-1167.
- Ollendick TH, King NJ Muris P (2002). Fears and Phobias in Children: Phenomenology, Epidemiology and Etiology. *Child and Adolescent Mental Health*, 7(3): 98-106.
- Resmchmidt H, Poller M, Herpertz-Dahlmann B, Hennighausen K, Gutenbrunner C (2001). A follow-up study of 45 patients with elective mutism. *European Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 251(6): 284-296.
- Roberts S J (2002). Identifying mutisms etiology in a child. *The Nurse Practitioner*, 27(10): 44-48.
- Silverman WK, Dick-Niederhauser A (2004). *Separation Anxiety Disorder* (Morris TL, March JS, Eds.) *Anxiety Disorders in Children and Adolescents*. New York: Guilford, 164-188.
- Silverman WK, Cerny JA, Nelles WB, Burke AE(1988) *Behavior problems in children of parents with anxiety disorders*. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 27(6): 779-784.
- Sungur MZ (2000) *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımlar ve Sosyal Fobi*. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3 (Ek:2): 27-32.
- Taner Y (2003). *Panik Bozukluğu ve Obsesif Kompulsif Bozukluğu Olan Annelerin Çocuklarında Psikopatoloji*, Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları ABD, Ankara.
- Taneli Y (2007a) *Selektif Mutizm* (Soykan AA, Taner YI, ed). *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları*. İstanbul: Paralel Yayınları,477-492.
- Taneli Y (2007b) *Sosyal Fobi ve Özgül Fobi* (Soykan AA , Taner YI, ed). *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları*, İstanbul: Paralel Yayınları, 495-503.
- Weininger O (1987). Elective mute children: A therapeutic approach. *Journal of the Melanie Klein Society*, 5:25-42.

“Kısa Bir Bakış”

Kaygı ve korkuya dayalı davranışsal bozukluklar

Korku ve kaygı bozukluklarını genelde beş grupta toplayabiliyoruz: *fobiler, panik bozukluk, genellenmiş kaygı bozukluğu, obsesif/kompulsif [takıntı (düşünsel/bilişsel–zorlantı (davranışsal)] ve travma sonrası stres bozukluklarıdır*. Bunlar, korku ve kaygı temelli bozuklukları temsil ederler ve birbirleriyle de örtüşürler. Korku ve kaygı bozuklukları, bir duygu-durum bozukluğu olan depresyon ile de örtüşür. Kaygı bozukluğuna mutlaka bir miktar depresyon da eşlik eder.

Kaygı ve korku dediğimiz bu iki heyecansal tepkinin arasındaki benzerlik ve ayrılıkların anlaşılması önemlidir. Kaygı, çoğunlukla ileride olabilecekler veya başa gelebilecekler hakkında duyulan tedirginlik, sıkıntı ve rahatsızlık olarak tanımlanabilir. Korku ise, şu anda var olan gerçek bir tehlikeye karşı gösterilen bir tepki olarak tanımlanabilir.

Hepimiz kaygılanır hepimiz korkarız... Kaygı ve korku yaşantısı günlük yaşamımızın neredeyse normal oluşlarından. Ancak kaygı ve korkunun birey tarafından yaşanış biçimi, yoğunluğu ve süresi, klinik bir tablo sergilediğinde farklı bir düzeye geçilmiş olur. Kaygı bozuklukları dediğimiz, kaygıya dayalı, klinik tanıya ve de sonrası tedaviye gereksinim doğuran bir grup rahatsızlık gündeme gelir. Kaygıya eşlik eden, ondan hem farklı hem de onunla ilişkili olan korku ise, bu bozukluk veya rahatsızlık grubunda önemli rol oynar.

Kaygı ve korku dediğimiz bu iki heyecansal tepkinin arasındaki benzerlik ve ayrılıkların anlaşılması önemlidir. Kaygı, çoğunlukla ileride olabilecekler veya başa gelebilecekler hakkında duyulan tedirginlik, sıkıntı ve rahatsızlık olarak tanımlanabilir. Korku ise, şu anda var olan gerçek bir tehlikeye karşı gösterilen bir tepki olarak tanımlanabilir. Psikolojide *korkunun*, şimdi, şu andaki yanı ile; *kaygının*, beklenene ait olma özelliği üzerinde önemle durulur. O halde, ormanda bir kurt ile karşılaşıldı-

ğında duyulan heyecan -yani korku- ile, bir öğrencinin üniversite mezuniyetinden sonra gelecekte işsiz kalma olasılığına ait şimdiden duyduğu ısrarlı kaygı arasında fark vardır. Kaygı ve korku, heyecan düzeyinin oynamasını, yükselmesini, yani sempatik sinir sistemi aktivitesinin uyarılmasını içerir. Kaygı, genellikle daha orta karar yükselişi; korku ise daha yüksek düzeyde bir uyarılmayı yansıtır. En alt, yani hafif kaygıda duyulan heyecan, bir miktar rahatsızlık ve fizyolojik gerilim yaratır; en üst düzeyde yaşanan heyecan (korku), bireyin ter dökmesine, nefes alıp verişinin hızlanmasına ve bulunduğu durumdan hızla kaçma tepkisine yol açabilir.



Hiç kaygı duymamak aslında bir sorundur; az buçuk kaygı uyumsaldır; aşırısı ise beterdir.



Kaygı, korku ve panikten farklı olarak geleceğe yönelik oldukça karmaşık nahoş heyecanların ve düşüncelerin karışımı olup, biraz sisli pusludur.

Kaygı ve korku mutlaka kötü, olumsuz olarak algılanmamalıdır. Çünkü her ikisi de aslında uyumsal tepkilerdir. Şöyle ki, korku, kaç-savaş tepkilerinin temelindeki yapı taşıdır; dolayısıyla tehlike anında kaçmak veya kalıp savaşmak gibi uyumsal -kurtulma- tepkilerimize yol açar. Kısaca, korku hayatı kurtarabilir. Kaygı da gelecekte başımıza gelebilecekleri şimdiden öngörerek ona göre planlamalar yapmamızı sağlayabilmemiz açısından uyumsal özellik taşır. Başka bir deyişle, hazırlıklı olma, içine girilebilecek tehlike potansiyeli olan durumlardan kaçınabilmek adına neler yapılabileceğini düşünme fırsatı verir. Kaygı ve korkunun bu uyumsal özellikleri bize yardımcı olurken bir yandan da heyecan dereceleri fark yaratır. Örneğin, hiç kaygı duymamak aslında bir sorundur; az buçuk kaygı uyumsaldır; aşırısı ise beterdir. Her ne kadar yukarıda korku ve kaygının hem birlikteliklerinden hem de ayrılıklarından söz edildiyse de, bu iki heyecansal tepkinin birbirlerinden nasıl ayrıldığı konusunda tam ve kesin bir görüş birliğine varılamamıştır.

Tarihsel olarak en sık kullanılan gelen ayırım unsurunun, korkuda, şimdi/şu an gerçek bir tehlike veya korku nesnesinin var oluşu (örn. "örümceklerden korkuyorum"); kaygıda, kaygı nesnesinin veya tehlikenin niteliği veya niceliğine dair somut bir kanıtın var olmaması (örn. "ailem için

kaygılanıyorum") kabul edilir. Kaygı, sanki bireyin şu an içinde bulunduğu koşullardan yordanamayacak, gelecekteki olası olumsuzluklara dair içinde yaşadığı nahoş sezgisel bir durumdur.

Korku yalnızca insana ait bir heyecan tepkisi değildir. Kaç-savaş tepkisinin uyumsal özelliği hayvanlarda da vardır. Korku ve yol açtığı panik hali, insan ve hayvanda temel heyecansal tepkilerdir. Canlıların herhangi bir tehdit veya tehlikeye karşı (örn. saldırıya uğrayan insan, yavrusu alınmak istenen kedi) anında harekete geçmesini sağlayan uyumsal tepkidir. Korku/panik tepkisi, herhangi belirgin, açık bir tehdit veya tehlike yokken ortaya çıkıyor ise, o zaman bir panik hali veya atağından söz edebiliriz. Panik atak, korku belirtileri ile hemen hemen aynıdır. Ancak, panik atakta bu belirtilere bir de bireyin içinde yaşadığı ölme, delirme veya kontrolü kaybetme vb. gibi korkuları eşlik etmektedir. İşte bunlar, bilişsel/düşünsel belirtiler olup genelde korkuda yer almazlar. O halde korku ve panikte üç temel unsurdan söz edebiliriz. Bunlar:

*Bilişsel/subjektif (kişisel) unsurlar ("korkuyorum, dehşet içindeyim; öleceğim sanırım")

*Fizyolojik unsurlar (nabızda hızlanma, hızlı nefes alıp verme...)

*Davranışsal unsurlar (hızla kaçma-kurtulma)

Bunlar temel unsurlar olmakla birlikte aralarında gevşek bir bağ vardır. Zira, her birey bunlardan biri veya ikisini eşleyerek tepkilerinde yansıtabilir.

Kaygı, korku ve panikten farklı olarak geleceğe yönelik oldukça karmaşık nahoş heyecanların ve düşüncelerin karışımı olup, biraz sisli pusludur; ancak, korkuya benzer olarak da bilişsel/düşünsel ve subjektif unsurları taşımakla kalmayıp, fizyolojik ve davranışsal unsurlara da sahiptir. Örneğin, bilişsel/subjektif düzeyde kaygı, olumsuz duygu-durum, geleceğe dair tehdit ve tehlike olasılıklarına karşı sıkıntı, tedirginlik ve kişinin onları kontrol edemeyebileceği gibi kendilikle aşırı meşguliyet düşüncelerini taşır. Fizyolojik düzeyde, sıklıkla gerginlik, kronik tedirginlik ve uyarılmışlık ("her an kötü bir şeyler olabilir, o halde ben de buna hazırlıklı olmalıyım") hali vardır. Davranışsal düzeyde ise, tehlike içeren durumlarla karşılaşmayı önleme, yani, kaçınma eğilimi güçlenir. Ancak bu, korkuda olduğu gibi kaygıdan o anda, hemen kaçma tepkisi değildir. Daha önce değindiğimiz gibi, kaygının uyumsal yanı, bizi geleceğe daha tedbirli, daha öngörülü yaklaşma, gerçekçi planlar yapma yönünde uyarmasıdır. Örneğin, sınavlarına hazırlanan bir öğrencinin hiçbir kaygı belirtisi göstermemesi yerine, yeterince -onu motive edecek ölçüde- kaygılanması beklenir. Bu beklendik bir durumken, aşırı kaygılanması ise hem çalışmasını hem de sınavdaki performansını ketyebilececek olumsuz etkiler yaratabilir. O halde, aşırı kaygı duymak ve bunun sürekliliği, kaygı bozukluğu sınıfına girer, ki bu da uyumsuzluk göstergesidir.

Günlük yaşamda birçok tehdit veya tehlike durumu ile karşılaşabilmekteyiz. Bunlardan bazılarını karşı geliştirdiğimiz korku veya kaygıların kaynakları çoğunlukla geçmişte yer almış öğrenmelere dayanır. Uzun yıllara dayalı insan ve hayvan deneyimleri, korku ve kaygının üst düzeyde kullanılabilirliğini (öğrenilebilirliğini) göstermiştir. Yani, daha önceleri nötr ve yepyeni olan uyarıcılar, korkutucu veya hoş olmayan (fiziksel veya psikolojik travma unsuru taşıyan) olaylarla tekrar tekrar

eşleşirlerse, aynı uyarıcılar, travmanın birebir kendisi ortamda olmasa da, artık onlar yerine korku veya kaygıyı ortaya çıkarabilirler. Bu koşullanma veya öğrenme tamamen normal ve uyumsal bir süreçtir; çünkü bizi karşılaşılabileceğimiz tehlikelere karşı hazırlayıcı niteliktedirler. Ancak, normal kabul edilen uyumsal dediğimiz bu süreç bazen klinik bir olguya/vakaya dönüşebilir. Zira korku ve kaygı, uyumsal tepki olma düzeyini aşarak, bireyin ve çevresinin yaşamını olumsuz etkileyecek abartılı ölçülere ulaşmıştır. Günlük yaşamdan örnek vermeye çalışalım: Ali, babasının, annesine karşı düzenli olarak şiddet uyguladığını görmektedir. Bu durumun sıkça tekrarlanması sonunda Ali artık babasının eve gelme saatlerinde kaygılanmaya; zili çalıp içeri girmesiyle de kaygısının daha da arttığını hissetmektedir. Böyle bir durumda varolan bir çok nötr uyarıcı da kaygı nesnesi (baba) ile birleşerek kaygıyı artırıcı, hatta daha sonraları tek başlarına kaygıyı ortaya çıkaracak koşullanmış uyarıcılara dönüşebileceklerdir. Örneğin, babanın akşam eve dönüş saati, arabanın sesi, kapı zili, hatta babasını düşünmesi bile artık kaygı doğuracaktır.

Korku ve kaygı bozukluklarını genelde beş grupta toplayabiliriz: *fobiler, panik bozukluk, genellenmiş kaygı bozukluğu, obsesif/kompulsif [takıntı (düşünsel/bilişsel – zorlantı (davranışsal)] ve travma sonrası stres bozukluklarıdır*. Bunlar, korku ve kaygı temelli bozuklukları temsil ederler ve birbirleriyle de örtüşürler. Korku ve kaygı bozuklukları, bir duygu-durum bozukluğu olan depresyon ile de örtüşür. Kaygı bozukluğuna mutlaka bir miktar depresyon da eşlik eder.

Fobiler grubunda en sık rastlanan tür olan spesifik fobiler, sınırları belirgin, durum veya nesnelere ait, ısrarlı korkuları temsil ederler; örneğin: kapalı yer (klastrofobi), yükseklik (akrofobi), hayvan fobisi (özellikle köpek, yılan, fare, böcek..vb.). *Spesifik fobilerde* davranışçı tedavi yöntem ve teknikleri ile başarılı sonuçlar alınabilmektedir. Bir diğer fobi alt grubu olan *sosyal fobilerde* başkalarının olduğu veya kalabalık ortamlarda bulunma ve davranma korkusu söz konusudur. Birey kendisini küçük düşürecek, utanmasına neden ola-

bilecek davranışlarda bulunmaktan korkar. Örneğin, başkalarının yanında (kafeterya, lokanta) yemek yemek, topluluğa konuşmak..vb. Birey korku ve kaygısının öylesine etkisi altına girebilir ki, ister istemez utanabileceği bir tepkiyi zaten gösterebilir. Bu da bir sonraki benzer durumda benzer yaşantıyı tetikler. Böylece fobinin daha da kuvvetlenmesine neden olur. Bu grup fobilerde de davranışçı tedavi yöntem ve teknikleri ile başarılı sonuçlar alınmaktadır.

Panik bozukluk kavramından daha önce söz etmiştik. Tekrarlayan, aşırı ve anlamsız korku tepkileri gözlenir. Panik anı kısadır fakat çok şiddetli ve yoğun korkuyu içerir. Başlıca belirtileri arasında terleme, boğulma hissi, nefes almada zorlanma, baş dönmesi ve bayılma hissi, mide bulanması, titreme, kendini kaybetme hissi (örn., “bu ben değilim!”), delirme ve ölme korkusu..vb. sayılabilir. Panik bozukluk tedavisinde de yine davranışçı tedaviler, ayrıca bilişsel tedavi yöntem ve teknikleri, uygun ilaç tedavileri iyi sonuçlar vermektedir. Panik bozuklukla sıklıkla bir arada görülen fobi türü agorafobiden de söz etmeden geçmeyelim. Agorafobi, kaçıp kurtulmanın mümkün olamayacağı durumlarda kalmaktan korkma şeklinde tanımlanabilir. Hafif şiddette agorafobisi olan bir birey alışverişe gider, yolculuk yapar, ama tedbirler alarak; orta derecede agorafobisi olan bir birey olabildiğince az dışarı çıkmaya, az yolculuk yapmaya, mümkünse yapmama ya çalışır. Aşırı durumda ise birey evine kapanabilir.

Genellenmiş veya yaygın kaygı bozukluğunda ise aşırı ve gerçek dışı kaygı hali baskındır. Yaşamın hemen her boyutunda kendini gösteren keyifsizlik, depresif kararsızlık içeren bir duruştur. Bu bozukluk diğer kaygı bozuklukları veya fobilerden, belli bir nesne veya olayla ilintilendirilememesi bakımından ayrılır. Zira bireyde yaşamındaki her durumu (iş, mali durum, aile, arkadaşlar, sağlık..vb.) kapsayan yaygın bir kaygı hali gözlenir. Huzursuzluk, aşırı yorgunluk, dikkatini toplayamama, diken üstünde olma, titreme, kas seyrimesi veya gerginliği, uykusuzluk..vb. tipik belirtilerden bazılarıdır.

Obsesif-kompulsif bozukluklarda bireyin düşünsel takıntıları (obsesyon) ve

davranış tekrarları (kompulsiyon-zorlantı) gözlenir. Takıntılar, kişiye düşman ısrarlı düşüncelerdir. Yani, bazen aklımıza takılan, dilimize dolanan bir melodi veya yolda yürürken merdiven altından geçmeme, çizgilere basmama ile sınırlı değil, bunların ötesinde kimi zaman çocuğunu, bir yakınınını öldürme, bıçaklama, ona bir şekilde zarar verme gibi korkutucu, tehdit içeren kendi döngüsünde şiddetle bireyi tehdit eden bilişsel/düşünsel bir yapılanmadır. Kompulsiyon/zorlantı ise ısrarla tekrarlanan, tekrarlandıkça sürekliliği pekişen, giderek törensi özellik kazanan hareket veya davranışlardır. Bunlar bireyin yapabileceklerine (birilerinin zarar görmesine bir şekilde sebebiyet verme, öldürme, yaralama... vb.) bir anlamda engel olma görevini üstlenmişlerdir. İşte bu noktada takıntı ve zorlantılar bir araya gelerek bütünleşirler. Kompulsif davranış performansı her tamamlanışta (örn., günde 50 kez el yıkama, evden çıkmadan önce 30 defa ışığı açıp kapama, geri dönüp tekrar kontrol etme.. vb.) birey rahatlar. Eğer bu davranış töreni engellenirse gerilim artar. Bir koleksiyoncu olabilirsiniz; bazı filmlerin müdavimi olabilirsiniz; bunlar hobileriniz arasındadır; ama kompulsiyon değildirler. Hijyen ve temizliği yaşamınızın tek ve baskın konusu, amacı haline getirir, her daim günde onlarca kez el yıkarsanız, evinizi baştan aşağı defalarca temizler yine de yetinemez, bir de çamaşır suyu ile üstünden geçerseniz ve bunu tekrar tekrar yaparsanız – takıntılarınızdan da bu yolla kurtulmaya çalışırsanız – düşünsel olanları hareketler ile telafi etmeye ya da engellemeye yönelirseniz – işte o zaman bu örüntü, takıntı - zorlantı bozukluğunun göstergesidir. Genelde günümüzde bu bozuklukta en yaygın görülen ana tema “bulaşma”dır (kir, hastalık, mikrop..vb.). Tedavide anti-depresan ilaçlar, davranışçı tedavi yöntem ve teknikleri ile başarılı sonuçlara ulaşılmaktadır.

Korku ve kaygı bağlamında bir diğer kritik kavram ve olgu ise “stres”tir. Stres, bireyin karşı karşıya kalabileceği başa-çıkma davranışını çağıran, dış çevreden gelebilecek zorlu bir talep ya da baskıya karşı hissettiğimiz zorlanmadır. Stres, uyumsal tepkilere yol açabildiği gibi bazen psikolojik sonuçları olan kaygı ve korku içerikli bozukluklara neden olabilir. *Travma sonrası*

stres bozukluğu da kaygı temelli bozukluklarla çok yakından ilintilidir. Maruz kalınan, yaşanan travmatik (psikolojik olarak bireye baş edemeyeceği ağırlıkta etkisi olan yaşantı; örn., tecavüz, savaş, doğal afet..vb) bir olayın ardından ortaya çıkan rahatsızlıktır. En tipik belirtilerinden bazıları, geçirilen yaşantının veya olayın bireyin düşünce ve duygularında tekrarlarla yeniden yaşanması, olayı ve yaşantıyı anımsatan unsurların karabasana dönüşmesi, bunlardan kaçınma isteği ve aşırı kaygı... Her travma geçiren kişi bu bozukluğu gösterir mi? Hayır, göstermez. Bireysel ayrılıklar, geçmiş yaşantılara bağlı öğrenmeler, bunlara dayalı psikolojik savunma yetersizlikleri ve yatkınlıklar elbette önemli ön koşullar arasında sayılmalıdır.

Korku ve kaygı temelli psikolojik bozukluklara şöyle kuşbakışı göz gezdiren, bu tür bozuklukların çıkış noktaları ve tedavilerine yönelik tarihte ve günümüzde ileri sürülen bazı önemli ve bilindik kuramsal modellerin etkilerine biraz da olsa değinmek gerekir. Bunlardan biri *biyo-medikal model*dir. Kaygı ve korkunun ortaya çıkmasını hazırlayan fizyolojik mekanizmaların belirlenmesi modelidir. Genetik ve evrimsel süreçlerle ilgili hususlar ve biyo-medikal tedavi üzerinde durulmaktadır. Örneğin, trankilizanlar, anti-depresanlar gibi kimyasal maddelerle kaygı, korku ve panik bozuklukların tedavisi.. vb. *Psikodinamik model*, kaygı ve korku bozukluğunun belirtilerine sembolik anlamlar yüklemiştir. Şöyle ki, bilinçaltındaki duygu ve heyecanlara ait çatışmalar bilinçte ancak



Korku ve kaygı bağlamında bir diğer kritik kavram ve olgu ise "stres"tir.

sembollerle ifadesini bulmaktadır. Psiko-dinamik yaklaşım, kavramsal ve düşünsel boyutlarda hala etkin olmakla birlikte; kendisine karşıt ama daha bilimsel açılım ve sonuçlara gebe olan *davranışçı model*, daha sonra da *bilişsel-davranışçı* araştırma potansiyelli modellerin geliştirilmesini sağlamıştır. Bu anlamda psikodinamik model çok yararlı olurken kaygı ve korku bozukluklarının tedavisinde yetersiz kalmıştır. *Bilişsel davranışçı model*: davranışçı yaklaşımın bilişsel yaklaşımdan önce yer aldığını görürüz. Kaygı ve korkunun hem tanımlanması ve araştırılması, hem de tedavisinde davranışçı yöntemlerin bazıları modelin içerdiği kuramsal görüşlerle tam uyuşmasa da etkili olmuştur. Örneğin "maruz bırakma" temel tekniğine dayalı davranışçı tedavi tekniklerinden sistematik duyarsızlaştırma, hücum tekniği ve model alma, en sık uygulanan ve başarılı sonuçların alındığı tekniklerden olmuştur. Korku ve kaygının oluşumunun sadece davranışçı modelin temel unsuru olan koşullama veya koşullanma ile açıklanamayabileceği yıllar içinde görülmüştür. Yukarıda da değinildiği gibi davranışçı tedavi teknikleri tek başlarına da başarılı olmuşlardır. Davranışçılığın bazı yetersizliklerini veya zayıflıklarını, boşlukları doldurarak tamamlayan model ise bilişsel modeldir. *Bilişsel modelin* vurgusu, korku ve kaygı temelli bozuklukların özünde abartılı bir savunmasızlığın yarattığı yatkınlığın olabileceğidir. Şöyle

ki, birey kendisini kontrolünün dışında olan tehdit ve tehlikelerin odağı olarak görür ve buna inanır. Başka bir deyişle, kendisi hakkındaki olumsuz düşünce kalıpları onu savunmasız ve yatkın kılar. Bu düşünce kalıp veya alışkanlıkları vaktiyle öğrenilmiştir. Bilişsel-davranışçı tedaviler işte bu düşünce alışkanlıklarının değiştirilmesi veya ortadan kaldırılarak yerlerine yeni ve olumlularının getirilmesine (yeniden öğrenme) odaklı, kısa süreli sistemli tedavi teknikleridir. Davranışçılığın üzerinde kurulduğu öğrenme kuramı ve içerdiği başlıca öğrenme ilke ve kuralları ile etkileşime giren bilişsel/düşünsel süreçlerin bir arada kullanılarak uygulandığı tedavi sistemi bugünkü kaygı ve korku temelli davranış bozukluklarının tedavisinde oldukça başarılı sonuçlar vermektedir.

Buraya kadar kaygı bozuklukları grubu, kapsadığı korku ve panik boyutları ile ele alınarak olabildiğince özetlenmeye çalışıldı. Davranış bozuklukları kategorisinde kaygı temelli bozukluklar en sık gözlenen ve tanı alan gruptur, diyebiliriz. Bu grubun kapsamında yer alan, ancak klinik tanıya uzanmayan kaygılarımız ve korkularımız günlük yaşamımızda zaman zaman hepimizi yoklar. Dikkate alınacak sınırlar ise kısmen açıklanmaya çalışıldı. Bireylerin, bu ölçü sınırlarının zorlanmasına duyarlı olmaları zamanında tedbir almaları bakımından önem kazanmaktadır.

Davranış bozuklukları

kategorisinde kaygı temelli

bozukluklar en sık

gözlenen ve tanı alan gruptur,

diyebiliriz. Bu grubun

kapsamında yer alan, ancak

klinik tanıya uzanmayan

kaygılarımız ve korkularımız

günlük yaşamımızda zaman

zaman hepimizi yoklar.

Kaygı Tedavisinde Kullanılan Psikoaktif İlaçlar: Anksiyolitikler

Anksiyete tedavisinde, anksiyolitiklerin yeri tartışmasız çok önemlidir. Ancak ilaç kullanımında da hasta faydalanım ve risk oranlarının iyi değerlendirilip, tedavinin hasta yararına olacak şekilde planlanması çok önemlidir. Ayrıca, anksiyete çoğu zaman depresyonla birlikte görülebilmekte, bazen de var olan bir depresyonun ön belirtileri olarak karşımıza çıkmaktadır. Anksiyetenin bir sonuç mu, kendi başına bir durum mu, yoksa depresyon ile birlikte mi geliştiğine dair net ayrımının ortaya konulması önemlidir.

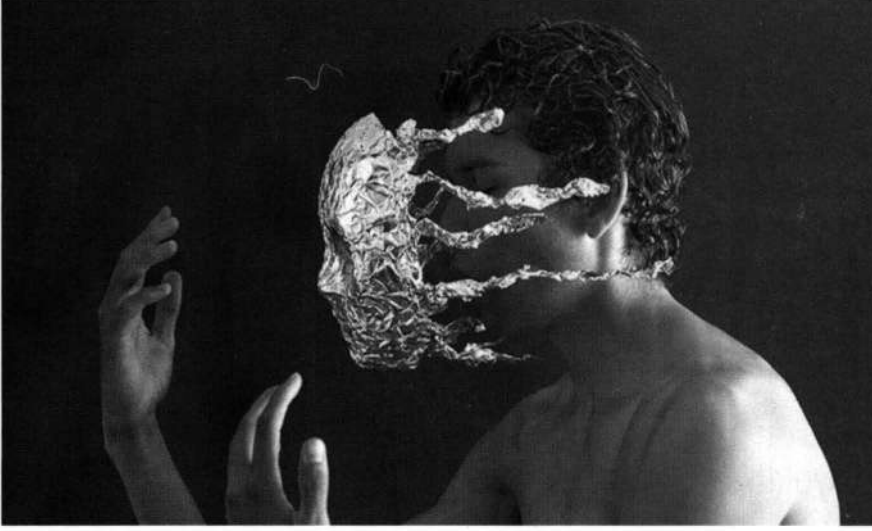
Sinir sistemi üzerine etki ederek, bilinç değişikliği oluşturan, böylece psikolojik süreçleri etkileyerek davranışsal değişikliğe yol açan tüm maddeler psikoaktif maddeler olarak adlandırılır.

Sinir sistemi üzerine etki ederek, bilinç değişikliği oluşturan, böylece psikolojik süreçleri etkileyerek davranışsal değişikliğe yol açan tüm maddeler psikoaktif maddeler olarak adlandırılır. Çoğunlukla eğlenmek, keyiflenmek ya da rahatlamak amacı ile alınan psikoaktif maddelerin, zihinsel süreçler üzerinde yarattıkları etki genel olarak "sarhoşluk" ya da "kafa bulma" terimleri ifade edilir. LSD, meskalin, psilosibin, eroin, kokain, fensiklidin gibi psikodelik (bilinç değişikliği oluşturan) veya halüsinogen pek çok madde de psikoaktif maddeler içerisinde yer alır. Klâsik sınıflamaya göre, psikoaktif maddeler, genel anestezi sırasında kullanılan maddeler (hastanın bilinç kaybına neden olur bu da hastaların fiziksel ağrı duymadan ya da duygusal travma geçirmeden cerrahi müdahaleye dayanmalarını sağlar), narkotik analjezikler (morfin ve kodein), psikiyatrik rahatsızlıkların tedavisinde kullanılan ilaçlar ve psikoaktif etkili maddeler alt gruplarından oluşur.

Psikiyatrik rahatsızlıkları tedavi etmek amacı ile kullanılan ilaçlar ise genellikle psikotrop ilaçlar olarak adlandırılır. Psikotrop ilaçlar, insanın psikolojik süreçlerine, dolayısı ile davranışlarına etki eden psikoaktif etkili ilaçlardır. Psikotrop ilaçlar, aslında yeni bir davranışsal ya da fizyolojik sürece yol açmazlar; temelde devam etmekte olan süreçleri yeniden düzenlerler. Psikotrop ilaçlar, bir dönem sempatik sinir sistemi işlevleri üzerindeki etkiyi taklit eden sempatomimetik ya da



Çoğunlukla eğlenmek, keyiflenmek ya da rahatlamak amacı ile alınan psikoaktif maddelerin, zihinsel süreçler üzerinde yarattıkları etki genel olarak "sarhoşluk" ya da "kafa bulma" terimleri ifade edilir.



Tehdit içeren, bireyin kaçmasını ya da savaşmasını gerektirecek bir durum olmadığı halde ortaya çıkan kaygı tepkileri de vardır.

asetilkolin (ACh) etkisine benzer etki gösteren kolinomimetrik ilaçlar olarak tanımlanmışlardır. Sonraki süreçte, psikotrop ilaçların bazıları (kafein ve amfetamin) analeptikler ya da mental (akıl hastalığı) rahatsızlıkların tedavisinde kullanılan nöroleptikler olarak sınıflanmışlardır. İzler dönemde anatomi ve fizyoloji bilim alanlarında, ilaçların sinir sistemi üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sayısı arttıkça, psikotrop ilaçlar da sinaptik bağlantıları ve bu sinapslar (iki nöronun birleştiği ve iletişime geçtiği alan) üzerinde gösterdikleri etkilerin işleyiş mekanizmaları cinsinden tanımlanmaya başlanmıştır. İlaçların ortaya çıkardığı farmakolojik etkilerin büyük bir kısmı sinapslarda gerçekleşir.

Psikotrop ilaçlar, insanların psikolojik süreçlerine etki eder; dolayısı ile davranışları değiştirme ya da hoş bir bilinçlilik durumunu oluşturma kapasitesine sahiptir. Bu özelliklerinden dolayı tekrarlayıcı biçimde kötüye kullanımları söz konusu olabilir. Kötüye kullanımı söz konusu olan bu madde ve ilaçlara karşı, tolerans ve hem fizyolojik hem de psikolojik bağımlılık gelişebilir. Psikotrop ilaçlar antidepresanlar, anksiyolitikler (anksiyolitikler, antidepresanlar, psikostimulanlar, antimanikler, depresanlar, antipsikotikler) şeklinde ele alınır.

Anksiyete, organizmanın biyolojik bir korunma sistemidir ve potansiyel bir tehlike algılandığında ortaya çıkarak, organizmanın tehlikeli durumdan kendini korumasını ve yaşamına devam etmesini sağlar. Anksiyete geçmiş kuşaklardan bizlere miras kalan yaşamsal bir refleks gibidir; tehdit içeren koşullarda canlı kalmayı ve yaşamsal devamlılığı sürdürebilmek üzere ortaya çıkar. Ancak tehdit içeren, bireyin kaçmasını ya da savaşmasını gerektirecek bir durum olmadığı halde ortaya çıkan kaygı tepkileri de vardır. Bu tür kaygı reaksiyonu, patolojik (anormal) anksiyete olarak adlandırılmaktadır. Anksiyeteyi oluşturan iki temel bileşenden biri olan korku belirtileri (panik atak, fobiler), amigdala merkezli bir beyin devresi tarafından düzenlenir. Diğer temel bileşen olan, endişe ise kortikostriatal-talamokortikal (KSTK) devre tarafından düzenlenmektedir. Limbik yapılar içinde, amigdala korku duygusu ve anksiyete oluşumunda en önemli role sahip, duysal ve bilişsel bilginin birleştiği bir yapıdır. Çok sayıda farklı beyin bölgesi ile kurduğu bağlantılar, hipokampus yakınında bulunan ve evrimsel süreçte daha erken dönemde oluşmuş olan, badem şeklindeki bu beyin yapısının, duysal ve bilişsel bilgiyi bir araya getirmesine olanak sağlar. Böylece amigdala, daha sonra korku cevabı oluşturup oluşturmayacağını belirler.

Korku duygusunun, prefrontal korteksin duyguların düzenlenmesi ile ilişkili olan kısımları, orbitofrontal korteks ve anterior singulat korteks ile amigdala arasında paylaşılan bağlantılar yoluyla düzenlendiği düşünülmektedir. Korku, kendini kısmen amigdala ve beyin sapının periaquaduktal gri alanı arasındaki bağlantılar tarafından düzenlenen savaşma, kaçma veya donup kalma gibi motor yanıtlarla da göstermektedir. Gerçek tehditler ortadan kalktığında, aşırı çalışan otonom sinir sistemi normal çalışma düzeylerine geri döner. Ancak patolojik anksiyete durumunda, otonom yanıtların tekrarlanması ve uygunsuz bir şekilde, kronik olarak tetiklenmesine bağlı olarak, birtakım sistemik hastalıklar (ateroskleroz, yüksek tansiyon, kalp durması gibi) ve ani ölüm riskinde artış ortaya çıkabilir. Anksiyeteyi sadece bir dış uyaran değil, kişinin mevcut anıları da tetikleyebilir. Hipokampusta saklanan travmatik anılar, amigdalayı aktive edebilir ve amigdala da bağlantılı olduğu diğer beyin bölgelerini de aktive ederek korku yanıtının ortaya çıkmasına sebep olabilir.

Anksiyete, organizmanın biyolojik bir korunma sistemidir ve potansiyel bir tehlike algılandığında ortaya çıkarak, organizmanın tehlikeli durumdan kendini korumasını ve yaşamına devam etmesini sağlar. Anksiyete geçmiş kuşaklardan bizlere miras kalan yaşamsal bir refleks gibidir; tehdit içeren koşullarda canlı kalmayı ve yaşamsal devamlılığı sürdürebilmek üzere ortaya çıkar.

Anksiyete /korku kaynaklı belirtiler, amigdala merkezli devrelerin işlev bozukluğu ile de ilişkili olarak açıklanmaktadır. Yaşamımızın farklı dönemlerinde, hatta bazen hiç beklemediğimiz bir anda, her birimiz duygusal ve/veya sosyal anlamda bizleri travmatize eden (hasar yaratan) yaşam olaylarına maruz kalabiliriz. Bu tür yaşam olayları ile karşılaştığımızda, normal koşullarda beklenen, kişinin duygusal hasarı kaldırabilecek, stres yükünü işleyebilen ve ardında belirti bırakmayan kortikal devrelere sahip olmasıdır. Dinlenme halindeki kortikal devrelerimiz, tek bir duygusal travma ile karşılaştığında, aşırı derecede uyarılmış olsa da, duygusal süreci işlemleyebildiği için, herhangi bir belirtiye yol açmaz. Ve sonra kortikal devre işleyişi, duygusal hasar yaratan etkenin ortadan kalkması sonrasında, kazandığı biyolojik direnç ile bazal işlem düzeyine döner. Böylece, kortikal devre karşılaştığı stresli yaşam olayı ile başa çıkmanın yanında, daha fazlası ile de başa çıkmayı da öğrenmiştir. Fakat amigdala merkezli devre, kaldırabileceği yük kapasitesinin çok üzerinde yük getiren bir yaşantıya maruz kalıyorsa ya da tekrarlayıcı biçimde duygusal hasar yaratan yaşantılarla karşılaşılıyorsa, strese duyarlı hale gelebilir. Bu durumda, stres etkeni ortamdaki geri çekilse bile, amigdala merkezli devre, anormal ya da fazla çalışmaya devam eder. Böylece, yaşamlarının ilerleyen yıllarında, tekrarlayan stres durumlarında strese duyarlılığı artmış bireylerin, psikiyatrik belirtiler geliştirme olasılıkları artar.

Anksiyete /korku kaynaklı belirtiler, amigdala merkezli devrelerin işlev bozukluğu ile ilişkili olarak açıklanmakta olsa da, amigdala üzerinde etkili olan farklı nörotransmitterlerin de, anksiyete belirtilerinin oluşmasında rol oynadığı bilinmektedir. Yakın dönem çalışmaları göstermiştir ki, anksiyetenin oluşumunda ve sürmesinde Gama Amino Bütirik Asit (GABA)-benzodiazepin Reseptörü-Cl⁻-i-yanofor kompleksi, noradrenerjik ve serotonerjik sistem olmak üzere üç temel sistem etkilidir. Bu temel nörotransmitter sistemlerine ek olarak, kolesistokin, P



Yazılı kaynaklarda da, eski Yunan ve Roma'da alkol kullanımından bahsedilmektedir.

maddesi, adenoazin ve nitrik oksit (NO)'in de anksiyete oluşumu ve sürmesinde etkili olduğu tartışılmaktadır.

İnsanlığın kaygı ve gerginliği azaltmak ve rahatlamak amacı ile madde kullanımı çok eski zamanlara dayanmaktadır. Eski çağlardan beri, alkol ve benzen gibi keyif verici maddeler kullanılmıştır. Kötüye kullanımı bilinen en eski madde alkoldür. Yazılı kaynaklarda da, eski Yunan ve Roma'da alkol kullanımı, Museviliğin ilk yıllarında bazı ritüellerin gerçekleştirilmesi sırasında uyarıcı madde kullanımı, Hintlilerde esrar kullanımı, Persler, Asurlular ve Sümer'lerde de kenevir bitkisi yapraklarının kullanımından bahsedilmektedir. Esrar ve afyon gibi bağımlılık yapıcı maddelerin çoğu doğada bulunmaktadır ve doğal kaynaklardan elde edilmektedir. Ancak bilimsel gelişmelerin ışığında ilaç endüstrisindeki gelişmeye paralel olarak, sentetik bağımlılık yapıcı maddeler

İnsanlığın kaygı ve gerginliği azaltmak ve rahatlamak amacı ile madde kullanımı çok eski zamanlara dayanmaktadır. Eski çağlardan beri, alkol ve benzen gibi keyif verici maddeler kullanılmıştır. Kötüye kullanımı bilinen en eski madde alkoldür.

de üretilmiş ve kullanılmıştır. 1900'lerin başında barbitürat türevlerinin bulunmasına dek anksiyeteyi tedavi etmek amacı ile kullanılan bir ilaç bulunmamaktaydı. Tedavide kullanılan ilk barbitürat türevleri barbital ve fenobarbital olmuştur. Kullanılmaya başladıkları ilk yıllarda, sedatif (sakinleştirici) ve kasılmaları (konvülsiyon) önleyen etkileri nedeni ile her iki ilaç da hekimler için önemli bir seçenek olmuştur. 20. yüzyıl ilk yarısına dek binlerce farklı türevi kullanılan barbitüratlar, hızlı bağımlılık gelişmesi ve tedavi-toksik doz aralıklarının dar olması nedeniyle, yerini 1950'lerden itibaren daha güvenli kullanıma sahip ve bağımlılık yapma özelliği göreceli daha düşük olan benzodiazepinlere bırakmıştır. Benzodiazepinler, 1990'lara dek anksiyete tedavisinde tek seçenek olmuş; 1990 sonrasında sedasyon (uyku hali) ve bağımlılık yapma potansiyeli göreceli daha düşük ilaçlar kullanıma girmiştir.

Günümüzde psikotrop ilaçlar, hekimler tarafından yaygın olarak reçetelenmekte, anksiyete giderici ve antidepresan ilaçlar, tüm bu ilaçların %20'sini oluşturmaktadır. Psikotrop ilaçlar grubunda yer alan anksiyolitik olarak adlandırdığımız, anksiyeteyi azaltan ilaçları başlıca altı alt grupta ele almak mümkündür: Benzodiazepinler, 5HT_{1A} parsiyel reseptör agonistleri (Buspiron), antidepresanlar, trisiklik antidepresanlar, selektif serotonin geri alım inhibitörleri (SSRI), serotonin noradrenerjinin geri alım inhibitörleri (SNRI), β adrenerjik reseptör blokerleri (propranolol), antihistaminikler (doksilamin ve hidroksizin) ve diğerleri (zopiklon, zolpidem, abecamil) günümüzde yaygın kullanılan anksiyolitik ilaçları oluşturmaktadır.

Anksiyolitik etkisinden yararlanan benzodiazepinlerin en yaygın olarak kullanılan preparatları klordiazepoksid, diazepam, oksazepam, klozapam, lorazepam, prazepam, alprozepam ve halozapamdır. Benzodiazepinler yaygın anksiyete bozukluğu, fobiler ve panik atak bozukluğunun tedavisinde etkili ilaçlardır. Ancak kullanım dozu ve kişinin yatkinli-

Trisiklik antidepresanların yaygın anksiyete bozukluğu (YAB), panik atak, obsessif kompulsif bozukluk (OKB), sosyal fobi ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi anksiyete tiplerinde de yararlı etkileri saptanmıştır. Ancak benzodiazepinlerin tersine, trisiklik antidepresanlar anksiyeteyi gidermede etkisizdir; çünkü anksiyolitik etkileri ancak uzun süreli kullanımda ortaya çıkmaktadır.

ğına bağlı olarak belirgin sedatif etkiler göstermektedirler. Benzodiazepinler endişeyi azaltmamakta, fakat tetikte olmayı azaltarak anksiyetenin azalmasına yol açmakta ve kas gerginliği gibi bedensel belirtileri ortadan kaldırmaktadır. Benzodiazepin kullanımı sedasyon oluşturur, uyuşukluk ve uykuya eğilimi artırır, anterograd amnezi (ileriye yönelik bellek kaybı; yeni öğrenmelerin yapılamaması) ve psikomotor yetmezliğe yol açar. Kullanan bireylerde psikomotor reaksiyon hızını azaltırken, aynı zamanda motor koordinasyon üzerinde bozucu etkiler oluşturur. Benzodiazepinlerin tedaviyi en kısıtlayıcı özelliği, doz ve kullanım süresine bağlı olarak bağımlılığa ve ilaç kesildiğinde yoksunluk belirtilerine yol açmasıdır. Kontrol altına alınamayan anksiyete belirtilerini kontrol altına almak için, bağımlılık geliştirmeyecek kadar makul bir süre kullanılmalı; günlük yaşam streslerinden kaynaklanan kısa süreli gerginliği gidermek için kullanılmamalıdır. Uzun süreli kullanım gerekli ise, aralıklı kullanılmalıdır.

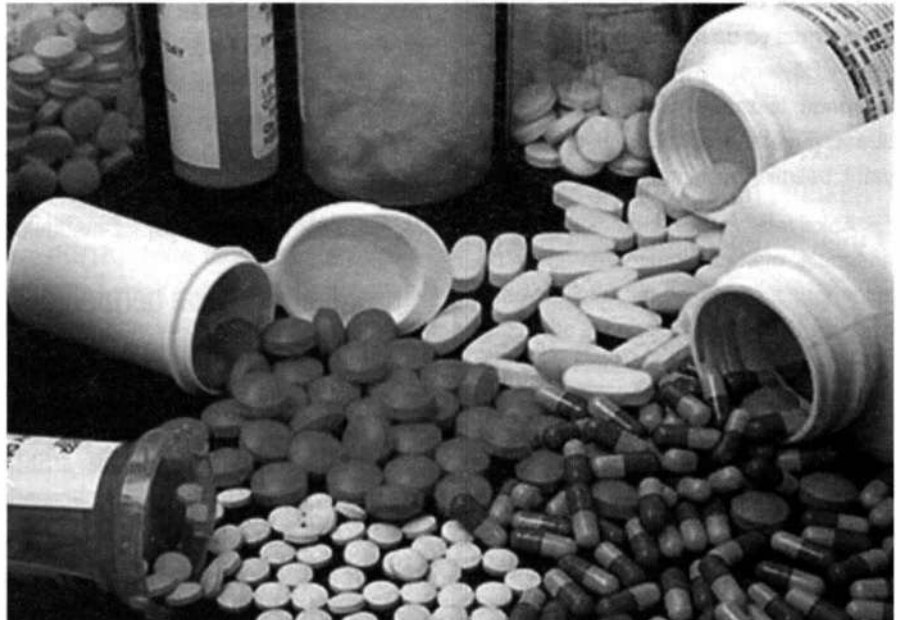
Anksiyete tedavisinde kullanılan ve benzodiazepin yapısında olmayan ilk

ilaçlar buspiron, gepiron ve ipsapiron gibi serotonin 5HT_{1A}, kısmi reseptör agonistleridir. Ülkemizde buspiron, bu gruptaki ilaçlar arasında en yaygın kullanılanı olup, anksiyete bozukluğu tedavisinde benzodiazepinler kadar etkilidir. Buspiron, çalışmalar sırasında antipsikotik etkisi incelenirken, anksiyolitik etkisi farkedilen bir ilaçtır. Ancak benzodiazepinlerden farklı olarak, sedasyon, motor koordinasyon bozukluğu, anterograd amneziye yol açmamakta ve uzun süreli kullanımda bağımlılık geliştirmemekte; ani kesildiğinde ise yoksunluk belirtileri oluşturmamaktadır. Anksiyeteyi azaltan etkinin en az 2-3 hafta geçtikten sonra çıkması, panik atak, fobi ve uykuya dalma problemleri tedavisinde etkin sonuç vermemesi, buspiron kullanımında sınırlılıklar olarak göze çarpmaktadır.

Amitriptilin, imipramin ve desipramin gibi trisiklik antidepresanlar da, antidepresan etkilerine ek olarak, anksiyete bozuklukları tedavisinde yararlı etkilere sahiptir. Trisiklik antidepresanların büyük çoğunluğu, presinaptik noradrenerjik otoresptörleri uyarıp, lokus seruleusta noradrenerjik aktiviteyi azaltarak etkilerini göstermektedir. Lokus seruleusun uyarılması ve noradrenalin düzeyinin artması-

nın, otonomik ve duygusal anksiyete belirtilerinin ortaya çıkmasına neden olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, trisiklik antidepresanların anksiyete azaltıcı etkilerinin, lokus seruleusta santral adrenerjik ve non adrenerjik β reseptör ile etkileşmelerinin sonucu olarak ortaya çıktığı üzerinde durulmaktadır. Yaygın anksiyete bozukluğu (YAB), panik atak, obsessif kompulsif bozukluk (OKB), sosyal fobi ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi anksiyete tiplerinde de yararlı etkileri saptanmıştır. Ancak benzodiazepinlerin tersine, trisiklik antidepresanlar anksiyeteyi gidermede etkisizdir; çünkü anksiyolitik etkileri ancak uzun süreli kullanımda ortaya çıkmaktadır. Trisiklik antidepresanların tedavi edici dozu ile toksik dozu arasındaki aralığın dar olması da, bir diğer kullanım sınırlılığı olarak karşımıza çıkar. Trisiklik antidepresanlar, kardiyovasküler problemleri olan, epilepsi ve ağır karaciğer rahatsızlığı olanlarda kullanılmamalı; yaşlı bireylerde dikkatli kullanılmalıdır.

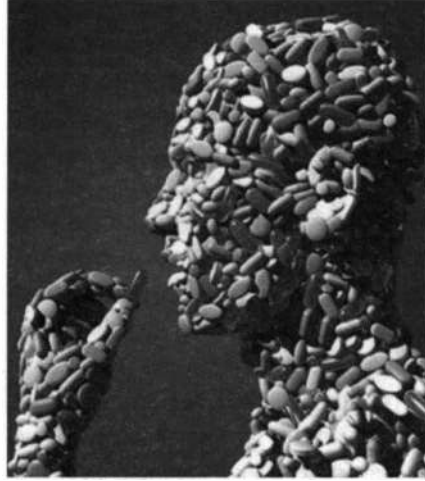
Seçici serotonin geri alım baskılayıcıları (selective serotonin reuptake inhibitors; SSRI), seçici olarak serotonin geri alımını baskılayıp, böylece sinaptik aralıkta serotonerjik etkinliği artırarak depresyon



Trisiklik antidepresanlar, kardiyovasküler problemleri olan, epilepsi ve ağır karaciğer rahatsızlığı olanlarda kullanılmamalı; yaşlı bireylerde dikkatli kullanılmalıdır.

tedavisinde etkili olan ilaçlardır. 1990'lı yılların başından itibaren yapılan çalışmalar, SSRI'ların OKB, panik bozukluk, sosyal fobi, ve YAB gibi anksiyete bozukluklarında etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Yaygın olarak kullanılan bu ilaçlar arasında sitalopram, fluoksetin, fluvoksamin, paroksetin ve sertralin en bilinenleridir. SSRI'ların anksiyete bozukluğunu nasıl iyileştirdiği konusu yeterince netlik kazanmış olmasa da, etki mekanizmasını açıklayan iki görüş bulunmaktadır: İlk görüş, SSRI'ların serotonin düzeyinde artış ya da postsinaptik serotonin reseptörlerinde duyarlılık artışına bağlı olarak önce anksiyete belirtilerinin kötüleşmesine yol açtığı; daha sonra serotonin reseptör sayısındaki azalma (down regülasyon) ile serotonin etkinliğini azaltarak anksiyete belirtilerini azalttığı yönündedir. Diğer görüş ise, ilk görüşün tersine, bazı spesifik beyin bölgelerinde serotonin düzeyindeki azalmaya bağlı olarak, anksiyetenin ortaya çıktığını öne sürer. İkinci görüşe göre, başlangıçta anksiyete belirtilerinde şiddetlenme görülürken; süreç içinde SSRI'lar otoresseptörlerde desensitizasyon oluşturmakta ve serotonerjik etkinliği de arttırarak anksiyete belirtilerini ortadan kaldırmaktadır.

Serotonin noradrenalin geri alım inhibitörleri grubunun en önemli üyesi venlafaksindir. Venlafaksin esas olarak major depresyon tedavisinde kullanılan bir ilaç olup, hem serotonerjik hem de noradrenerjik sistem üzerindeki etkisine bağlı olarak anksiyete tedavisinde de kullanılmaktadır. Venlafaksin, hem serotonin hem de noradrenalin geri alımını baskılamasından dolayı, serotonin-noradrenalin geri alım inhibitörü olarak da adlandırılır. Özellikle YAB tedavisinde etkinliği gösterilmiş olup, depresyon ve anksiyete tedavisi için de reçetelendirilmektedir. Panik bozukluk ve sosyal anksiyete gibi diğer anksiyete bozukluklarının tedavisinde de kullanılmakta olan venlafaksin etkinliği bazı çalışmalarda açıkça gösterilmiştir. Ancak konu ile ilişkili ek çalışmalara ihtiyaç vardır.



1990'lardan sonra psikiyatrik hastalara çok daha fazla ilaç yazılmaya başlanmış ve çevremizi bir ilaçlama çılgınlığı sarmıştır.

Seçici olmayan bir β reseptör antagonist olan propranolol, performans anksiyetesi gibi anksiyete belirtilerinin giderilmesinde etkilidir. Durumsal anksiyete dışında fazla etkili olmaması kullanım kısıtlılığını oluşturur. Taşikardi (kalp atım hızının artışı), palpasyon (çarpıntı) ve tremor (titreme) gibi semptomatik belirtilerin önlenmesi ve tedavisinde etkilidir.

Histamin H1 reseptörlerini baskılayarak etkilerini gösteren antihistaminiklerden, sedatif yan etkileri belirgin olan

Günümüzde anksiyete tedavisinde çok sayıda psikotrop ilaç kullanılmaktadır. Bu ilaçlar farklı etkinlik düzeylerine ve yan etkilere sahiptir. Geçmişte delilik ya da nevroz olarak adlandırılan sorunlar, 1960'lardan itibaren artık akıl hastalığı ya da psikiyatrik sorunlar olarak ele alınmakta ve ağırlıklı olarak ilaçla tedavi edilmeye çalışılmaktadır.

doksilamin ve hidrokisizin de anksiyete tedavisinde kullanılmaktadırlar. Doksilamin gece sedasyonu sağlama ve uykusuzluğun tedavisinde de kısa süreli olarak kullanılabilir.

Diğer anksiyolitik ilaçlar, zopiklon ve zolpidem gibi, benzodiazepin yapısında olmayan, ancak GABA-benzodiazepin reseptörü kompleksinde, benzodiazepin bağlanma noktasına bağlanarak etkili olan ilaçlardır. Her ikisi de uykusuzluk tedavisinde kullanılmakta olup, anksiyete giderici etkinliklerinin düşük olması nedeniyle, anksiyete belirtilerinin tedavisinde kullanılmazlar.

Abecarnil, anksiyete giderici etkilere sahip bir başka anksiyolitik ilaç olup, özellikle YAB ve yaşlılık anksiyetesi tedavisinde kullanılmaktadır. Abecarnilin uzun süreli kullanımında, kesildikten sonra yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkıp çıkmadığına ilişkin yapılmış çalışmalardan elde edilen sonuçlar halen tartışmalıdır. Yine de, bazı çalışmaların bulgularına göre abecarnil'in, alprozalam'a kıyasla kötüye kullanım potansiyelinin daha düşük olduğu ileri sürmektedirler.

Yazı boyunca bahsedildiği gibi, günümüzde anksiyete tedavisinde çok sayıda psikotrop ilaç kullanılmaktadır. Tüm bu ilaçlar farklı etkinlik düzeylerine ve yan etkilere sahiptir. Geçmişte delilik ya da nevroz olarak adlandırılan sorunlar, 1960'lardan itibaren başlayan bu süreçte, artık akıl hastalığı ya da psikiyatrik sorunlar olarak ele alınmakta ve bu sorunlar ağırlıklı ilaçlarla tedavi edilmeye çalışılmaktadır. Öyle ki, insanlar, kendilerini yetersiz buldukları her durumda (distimik bozukluk, anksiyete, sosyal fobi, adet dönemi keyifsizliği, depresif duygu durum halleri) ilaçları çare gibi görmeye başlamıştır. 1990'lardan sonra psikiyatrik hastalara çok daha fazla ilaç yazılmaya başlanmış ve çevremizi bir ilaçlama çılgınlığı sarmıştır. Diazem, sonraları Prozac (mutluluk hapi) ve Ritalin (Dikkat eksikliği Hiperaktivite tedavisinde kullanılan ilaç) gibi sırasıyla belli dönemlerde kullanımı moda haline gelen ilaçlar,

elimizden ve dilimizden düşmemiştir. Antidepresanlar 2001 yılında en çok reçetelenen ilaçlar olmuş; sonraki yıllarda (psikoz tedavisinde kullanılan antipsikotik ilaçlar), antianksiyete (kaygı tedavisinde kullanılan) ilaçlar ve stimulanlarla (uyarıcı özellikteki ilaçlar) birlikte liste başında yer almayı sürdürmüştür.

Günümüzde anksiyete ve diğer psikiyatrik bozuklukların tedavisine ilişkin benimsenen yaklaşımlar noktasında iki temel yaklaşımla karşı karşıyayız. İlki, bugün tıp bilimleri içinde yaygın kabul gören Hastalık Merkezli Model; diğeri de İlaç Merkezli İlaç Modeli. Yaygın kabul gören ve günümüzde hasta tedavi yaklaşımını da belirleyen bu modele göre, ilaçlar hastalığın temelinde yatan fiziksel süreçler üzerinden etkinliğini göstermektedir ve etki mekanizmalarına göre adlandırılmaktadır (anksiyolitikler, antidepresanlar, antipsikotikler gibi). Örneğin uykusuzluk için hipnotikler önerilmektedir; oysa ki, uykusuzluk için önerilen ilaçların çoğu anksiyolitik olarak sınıflanan benzodiazepinlerdir. Bu yaklaşım, ilacın tedavi edici (terapatik) yararını ön planda tutar. İlaç kullanımı ile organizmayı anormal fizyolojik durumdan çıkararak normale yaklaştırmak amaçlanmaktadır. Ancak bu yaklaşım, ilacın yan etkilerini ve vücudumuzda bozduğu işleyiş meka-

nizmalarını görmezden gelmektedir. İlaç Merkezli İlaç Modeli'ne göre ise, ilaçlar vücutta bozulan mekanizmaları düzeltmeye çalışırken, kendileri anormal durumlar yaratmaktadır. Bu yaklaşım temelinde ele alındığında ise, ilacın gösterdiği etki sadece var olan rahatsız edici belirtiyi ortadan kaldırmasıdır. Özellikle psikiyatrik ilaçlar, eğlence ya da kafa bulma amaçlı alınan psikoaktif madde kullanımındaki benzer etkiler orta çıkarmaktadırlar. Bu etkiler genellikle neşelenme, uyarılma, kayıtsızlık, açılma, kafa bulma ve sedasyondur. Bunun yanında, insanların maruz kaldıkları acı, sıkıntı ve zorluklara karşı bir çeşit uyuyuşturucu etki göstermektedirler.

Anksiyete tedavisinde, anksiyolitiklerin yeri tartışmasız çok önemlidir. Ancak ilaç kullanımında da hasta faydalanım ve risk oranlarının iyi değerlendirilip, tedavinin hasta yararına olacak şekilde planlanması çok önemlidir. Ayrıca, anksiyete çoğu zaman depresyonla birlikte görülebilmekte, bazen de var olan bir depresyonun ön belirtileri olarak karşımıza çıkmaktadır. Anksiyetenin bir sonuç mu, kendi başına bir durum mu, yoksa depresyon ile birlikte mi geliştiğine dair net ayrımının konulması, doğru tanı ve tedavi açısından önem arz etmektedir. Uygulanan tedaviden iyi sonuç almak ve kalıcılık

Günümüzde anksiyete ve diğer psikiyatrik bozuklukların tedavisine ilişkin benimsenen yaklaşımlar noktasında iki temel yaklaşımla karşı karşıyayız. İlki, bugün tıp bilimleri içinde yaygın kabul gören Hastalık Merkezli Model; diğeri de İlaç Merkezli İlaç Modeli.

sağlamak adına, tedavi planı anksiyolitik ve gerekli diğer psikiyatrik ilaçların kullanımına ek olarak, bilişsel davranışçı terapi ya da diğer terapi yöntemleri ile de mutlaka desteklenmelidir.

Kaynaklar

Doksat MK. Baş ağrıları ve Psikiyatri. Baş Ağrıları-Baş Dönmeleri (editörler Siva Aksel, Kaytaz Asım). İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Komisyonu Yayını No: 10, 79-126, 1998.

Gülseren Ş (2004). Depresyon ve Anksiyete, *Klinik Psikiyatri*, Ek1: 5-13.

Feldman, RS (1997). Synaptic Structure and Function. RS Feldman, JS Meyer, and LF Quenzer (Ed.), *In Principles of Neuropsychopharmacology* içinde ss. 349-390. MA: Sinauer, Sunderland

Julien RM (1985). A primer of drug action, 4th Edition. (ss. 34-127). New York: W.H. Freeman and Co. (Çev. Ed. T. Alici). ISBN 0-7167-1713-1

Moncrieff J (2010). İlaçla Tedavi Efsanesi (ss. 13-42). İstanbul: Metis Yayıncılık

Özer Ş (2006). Anksiyete ve Anksiyete Bozukluklarının Kısa tarihçesi, İ.Baskı, *Anksiyete Bozuklukları*, (ss.3-14). R Tükel, T Alkın (Ed.), ISBN:9944-5835-0-2

Saatçioğlu Ö (2001). Yaygın anksiyete bozukluğunun tedavisi ve yeni yaklaşımlar. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 11(1), 60-77

Stahl SM (2012). Stahl'ın Temel Psikofarmakolojisi (Çev. Ed. İT Uzbay). İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi

Türkçapar H (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri*, Ek4:12-16

Uzbay İT (2002). Anksiyetenin nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5 (Ek1): 5-13

Uzbay İT (2004). Anksiyete ve depresyonun nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, (Ek4), 3-11

Uzbay İT ve Yüksel, N (2002). Anksiyete tedavisinde kullanılan ilaçların farmakolojisi ve kullanım güvenliği. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5 (Ek1): 14-26

Uzbay İT ve Yüksel N (2002) Anksiyete tedavisinde venlafaksin: Farmakolojisi ve kullanım güvenliği. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5 (Ek 1): 27-35



İlaç Merkezli Model'e göre ilaçlar, hastalığın temelinde yatan fiziksel süreçler üzerinden etkinliğini göstermekte ve etki mekanizmalarına göre anksiyolitikler, antidepresanlar, antipsikotikler vb. olarak adlandırılmaktadır.

Obsesif-kompulsif bozuklukta cerrahi tedavi:

Anterior singulotomi ve diğer seçenekler

Medikal tedaviye dirençli OKB hastalarının tedavisinde bir seçenek olarak yer alan psikişirürji günümüzde her ne kadar çok ve etkili seçeneklere sahip olsa da bu seçenekler henüz çok yeni olup uzun dönem karşılaştırmalı sonuçları tartışmalıdır. Bunlara ilaveten güncel literatürde yan etkisi önemsenmeyecek düzeyde az ancak etkinliği ve güvenirliliği tama yakın bir alternatif cerrahi tedavi seçeneği de henüz bildirilmemiştir.

Özet

Toplumda "takıntı hastalığı" olarak bilinen obsesif-kompulsif bozukluk düşünce ve/veya davranışlarda tekrarlamalarla giden, tedavisi zor ve hasta için yıpratıcı bir bozukluktur. Günümüzde ilaç tedavileri ve psikoterapi uygulamaları kullanılarak hastalığa ait bulgular düzeltilmeye çalışılsa da bu hastaların %10 kadarında tedaviye direnç olabilmekte ve alternatif tedavi yöntemleri uygulama/geliştirme zorunluluğu ortaya çıkabilmektedir. Bu anlamda literatürde bazı cerrahi tedavi uygulamaları ileri sürülmüş ve halen sürülmeye devam etmektedir. Bu gözden geçirme makalesinde etkinliği gösterilmiş bir cerrahi tedavi yaklaşımı olan anterior singulotomi, hem etraflica ele alınıp incelenmiş ve hem de diğer cerrahi uygulamalar hakkında bilgi verilip karşılaştırma yapılmaya çalışılmıştır. İnceleme sonunda bu cerrahi tedavinin diğer cerrahi tedavilere göre klinik yönden olumlu bir cevap elde edebilmede bir miktar daha üstün, nispeten kolay uygulanabilir, ekonomik ve etkinliği ispatlanmış bir yöntem olduğu sonucuna varılmıştır. Diğer yandan ise güncel literatürde istenme-

yen yan etkileri önemsenmeyecek düzeyde az, ancak etkinliği ve güvenirliliği tam bir alternatif cerrahi tedavi seçeneği de henüz bildirilmemiştir.

Anahtar kelimeler: anterior singulotomi, obsesif kompulsif bozukluk, psikişirürji

Giriş: obsesif-kompulsif bozukluk

Toplumda "takıntı hastalığı" olarak da bilinen bu hastalık iki temel bileşenden oluşur:

"Obsesyon", kişinin aslında mantıksız olduğunu bilmesine ve kabul etmesine rağmen sürekli ve tekrarlayıcı şekilde aklına gelen; sıkıntı yaratmasına rağmen bir



Toplumda "takıntı hastalığı" olarak da bilinen bu hastalık iki temel bileşenden oluşur.

Bu takıntılar kişide sıklıkla kirlenme, kuşku, simetri ihtiyacı, emin olamama, şiddet düşünceleri, dinsel ya da cinsel konularla ilgili rahatsızlık verici düşünceler şeklinde ortaya çıkar. Ayrıca belli bir hareketin yapılmadığı koşulda kötü bir sonuç doğuracağı düşüncesi de obsesyon olarak kabul edilir.



Bu bozukluğun gidişi sırasında bir zaman kişi obsesyon ya da kompulsiyonlarının aşırı ya da anlamsız olduğunu kabul eder.

türlü akla gelmesini ve düşünmesini engelleyemediği düşünceler, kuşku, dürtüler, hayaller, hayali olaylar, görüntüler ya da kafasında canlanan sahnelerdir. Bu takıntılar kişide sıklıkla kirlenme, kuşku, simetri ihtiyacı, emin olamama, şiddet düşünceleri, dinsel ya da cinsel konularla ilgili rahatsızlık verici düşünceler şeklinde ortaya çıkar. Ayrıca belli bir hareketin yapılmadığı koşulda kötü bir sonuç doğuracağı düşüncesi de obsesyon olarak kabul edilir.

"Kompulsiyon ise kişinin aklına gelen obsesif düşüncelerin yarattığı sıkıntı ve anksiyeteyi gidermek amacıyla yapılan ya da kişinin yapmak zorunda hissettiği, gereksiz olduğunu bilmesine rağmen yapmaktan ve tekrar etmekten kendisini alamadığı bazı davranış ve hareketler topluluğudur. Sıklıkla aynı hastada birden fazla kompulsif davranış örüntüsü vardır. Bu davranışlar kişide sıklıkla yıkanma, yıkama, temizleme, sayma, kontrol etme, sıraya koyma, ayar ve düzenleme yapma şeklinde ortaya çıkar. Bazen de bu kompulsif davranışlar, kaçınma (bazı sayı ve kelimeleri söylememe, çizgilere basmama gibi), tekrarlayıcı tik benzeri veya sıralayıcı hareketler şeklinde görülebilir. Tüm bu hareket ve davranışların ortaya çıkmasında temel faktörler, sıkıntı yaratan obsesif düşünce(ler)den kurtulmaya çalışma ya da belli hareketlerin yapılmadığı takdirde kötü bir şeylerin ortaya çıkacağı düşüncelerini önlenmeye çalışmadır. (9)

Obsesif kompulsif bozukluğun uluslararası DSM-IV-TR tanı kriterleri aşağıdaki tabloda sıralanmıştır (Tablo 1). "Obsesif Kompulsif Bozukluk" DSM-IV-TR'deki "Anksiyete Bozuklukları" bölümünden çıkartılarak **DSM-5'te "Obsesif Kompulsif ve İlişkili Bozukluklar"** isminde yeni bir bölüm oluşturulmuş ve **"Obsesif Kompulsif Bozukluk"** ile buna benzeyen bozukluklar bu bölüme kaydırılmıştır.

Bu hastalığın sebep ve oluş mekanizmalarına (etyoloji ve patogeneze) yönelik literatürde birçok çalışma yapılmış ve bazı kuramsal ya da bilimsel önermelerde bulunulmuştur. Bunların bir kısmı aşağıda sunulmuştur:

Kuramsal önermeler:

*Psikodinamik yaklaşımlar (S. Freud)

*Öğrenme kuramı (Pavlov ve Mase-man)

*Klasik koşullama (Mowrer)

*Varoluşçu yaklaşım

Genetik etkenler

Nörobiyolojik etkenler:

*Nöroimmunolojik etkenler

*Nörotransmitter varsayımı (serotonin, dopamin, glutamat)

*Peptid varsayımı (vazopresin, oksitosin, somatostatini) (9)

Obsesif kompulsif bozukluğun dsm-iv-tr tanı kriterleri (1)

A. Obsesyonlar ya da kompulsiyonlar:

Bu bozukluk sırasında kimi zaman istenmeden gelen ve uygunsuz olarak yaşanan ve belirgin anksiyete ya da sıkıntıya neden olan, yineleyici ve sürekli düşünceler, dürtüler ya da düşlemler;

*Düşünceler, dürtüler ya da düşlemler sadece gerçek yaşam sorunları hakkında duyulan aşırı üzüntüler değildir.

*Kişi, bu düşünceleri, dürtüleri ya da düşlemlerine önem vermemeye ya da bunları baskılamaya çalışır ya da başka bir düşünce ya da eylemle bunları etkisizleştirmeye çalışır.

*Kişi, obsesyonel düşüncelerini, dürtülerini ya da düşlemlerini kendi zihninin bir ürünü olarak görür (düşünce sokulmasında olduğu gibi değildir).

Kompulsiyonlar aşağıdakilerden (1) ve (2) ile tanımlanır:

*Kişinin, obsesyona bir tepki olarak ya da katı bir biçimde uygulanması gereken kurallarına göre kendini yapmaktan alıkoymadığı yineleyici davranışlar (örn. El yıkama, düzene koyma, kontrol etme) ya da zihinsel eylemler (örn. Dua etme, sayı sayma, bir takım sözcükleri sessiz bir biçimde söyleyip durma)

*Davranışlar ya da zihinsel eylemler, sıkıntıdan kurtulmaya ya da var olan sıkıntıyı azaltmaya ya da korku yaratan olay ya da durumdan korunmaya yöneliktir; ancak

"Obsesif Kompulsif Bozukluk" DSM-IV-TR'deki "Anksiyete Bozuklukları" bölümünden çıkartılarak DSM-5'te "Obsesif Kompulsif ve İlişkili Bozukluklar" isminde yeni bir bölüm oluşturulmuş ve "Obsesif Kompulsif Bozukluk" ile buna benzeyen bozukluklar bu bölüme kaydırılmıştır.

Bu teoriler ışığında elde edilen bilgiler göstermiştir ki eğer inhibitör yolakta zayıflama ya da eksitator yolakta aşırı bir artma olursa OKB bulguları ortaya çıkmaktadır. Ayrıca limbik sistemde aktivite azaldığında obsesyonla ilgili negatif duygulanımlar da azalmaktadır.

bu davranışlar ya da zihinsel eylemler ya etkisizleştirilmesi ya da korunulması tasarlanan şeyler ile gerçekçi bir biçimde ilişkili değildir ya da açıkça çok aşırı bir düzeydedir

B. Bu bozukluğun gidişi sırasında bir zaman kişi obsesyon ya da kompulsiyonlarının aşırı ya da anlamsız olduğunu kabul eder. Not: Bu çocuklar için geçerli değildir.

C. Obsesyon ya da kompulsiyonlar belirgin bir sıkıntıya neden olur, zamanın boşa harcanmasına yol açar (günde bir saatten daha uzun zaman alırlar) ya da kişinin olağan günlük işlerini, mesleki (ya da eğitimle ilgili) işlevselliğini ya da olağan toplumsal etkinliklerini ya da ilişkilerini önemli ölçüde bozarlar.

D. Başka bir Eksen I bozukluğu varsa, obsesyon ya da kompulsiyonların içeriği bununla sınırlı değildir (örn. Bir yeme bozukluğunun olması durumunda yemek konusu üzerinde düşünüp durma; trikotilomaninin olması durumunda saç çekme üzerinde durma; vücut dismorfik bozukluğunun olması durumunda dış görünümle aşırı ilgilenme; bir madde kullanım bozukluğunun olması durumunda ilaçlar üzerinde düşünüp durma; hipokondriasisin olması durumunda ciddi bir hastalığı olduğu biçiminde düşünüp durma, bir parafilinin olması durumunda cinsel dürtüler ya da fanteziler üzerinde düşünüp durma ya da Majör Depresif Bozukluk olması durumunda suçluluk üzerine geviş getirilmesine düşünme).

E. Bu bozukluk bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir ilaç) ya da genel tıbbi

bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.

OKB etyolojisinde genetik ve çevresel faktörlerin kombinasyonu sıklıkla sorumlu tutulmaktadır. (15) Papez 1937 yılında kadavra çalışmaları sonrasında limbik sistemi tanımlamış ve "emosyon" ile ilişkili olduğunu tarif etmiştir. Ayrıca gözlemleri sonucu insanlarda anterior singulat korteksi besleyen atardamarlardan birinde tıkanma olduğunda oluşan lezyonun soyutlama ile davranışsal değişim arasındaki korelasyonu çok az etkilediğini söylemiştir. Takip eden yıllarda -bu gözlemlere dayalı olarak- anterior singulat kortekse uygulanan cerrahi çıkarma/ hasar (lezyon) oluşturma işlemlerinin insanlardaki anksiyete problemlerini ortadan kaldıracabileceği öne sürülmüştür. Hastalara uygulanan iki taraflı anterior singulotomi ameliyatı sonrasında kişilikte (personality) değişimlerin prefrontal lobektomi ameliyatı sonuçlarına göre ihmal edilecek kadar az olduğu gösterilmiştir. Ayrıca bu hastalarda perseverasyonun ve kaygının (self concern) da belirgin düzeyde azaldığı saptanmıştır. (5)

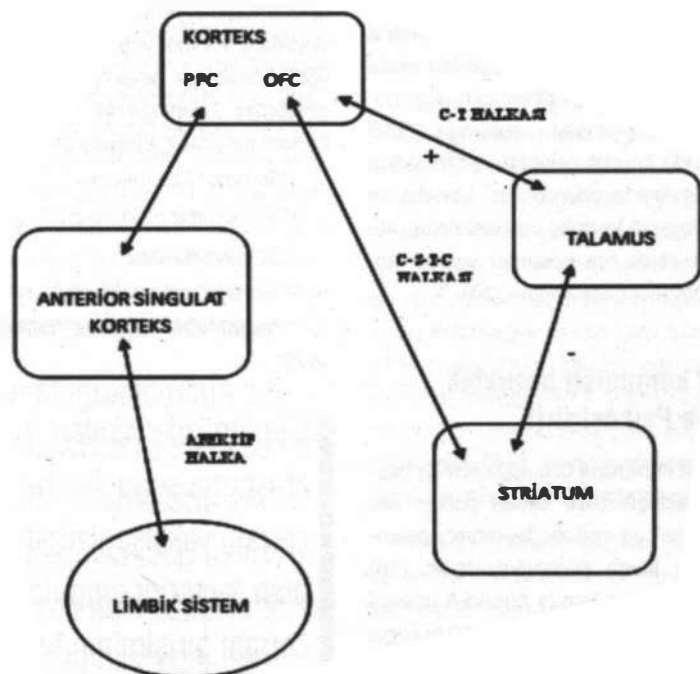
Bu hastalığın oluş mekanizmasına yönelik üç sinirsel yolağın bozuklukları ileri sürülmüştür:

*Orbital ve prefrontal korteksten internal kapsülün ön bacağı içinden talamusa uzanan pozitif geri besleme (feed-back) yolağı. Bu kortikotalamik yolak uyarıcı (ek-sitator) olup iki taraflı çalışır.

*Orbitofrontal korteks-kaudat çekirdek-globus pallidus-talamus-korteks (korteks-striatum-talamus-korteks de denir) arasında kurulu olan bu yolak baskılayıcı (inhibitör) bir yoldur. Bu yolak aynı zamanda orta beyinden striatuma doğru olan serotonerjik bağlantıları da kurar.

*Limbik sistem olarak da tarif edilen hipokampus, mamiller cicimler ve forniks ile talamus ve anterior singulat korteks arasında uzanan yolak olup OKB'nin affektif anksiyete bileşenini oluşturur. (15)

Bu teoriler ışığında elde edilen bilgiler göstermiştir ki eğer inhibitör yolakta zayıflama ya da eksitator yolakta aşırı bir artma olursa OKB bulguları ortaya çıkmaktadır. Ayrıca limbik sistemde aktivite azaldığında obsesyonla ilgili negatif duygulanımlar da azalmaktadır. (15) Bu teorilere yönelik yapılan çalışmalar hastalığın temelinde serotoninin önemli bir rolü olduğunu göstermiş ve çoğu hastada selektif serotonin geri alım inhibitörü (selective serotonin reuptake inhibitor; SSRI) ilaç tedavisi ise başa-



Tablo 1: OKB patogenezinde sorumlu tutulan beyin yolları (15)

(C-S-T-C: korteks-striatum-talamus-korteks;

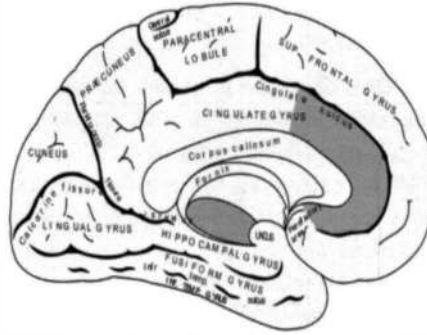
C-T: korteks-talamus; OFC: orbitofrontal korteks; PFC: prefrontal korteks)

rılı sonuçlar alınabilmektedir. Ancak yine de azımsanmayacak düzeyde hastada uygun doz ve süre kullanıma rağmen semptomlarda gerileme kaydedilememektedir. Öte yandan SSR ilaç kullanan ancak tedaviye direnç gösteren hastalara antipsikotik (dopamin antagonisti; antidopaminerjik) tedavi eklendiğinde bazı hastalarda olumlu sonuçlar alınabilmektedir. Öte yandan beyin görüntüleme yöntemleri kullanıldığında kaudat çekirdeğin OKB patogeneğinde önemli bir merkez oluşturduğu, bu çekirdeğin ilişkili olduğu sinir yollarında glutamat disfonksiyonu (glutamat aşırı aktivitesi; hiperglutamaterji) olduğu görülmüştür. Beyin omurilik suyu içerik incelemelerinde de OKB hastalarındaki glutamat düzeyleri normal bireylere göre belirgin yüksek saptanmıştır. Ayrıca SSRI ilaçların bu glutamat disfonksiyonunu regüle edebildiği gösterilmiştir. (9)

Yapılan radyolojik görüntülemelerde OKB hastalarının anterior (ön) singulat kortekslerinde anormallik olduğu gözlenmiş; özellikle sağ anterior singulat korteksi normale göre morfolojik olarak daha büyük olan hastalarda hastalık gidişinin ağır semptomlarla seyrettiği gözlenmiştir. Ayrıca bu hastaların kaudat çekirdeklerinin, orbitofrontal alan ve amigdalalarının normale göre daha küçük ve talamuslarının ise büyük olduğu tespit edilmiştir. PET çalışmalarında ise orbitofrontal ve sol dorsolateral frontal alanda ve dorsal parietal kortekste metabolizma artışı gözlenmiştir. Bu görüntüleme araştırmaları sonunda OKB davranışında kaudat çekirdek, bozukluğun affektif işleyişinde orbitofrontal korteks ve anterior singulat korteks ve hastalıkta oluşan anksiyetede ise posterior yapılar sorumlu tutulmaya çalışılmıştır. (14)

Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) ve Psikoşürüj

Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) hastalarının yaklaşık %10 kadarı güncel ilaç tedavilerinden ve yoğun davranışçı psikoterapilerden fayda görememektedir. (18) Bu hastaların tedavisinde nörolojik cerrahi tedavi (psikoşürüj) halen güncelliğini koruyan bir yöntemdir. İlk cerrahi girişim Moniz ve ekibi tarafından 1936 yılında gerçekleştirilmiş ve Freeman tarafından modifiye edilerek 1951 yılına kadar yaklaşık 10,000



Anterior singulat korteksin etor gerektiren işlerde (örneğin erken öğrenme ve problem çözme gibi) dikkatin toplanmasında rolü olduğu düşünülmektedir.

kişiye "frontal lobotomi" cerrahisi uygulanmıştır. Ancak bu cerrahi tedavi sonrası hastaların büyük kısmında istenmeyen yan etki ve komplikasyonlar gözlenmesi nedeniyle bu teknik bırakılmış ve başka cerrahi tedavi teknikleri araştırılmaya başlanmıştır. Bu amaçla 1947 yılında Wycis ve Spiegel tarafından stereotaktik cerrahi tedavi yöntemleri ortaya konmuştur. (11)Günümüzde bu hastalıkta ortaya çıkan anksiyete bozukluğunun kortikostriatal yollardaki (Papez devresi, singulum demeti, orbitofrontal korteks, kaudat çekirdek, pallidum, talamus) ve özellikle de anterior singulat korteks ile orbitofrontal korteks ve kaudat çekirdek arasındaki devrelerde anormal sinirsel iletilerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu yollara yönelik yapılan ve halen güncelliğini korumaya devam eden ya da halen araştırma aşamasında olan stereotaktik cerrahi girişimler aşağıda sıralanmıştır:

"anterior kapsulotomi"

"subkaudat traktotomi"

"limbik lökotomi"

"anterior singulotomi"

"vagat sinir uyarımı (stimulasyonu); VNS"

Günümüzde yapılan araştırma sonuçları bu cerrahi yaklaşımlardan olan "anterior singulotomi" cerrahi girişiminin hem etkili hem de güvenilir bir tedavi oluşturduğunu göstermektedir.

"derin beyin stimulasyonu; DBS" (12)

Bu cerrahi işlemlerde amaç orbitofrontal korteks ve kaudat çekirdek ile yakın ilişkisi olan anterior singulat korteksin bu bağlantılarını keserek burada gösterilmiş olan yüksek metabolik aktiviteyi kalıcı bir şekilde normale indirmeye çalışmak olmuştur. Günümüzde yapılan araştırma sonuçları bu cerrahi yaklaşımlardan olan "anterior singulotomi" cerrahi girişiminin hem etkili hem de güvenilir bir tedavi oluşturduğunu göstermektedir. Son çalışmalarda anterior singulat korteksin fronto-striato-pallido-talamo-frontal halka (yolak) ile yakın ilişkide olduğu anlaşılmış; cerrahi sonrası her ne kadar OKB bulguları gerilese de ameliyat sonrası gelişebilecek bilişsel bozulmalar da araştırılmaya başlanmıştır. (11)

Diğer tedavi yöntemlerine direnç geliştiren hastalarda cerrahi tedavi uygulama gerekçeleri aşağıda sıralanmıştır:

*DSM-IV tanı kriterlerine tam sahip olma

*Hastanın tüm yaşamını etkileyecek ve hastayı bitkin hale getirecek düzeyde semptomlara sahip olma (semptomların OKB kökenli olup eşlik eden depresyona ya da psikotik bozukluklara bağlanmamış olması gerekmektedir)

*Tüm tedavi yöntemleri (yoğun davranışçı psikoterapi, SSRI, antipsikotikler ve bunların kombine kullanımı) sistemik olarak uygulanmış olmasına rağmen 1 yıl süreyle bunlardan çok az fayda görmüş olma ya da hiç fayda elde edememe (10,11,12,18)

Cerrahi tedavi uygulamayı engelleyen durumlar (kontrendikasyonlar):

*Eksen I hastalığı olanlar (organik beyin sendromu, delüzyonel hastalık, alkol/ madde kötüye kullanımı)

*Eksen III hastalığı olanlar (orta/ ağır beyin atrofi, inme, tümör, önceden geçirilmiş beyine veya beyin damarlarına yönelik cerrahi tedavi öyküsü, geçirilmiş beyin travması öyküsü) (10,11,18)

Singulat korteks anatomisi

Singulat korteks her iki beyin yarımküresinin üstte birleşim yüzlerinin alt kısmında önden arkaya doğru uzanan giral bir olu-

şum olup ön ve arka olmak üzere iki kısma ayrılır. Anterior singulat korteks frontal lobun arka altında olup arka (dorsal) kısımları bilişsel (kognitif) ve ön (ventral) kısımları emosyonel görevlerde rol alır. Dolayısıyla bilişsel kısmı prefrontal korteks ve parietal korteks ve frontal görme alanları ile bağlantı halindedir. Emosyonel kısmı ise amigdala, "nucleus accumbens", hipotalamus ve anterior insula ile sinirsel bağlantılar yapar. Anterior singulat korteksin efor gerektiren işlerde (örneğin erken öğrenme ve problem çözme gibi) dikkatin toplanmasında rolü olduğu düşünülmektedir. Bu bölgenin patolojik lezyonlarında emosyonel dengesizlik, hataları muhakeme edememe, dikkatte azalma, akinetik mutizm gibi tablolar ortaya çıkabilmektedir. (15)

Anterior singulat korteks fonksiyonları literatürde kabaca aşağıdaki gibi tartışılmaktadır:

*Bilginin otomatik işlenmesi (*subconscious processing*)

*Dilin işlenmesi (*language processing*)

*Görsel alan işlenmesi (*visual field processing*)

*Limbik sistem, otonom sinir sistemi, insular korteks gibi emosyonel bağlantılara katılmak ve fiziksel kondisyonda değişimleri algılayıp davranışı modifiye etmek

*Bilişsel aktivitelere katılmak (dikkat, bilişsel kontrol, işlemsel hafıza, başarı hedefli davranış)

*Orbitofrontal korteks bağlantısı sayesinde pozitif/ negatif ya da iyi/ kötü emosyonel uyarıları ayırt etmek (5)

Posterior singulat korteks ise anterior singulat korteksin arkaya doğru devamı olup parietal lobun altında yer alır. Burası parietal lob ve dorsolateral prefrontal korteks ile sıkı ilişki içindedir. Bu nedenle de ağrı, otobiyografik hafıza (kendi geçmişini ve kişileri hatırlama), görsel dikkat ve göz hareketlerinin kontrolü, yönetici motor kontrol (*executive motor control*) gibi görevleri üstlenir. Bu bölgenin patolojik lezyonları ya da anormal metabolizması sonrası Alzheimer Hastalığı, şizofreni, otizm, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve depresyon gibi hastalıklar ortaya çıkabilmektedir. (5)



Anterior singulotomi cerrahi tedavisinin tek başına uygulandığı hastaların üç yıllık izlemleri sonunda bu hastaların %32-60 kadarında tedaviye cevap ve %14-20 kadarında ise remisyon sağlanabildiği tespit edilmiştir.

Anterior singulotomi yaklaşımı

Lokal anestezi altında stereotaktik çerçeve kafatasına sabitlendikten sonra radyolojik görüntüleme (manyetik rezonans görüntüleme ve/ veya bilgisayarlı tomografi) yapılır ve daha sonra ameliyathaneye alınan hastanın kafatasına lokal anestezi sonrası orta hattan 15-20 mm uzak (lateral) kalacak şekilde her iki taraf koronal sütürün önünde iki adet delik açılır. Daha sonra radyolojik görüntüler kullanılarak bilgisayar ortamında stereotaktik çerçeve için koordinatlar üç boyutlu belirlenir ve bu çerçeve üzerinden elektrotlar elde edilen koordinatlar doğrultusunda beynin lezyon yapılmak istenen bölgelerine iletilebilir. İstenen lokalizasyonlara ulaşıldığında iki tarafa ikiye bölünmüş olmak üzere toplam dört adet termokoagülasyon (yüksek ısı ile yakma) işlemi uygulanır. Bu işlem sonrası elektrotlar beyinden çıkarılır ve cerrahi yaralar kapatılıp çerçeve

hastanın başından sökülür ve ameliyata son verilir. Burada termokoagülasyon uygulanacak alanların koordinatları kabaca şöyledir: ilk lezyonlar için her iki beyin yarıküresi için lateral ventrikülün frontal boy-nuzunun ucunun 15-20 mm gerisi, korpus kallozum üst yüzeyinden 2-5 mm yukarısı ve orta hattın (orta hattı genelde falks be-lirler) 7 mm uzağıdır. İkinci lezyonlar için elektrotlar 7-8 mm geriye çekilir. İşlem sonunda ilgili beyin alanlarında eliptosilindirik şekilde yaklaşık 18 mm yüksekliğinde, 13 mm ön-arka uzunlukta ve 6 mm çapında lezyonların oluşması beklenir. (12)

Tartışma

OKB etyolojisine ve patogeneze yönelik yapılan deneysel ve klinik çalışmalar temel bozukluğun korteks-striatum-talamus-korteks bağlantı yollarındaki anormal iletişimden kaynaklandığını düşündürmektedir. Nitekim klinikte kullanılan SSRI ilaçlarla elde edilen iyileşme bu yollarındaki bozukluğu destekler niteliktedir. Gerçekten de striatumdaki metabolik inceleme sonuçları burada "serotonin" adlı maddenin bu yolları çalıştırıcı nörotransmitter madde olduğunu önermektedir. (17) Yine bu yolların işleyişinde yer aldığı tespit edilmiş olan "dopamin" de klinik iyileşmeyi elde edebilmede önemli bir ajandır. Nitekim SSRI tedavisine cevap vermeyen hastalarda dopamin işleyişini bloke eden ilaçların (antidopaminerjik) tedaviye eklenmesi sonrası OKB semptomlarının düzeltilmesinde belirgin başarı sağlanabildiği tespit edilmiştir. (7) Ayrıca yine bu yollarında "glutamat" da önemli bir nörotransmitter ajandır. Bu ajan kaudat çekirdek ile diğer yollar arasındaki bağlantılarda işlev görmektedir. OKB hastalarının kaudat çekirdeklerinde glutamat metabolizma yüksekliği saptanmış ve bu metabolizma yüksekliğinin azaltılmasının OKB semptomlarında belirgin düzelme oluşturabildiği gözlenmiştir. (8)

Yapılan literatür gözden geçirmelerinde, anterior singulotomi cerrahi tedavisinin tek başına uygulandığı hastaların üç yıllık izlemleri sonunda bu hastaların %32-60 kadarında tedaviye cevap ve %14-20 kadarında ise remisyon sağlanabildiği tespit edilmiştir. Öte yandan bu hastalara ameliyat öncesi ve sonrası uygulanan nörop-

Anterior singulotominin tüm bu avantajlarına rağmen cerrahi tedavi gören hastaların ancak % 40 kadarında ilk girişimden yeterli fayda elde edilebilmekte ve geri kalan hastalara ise birden fazla cerrahi girişim gerekebilmektedir.

sikolojik test bataryalarının sonuçlarının karşılaştırılmasında da belirgin bir farklılık gözlenmemiştir. Buradan da anterior singulotomi uygulanması sonrası hastaların zeka düzeylerinde (Wechsler Adult Intelligence Scale), görsel-uzaysal algılarında ve hafızalarında (Rey Complex Figure Test), sözel hafızalarında (Hopkins Verbal Learning Test), öğrenme ve yönetici işlevlerinde (Wisconsin Card Sorting Test ve Controlled Oral Word Association Test) neredeyse hiç değişiklik oluşmadığı savunulmuştur. (10) Diğer yandan anterior singulotomi uygulanan hastalarda cerrahi sonrası erken dönemde Stroop testi sonuçlarında bozulma olduğu ancak bu bozukluğun aylar içinde düzeldiği gözlenmiştir. Ayrıca posterior singulat korteks atrofisi olduğunda Stroop testi sonuçlarının kötüleştiği buna karşılık anterior singulat korteks atrofisi olan hastalarda bu test sonuçlarını daha iyi olduğu ileri sürülmüştür. (5) Yapılan diğer bazı klinik çalışmalarda ise OKB' nin perseveratif paterninin (Wisconsin kart eşleştirme testi aracılığı ile değerlendirilen yönetici fonksiyonlar) hastalık semptomlarının gelişiminde çok önemli olduğu düşünülmüştür. Ameliyat öncesi bozuk olan test sonuçlarının ameliyat sonrası erken dönemde ve en geç bir yıl içinde tama yakın düzeldiği rapor edilmiştir. (10)

Anterior singulotominin tüm bu avantajlarına rağmen cerrahi tedavi gören hastaların ancak % 40 kadarında ilk girişimden yeterli fayda elde edilebilmekte ve geri kalan hastalara ise birden fazla cerrahi girişim gerekebilmektedir. İlk cerrahi tedaviden fayda göremeyen bu hastalarda sebebin anatomik ve fizyolojik farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir. (16) Anterior singulotomiden fayda görmeyen bu hastalara sıklıkla "anterior kapsülotomi" ameliyatı önerilmektedir. (1)

Anterior kapsülotomi ameliyatında anterior singulotomideki benzer stereotaktik yöntem kullanılarak internal kapsülün anterior bacağına lezyon oluşturulmakta ve böylece korteks-talamus arası sinirsel bağlantılar kesiye uğratılmaktadır. Literatürde bu ameliyat sonrası üç yıllık klinik izlemleri sonunda hastaların %25-78 kadarında semptomların tama yakın düzeldiği ve %10-30 kadarında ise remisyon-kismi



Bir diğer çok yeni cerrahi tedavi yaklaşımı ise DBS uygulamalarıdır.

düzelme sağlanabildiği ileri sürülmüştür. Her ne kadar sonuçların iyiliği bakımından bu cerrahi tedavi anterior singulotomiye üstün gibi görünse de bu işlemin uygulandığı hastaların bir kısmında ciddi intihar eğilimi/ girişimi veya tamamlanmış intiharlar olduğu gözlenmiştir. Bunun yanı sıra bu hastalarda geçici baş ağrıları, konfüzyon, idrar kaçırma, duygulanım bozuklukları (disinhibisyon), kilo alımı, letarji gibi istenmeyen yan etkilerin ortaya çıkabildiği de saptanmıştır. (12,14)

Subkaudat traktotomi ameliyatında da stereotaktik yöntemler kullanılmakta ve striatum üzerinden giden ve korteks ile talamus arasındaki bağlantıları oluşturan yollar kesilmektedir. Sonuçta bu cerrahi girişim orbitofrontal korteks-anterior singulat korteks-striatum-talamus-amigdala arasındaki bağlantıları kesmeye yönelik uygulanmakta olup temel amaç anterior singulat korteks aktivitesini düzene koymaktır. Bu cerrahi girişim sonrası hastaların %50 kadarında semptomlarda belirgin düzelme

Bu çalışmaların sonuçlarına dayanarak, bu türlü uygulamaların hastaları daha da kötüye götürdüğü (depresyon eğiliminde artış, intihar düşüncesi ya da girişimi gibi) ve dolayısı ile bu tür uygulamaların hatalı bir yaklaşım olduğu ileri sürülmüştür.

elde edilebilmektedir. Ayrıca karşılaştırmalı bir derleme çalışmasında her ne kadar istatistiksel bir fark bulunamasa da anterior kapsülotominin anterior singulotomiden daha iyi tedavi cevabı oluşturabildiği savunulmaktadır. (13) Ancak bu tedavi sonrasında hastalarda depresyon eğiliminde artış, kişilik değişimleri ve epilepsi gelişimi gibi istenmeyen yan etkilerin ortaya çıkabildiği de bildirilmektedir. (12)

Limbik lökotomi ameliyatında ise yine stereotaktik yöntemler kullanılarak iki farklı yolağa lezyon uygulanmaktadır: frontotamamik yolak ve Papez devresi (subkaudat traktomi ile anterior singulotominin kombinasyonu şeklinde de düşünülebilir). Bu cerrahi girişim sonrası yedi yıllık klinik izlem sonunda hastaların % 69 kadarında OKB semptomlarında belirgin düzelme elde edilmiştir. Ancak hastaların bir kısmında geçici baş ağrısı, konfüzyon, motivasyon kaybı, perseveratif davranış, kilo kaybı ve idrar kaçırma gibi istenmeyen yan etkiler gözlenmiştir. (12)

Sonuç olarak yukarıda bahsedilen tüm cerrahi yöntemlerin kendine göre üstünlükleri ve dezavantajları olduğu görülmektedir. Literatürde bu cerrahi yöntemlerin avantajlarını birleştirip daha iyi sonuçlar elde etmeye yönelik iki ya da daha fazla yöntemi bir arada kullanan klinik çalışmalar da yapılmıştır. Ancak bu çalışmaların sonuçlarına dayanarak, bu türlü uygulamaların hastaları daha da kötüye götürdüğü (depresyon eğiliminde artış, intihar düşüncesi ya da girişimi gibi) ve dolayısı ile bu tür uygulamaların hatalı bir yaklaşım olduğu ileri sürülmüştür. (13)

Yukarıda bahsedilen cerrahi tedavilerin dezavantajları göz önünde bulundurularak istenmeyen yan etki profili daha az olabilecek yeni tedavi metotları da tarif edilmeye çalışılmıştır. Bu yeni metotlardan birisi olan VNS daha önce epilepsi ve tedaviye dirençli major depresyon hastalarında kullanılmış ve etkinliği gösterilmiştir. (13) Ancak bu yeni tedavi yöntemi literatürde çok az sayıdaki tedaviye dirençli OKB hastasında kullanılmıştır. VNS uygulanan medikal tedaviye dirençli OKB hastalarının bir yıllık takibi sonunda bu hastaların %25 kadarında semptomlarda remisyon sağlanabildiği gözlenmiş; ancak uzun dönem etkileri

hakkında detaylı bir çalışmaya literatürde rastlanamamıştır. Her ne kadar bu tedavi yöntemi beyinde hasar oluşturmama, hastaya spesifik stimülasyon değerlerini elde edebilme seçeneğini sunma ve tedaviden geriye dönüş olanağını sunma gibi avantajlara sahip olsa da henüz pahalı bir yöntem olup bu grup hastalardaki risk ve istenmeyen yan etkileri henüz bilinmeyen bir tedavi yöntemidir. (4,6)

Bir diğer çok yeni cerrahi tedavi yaklaşımı ise DBS uygulamalarıdır. DBS uygulamaları ilk kez ağır Parkinson hastalarında uygulanmış ve özellikle globus pallidus ya da subtalamik çekirdeğe (STN) verilen elektriksel uyarıların Parkinson hastalığı semptomlarında belirgin düzelme sağladığı ispatlanmıştır. Medikal tedavilere dirençli OKB hastalarına uygulanan bu tedavi yönteminde beynin belirli alanlarına ("*nucleus accumbens*", internal kapsülün ön bacağı ve ventral kapsül/ ventral striatal alan) stereotaktik çerçeve eşliğinde elektrik kabloları (elektrot) gönderip bu alanlara yine vücutta cilt altına yerleştirilmiş bir pil aracılığı ile elektriksel uyarılar vermek ve bu sayede OKB semptomlarını ortadan kaldırmak veya en azından azaltmak hedeflenmiştir. Yapılan klinik çalışmalar sonunda bu cerrahi tedavi yöntemi uygulanan hastalarda %45'e yakın oranlarda remisyon elde edilebileceği bildirilmiştir. (12,15) Ancak tedavinin etkinliğine ve yan etkilerine (epilepsi, kanama, anksiyete, kişilik değişimleri, hipomani, konsantrasyon bozukluğu gibi) yönelik literatürde yeterli bilgi birikimine ulaşılamamıştır. İlaveten bu tedavi sonrası hastaların nöropsikolojik durumlarına ve bilişsel düzeylerine yönelik araştırma sonuçları (nöroradyolojik ve nöropsikolojik test sonuçları) hakkında literatürde henüz yeterli bilgi birikimi bulunmamaktadır. Bu tedavi yönteminin diğer yöntemlere göre avantajları geri dönüşümlü olması ve beyinde kalıcı iz bırakmaması, karşılaştırmalı sonuçlar elde edilebilmesi, stimülasyon düzeyinin hastaya göre ayarlanabilmesidir. Ancak bu avantajlara sahip olsa da bu tedavi yöntemi henüz ekonomik yönden çok pahalı bir yöntemdir ve stimülasyon dozlarını ayarlamak için ciddi bir tecrübe birikimi gerektirmektedir. Ayrıca bu tedavi uygulanan hastaların bazılarında ciddi enfeksiyon, pil bozulmaları riskleri de bildiril-

miş olup DBS olan hastalara elektrokonvülfif tedavi (EKT) uygulanması gerektiğinde bunun mümkün olamayacağı da ifade edilmiştir. (4,16)

Sonuç

Medikal tedaviye dirençli OKB hastalarının tedavisinde bir seçenek olarak yer alan psikoşürüji günümüzde her ne kadar çok ve etkili seçeneklere sahip olsa da bu seçenekler henüz çok yeni olup uzun dönem karşılaştırmalı sonuçları tartışmalıdır. Bunlara ilaveten güncel literatürde yan etkisi önemsenmeyecek düzeyde az ancak etkinliği ve güvenilirliği tama yakın bir alternatif cerrahi tedavi seçeneği de henüz bildirilmemiştir.

Kaynakça

- (1) Bayar R, Yavuz M. Obsesif kompulsif bozukluk. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi NO: 61, Mart 2008, S:185-191
- (2) Bourne SK, Sheth SA, Neal J, Strong C, Mian MK, Cosgrove GR, Eskandar EN, Dougherty DD. Beneficial effect of subsequent lesion procedures after nonresponse to initial cingulotomy for severe, treatment-refractory obsessive-compulsive disorder. *Neurosurgery*. 2013; 71(1): 196-201.
- (3) Buturak ŞV, Bakar B. İlaç tedavisine dirençli depresyonda bir alternatif tedavi yöntemi: vagal sinir uyarımı. *Journal of Mood Disorder*. 2014; 4: 167-174
- (4) Eljamel MS. Ablative neurosurgery for mental disorders: is there still a role in the 11st century? A personal perspective. *Neurosurg Focus*. 2008; 15(1): E4.
- (5) Gasquoine PG. Localization of function in anterior cingulate cortex: from psychosurgery to functional neuroimaging. *Neurosci Biobehav Rev*. 2013; 37(3): 340-348.
- (6) George MS, Ward HE Jr, Ninan PT, Pollack M, Nahas Z, Anderson B, Kose S, Howland RH, Goodman WK, Ballenger JC. A pilot study of vagus nerve stimulation (VNS) for treatment-resistant anxiety disorders. *Brain Stimul*. 2008 Apr;1(1):111-11.
- (7) Goodman WK, McDougall CJ, Price LH, Riddle MA, Pauls DL, Leckman JF. Beyond the serotonin hypothesis: a role for dopamine in some forms of obsessive compulsive disorder? *J Clin Psychiatry* 1990; 51 Suppl: 36-43, discussion 55-58.
- (8) Hansen ES, Hasselbalch S, Law I, Bolwig TG. The caudate nucleus in obsessive-compulsive disorder. Reduced metabolism following treatment with

paroxetine: a PET study. *Int J Neuropsychopharmacol*. 2001; 5(1): 1-10.

(9) Işık E. "Obsesif kompulsif bozukluk" In: Çocuk, ergen ve erişkinlerde anksiyete bozuklukları.(Editörler: Işık E, Işık Taner Y). İstanbul: Asimetrik Paralel Yayınevi; 2006. s 141-185

(10) Jung HH, Kim CH, Chang JH, Park YG, Chung SS, Chang JW. Bilateral anterior cingulotomy for refractory obsessive-compulsive disorder: Long-term follow-up results. *Stereotact Funct Neurosurg*. 2006; 84(4): 184-189.

(11) Kim CH, Chang JW, Koo MS, Kim JW, Suh HS, Park IH, Lee HS. Anterior cingulotomy for refractory obsessive-compulsive disorder. *Acta Psychiatr Scand*. 2003; 107(4): 183-190.

(12) Lapidus KA, Kopell BH, Ben-Haim S, Rezai AR, Goodman WK. History of psychosurgery: a psychiatrist's perspective. *World Neurosurg*. 2013; 80(3-4): S17.e1-16.

Leiphart JW, Valone FH 3rd. Stereotactic lesions for the treatment of psychiatric disorders. *J Neurosurg*. 2010; 113(6): 1104-1111.

(13) Rauch SL, Dougherty DD, Cosgrove GR, Cassem EH, Alpert NM, Price BH, Nierenberg AA, Mayberg HS, Baer L, Jenike MA, Fischman AJ. Cerebral metabolic correlates as potential predictors of response to anterior cingulotomy for obsessive compulsive disorder. *Biol Psychiatry*. 2001; 50(9): 659-667.

(14) Shah DB, Pesiridou A, Baltuch GH, Malone DA, O'Reardon JP. Functional neurosurgery in the treatment of severe obsessive compulsive disorder and major depression: overview of disease circuits and therapeutic targeting for the clinician. *Psychiatry (Edgmont)*. 2008; 5(9): 14-33.

(15) Sheth SA, Neal J, Tangherlini F, Mian MK, Gentil A, Cosgrove GR, Eskandar EN, Dougherty DD. Limbic system surgery for treatment-refractory obsessive-compulsive disorder: a prospective long-term follow-up of 64 patients. *J Neurosurg*. 2013; 118(3): 491-497.

(16) Soomro GM, Altman D, Rajagopal S, Oakley-Browne M. Selective serotonin re-uptake inhibitors (SSRIs) versus placebo for obsessive compulsive disorder (OCD). *Cochrane Database Syst Rev*. 2008, 13(1): CD001765.

(17) Zhang QJ, Wang WH, Wei XP. Long-term efficacy of stereotactic bilateral anterior cingulotomy and bilateral anterior capsulotomy as a treatment for refractory obsessive-compulsive disorder. *Stereotact Funct Neurosurg*. 2013; 91(4): 158-161.

"Karşı devrim yaşıyoruz. Ama karşı devrimi, hep devrimler temizlemiştir!"

Hıfzı Topuz'la Paris'ten, "2015'in ilk söyleşisi"

Eskiden kitaplar tek yönlü yazılırdı. Şimdi yazılan kitapların tepki ve geriye dönüş boyutu var. Okuyucu ile yapılan söyleşi toplantıları yeni mesajlar vermem gerektiğini düşündürüyor. Tepki devrimci bir tepki olunca. Bende geçmişe hayranlık yok, eleştiri var! Ders çıkarmak var geçmişten...

Paris'in ortasında bir ada 'Île Saint-Louis'. Orada bir kahvedeyiz. Sağımızda tarihi 'Notre-Dame' kilisesi. Solumuzda modern mimarisiyle Arap Dünyası Enstitüsü görünüyor. Önümüzden 'la Seine' nehri akıyor. Hıfzı Topuz, son kitabından 'Fikret Mualla'nın Paris'inden' diyerek röprodüksiyon, tıpkıbasım bir resim imzalıyor, günün anısına. Bir 'nehir söyleşi' başlıyor, 2015'in ilk günlerinde...

Güler Akdora: Sayın Hıfzı Topuz, kitaplarınızda yakın tarihimizi, döneminin ünlü isimleriyle anlatıyorsunuz. Ağırlık erkek kahramanlarda. Tevfik Fikret, Atatürk, Nâzım Hikmet, Namık Kemal, Abdülmecit... Ya da renkli simalarıyla 'Çılgın ve Özgür' Neyzen Tevfik, 'Paris'te Bir Türk Ressam' Fikret Mualla... Kadınları da yazdınız. 'Kadın' toplumumuzda yeterince ön plana çıkarılmıyor mu? Yoksa 'bu işin fitratında' mı var?

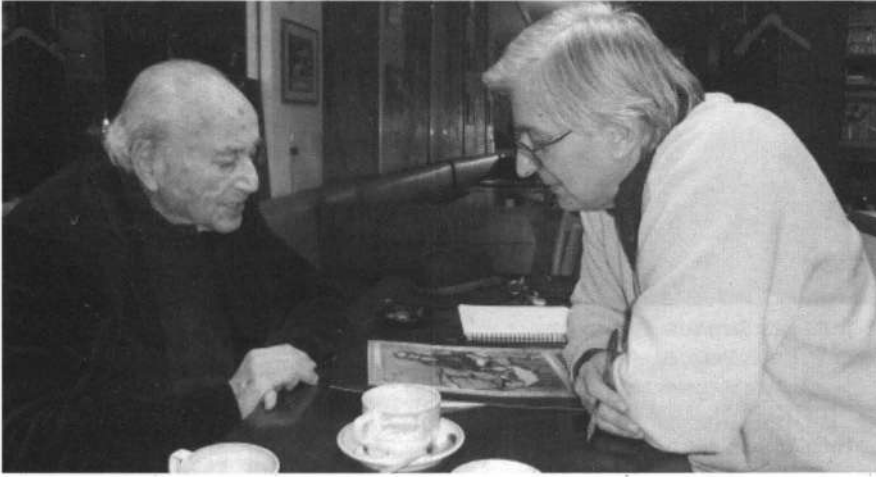
Hıfzı Topuz: Kadın konulu tarihi kitaplarım: 'Gazi ve Fikriye' Bir şarkı sözünden esinlendiğim 'Çamlıcanın Üç Gülü': Milli mücadelenin gizli direniş örgütleri saflarında genç kızlar. Bir kurgu romanın kahramanları oluyorlar. 'Hatice Sultan' Paris sokak kitapçıları, sahafları olan 'bukinist'lerden buldum. Saray ressamı Miel-

ling ile Hatice Sultan'ın 1800'lerdeki mektuplaşmaları... Mielling saraya geliyor. Bir ressamla Hatice Sultan'ın aşk öyküsü. Latin alfabesi ile Türkçe yazıyorlar. Handedan birinin sıradan bir ressamla ilişkisi. Osmanlı Sarayı'nda tesettür yok. Batılı bir anlayış var. Sonra prenses Feyziye Sultan. Hayri Osmanoğlu Hanım ile on yıl UNESCO'da çalıştık. Avupalı kimlikler. Sabiha Sultan, Vahdettin'in kızı. Son halife Mecid Efendi'nin oğlu ile evli. O da öyle. 'Meyyale', büyükannemin annesi. Bu nedenle yazdım. Cumhuriyete bakışları çok olumluydu. Eskinin özlemi içinde değillerdi. Bugünkü yobazlık yoktu bu insanlarda.



"Çocukluğumda dinlediklerimi, sonra kitaplarda araştırdım. O dönemin Osmanlı'sı'na eleştirel baktım."

Okurlarımın büyük çoğunluğu kadınlardır. Öğretmenler, üniversite öğrencileri ile de iyi bir iletişimim var. Roman benim için okurla bir iletişim, mesaj sorunudur.



Atatürk'ün 30 cilt tutan kitapları, bütün eserleri olma özelliği yanı sıra, önemli ölçüde belge ve arşiv değerinde.

Köy Enstitülerini *'Tavcan: Savaş Yıllarında Kültür Devrimi'* romanı ile anlattım. Okurlarımın büyük çoğunluğu kadınlardır. Öğretmenler, üniversite öğrencileri ile de iyi bir iletişimim var. Roman benim için okurla bir iletişim, mesaj sorunudur.

Gürler Akdora: Nasıl yazmaya başladınız. Yakın tarihimize hangi gözle bakıyorsunuz?

Hıfzı Topuz: Çocukluğumda dinlediklerimi, sonra kitaplarda araştırdım. Büyük-babamın babası Şerif Paşa, *Abdülmecit 'İmparatorluk Çökerken Sarayda 11 Yıl'* kitabımın kaynağı oldu. Yakın tarih üzerine zengin kaynaklara ulaştım. O dönemin Osmanlı'sı'na eleştirel baktım. Derslerle dolu bir yakın tarihimiz var.

Eskiden kitaplar tek yönlü yazılırdı. Şimdi yazılan kitapların tepki ve geriye dönüş boyutu var. Okuyucu ile yapılan söyleşi toplantıları yeni mesajlar vermem gerektiğini düşündürüyor. Tepki devrimci bir tepki olunca. Bende geçmişe hayranlık yok, eleştiri var! Ders çıkarmak var geçmişten...

Gürler Akdora: *'Paris'te Son Osmanlılar'* 1871 Paris Komünü'nden; *'Paris-68: Bir Devrim Denemesi'*ne geliyorsunuz. Paris-İstanbul iki merkezli bir elips çizip dünyayı dolaşıyorsunuz. Hindistan, Küba, Kara Afrika... *'Kara Çığlık'*, Lumumba'nın, bir siyah devrimcinin romanı. Ama bir Türk gazetecisinin de... Kahramanlarınızın seçilme özelliği nedir?

Hıfzı Topuz: Bugün ders alınacak isimler, inanç ve davalarından ödün vermeyen

insanlar olan devrimci kahramanlar. *Nâzım Hikmet* 'Hava Kurşun Gibi Ağır', *Sabahattin Ali* 'Başın Öne Eğilmesin', *Mithat Paşa* 'Taif'te Ölüm' ile kitaplaştı.

Nâzım, Küba Devrimi izlenimlerini 'Havana Röportajı'yla dizelere dökmüştü. Gelip gidişlerinde Paris'te görüştük. Ben üç yıl kadar önce Küba'ya davet edildim. Konferansında Havana Büyükelçisi dayanamayıp salonu terk etti...

Sabahattin Ali *işkence* ile öldürüldü. Hunharca katledildi süsü verildi... Rasih Nuri ileri bunu ölmeden açıkladı geçtiğimiz günlerde...

Kara Afrika üzerine kaleme aldıklarımı, belgesel yazılar olarak Abdi İpekçi, Milliyet'te yayınladı.

Gürler Akdora: 30 Cilt yayınlanan, Atatürk'ün Bütün Eserlerine özel bir önem verdiğiniz belirtiyorsunuz. Adı 'Ak' kendi 'Kara' bir karşı devrim döneminden geçiyor Türkiye. Bir de cemaat soruşturmaları var. Şimdilik alfabenin 'F' harfindeyiz! Türkiye'yi karanlıklardan aydınlıklara çıkaracak ortak payda gene Atatürk mü olacak?

Hıfzı Topuz: Atatürk'ün 30 cilt tutan kitapları, bütün eserleri olma özelliği yanı sıra, önemli ölçüde belge ve arşiv değerinde. Halk için birinci elden bir başvuru kaynağı. Benim için sık sık başvurduğum başucu kitaplarım oldular.

Gürler Akdora: Çocukluğunuzun Atatürk'ünü nasıl anımsıyorsunuz?

Hıfzı Topuz: Atatürk'ü sokaklarda görürdük. Halkın içindeydi. Bir de dönemin

devlet adamları geldiğinde görürdük. İran Şahı Rıza Pehlevi gelmişti. 5 gün için geldiği Türkiye'de 1 ay kalıyor. Gece trenle yolculuk ettikleri bir gecenin sabahında tren bir garda duruyor. Atatürk uyumaktadır. Dışarıda çocuklar sabah gazetelerini satıyor, bağırarak. Şah pencereden seslenir, 'Çocuklar susun Atatürk uyuyor' diye. İngiliz kralı Edward ziyaretine geldiğinde Haydarpaşa'da gördük. Cumhuriyet'in 10. yılı törenlerinde Ankara'dayız. Ben 10 yaşlarındayım. Ağabeyim iki yaş büyük. Gidip kendisini görüyoruz, Meclis önünde. Yazları İstanbul Kartal'da olurduk. Atatürk'ün treni Pendik'te dururdu, görmeye giderdik. Bir keresinde trenden inip biz çocukların elini sıkıştı.

Gürler Akdora: Araştırmacılar ve tarihçiler için yararlı olan, ama bir ölü dil olan Osmanlıca liselerde 'zorla herkese öğretilecek' deniyor. Osmanlıca adı altında bir gizli Osmanlıcılıktır tutturmuş, gidiyorlar.

Türk Devrimi ile dilimiz halkın Türkçe köklerine döndü. Harf devrimi yapıldı, arı dil ve Öztürkçe süreci başarıyla sonuçlandı. Dilimiz gelişmeye devam ediyor. Yapılan bu ucuz polemiklere ne dersiniz?

Hıfzı Topuz: Dil olarak Osmanlıca; Arapça (%50), Farsça (%30) ve Türkçe (%10) karışımıdır. Osmanlıca harfleri Arap harfleridir. Serveti Fünun'cularda bile Osmanlıca ağırlıkta idi. Osmanlıca, Osmanlı aydınlarının ve sarayın diliydi, halka inmiyordu. Dil devrimiyle yazdığımız Türkçe'nin yüzde doksanı Türkçe, yüzde onu Arapça-Farsça oldu. 1934 Dil devrimi ve soyadı kanunundan sonra Arapça, Farsça yazmaya Öztürkçeye, Türkçeciliğe yöneldik.

Biz dil devrimi ile yetiştik. Benim lise öğretmenlerim Esat Mahmut Karakurt, Halit Fahri Ozansoy ve İsmail Habip Sevük oldular.

Nâzım ve Abidin ile kuzey Paris'te St. Denis'de bir toplantıya gidiyoruz. Aramızda Osmanlıca bir sözcük geçti. Hemen Türkçe karşılığını arıyoruz. Gazeteciliğim de Türkçeyi, Öztürkçe ağırlıkla yazdım. Akşam'ın Genel Yayın Yönetmeniyim, 1953'te kadroya Melih Cevdet Anday'ı da aldık. Türkçe'de, Öztürkçe kullanmak için kılı kırk yaradık.

Bugün de Türkçemize titiz davranmak, dilimizden Farsça ve Arapça yabancı sözcükleri ayıklamak gerekiyor.

Gürler Akdora: Biraz da Fransa'dan söz edelim. Paris'e gelip gidiyorsunuz. Altmış yıl önce geldiğiniz Fransa ile bugünkü Fransa arasında neler değişti? *'Ardında Yıllar Geçti'* söyleşi kitabınız da var...

Hıfzı Topuz: 1951'de Fransa'ya müthiş bir heyecanla geldim. İkinci Dünya Savaşı sonrası gerçek sol hükümetler iktidarda oldu. Yüzde elli oy alan bir güçleri vardı. Devrimciler, ilericiler ya mücadele için yürüyüşe geçiyor, ya da bisiklet stadyumu 'Vel d'hiv' (Velodrom d'hiver) da toplanıyordu. Bu eylemler bize büyük umutlar veriyordu. 'Devrim Yarın' diye bakıyordu kitleler. Victor Hugo'nun 'Mutlu Yarınlar' (Les lendemain qui chante) sözü devrimcilerin sloganı olmuştu. Savaş sonrasının atmosferi buydu.

Sonra Vietnam savaşına karşı çıkışlar geldi. Bir asker olan Henri Martin, 'Vietnam'da çarpışmayı reddediyorum' dedi, tutuklandı. Duclos, FKP/Fransız Komünist Partisi Genel Sekreteri de sudan bahanelerle tutuklandı. Büyük tepkiler oldu. CGT işçi sendikalarını eritmek istediler, Alain Le Leap tutukladılar. 'Le leap'e Özgürlük' eylemleri yapıldı. Mutualite toplantı salonunda kitlesel toplantılar düzenlendi...

Gürler Akdora: 1960'lara... 68'e gelince...

Hıfzı Topuz: 1960'da Paris'e gelen Nâzım Hikmet, Bastil yürüyüşüne katılıyor. Nâzım çok heyecanlı ve kalbi var. Abidin zor tutuyor. Nâzım'ın gözü CGT'yi FKP'yi arıyor... Eyleme katılmak için... 1968 olayları sırasında UNESCO'da çalışıyorum, orada 'yetmiş iki' millet var. Bizi birleştiren bir umut, ilericilik, devrimcilik havası vardı. Paris'te barikatlar kuruldu. Gençlik ve üniversite öğrencileri ayaklandı. Sorbonne toplantıları büyük heyecan yarattı. Abidin 68'i çiziyordu, elinde resim defteri, eylemcilerin arasında.

Gürler Akdora: 1789 burjuva devrimi, 1848 devrimi ve 1871 Paris Komün'ünün devrimler ülkesi Fransa 1968'de bir kez daha alt üst oluyor. Kırmızı bayraklarla yeniden 'Kiraz Zamanı'nı yaşıyor Paris... 'Bir Devrim Denemesi'ni!



Şu anda Sabahattin Eyüboğlu ve Bedri Rahmi Eyüboğlu üzerine çalışıyorum. Anılarla biyografik bir roman.

Hıfzı Topuz: Mao ve Çin Kültür Devrimi'nin rüzgârı esti. Her yerde Mao posterleri, gençliğin elinde. Sovyetçiler, hatta Anarşist ve Troçkistler bile katılıyor eylemlere. Bu kuşağın öncüleri, gençlik liderleri sonra dönecek oldular. 68 Protesto eylemleri, örgütsüzlük ve partisiz devrimcilik nedeniyle devrime yol açmadı. Bizdeki Taksim olaylarına benzetiyoruz.

Gürler Akdora: Bugünlere girsek, gözlemleriniz...

Hıfzı Topuz: Gelecek için hiç karamsar değilim. Teknolojide büyük gelişmeler oldu, tıpta ve yaşantıda da. Toplumlar daha rahat yaşıyor. Fakat Batı toplumlarında bir karamsarlık var. Fransa'ya göre Afganistan'da, Irak ve Pakistan'da halk daha iyimser. Tıptaki gelişmeler beni 90'lı yaşlara getirdi. Eskiden ortalama insan yaşamı 50'lerdeydi. Bugün toplum düzeninde adil gelir dağılımı yok. Emekçi halka gene gelirden pay verilmiyor.

Gürler Akdora: Nasıl bir gelecek bekliyor Batı'yı? Ve bizim geleceğimiz...!

Hıfzı Topuz: Boris Cyrulnik adlı bir psikiyatrist-psikanalist var. 'Batı toplumları bir felakete gidiyor. Batı yıkılacak ancak ondan sonra devrimlerle, yeni bir çağ gelecek' diyor.

Türkiye'nin kötü gidişatı ise, bizi aydınlık günlere yaklaştırıyor. Atatürk devrimlerinin üzerine ne kadar giderlerse gitsinler, halk Atatürk'e daha çok sahip çıkıyor. Taksim halk hareketi sonrası Türkiye'de yeni bir heyecan dalgası başladı. Toplum gidecek iktidara hayır diyecek.

Karşı devrim yaşıyoruz. Ama karşı devrimi, hep devrimler temizlemişti!

Gürler Akdora: Şimdi hangi konular üzerine çalışıyorsunuz. Yeni kitap projeniz var mı?

Hıfzı Topuz: Sabahattin Eyüboğlu ve Bedri Rahmi Eyüboğlu üzerine çalışıyorum. Anılarla biyografik bir roman. Eyüboğlu kardeşler Dijon'da Lyon'da Paris'te okudular. Paris'te misafirim olurlardı, gelince. Bedri en yakın arkadaşım. Aramızda 'Açık kalp ameliyatı' diye bir gizli söz vardı. Yani açık sözlü olup konuşmak her şeyi... Onlar cumhuriyet döneminin iki aydın çınarıydılar. İkisi de Atatürkçü, ikisi de devrimci. Sabahattin hakkında çok az belge var. Paris'te yazmaya başladım. İstanbul'da devam edeceğim.

Gürler Akdora: Hıfzı Topuz *'Türk Basın tarihini'* yazdı. *'Başlangıçtan Bugüne Dünyada Karikatür'* üzerine kitap yayınladı. Bir de sizin *Kara Afrika* üzerine bir koleksiyonunuz var... Mask'lar! Afrika 'maskeleri' 2015'te gün yüzüne çıkıyorlar mı?

Hıfzı Topuz: Evet Fransızca konuşan ülkelerden, Dakar, Bamako, Burkina ve bir yıl kaldığım Kongo'dan 400 kadar mask ve heykel topladım. 2015'te Türkiye'de sergilenenler. Sonra albüm-kitap çıkacak, fotoğraflı örneklerle. Animizm ve heykel sanatının kökü nedir? Bunu araştırdım. 1900'lerden sonra Picasso kuşağı, Afrika Sanatını keşfe yönelmişti... Türkiye'de bu alanda pek yayın yok.

Gürler Akdora: 2014'ün kısa bir bilançosu yapsanız desem... Neler söylersiniz?

Hıfzı Topuz: 2014'te 41 söyleşi yaptım. Genel bilanço olumlu. Bu tür toplantılar bana da 'motivasyon' ve heyecan veriyor. Kitaplarımın yanı sıra, Atatürk ve Cumhuriyet konuları ağırlıklı çağrıldım söyleşi ve konferanslara... Ama AKP cephesi elbette davet etmiyor, etmez!

Not: *Hıfzı Topuz'la söyleşimizden (15 Ocak 2015) iki gün sonra 7 Ocak'ta Paris'te karikatür ve mizah dergisi Charlie Hebdo ile bir Yahudi kaşer market silahlı saldırıya uğradı. On yedi ölümlü sonuçlanan terör saldırılarını kitleler protesto etti. Basın özgürlüğü ve laiklik için 4 milyon kişi ayağa kalktı. Fransa tarihi günler yaşadı. Olaylar, neden ve sonuçlarıyla dünya çapında yankılandı. Kimi 'liderler' timsah gözyaşları döktü. 'Provakatif çizgiler' eleştirisiyle yapılan tepkiler, tartışılıyor. (G. A.)*

“İnkılâbın büyük teşkilatçısı”: Talât Paşa

“Talât Paşa, Cumhuriyet ve sonrasına kadar uzanan siyasal gelişmelerin kaynağında bulunan anahtar kişidir. O ve İttihat ve Terakki Cemiyeti, bugünün Türkiye’sinin temellerini atanlardır” Talât Paşa kitabının yazarı Tevfik Çavdar onu, “Bir Örgüt Ustası” olarak adlandırıyor. Onu çok yakından tanıyan Tanin gazetesi Başyazarı Hüseyin Cahit Yalçın, “Eğer Talât Paşa olmasaydı İttihat ve Terakki olmazdı. O, örgütün kubbe taşı, çimentosu ve temeliydi” diye yazıyor.

“İnkılâbın büyük teşkilatçısı” Bu tanımlama Mustafa Kemal Atatürk’e ait. Talât Paşa’nın şehit edildiği haberi geldiği zaman, Atatürk gözyaşlarını tutamıyor ve “Vatan büyük bir evlâdını, inkılâp büyük bir teşkilatçısını kaybetti” diyor (1).

Mehmet Talât Bey, 4 Şubat 1917’de Sadrazam oluyor; Paşa unvanını alıyor. Böylece Osmanlı tarihinde ilk kez halk tarafından seçilen bir milletvekili, bir dönem posta memuru olarak çalışmış halktan bir kişi, bu göreve gelmiş oluyor. 1908 Hürriyet Devrimi’ni izleyen günlerde, 30 Temmuz 1908’de Edirne milletvekili seçilen Talât Bey, 1917 yılına kadar birkaç kez Dâhiliye ve Posta ve Telgraf Nazırlığı ile görevlendiriliyor.

“Talât Paşa, Cumhuriyet ve sonrasına kadar uzanan siyasal gelişmelerin kaynağında bulunan anahtar kişidir. O ve İttihat ve Terakki Cemiyeti, bugünün Türkiye’sinin temellerini atanlardır. Bu inkâr edilemez”(2, sayfa: 9). *Talât Paşa* kitabının yazarı Tevfik Çavdar onu, “Bir Örgüt Ustası” olarak adlandırıyor. Kitapta pek çok durumdan hareketle Paşanın bu alandaki ustalığı anlatılıyor(2). İsmail Hakkı Uzunçarşılı’nın, *Hatırat-ı Niyazi* kitabında yer

alan Talât Paşa değerlendirmesi kısa ve öz: “İttihat ve Terakki Cemiyeti’nin bütün işleri hemen hemen Talât Bey’in tertibiyle Merkez-i Umumi tarafından karar altına alınmıştır”(3, sayfa: 62).

Onu çok yakından tanıyan *Tanin* gazetesi Başyazarı Hüseyin Cahit Yalçın, “Eğer Talât Paşa olmasaydı İttihat ve Terakki olmazdı. O, örgütün kubbe taşı, çimentosu ve temeliydi” diye yazıyor (4, sayfa: 227).

Doğu Perinçek de Talât Paşa’nın “öncelikle büyük bir devrimci” olduğunu vurguluyor. “Büyük teşkilatçıdır. İttihat Terakki, Türk devrim tarihinin çok önemli kök teşkilatıdır. Hatta dünya devrim tarihinde yeri



Meşrutiyetin ilan edildiği günlerde halk arasında İttihat ve Terakki’ye verilen isim “Cemiyet-i Mukaddese”, yani “kutsal dernek”ti.

Zorluklar karşısında sürekli çözüm arayan, gelecekte ulaşılacak başarıya olan inancında ısrarlı ve umudunu hiç kaybetmeyen kişiliği, Talât Paşa’nın liderliğini tartışmasız kılar. Örgütle Talât Paşa neredeyse özdeş hale gelirler.

olan bir partidir. Talât Paşa işte o partinin önderidir"

"Büyük bir ahlak ve fedakârlık örneğidir.

Hedefinde iktidar olan bir örgüt

Nasıl bir örgüt? Bu önemli sorunun yanıtını Atatürk veriyor: "İnkılâp yapacak bir örgüt" Siyasal iktidara ulaşmak ve bu iktidarı sürdürmek için dayanılacak bir siyasal örgütün varlığı Talât Paşa'nın tüm mücadelesinin odağında yer alıyor. O, her durumda önceliği örgütüne veriyor.

"Cemiyet-i Mukaddese", yani kutsal dernek: Meşrutiyetin ilan edildiği günlerde halk arasında İttihat ve Terakki'ye verilen addır bu. Anlaşılan kitleler kendisine özgürlüğü kazandıran örgüte, kutsallaştırılmış bir nitelemeyle teşekkür ediyor.

23 Temmuz 1908'e yani Meşrutiyetin ilanına kadar sınırlı bir grubun bildiği İttihat ve Terakki, bir anda yurt düzeyinde yaygın ve onurlu bir yeri olan örgüt konumuna yükseliyor.

Daha sonraki yıllarda örgüte verilen diğer bir ad "Cemiyet-i Hafiye", yani gizli dernek. "Bir yanda cemiyetin görünen düşünsel yapısı vardır, bir yanda da önce "Fedailer" olarak bilinen sonra iktidardayken "Teşkilat-ı Mahsusa" adını alan gizli silahlı grup... Bu örgüt halktan insanların katılımıyla milis gücü oluşturuyor. Teşkilat-ı Mahsusa daha sonra Kurtuluş Savaşında, düzenli ordu kurulmadan önce de bu amaçla çalışmalar yapıyor. Cemiyet legal olduğu zaman, bu örgütün gizliliği korunuyor. Talât Paşa, 1 Kasım 1918 günü gece yarısı yurtdışına çıkarken örgüte: "Enver dönemi bitti. Bundan böyle Mustafa Kemal'in emrindesiniz" talimatını veriyor (Aktaran Taylan Sorgun, Gülgün Feyman Budak'la söyleşi, Ulusal Kanal).

Kişiliği ve düşünce yapısı

Cemiyet'in Merkez-i Umumi üyeleri gizli çalışma nedeniyle açıklanmadığı için 1908'in sonbaharında, Talât Paşa İstanbul için yeni ve bilinmeyen bir isimdir. Meclisi Mebusan'da, ilk Meclis reisleri seçileceği gün Mektebi Hukuk'ta "İlmi-i Servet" (ekonomi) hocası olan Cavit Bey, H. Cahit Yalçın'a "Talât'a oy ver" der. "Kim Talât?"



Mustafa Kemal Atatürk'ün deyimiyle "İnkılâbın büyük teşkilatçısı" Talât Paşa

sorusuna, Cavit Bey'in verdiği yanıt: "Bizim Talât" olur. H. Cahit Yalçın, bu sözden hareketle şunları yazıyor: "İşte bu 'bizim Talât' yavaş yavaş sadece kendi saf ve samimi hizmetleri, yararlılıkları sayesinde hepimizin Talât'ı oldu, memleketin Talât'ı oldu, vatanın Talât'ı oldu" (4, sayfa: 227).

Ziya Gökalp, cemiyet için Talât Paşa'nın ifade ettiği anlamı yazdığı bir şiirle anlatıyor:

"Sen candan birleştiren bir ruhsun...

Vicdanını sende görür cemiyet:

Necat teknesidir. Sen Nuhsun,

Sen olmasan öksüz kalır bu millet."(2, sayfa: 9).

Talât Bey'i ve o dönem

aydınlarının bir çoğunu,

Jakoben iktidarının

kaynağı ve biçimi yakından

ilgilendirmektedir.

Robespierre ve Marat gibi

isimler onlar için örnek

alınacak birer ideal kişilerdir.

Bu hayranlık ve sevgi daha

sonraki yıllarda da

devam edecektir.

Zorluklar karşısında sürekli çözüm arayan, gelecekte ulaşılabilecek başarıya olan inancında ısrarlı ve umudunu hiç kaybetmeyen kişiliği, Talât Paşa'nın liderliğini tartışmasız kılar. Örgütte Talât Paşa neredeyse özdeş hale gelirler. Örgütte, - ekonomik ve toplumsal olarak da ülkenin en ileri konumunda olan- Rumeli'deki genç subayların çok önemli bir ağırlığı vardır. Bu subaylar arasında o zaman Suriye'de olan Mustafa Kemal de vardır.

Talât Paşa, 1906 yılında kurduğu gizli örgüt, yıllar boyunca özgürlük, eşitlik, kardeşlik ilkelerine bağlı çağdaş bir Osmanlı devleti yaratmak için mücadele eder. Onun amacı devleti yaşatmak, güçlendirmek ve halkı yoksulluktan kurtarmaktır.

Seviliyor, sayılıyor, sözü dinleniyor

Nazırlığı sırasında seyahatler için aldığı harcırahların artanını iade edince, görevli memur ne yapacağını şaşırıyor. Belli ki ilk kez böyle bir şeyle karşılaşılıyor. Memur uygulamanın böyle olmadığını anlatmaya çalışıyor. Ama aldığı yanıt net: "Ben hakkım olmayan parayı almam!"

İttihat ve Terakki, çok karışık ve nazik bir örgüt... İçlerinde bir eşitlik var. Hepsisi "kardeş" itaat edecek olanlar, bu itaatın gerekliliğine ikna olmalı. "Vatan sevgisi" konusunda anlaşıyorlar. Ancak hükümet biçiminden, yönetim tarzına, sosyal önlemlere kadar herkes farklı düşünebilir. Aralarında çok büyük ayrılıklar var. Bunları gidererek, örgütte bir uyumsuzluk olmadan işleri yürütebilmek için faal, yumuşak, insan duygularını ve ihtiraslarını ölçebilmekte mahir bir zekâ ve kişiliğe gereksinim vardır. Talât Paşa da bu tekniğin en büyük ustası. Alçakgönüllü, nazik ve cesur... En büyük düşmanına bile açıktan, cepheden hücum eder. Küçük ve sıradan entrikalar, yalan ve iftiralar düşmana karşı bile bir silah olarak kullanılmaz. Çıkarıcı değil. Seviyorlar, sayıyorlar ve sözünü dinliyorlar (4, sayfa: 228).

Bolşevik karşıtı bir ittifaka girmeyi; Panislamizm'i ve Turancılığı reddediyor

Uzun yıllar İstanbul'da İngiliz Büyükel-

Talât Bey'in kız kardeşiyle evlenmek için Edirne'ye gelen İsmail Yörük, yurtdışında örgütlenmiş olan Terakki ve İttihat Cemiyeti'nin Rusçuk şubesinin üyesiydi. Meşveret ve diğer yayın organları zaman zaman ona gelmekteydi.

çiliği'nde ateşe olarak çalışan ve İngiliz istihbarat servisinin elemanı olduğu bilinen Aubrey Herbert, Talât Paşa'yla 26 Şubat 1921'de, Almanya'da uzun bir görüşme yapıyor. Talât Paşa, Herbert'e doğuştan isyankâr olduğunu, gençken Fransız edebiyatına çok meraklı olduğunu ve bunun da dik başlı ruhunu bir kat daha pekiştirdiğini anlatıyor. "Türkiye bir güçtür, ne yaparsanız yapın böyle kalacaktır" diyor. Bolşevik karşıtı bir ittifaka girmeyi, Panislamizm'i ve Turancılığı reddediyor. Ayrıca Herbert'e, Enver Paşa'nın "yükreli bir adam ve bir vatansever" olduğunu söylüyor. Sağ mı yoksa sol görüşlü mü olduğu sorusuna verdiği yanıtı Herbert, şöyle aktarıyor: "Liberal olduğunu söyledi, fakat siyasetin değişken olduğunu, vatanseverliğin ise kalıcı olduğunu söyleyerek siyasi bir renk vermedi" (4, sayfa: 212-221).

Yazar Falih Rıfkı Atay, bir süre Dâhiliye Nazırı iken Talât Bey'in hususî kaleminde kâtip olarak çalışıyor. Talât Bey'le birlikte birer defa Romanya'ya ve Edirne'ye gidiyor. Atay, kişilik olarak onu "sevimli ve külfetsiz" (samimi demek istiyor olmalı, FÖ) buluyor. Romanya'yı gezip dolaştıktan sonra, dönüşte, bir Ermeni gazetesiyle yaptığı sohbette Talât Paşa'nın, "Biz devlet sosyalizmi yapmalıyız!" dediğini yazıyor, Atay (10).

Anılarında insanlara insan oldukları için değer verdiğini açıklıyor: "Kanaatimce bir insan doğduğu ve inandığı dine ve içinde büyüdüğü halka mensuptur. Din ve milliyet meseleleri sırf kanaat ve telakki meselesidir" (2, sayfa: 24).

Talât Paşa'nın daima muhafazakâr ve ileri unsurlar arasında uzlaşma adımlarıyla yürüdüğünü yazan H. Cahit Yalçın Paşa-

nın, vatanseverliğine ve cesaretine vurgu yapıyor: "Vatanı için hayatını feda etmek lüzumu ile karşılaşsa idi kat'iye eminim ki bu cezri hareketi memnuniyetle, tereddütsüz göze alırdı. Fakat siyasi hareketlerde onu radikal, cüretkâr ve çok ileri adımlara sevk etmek kabil değildi."

Umutsuzluk Talât Paşa'nın sözlüğünde olmayan bir kelimedir. Çanakkale Zaferi; bu umudu doruğa ulaştıran başarılarından biridir. Sovyet Hükümetiyle, 3 Mart 1918'de imzalanan Brest-Litovsk Barışı da onu mutlu eder. Bu antlaşmada Talât Paşa'nın çabalarının önemli bir rolü vardır.

Talât Paşa'yı yakından tanıyan dönemin Alman Dışişleri Bakanı Von Külmann, Paşa'nın katledilmesinden sonraki bir yazısında ondan övgüyle söz ediyor: "Genel savaş sırasında ilişki kurduğum politikacılar içerisinde üzerimde derin etki bırakanların belki de başında Talât Paşa gelmekteydi."

Avrupalılara göre eğitimi yoktu. Politik yaşamının başında Fransızca'yı çok az biliyordu ama sonraları bu lisanı birçok siyasi tartışmayı başarıyla yürütecek kadar öğrenmişti. Tavrı ve konuşmasıyla daha ilk temasta çevresine güven verirdi. Bir karar aldığı zaman, özel konuşmasında bir şeyi yapacağını söylediği vakit bu sözünü ne pahasına olursa olsun yapacağına dair bir güven duygusu yaratırdı.

Yaşamındaki tek ve en büyük endişesi vatanına olan sevgisinden kaynaklanırdı. Yüreği yanarak ama tereddütsüz bir biçimde ülkesini savaşa sürükledi. Çünkü ülkesi için tek kurtuluş çaresinin bu olduğuna inanıyordu. Son felaket bu umudu da söndürdüğü zaman Alman dostlarına sığındı. Ama burada da her gün vatanı için çalıştı.

"Bir Talât gider, bin Talât yetişir."

İttihat ve Terakki Fırkası, 1 Kasım 1918 Cumartesi günü son kongresini topluyor. Talât Paşa bir konuşma yaparak siyasi hayattan çekildiğini açıklıyor. Yurtdışına çıkmamakta ısrar ediyor. Önceki yıllarda da tehlikeli dönemlerde dostları, Cahit, Cavid Beyler, yurttan ayrılırken o kalmıştır. Cavid Bey bir mektubunda: "Her zor anda vatan da ve örgütün başında bulunmasını bildin." diye yazıyor (2, sayfa: 167).

Ama artık emperyalist işgal kapıdadır. Gitmek zorundadır. "Vatandan ayrı yaşamaktansa ölmek daha iyidir" der. Eşi 108 kilo olan Talât Paşa'nın işgal günlerinde birkaç haftada 90 kiloya düştüğünü belirtiyor. Eşine, sık sık öldürüleceğini söylüyor. Belki de amacı onu, kuvvetli bir olasılık olan bu acı sona alıştırmaktı. "Beni bir gün sokakta vuracaklar. Alınmdan kan akarak yere serileceğim. Yatakta ölmek nasip olmayacak. Ziyarı yok, varsın vursunlar. Vatan, benim ölümümle bir şey kaybedecek



"İttihatçılar, genel bir deyimle 'Türk Jakobenleridir'"



İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin kurucuları

değildir. Bir Talât gider, bin Talât yetişir" (4, sayfa: 232).

"İttihatçılar, Türk Jakobenleridir."

Talât Bey'i ve o dönem aydınlarının bir çoğunu, Jakoben iktidarının kaynağı ve biçimi yakından ilgilendirmektedir. Robespierre ve Marat gibi isimler onlar için örnek alınacak birer ideal kişilerdir. Bu hayranlık ve sevgi daha sonraki yıllarda da devam edecektir. İşte Ağustos, 1930'da Resimli Ay'da yayımlanan bir şiir:

"Robespierre, Danton

Babeauf, Marat...

Ne başlangıç ne son!

Doğan ölen, be anaçkom

doğan ölen, doğan hayat!.. "(Yazan: İmzasız adam)

Tevfik Çavdar Talât Bey'e ilişkin olarak "yapısı itibarıyla Narodnik, örgütçülüğü ve düşünsel kişiliği açısından Jakoben'di" denmesinin en doğru belirleme olduğunu söylüyor. Tarık Zafer Tunaya da benzer bir açıklama yapıyor: "İttihatçılar, genel bir deyimle 'Türk Jakobenleridir' (...) En 'yüce fedakârlıklarla, en hayal kırıcı aşırılıkları' yan yana yürüten bir ihtilalci kuşak, bu yoldan tarih içerisinde yolunu çizmiştir. Bu ruhsal durum ve komitacı davranışı, İttihat ve Terakki açık ve yasal bir parti olunca da terk etmemiştir"(Aktaran Tevfik Çavdar: 2, sayfa: 95).

Neden İttihatçılara 'Türk Jakobenleridir' deniyor? Sanırım bu sorunun yanıtı devrimci olmaları, vatan aşklarının ve eşitlik ideallerinin ortak olmasıdır. Jakobenlerin önderlerinden Robespierre, fazileti vatan sevgisiyle açıklıyor. "Bu fazilet, vatan ve onun yasalarına olan sevgiden başka bir şey değildir. Fakat cumhuriyet ve demokrasi anlamında eşitlik; vatan aşkı zorunlu olarak eşitlik sevgisiyle kucaklaşmaktadır"(Aktaran Tevfik Çavdar: 2, sayfa: 100). Vatan kuru bir toprak değildir. O toprağı vatan yapan insanı ve doğasıdır. İnsan ve doğa sevgisinden bağımsız bir vatan aşkından zaten söz edilemez.

Talât Bey halkçıdır, devrimcidir. Onun için bilimin ve ahlakın yol göstericiliği en önemli ilkelere. Savaşın en yoğun olduğu günlerde günümüze de ışık tutacak bir dersten söz ediyor. "Bu harbin bize telkin ettiği en büyük ders asri bir milletin bilhas-

sa ilim ve ahlakla yükselebileceği kanaatidir. Milletlerin tecrübeleri açık bir surette gösteriyor ki, bir memlekette kanunun hâkimiyetinin temin edilebilmesi için, evvel emirde ilmin ve ahlakın hâkimiyetinin temin edilmesi gerekir"(4, sayfa: 168).

İttihatçıların cephe oluşturma, geniş bir birlik kurma politikalarında da Jakobenlerden etkilendikleri söylenebilir. Tabii ki aklın yolu birdir. Kazanmak, güçten, birlik olmaktan geçer.

Posta memurluğundan sadrazamlığa

Tevfik Çavdar, doğup büyüdüğü toprakları yitirme, göçmen olma korkusunun, küçük Talât'ı emziren duygu olduğunu yazıyor. Ailesi, çevresi bu çaresizliği, büyük acıyı yaşayanlardan... Edirne, 93 Harbinde Çarlık ordusu tarafından işgal edilir. Şehri terk eden zenginler bir daha geri dönmezler. Ama Talât Bey'in ailesi bir süre İstanbul'da yaşar ve o, daha üç yaşındayken Edirne'ye dönerler.

Orta-alt gelir gurubundan bir ailenin çocuğu olarak 1 Eylül 1874'de Edirne'de doğan Talât Bey, ilkökulu Vize'de okudu. Eğitim açısından dönemin en ileri okullarından biri olan Edirne Askeri Rüştiyesi'ni bitirdi. Bir disiplin suçu nedeniyle diplomasını geç aldığı için Askeri İdadiye giremedi.

Babası Kırcaali kazasının Çeplece köyüne yerleşmiş Batı Trakya Yörüklerinden Ahmed Vasıf Efendi, o doğduğunda Edirne'de sorgu yargıcı (müstantik) olarak görev yapıyor. Annesinin adı Hüzmüz... Annesinin ailesi Kayserili ama dedesi Çolak Mehmet Ağa yeniçeri olarak Edirne'ye gelmiş. O ve oğlu tomruk ağası vazifesi yapmış. Hayriye ve Kâmile adlarında iki kız kardeşi var.

On bir yaşındayken babasının ölümü ailenin maddi durumunu iyice bozdu. 1891'de daha on yedi yaşında, ailesini geçindirebilmek için Edirne Telgrafhanesi'nde kâtip olarak çalışmaya başladı. Bu görev genç Talât'ın yaşamındaki önemli değişimlerden biridir. Böylece sorumluluk üstlenme, olgunlaşmanın yanı sıra dünyadaki gelişmeleri öğrenme, izleme olanağı buldu. O yıllarda telgraf çok önemli bir iletişim aracıdır. Kısa sürede kendisini seven

23 Temmuz 1908'de Hürriyet'in ilanından sonra, o tarihe kadar yalnızca İttihat ve Terakki'nin önde gelenleri arasında; Selanik ve çevresinde tanınan Talât Bey, 30 Temmuz 1908'de Edirne milletvekili seçildi ve ülke çapında tanındı.

bir çevrenin oluşması, insan ilişkilerindeki yeteneğini ortaya çıkardı. Ayrıca çalışkan, dürüst ve güvenilir bir kişilikti.

İki yıl Alliance İsrailite okulunda Fransızca öğrendi. Bu okulda bir yıl da Türkçe öğretmen vekilliği yaptı. Fransız İhtilali'ne ilişkin ilk köklü bilgileri bu okuldaki çevresinden sağlamış olmalı.

İttihat ve Terakki Cemiyeti'yle tanışma

Talât Bey'in kız kardeşiyle evlenmek için Edirne'ye gelen İsmail Yörük, yurtdışında örgütlenmiş olan İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin Rusçuk şubesinin üyesiydi. *Meşveret* ve diğer yayın organları zaman zaman ona gelmekteydi. Talât Bey ayrıca Arnavut Hoca diye bilinen Hafız İbrahim'le de tanıştı. Medrese mezunu olan Hafız İbrahim de yurtdışında örgütlenmiş olan İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin üyesiydi.

Jön Türk hareketine ilgi duydu. Yurtdışında basılan ülkeye gizlice yollanan gazete ve kitapçıkları arkadaşlarıyla birlikte okuyor ve görevi nedeniyle kolayca yayıyordu. Abdülhamit'e jurnal edildi. 30 Temmuz 1896'da arkadaşlarıyla birlikte tutuklandı. 25 ay süren cezaevi günlerinde Balkan ülkelerinde yıllarca komitacılık yapmış siyasi tutuklulardan dinlediği deneyimler, onda yeni düşünce ufukları açtı. Cezaevi onun için yeni bir okul oldu.

Tutuklandığı kişilerle birlikte üç yıl kalebentlik cezasına çarptırıldı ama Abdülhamit tarafından Edirne'den ayrılmalari ve İstanbul'a gitmemeleri koşuluyla affedildiler. Bu nedenle Selanik'e yerleşen Talât Bey, bir süre Selanik ve Manastır arasında seyyar posta memuru olarak çalıştı. Bu görev, 3. Ordu'ya mensup genç subaylarla ve aydınlarla tanışmasını arkadaş olmasını sağladı. Böylece Avrupa'dan gelen yayınların dağıtımını kolayca yapabiliyordu. Bu durum ona, aydın düşünceli insanlarla daha yakın ilişkiler kurma ve onları örgütlemeye olanağı verdi. 1899'da Paris'teki Jön Türklerle ilişkiye geçti. 1903'te Selanik Telgraf İdaresi Başkâtibi oldu. Daha geniş bir çevreyi etkilemeye olanağına kavuştu.

Cemiyet'in yurtdışı örgütünün kısa öyküsü

İbrahim Temo, Abdullah Cevdet, İshak



2. Meşrutiyet'in ilanı sonrasında Enver ve Cemal Paşalara yönelik hazırlanan övgü afişleri

Sükuti, Mehmed Reşid. Bu dört isim; 1889 yılında bir mayıs günü (bazı kaynaklara göre: 2 Haziran) İstanbul, Edirnekapı'da daha sonraları İttihat ve Terakki Cemiyeti olarak bilenecek örgütün ilk nüvesini kuruyor. Hepsini Fransızca eğitim verilen ve Batı modeline göre kurulmuş Askeri Tıbbiye'nin öğrencileridir. Eğitimleri sayesinde dış dünyaya ulaşabiliyorlar. Yasak kitapları okumak bunun ilk adımı oluyor. Öğrenciler birbirlerini bu ilgiye göre ayırt ediyorlar. İlk adım Askeri Tıbbiye'de atılıyor ve hızla Mekteb-i Mülkiye ile Harbiye'ye doğru ilerliyor. Abdülhamit iktidarı kurulan komiteleri buluyor ve yargılıyor. Yargılananlar genel-

Talât Paşa, 1 Kasım 1918'de İttihat ve Terakki'nin son kongresinde bir konuşma yapıyor. Bu konuşmada savaşa hangi koşullarda girildiğini ve Ermeni tehcirinin hangi zorunluluklar sonucunda ve hangi koşullarda gerçekleştiğini anlatıyor. Hükümetteki, Cemiyetteki görevlerinden istifa ediyor.

likle sürgünle cezalandırılıyor. Bu genç aydınların önemli bir grubu "Şeref" vapuruyla Trablusgarp'a gönderiliyor ama onları Trablusgarp'ta tutmak mümkün olmuyor. Büyük bir bölümü kurtulup Avrupa'ya geçmeyi başarıyorlar. Avrupa'nın çeşitli merkezlerinde örgütlenme ve propaganda çalışmalarını sürdürüyorlar (Aktaran Okan İntem/ Cumhuriyet'in harcı: Harbiye Mektebi).

İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin kuruluşu

Talât Bey, en çok güvendiği 10 arkadaşıyla birlikte 1906'da Selanik'te Beş Çınar bahçesinde, Osmanlı Hürriyet Cemiyeti'ni kuruyor. Üyelere yaş sırasına göre ona kadar numaralar veriliyor. Bu üyeler: Bursalı Tahir Bey, Naki Bey, Rahmi Bey, Mithat Şükrü, M. Talât Bey, Kazım Nami (Duru), Ömer Naci, İsmail Canpulat, Hakkı Baha, Edip Servet. Daha sonra yaygınlaşan örgüt hücrelerden oluşuyor. Bu konuda Mas-onlar örnek alınıyor.

Bu örgüt, bir yıl sonra Paris'teki İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin birleşme önerisini kabul ederek, Osmanlı İttihat ve Terakki Cemiyeti Dâhili Merkezi Umumisi adını alıyor. Daha sonra özellikle Selanik grubunun ısrarıyla İttihat ve Terakki adı benimseniyor. Terakki, ilerleme; itttihat da birleşme anlamını taşıyor.

İttihat ve Terakki Cemiyeti, 15 Mart 1909'da resmi olarak bir fırka (parti) olduğunu açıklıyor (5, sayfa: 101).

Talât Bey, iki yıl Selanik Hukuk Mektebi'nde okuyor ama bitirmiyor. Orada gençler arasında hürriyet düşüncesini yayıyor. Hukuk Mektebi'ne girmekteki amacının bu olduğu da söyleniyor. Mason Cemiyeti'ne de üyedir, orada da aydınları örgütlemeyi sürdürüyor. Abdülhamit'in hafiyelerinin giremediği Mason localarında gizlice toplanıyorlar.

Bir davada, Selanik posta müdürleri arasında çıkan kavganın tanığı olarak, kusurlu olan başmüdür aleyhine ifade veriyor. Başmüdür onu Padişah düşmanı olarak jurnallıyor; 21 Kasım 1907'de memuriyetten çıkarılıyor. Geniş çevresi ve ilişkileri nedeniyle işsiz kalmıyor. Selanik Özel Ticaret Mektebi'nde müdürlük yapıyor.

1908 Hürriyet'in ilanı: Milletvekili seçiliyor ve ülke çapında tanınıyor

23 Temmuz 1908'de Hürriyet'in ilanından sonra, o tarihe kadar yalnızca İttihat ve Terakki'nin önde gelenleri arasında; Selanik ve çevresinde tanınan Talât Bey, 30 Temmuz 1908'de Edirne milletvekili seçildi ve ülke çapında tanındı. 23 Aralık 1908'de 215 oydan 116'sını alarak Meclisi Mebusan'ın birinci reis vekili oldu. Birinci Reis, yine İttihatçıların adayı olan ve daha çok tanınan Ahmet Rıza Bey'di (2, sayfa: 139).

İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin Ekim 1908'deki Birinci Yıllık Kongresinde sekiz kişi, Merkez Komitesi'ne (Merkez-i Umumi) seçiliyor. Bu kişiler: Talât, Hüseyin Kadri, Mithat Şükrü, Hayri, Ahmet Rıza, Enver, Habip ve İpekli Hafız İbrahim Beylerdir. Merkez Komitesi, İmparatorluk içinde gizli faaliyetleri örgütleyen ve yürütenler arasından seçilmiş; Ahmet Rıza ise yurtdışındaki etkinliği nedeniyle Komiteye alınmış.

Muhalefette ve iktidarda mücadeleyle geçen yıllar

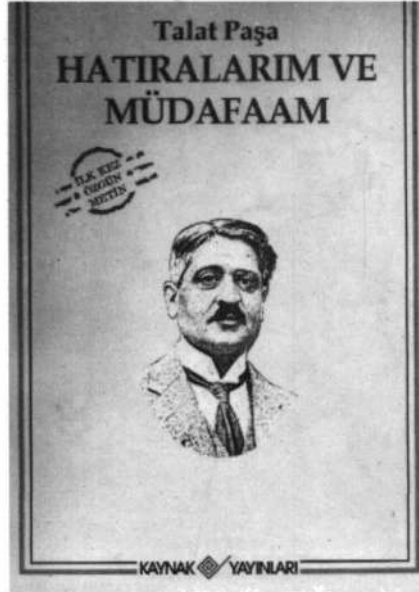
Talât Bey, bir yandan Cemiyet'i bütün yurttan örgütlemeye, bir yandan da muhtelif milletlere mensup mebuslar arasında Meclis'te, memleket meseleleri konusunda görüş birliği sağlamaya çalışıyor.

31 Mart ayaklanması üzerine, korku ve panik halinde dağılan mebusları toparlayarak Meclisi Mebusan'ın Yeşilköy'de toplanmasını sağladı. 1909'da İngiltere'ye giden mebuslar heyetinin başkanıdır.

1912'de Balkan Savaşı'nın ilanı sırasında, (İttihat ve Terakki iktidarda değildi) Edirne'de olan Talât Bey, gönüllü er olarak orduya katıldı; ama hem iktidarın hem de yakınlarının karşı çıkması üzerine İstanbul'a döndü.

Talât Paşa, Balkan yenilgisinden sonra Edirne'yi terk etmekte kararlı olan liberal, İngiliz dostu Kamil Paşa'dan iktidarı geri almak amacıyla 23 Ocak 1913'te düzenlenen Babiâli Baskını'na öncülük etti.

1917 yılına kadar birkaç kez Dâhiliye ve Posta ve Telgraf nazırlığı ile görevlendirildi. 4 Şubat 1917'de Sadrazam oldu ve Paşa unvanını aldı. Böylece 1908'den beri



Talât Paşa'nın Hatıraları ve Müdafası'nın Türkçe özgün metni, 1921 yılında yayınlanan Yeni Şark gazetesinde bulundu ve Kaynak Yayınları tarafından yayımlandı.

ilk defa İttihat ve Terakki'nin tüm yapısını yansıtan bir kabine kurulmuş oldu.

Hüseyin Cahit Yalçın o dönemi şöyle anlatıyor: "İttihatçı olmadım. Ama bir süre içlerinde bulundum. Bunlar kadar vatansever ve gözü kara kadroları hiç görmedim. Devlet çözülme noktasına gelmişti. Vergi toplanamıyor, borç batağındaki memurlara maaş ödenmiyordu. İttihatçılar başa geçince, nasıl oldu bilmiyorum, öyle bir vergi toplanmaya başladı ki, hayret ettim. Devlete bir disiplin getirilmişti. Artık memurlara maaşları her aybaşında muntazam ödeniyor, âdeta devletin yüzüne kan geliyor, devlet diriliyordu." (H. Cahit Yalçın'ın Hatıralarından özetleyen Sadi Somuncuoğlu, Yeni Çağ, 19 Mart 2011).

"Devrimin Makedonya'daki Üçüncü Orduya mensup küçük rütbeli subayların isyanıyla başlatıldığı doğrudur. Fakat bu isyandan istifade edip devrimi yapan, Makedonya'da bir devrim örgütü olan İttihat ve Terakki'ye mensup sivil halktı."

Fakat Osmanlı İmparatorluğu'nun ölüm çanları her yandan işitilmeye başlanmıştır. Talât Paşa'nın sadrazamlık ayları tam bir bunalımlar dönemidir. İlerleyen savaşın, kaybedilen toprakların toplumda yarattığı büyük moral yiktısının yanı sıra ekonomik zorluklar, askerin ve halkın iâşesi konusunda her gün büyüyen sorunlar vardır.

Acı son ve sürgün yılları

Önce Bulgarların sonra da Almanların silah bırakmasıyla acı sona geliniyor; Talât Paşa, 1 Kasım 1918'de İttihat ve Terakki'nin son kongresinde bir konuşma yapıyor. Bu konuşmada savaşa hangi koşullarda girildiğini ve Ermeni tehcirinin hangi zorunluluklar sonucunda ve hangi koşullarda gerçekleştiğini anlatıyor. Hükümetteki, Cemiyetteki görevlerinden istifa ediyor. 1 Kasım günü gece yarısından sonra Enver ve Cemal Paşalarla birlikte bir Alman torpidosuyla anayurt topraklarından ayrılıyor.

1915 yılındaki Ermeni tehciri nedeniyle Talât Paşa, Batı kamuoyunda "soykırım" yapmakla suçlanıyor ve "bir numaralı Ermeni düşmanı" ilan ediliyor. Bütün Batı basını saldırıya geçiyor. Talât Paşa, Berlin'deki sürgün yaşamında somut kanıtlarla bu iddiaları çürüten savunmasını *Hatıralarım ve Müdafam* adıyla (4) Berlin'de yayımlıyor.

Talât Paşa, bu kitapta "Meşrutiyet'ten evvel ve sonra İttihat ve Terakki Cemiyeti ve Fırkası'nın teşkiline ve o sırada cereyan eden dâhili ve harici siyasi vakalara dair olan hatıraları(mı) yayımlamayı günlük siyasi eleştirilere değil tarihin eleştirilerine arz etmek için geleceğe bırakma kararı"nda olduğunu belirtiyor. Fakat "Asırlardan beri devam eden riyakâr siyasetin bugün Osmanlı memleketine istediği şekli verebilmek için ortaya sürdüğü haksız ve yalan ithamlara cevap vermek üzere" bu anıları kaleme aldığını açıklıyor (4, sayfa: 21).

Talât Paşa, Almanya'da yaşadığı üç yıl boyunca Ankara Hükümeti'ne paralel politik çalışmalar yürütüyor. Mustafa Kemal'in de Talât Paşa'nın Almanya ve Avrupa'daki faaliyetlerinden memnun olduğu, Paşa yazdığı "Kardeşim" hitabıyla başlayan mektubundan anlaşılıyor (2, sayfa: 531-532).

12-13 Nisan 1909 gecesi ayaklanma başlıyor.

Osmanlı'da o zaman kullanılan takvime göre tarih: 31 Mart'tır. İstanbul garnizonu isyan ederek subaylarını etkisiz hale getiriyor, Ayasofya meydanına doğru yürüyor. Talepleri şeriatın geri getirilmesi... İsyancı askerlerin "kendiliğinden bir başkaldırı için fazla disiplinli olmaları" dikkat çekiyor.

Aklı fikri vatanın kurtuluşunda

Talât Paşa, Berlin'den "Sarı Paşa" diye söz ettiği Mustafa Kemal'e yazdığı mektupta; Milli Mücadele için Türk ve İslam âleminin desteğini almanın gerekliliğine dikkat çekiyor. O, günün görevinin: "mazideki umumi ve hususi hataları unutarak geniş bir fikirle herkesin kabiliyetinden azami istifade ve bu suretle umumi gayeyi temine çalışmak" olduğunu söylüyor. Kendisinden de "askerce bir itaat" beklenebileceğini belirtiyor. Mektubun son satırları kalbinin Anadolu'daki mücadeleye attığını gösteriyor: "Bizlere gelince istediğiniz şekle girmek, istediğiniz tarzda çalışmak, arzu ettiğiniz hususi ve umumi türlü fedakârlığı yapmak en büyük emelimizdir. Muvaffakiyetinize bütün kalbimizce duacıyız" (4, sayfa: 192-200).

Vatan toprağına gömülüyor

Anadolu'ya döneceği günü sabırsızlıkla bekleyen Talât Paşa, 15 Mart 1921'de İranlı bir Ermeni tarafından, Berlin'de evinin bulunduğu sokakta vuruluyor. Çevredekiler tarafından yakalanan katil yargılanıyor. Alman yetkili makamlarının katilin cezasını mutlaka göreceğini söyleyen demecilerine karşın, Türklerin gösterdiği savunma tanıkları dahi dinlenmeden -Ermeni kurtuluş hareketinin bir gösteri alanına

dönüştürülen- mahkemede, katil beraat ettiriliyor. Katilin İngilizler tarafından Berlin'e gönderildiğini onlardan talimat ve para aldığını polise itiraf ettiği bilgisi Ankara'da, bir Amerikan ajansına atfen duyuruluyor.

25 Şubat 1943'te Alman Hükümetinin izniyle Türkiye'ye gönderilen Talât Paşa'nın naşı, görkemli bir törenle "Hürriyeti Ebediye" tepesine gömülüyor. Cumhurbaşkanı İsmet İnönü, Celal Bayar, Fevzi Çakmak ve diğer pek çok yönetici cenaze törenine katılıyor ve eski önderlerini saygıyla selamlıyorlar. Diğer hürriyet şehitlerinden; Enver Paşa'nın, Eyüp Sabri Bey'in ve Atıf Bey'in mezarları da "Hürriyeti Ebediye" tepesindedir. Onlar artık "sonsuz hürriyetin toprağında" yatıyorlar.

1908 Devrimi'nden Cumhuriyet'e Genç Osmanlılar ve Genç Türkler

1908 Devrimi Osmanlı İmparatorluğu'nu kurtarmak fikriyle yapılmıştır. Genç Türkler gerekli reformları yaparak İmparatorluğu; bağımsız, modern anayasal bir devlet haline getirerek kurtaracaklarını umuyorlar.

Tarihçi Feroz Ahmad, 1908 Genç Türklerinin, on dokuzuncu yüzyılın sonlarında çıkan Genç Osmanlıların ideolojik varisleri olduklarını belirtiyor. "Makedonya'da yeni bir sosyal grup ortaya çıkmıştı. Bu grup 1880'lerde ve 1890'larda Abdülhamit'in askerlik ve eğitim alanlarında yaptığı re-

formlar sonucunda meydana gelmişti. Öncüleri Genç Osmanlılardan farklı olarak bu yeni grubun üyelerinden pek azı Babilî'de bulunmuş bürokratları. Çoğunluğu yeni kurulan lise ve üniversitelerde görevli öğretmenler veya buralarda eğitim görmüş subaylardı"(6, sayfa: 181). Bu yeni grubun diğer üyeleri: avukatlar, gazeteciler, doktorlar, küçük memurlar ve kentlerde yaşayan zanaatkarlar, tüccarlardır.

Başlangıçta İttihatçılar, Türk milliyetçisi olmaktan çok Osmanlı yurtseverleridir. Esas kaygıları, Türk olmayan unsurları da dâhil ederek Osmanlılığı geçerli kılmaktır.

1908 Devriminde halkın rolü

Feroz Ahmad 1908 Devriminde, askerin etkisinin abartıldığını halkın oynadığı rolünse küçümsendiği değerlendirmesini yapıyor: "Her zaman bölünmez bir bütün ve Alman taraftarı olarak düşünülen ordu nun devrimdeki rolü abartılmıştır. Sonuç olarak devrimde ve Meşrutiyette halkın oynadığı rol küçümsenmiştir."

"Devrimin Makedonya'daki Üçüncü Orduya mensup küçük rütbeli subayların isyanıyla başlatıldığı doğrudur. Fakat bu isyandan istifade edip devrimi yapan Makedonya'da bir devrim örgütü olan İttihat ve Terakki'ye mensup sivil halktı. En azından 1914'e kadar meşrutiyet idaresinde siviller daima hâkim durumda kalmışlardır. Genç Türkler için siyasi kararları, İttihat



Resneli Niyazi dağa çıktıktan sonra halka silah dağıtılmasını gösteren temsili resim



31 mart Ayaklanması, 1908 Meşrutiyet Devrimi sonrası İngilizler tarafından hazırlanan bir tertiptir.

ve Terakki'den Talât, Dr. Nâzım, Cavit ve Hüseyin Cahit vermişlerdir" (6, sayfa: 179). Dört isim de asker değildir.

Tevfik Çavdar ise Talât Paşa'nın, İttihat ve Terakki iktidarını, kapalı kapılar ardında: "Aydınlar İstibdadı" olarak değerlendirdiğini, ama onun "yığınların öncülüğüne inandığını" belirtir. Babiâli Baskını'nda Sadrazam Kamil Paşa, istifanamesine ordu tarafından istifaya zorlandığını ihsas eden bir sözcük eklediğinde Talât Bey: "Ahali ahali istiyor" diye bağırır. Bu söz sadece bir ideali ifade ediyor olamaz, örgütlü durumda olan asker ve sivil aydınların yanı sıra, tüm ülkede yer yer isyan halinde olan toplum kesimleri de söz konusudur. Yarı sömürgeleştirilmiş ve parçalanmakta olan İmparatorluğun -içinde bulunulan siyasi ve ekonomik koşullarında- tüm fertlerinin sesiz sedasız olduğu düşünülemez. Ayrıca askerler de bu ülkenin evlatlarıdır. Her devrim hareketinde öncülerin tutumu tayin edici olur. Yine öndersiz ve örgütsüz yığınların başarılı olamayacağını da tarih gösteriyor.

İttihatçılar ve Liberaller: iki çizginin mücadele tarihi

Osmanlı'da iktidar saray ve çevresine kümelenmiş küçük bir grubun (Babiâli) tekelindeydi. Sadrazam ve nazırlar keyfi olarak değiştirilebildikleri için istikrar ve süreklilik de söz konusu değildi. Abdülhamit'in saltanatında 28 sadrazam gelip geçmişti.

1908 Devrimi'yle birlikte karşıdevrimci güçler de toplumun en geri unsurlarıyla birleşerek örgütleniyor, yayın organlarıyla zamanla billurlaşan görüşlerini açıklıyor, devrimi ve devrimcileri yok etmek için her olanaktan yararlanıyorlar. İttihatçılarla, liberaller arasındaki çatışmalar, işte bu iki çizginin mücadelesidir. Bu iki güç kabaca vatanseverler ve işbirlikçiler ya da değişmeden yana olanlar ve karşı olanlar olarak tanımlanabilir. İşbirlikçiler, hem ülkenin geleceğini hem de kendi geleceklerini büyük dış güçlere bağlayan liberallerdir. Liberaller esas olarak önce Ahrar Fırkası'nda sonra da onun devamı niteliğindeki Hürriyet ve İtilâf Fırkası'nda yer alırlar.

Milli Mücadele döneminde; İttihatçıların hemen hepsi Atatürk'ün çevresinde yer alırken, İtilâfçıların hepsi milli harekete karşı çıkarlar.

Osmanlı Ahrar Fırkası

1908 Devriminde sistemin tüm muhalifleri bir araya gelirler. Saraya karşı birleşen güçler siyasi devrimi izleyen aylarda amaç ve yöntemlerde ayrışır. İttihat ve Terakki Cemiyeti'nden kopan bir grup, 1908 Eylülünde Osmanlı Ahrar Fırkası'nı kurular. Bu partiyi kuran liberaller, genellikle Osmanlı toplumundaki zengin ve tutucu ailelere mensuptur. Yönetimde âdem-i merkeziyetçilikten, dini cemaatlerin ve etnik grupların fiili özerkliğinden yanadırlar. Bu da İmparatorluğun Türk olmayan nüfusunun onları desteklemesini sağlamaktadır. Aynı

zamanda hükümet müdahalesinin en az olduğu serbest bir ekonomik sistemi savunurlar.

Feroz Ahmad'e göre "Cemiyet, devrimin önderi olarak üstün durumda gözükse bile, bu güçlü görünümü aldatıcıydı; çünkü kendi içinde, çatışan çıkarları, hedefleri ve görüşleri olan hiziplere bölünmüş durumdaydı. Hükümete görev almayı reddetmeleri ve kendi çıkar gruplarını oluşturmayı başaramamaları, örgütlerini sağlam temellerden yoksun bırakıyordu. Aynı zamanda, değişimin savunucuları olmakla ve Babiâli'yi kamu yönetiminde ve orduda geniş çaplı tasfiyeye yol açan reformlar yapmaya zorlamakla düşman kazanıyorlardı. Otoritenin tanımlanmamış olduğu ve siyasi bir boşluğun hüküm sürdüğü bu ortamda, bir iktidar mücadelesinin patlak vermesi kaçınılmazdı" (6, sayfa: 14).

İmparatorluk parçalanmanın eşiğinde

İttihatçılar parçalanmakta olan koskoca bir İmparatorluğu devralmışlardı. Yeni rejim ilk büyük bunalımını, 1908 Ekiminde yaşadı. 5 Ekimde Bulgaristan tam bağımsızlığını ilan ediyor, bir gün sonra da Avusturya-Macaristan, Bosna ve Hersek'in kendi İmparatorluğuna katıldığını açıklıyordu. Aynı gün Girit Yunanistan ile birleşmek kararına vardığını bildiriyordu. Babiâli'nin yapabileceği pek bir şey yoktu. 1878 Berlin Kongresine katılanlara başvurarak durumu protesto etti. Çünkü ilk iki karar bu kongre sonucu imzalanan antlaşmaya aykırıydı. Girit için ise Büyük Devletler garanti vermiş bulunuyorlardı. Büyük Devletler

Hareket Ordusu olarak bilinen ve İttihatçılar tarafından kurulan, milis kuvvetleriyle de desteklenen bu güç, İmparatorluktaki diğer askeri kumandanların onayını alarak, 17 Nisan'da Başkent'te düzeni, ordu içinde disiplini sağlamak amacıyla yola çıkıyor.

1912 seçimini İttihat ve Terakki büyük bir çoğunlukla kazanır ama İttihatçılardan oluşan bir hükümet kurulamaz.

Bu durumun nedeni olarak; "İttihat ve Terakki içinde içten içe gelişen bir iktidar çekişmesi" "Talât Bey'le merkezi umumi arasında o günlerde ortaya çıkan düşün ayrılığı" gibi nedenler öne sürülür.

Türkiye lehine, duruma müdahale etmeyeceklerini açıkladılar(5, sayfa: 54).

Kalpak, devrimci bir boykot eyleminin ürünüdür

Avusturya'nın kendisine karşı herhangi bir karşı önlem alamayan İttihatçılar, Avusturya mallarına ve bu malları satan dükkânlara karşı bir boykot örgütlediler. Bu boykot esas olarak, Batı mallarının aracısı olan Gayrimüslim tüccarlara zarar vererek daha küçük Türk tüccarlarına yarar sağladı. Avusturya'dan gelen fesin yerini Anadolu'da imal edilen kalpağın alması da bu boykot sürecinde gerçekleşmiştir. Kalpak, Mustafa Kemal'le sembolleşen anlamının yanı sıra devrimci bir boykot eyleminin ürünüdür (6, sayfa: 43).

Etkili olan bu boykot hareketi daha sonra İtalya ve Yunanistan'a karşı da kullanılmıştır. Halkı harekete geçirmek fikri o günkü İmparatorluk politikası için bir devrim niteliği taşımaktadır (5, sayfa: 265).

Ahrar Fırkası üyeleri, bu tür eylemlerin yerel ticareti engellediğini belirterek bunun saçma ve gereksiz olduğunu öne sürdüler. İttihatçılar yalnızca modern, anayasal ve merkezîyetçi bir devletten yana olmakla kalmıyorlar, aynı zamanda da devlet tekeli sistemini ve ekonomi üzerinde devlet denetimini de inançla savunuyorlardı.

31 Mart Ayaklanması

1908'in sonbaharında yapılan seçimleri İttihat ve Terakki Cemiyeti büyük bir çoğunlukla kazanıyor. Liberaller İstanbul'da tek bir üyelik bile kazanamıyor ama umutlarını da yitirmiyorlar. Çünkü İngiliz ve Fransız basını, İstanbul gazetelerinden dini yayın yapanları onları destekliyor. Bu dini yayın yapan gazetelerden biri *Volkan*'dır. 3 Mart'ta bu gazetede 5 Nisanda kurulacak olan İttihat-ı Muhammedi örgütünün siyasal programı yayımlanıyor. Gazete "millî birliğin İslam idealine dayanması gerektiğini" öne sürerek Şeriatın uygulanmasını savunuyor. Bu hareket ordudaki sıradan askerleri ve geleneğe bağlı mebusları etkiliyor. 7 Nisanda *Serbesti* gazetesinin Başyazarı ve keskin bir İttihatçı düşmanı olan Hasan Fehmi Galata Köprüsü üzerinde vuruluyor. Amaç açık; böylece İttihat ve Terakki Cemiyeti gazeteci öldürmekle suçlanacak. İttihatçılar cinayeti kınıyor ve liberalleri gerici tehlikesine karşı birliğe çağırıyorlar. Bu karşılık bulmayacak bir çağrıdır.

Benzer bir cinayet de 9 Haziran 1910'da, Bahçekapı'da işleniyor. *Sedayı Millet*'in Başyazarı Ahmet Samim öldürülüyor. Amaç aynı. Kamuoyunu İttihatçılar aleyhine çevirmek. İngiliz Sefaretinden Lowther, Cemiyet'in tarafını tutmaksızın gerek bu cinayette, gerekse Hasan Fehmi'nin öldürülmesiyle, Cemiyet'in hiçbir ilgisinin olmadığını gizli yazışmalarda

(sonraki yıllarda gizliliği ortadan kalkan) açıklıyor. Bkz. Lowther'den Grey'e, Tarabya, 14 Temmuz 1910 tarih ve "gizli" 379 sayılı yazı (İng. Dışişleri Bak. Aktaran Ferroz Ahmad, 5, sayfa: 146, dipnot)

12-13 Nisan 1909 gecesi ayaklanma başlıyor. Osmanlı'da o zaman kullanılan takvime göre tarih: 31 Mart'tır. İstanbul garnizonu isyan ederek subaylarını etkisiz hale getiriyor, Ayasofya meydanına doğru yürüyor. Talepleri şeriatın geri getirilmesi... İsyancı askerlerin "kendiliğinden bir başkaldırı için fazla disiplinli olmaları" dikkat çekiyor.

Sultan isyancıların isteklerini hemen kabul ediyor. Bir gün içinde eski düzen yeniden sağlanıyor ve İttihat ve Terakki Cemiyeti iktidardan uzaklaştırılıyor. İktidarı Liberaller devralıyor. Gayrimüslimler ayaklanmayı, İttihatçılara ve onların merkezîyetçi politikalarına indirilmiş bir darbe olarak algılıyorlar.

İsyan, Başkent'e çekilen telgraflarla protesto ediliyor

İsyan, tüm ülkeden Başkent'e çekilen telgraflarla protesto ediliyor. Gerekliyse Başkent'e geleceklerini bildiriyorlar. Makedonya'da Mahmut Şevket Paşa kumandasında, İstanbul'a doğru yürüyüşe geçecek bir ordu örgütleniyor. Hareket Ordusu olarak bilinen ve İttihatçılar tarafından kurulan, milis kuvvetleriyle de desteklenen bu



Ayaklanmayı bastırmak üzere Hareket Ordusu efradının Makriköy(Bakırköy) üzerine yürüyüşü



Devrimlerin arkasında İttihat ve Terakkî'nin hemen hemen aynı öncü kitesinin mücadelesi vardır.

güç, İmparatorlukta diğer askeri kumandanların onayını alarak, 17 Nisanda Başkent'te düzeni, ordu içinde disiplini sağlamak amacıyla yola çıkıyor.

Liberallerin, İngilizlerin de desteğini alarak Hareket Ordusu'nu engelleme çabaları başarılı olmuyor. 23-24 Nisan gecesi hareket başlıyor ve birkaç ufak çatışmadan sonra İstanbul'da kontrol sağlanıyor. Meclis Hareket Ordusu'nun bildirisini onaylıyor. Abdülhamit'in tahtan indirildiği, yerine Mehmet Reşat'ın geçirildiği ilan ediliyor.

Feroz Ahmad durumu şöyle değerlendiriyor: "Ayaklanma Liberallerle İttihatçılar arasındaki iktidar mücadelesinde kritik bir aşamaydı. Din ile laiklik arasındaki bir çatışma değil, kendi egemenliklerinin temeli olarak dini ve Şeriatın üstünlüğünü sağlamak isteyen güçler ile İttihat ve Terakki Cemiyetinin temsil ettiği değişmeden yana güçler arasındaki bir çatışmaydı" (6, sayfa: 24).

Adana Katliamı

13 Nisan 1909 (31 Mart) Karşıdevrimi- nin bir parçası da Adana da yapılan katliamdır. Gericiler Adana da "Ermenilerin ayaklanıp Müslümanları katledecekleri" iddiasını yayıyor. İttihat-ı Muhammedi örgütünün taraftarlarının da bu doğrultu-

da çalışmalar yaptıkları da belirleniyor. Adana cemaatinin önderi Başpiskopos Muşeg'in, Müslüman halka karşı şoven ve kışkırtıcı bir tutum alması da gericilerin ekmeğine yağ sürüyor. Edirne mebusu ve katliamı soruşturan meclis heyetinin üyesi Agop Babikyan, Adana'daki olayların İstanbul'dan isyan haberi geldikten sonra başladığını vurguluyor. Katliama katılanlar sıkıyönetim mahkemesinde yargılanıyor ve suçluluğu belirlenenler asılıyor. Asılanlar arasında bölgede siyasi etkisi olan eşraftan kişiler de vardır. Bazı tarihçiler bu olayların yabancı müdahalesini kışkırtma amacı taşıdığını yazıyorlar. Bu açıklamalar akla yakındır ama Büyük Devletler o dönem ortak bir müdahalede anlaşılamayacak kadar bölünmüş durumdadır. Tek taraflı müdahale ise, zamanın diplomatik ortamında fazla tehlikelidir (6, sayfa: 153).

31 Mart'ta İngiliz parmağı

31 Mart ayaklanmasında İngilizlerin rolü olduğu konusunda pek çok kanıt öne sürülmektedir. İngiliz Hükümetinin sağladığı parayla İstanbul'da çıkan *Levant Herald* gazetesinin 31 Mart (yani 13 Nisan) öncesinde İttihat ve Terakki aleyhinde aktif olarak çalıştığı biliniyor. Karşıdevrim 12/13 Nisan 1909 gecesi gerçekleşiyor. İsyan

süresinde İngiliz Sefareti Ahrarcıları açıkça destekliyor.

Olaylara tanıklık eden Halide Edip Adıvar'ın *Memoirs* (Anılar) kitabında (1926), isyanın elebaşlarından biri olan Derviş Vahdeti'nin; "İngiliz Sefaretinin parayla tutulmuş bir ajanı, Fitzmaurice'in bir aleti olarak kabul edildiği" açıklanıyor. Fitzmaurice, İngiliz Sefaretinin baş tercümanıdır. Derviş Vahdeti'ye göre İslam'ın dostları; İngiliz Kralı ve Rus Çarıdır.

Times gazetesinin İstanbul muhabiri P. Graves, "İsyan sırasında Fitzmaurice'in Yıldız'ı defalarca ziyaret etmesi İngilizler aleyhine dedikoduların çıkmasına neden oldu" diye yazıyor.

Başkent'in askeri kumandanı olan Cemal Paşa, anılarında Fitzmaurice'i, Mahmut Şevket Paşa'nın suikastını hazırlayan şeytanın kendisi olarak tanımlıyor. İttihatçılar, suikasttaki rolü nedeniyle Fitzmaurice'in ve Askeri Ateşe Binbaşı Tyrrell'in İngiltere'ye geri yollanmasını talep ediyor. Bu talep hemen yerine getiriliyor. (6, sayfa: 192-195).

Doğan Avcıoğlu'nun, *31 Martta Yabancı Parmağı* (1969) ve Sina Akşin'in *31 Mart Olayı* (1970) adlı kitaplarında bu konu diğer birçok deliliyle birlikte kapsamlı olarak açıklanmaktadır. Avcıoğlu'na göre ayaklanmanın baş aktörü, o yılların lider emperyalist devleti İngiltere'dir.

İttihat ve Terakki'nin
cüretkâr planı; o planı
uygulayan üyelerin
cesaretiyle 23 Ocak 1913'te
"Babîâli Baskını" ile
gerçekleşir ve Kamil Paşa'nın
istifası sağlanır. Bu başarıda
iki kişinin payı büyüktür:
Örgütlenme yönünden
Talât Bey ve olayı akıl
almaz cesaretiyle
sürükleyen Enver Bey.

1908 Meşrutiyet Devrimi en çok İngilizleri ürkütmüş ve Osmanlı'nın kendini toparlamasının önüne geçmek için, uygulanan tertipler hızlandırılmıştır. 31 Mart 1909 gerici ayaklanması bunun en tipik örneğidir. Yabancı tarihçiler de Meşrutî Devrimin, emperyalist merkezleri rahatsız ettiğini belirtirler.

İttihat Terakki Batılı emperyalistlerce neden sevilmiyor?

Genç Türkler, İngiltere'nin dostluğunu kazanmaya çalışırlar. Ama İngiliz devletinin ve politikacılarının Genç Türklere karşı tutumu çok olumlu olmaz. İngiliz Dışişleri Bakanı Sir Edward Grey, 31 Temmuz 1908'de Babil'deki İngiliz Sefiri Sir Gerard Lowther'a şöyle yazar: "Türkiye gerçekten bir Meşrutiyet idaresi kurar ve onu ayakları üstünde tutabilirse ve kendisi de kuvvetli bir hale gelirse, bunun sonuçları şu anda hiçbirimizin tahmin edemeyeceği yerlere ulaşacaktır. Mısır'daki etkisi çok büyük olacak ve Hindistan'da kendini hissettirecektir"(6, sayfa: 176).

Sina Akşin bu konuda şunları söylüyor: "Batılılar, İttihat Terakki'den çok işkillendiler. Onlar, Osmanlı'yı fırında bir kuzu olarak görüyorlardı. Bütün mesele 'Bunu ne zaman yiyeceğiz?' idi. Aralarında çelişkiler ve rekabetler vardı. 'Budunu ben almak istiyorum; hayır ben alacağım' gibi... Mesele İstanbul'u kim alacak, büyük bir sorundu. İttihat Terakki, Osmanlı'yı modernleştirmek, hasta adam olmaktan çıkarmak üzere yola çıkınca; 'ya başarırlarsa' diye çok telaşlandılar. Saddam'a yaptıkları gibi İttihat Terakki'yi şeytanlaştırdılar. Bizdeki ağalık düzeni de İttihat Terakki'yi, kendisi için büyük bir tehlike olarak gördü, haklı olarak (8).

Doğu Perinçek ise "Batının ve Doğunun devrimcileri, Jön Türk hayranıydı. Ama Batının emperyalistleri Jön Türk düşmanıdır" belirlemesini yapıyor(1).

Büyük devletlerin Osmanlı'daki imtiyazları

Genç Türkler, neden İngiltere'nin dostluğunu kazanmaya çalıştılar? Feroz Ahmad bu soruyu şöyle yanıtlıyor: "Almanya,



Bab-ı Ali Baskını Fransız gazetesinde

Abdülhamit'in himayesi sayesinde İstanbul'da güçlü bir siyasi mevki kazanmış ve Bağdat demiryolu gibi kıymetli bir imtiyazla da bu mevkiini devam ettirmişti. Fransa'nın İmparatorluktaki mali çıkarı hayli genişti ve bir Fransız kuruluşu olan Osmanlı Bankası kanalıyla oldukça geniş bir siyasi baskı zeminine sahipti. Yeni imtiyazlar temin etme yarışmasında Fransa ve Almanya'nın karşısında İngiltere'yi desteklerken, Genç Türkler, bu iki devletin imtiyazlar konusundaki tekeli ortadan kaldıracaklarını ve Osmanlı Hükümetine daha geniş bir bağımsızlık sağlayacaklarını umuyorlardı" (6, sayfa: 183).

Hürriyet ve İtilâf Fırkası

1912 seçimine muhalefet, tek bir çatı

"Osmanlı bir bakıma savaşın konusuydu, savaşa girmeseydi de savaşmak zorunda kalacaktı. İttihat Terakki, savaşa girmeden önce, 9 Eylülde kapitülasyonları kaldırdığını ilan edince Avrupa devletleri aralarındaki savaşı unutarak ortak nota verdiler."

altında birleşerek giriyor. Bu çatı, 21 Kasım 1911'de kurulan "Hürriyet ve İtilâf" adlı partidir. İtilâf, birleşme, anlaşma anlamına gelir. Partililerin ve destek verenlerin anlaştığı en önemli politika İttihatçı düşmanlığıdır. Fırka; aşırı dinci unsurlar, ayrılıkçı etnik gruplar, başta Şehzade Vahdettin olmak üzere saraya mensup kişiler tarafından destekleniyor ve bazı vilayetlerde eğitim, bayındırlık, tarım gibi konularda özerkliği savunuyor. Fırkanın genel başkanlığına Damat Ferit Paşa seçiliyor.

Bu parti adını tarihe iki kara lekeyle yazdırıyor: Balkan bozgununu hazırlamak ve Sevr antlaşmasını imzalamak.

1912 seçimini İttihat ve Terakki büyük bir çoğunlukla kazanır ama İttihatçılardan oluşan bir hükümet kurulamaz. Bu durumun nedeni olarak; "İttihat ve Terakki içinde içten içe gelişen bir iktidar çekişmesi", "Talât Bey'le merkezi umumi arasında o günlerde ortaya çıkan düşün ayrılığı", "İttihatçıların cesaretsizliği, tecrübesizliği" gibi nedenler öne sürülür. Tüm bu gerçeklere karşın esas neden, ülkenin hızlı bir parçalanma ve çöküş yaşamasıdır.

Tahtını İttihatçılara borçlu olan Sultan Reşat'ın, İttihat ve Terakki'ye karşı bir komplo alet olmayacağı düşünülür. Yaşlı politikacılardan oluşan Gazi Ahmet Muhtar Paşa kabinesi kurulur ve İttihatçılardan güvenoyu alır. Acı bir çelişki bu yaşlı politikacıların çoğu, İttihat ve Terakki'ye karşı sert tedbirlerin alınmasından yanadır. Bu durum Talât Bey için büyük bir ders olur. Siyaset alanında kişilere güvenemeyeceğini ağır bir bedelle öğrenir. Artık Hürriyet ve İtilâf Partisi iktidardadır. İttihatçılara karşı bir kampanya başlatılır. Değerli komutanlar ve genç subaylar İttihatçı oldukları gerekçesiyle görevden alınırlar.

Balkan Savaşı

Gazi Ahmet Muhtar Paşa kabinesi İttihat ve Terakki'ye bir darbe vurmak amacıyla talim için silâh altında bulunan yüz bin kişiye yakın bir kuvveti terhis eder. Savaş başlayınca yeniden asker alımına başlanır. Kadrolar değiştiği için "ne subaylar efradı ne efrat subayları" tanımaktadır. Savaş planları kasalarda bekler, yeni komutanların onlardan haberi yoktur. İstanbul'dan un, pirinç gibi gıda maddeleri cepheye

I. Dünya Savaşı'nda Sarıkamış ve Kanal yenilgilerine karşın halkın direniş ruhunu besleyen, geleceğe olan inancını yükselten, önemli tecrübelerin kazanıldığı iki büyük zafer var. Birincisi ülkemizin "alinyazısını" değiştiren Çanakkale zaferi; diğeri bugünkü Irak topraklarında Dicle kıyısında kazanılan Kut'ül Ammare savaşıdır.

akarken, örgütsüzlük, plansızlık sonucu "Asker ekmeksiz, başkomutan telgrafsız kalır." Yaralı askerler önce ekmek isterler. Karmakarışık ordu ile yapılan muharebe neticesinde Türkler mağlup olur. 8 Kasım 1912'de Selanik mücadelesiz Yunanlılara teslim edilir. Selanik'in kaybı; Talât Paşa, Mustafa Kemal gibi orada büyümüş, ya da uzun yıllar orada yaşamış pek çok vatandaşımız için ömür boyu sürecek onulmaz bir acıdır.

Edirne de kuşatılmıştır, kaybedilmek üzeredir. Yüzyıllardır Osmanlı ülkesi olan Rumeli birkaç haftada elden çıkar. Binlerce göçmen aç susuz İstanbul'a akar. Osmanlı İmparatorluğu için sonun başlangıcı Balkan Savaşı'dır.

Amiral Cem Gürdeniz, Balkan Harbi Dersleri ve Kıbrıs, adlı 17 Ağustos 2014 tarihli, *Aydınlık* gazetesindeki yazısında, bugün Ege'de yaşanan sorunların temelini Balkan Harbinde saklı olduğunu değerlendirmesini yaptı. Ayrıca Kardak krizi sürecinde Yunanistan Genelkurmay Başkanı olan, Oramiral Limberis'in Balkan Harbi ve sonrasında donanmasızlığın sonuçlarını, anlatan çarpıcı bir açıklamasını da aktardı. "Balkan Harbi ve Dünya Harbi yıllarında ordumuzun mevcudu 150 bin civarında idi. Fakat Donanmamız, Osmanlı'nın 350 bin kişilik kuvvetlerinin deniz yolu ile cephelere sevkini engelleyerek, bu harplerin sonuçla-

rında toplam 500 bin kişilik bir kuvvet gibi etkili olmuştur. Bu savaşlar sonunda Osmanlı Devleti yıkılmış; Anadolu'nun önemli bir kısmı işgale uğramış ve Türkler tarihlerinde ilk kez devletsiz kalma riskini yaşamışlardır"

İttihatçı avı başlıyor

Hürriyet ve İtilâf bütün sorumluluğu Gazi Ahmet Muhtar Paşa'ya yükleyerek bu ağır yenilgiden kurtulmaya çalışır. İngiliz dostu Kamil Paşa'nın sadrazam olduğu tam bir Hürriyet ve İtilâf iktidarı kurulur. "Kamil Paşa'nın siyasal fikirlerinin temel unsurlarından" biri: "Türkiye'de devlet idaresinin yabancılar tarafından denetlenmesi" anlayışıdır (5, sayfa: 215). (Demek ki "Türkiye, Türklere bırakılamayacak kadar önemli bir ülkedir" düşüncesi o yıllarda da geçerliymiş!)

İttihatçılara karşı daha açık bir saldırı ya da İttihatçı avı başlar. Başka bir ad altında çıkması da yasaklanarak, *Tanin* gazetesi kapatılır. Hürriyet-i İtilâf'ın tüm kulüpleri kapattığı, parti faaliyetlerini tatil ettiğine dair bildirisi yayımlanır. Bu İttihat ve Terakki'nin kapatılması için önemli bir gerekçedir. Diğer yandan büyük devletlerle, "barış masasında" sözde bir barış karşılığında Rumeli'nin, Edirne'nin verilmesi pazarlıkları yapılmaktadır.

"Babiâli Baskını"

Durum hem ülke hem İttihat ve Terakki için hayat memat meselesidir. İttihat ve Terakki'nin cüretkâr planı; o planı uygulayan üyelerin cesaretiyle 23 Ocak 1913'te "Babiâli Baskını" ile gerçekleşir ve Kamil Paşa'nın istifası sağlanır. Bu başarıda iki kişinin payı büyüktür: Örgütlenme yönünden Talât Bey ve olayı akıl almaz cesaretiyle sürükleyen Enver Bey. Kuşkusuz İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin gözüpek militanları da bu arada hesaba katılmalıdır (2, sayfa: 283). Baskın öncesinde gerçekçi bir durum değerlendirilmesi yapılmıştır. Balkan ülkeleri arasında savaş ganimetlerinin paylaşımı konusunda çatışmalar başlamıştır. Ayrıca Edirne'nin de kaybedilecek olması halkta büyük bir infial yaratmıştır. Nitekim ertesi gün bütün gazeteler Babiâli Baskını'nı, halkın ve ordunun el ele yapmış olduğu hayırlı bir hareket olarak duyurur.

Ülkenin mali durumu savaşı sürdüremeyecek kadar kötüdür. İttihat ve Terakki'nin öncülüğünde kurulan Müdafaa-i Milliye Cemiyeti ile halkın vatanseverlik duygusuyla savaşı desteklemesine, ordunun iaşesi ve diğer giderleri için halktan gönüllü bağış toplanmasına çaba harcanır. Bu tutum da Talât Bey'in ve İttihat ve Terakki'nin halka dayanma onu seferber etme politikalarının örneklerindendir. "Cemiyet,



Kapitülasyonların kaldırılmasını kutlamak üzere Sultanahmet meydanında toplanan halk

İmparatorluk içinde büyük bir kitleyi peşinden sürüklemeyi başaran ilk siyasal örgüt olmuş ve politika da böylelikle halkçı bir nitelik kazanmıştır" (5, sayfa: 265).

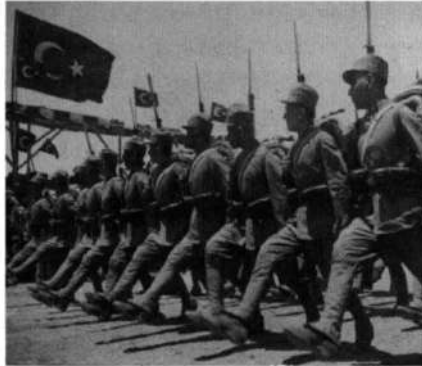
İttihatçı askerlerin oluşturduğu milis kuvvetleri Edirne'yi kurtarır. 21 Temmuz 1913'te de Enver Bey kumandasındaki kuvvetler Edirne'ye girer. Böylece Babiâli Baskınında halka verilen "Edirne'yi veremeyeceğiz" sözü gerçekleştirilmiş olur.

Trablusgarp ve Balkan savaşlarındaki başarıları Enver Bey'in altı yıl kıdem alarak ferikliğe (paşa-general) yükselmesini sağlar. Enver Paşa, Ocak 1914'te Harbiye Nazırlığına ve Başkomutanlığa getirilir. Orduda yaşlı ve yeteneksiz subaylara yönelik büyük bir tasfiye hareketi başlatılır. Balkan Savaşı'ndaki yenilgi bu hareketin nedenidir. Almanya'dan gelen askeri heyetin desteğiyle ordunun gençleştirilmesi, yeniden örgütlenmesi ve eğitimi yönünde hızlı bir çalışma başlatılır. Bu çabanın meyveleri de alınmaya başlar. Fakat ne yazık ki yeterli zaman kalmamıştır. Dünya Savaşı kapıdadır.

Birinci Dünya Savaşı

Birinci Dünya Savaşı'nda İngiltere, Fransa, Rusya bir cephede (İtilaf Devletleri); Almanya ve Osmanlı İmparatorluğu ile Avusturya-Macaristan ise karşı cephe'dedir. Savaş 28 Temmuz 1914 günü Avusturya-Macaristan İmparatorluğu'nun, Sırbistan'a savaş ilanıya başlar. Osmanlı savaşa 11 Kasım 1914'te İttihatçıların etkinliği içindeki bir yönetimle girer.

İngiltere, 1908'e kadar Rusya'nın İstanbul'a, Boğazlara yayılma siyasetine karşı Osmanlı İmparatorluğu'nun bütünlüğünü savunur. Ama Almanya'nın gösterdiği hızlı güçlenme; Osmanlı'nın sorunları bu geleceksel siyaseti değiştirir. Artık İngiltere'nin dostu Çarlık Rusya'sı, düşmanı ise Almanya'dır. Bu değişimin önemli nedeni, sömürgeler ve hammadde kaynakları için verilen mücadeledeki strateji değişimidir. Dostları ve düşmanları belirleyen geleceğe ilişkin planlardır. Özellikle 1850'den sonra petrolün bulunması, petrolün önemli bir enerji kaynağı olmasıdır. Petrolün Osmanlı toprağı olan Arap diyarlarında bulunması, Osmanlı ülkesi üzerindeki rekabeti kızıştırır.



Cumhuriyet, İttihat ve Terakki'nin başlattığı hareketin devamıdır.

Feroz Ahmad, Birinci Dünya Savaşı öncesinde "İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin çoğunluğunun İtilaf Devletleri (İngiltere, Fransa, Rusya) taraftarı olarak" kaldıklarını yazıyor ve gelişmeleri şöyle sıralıyor: "Mayıs 1914 tarihinde Talât Paşa, Rusya'ya Türkiye ile bir anlaşma yapmayı teklif etti. Babiâli'nin tamamıyla Almanya'ya bağlı kalmak istemediğini iyi bilen İstanbul'daki Rus Sefiri Mr. Giers, bu teklifin ciddiyetine inanıyordu. Fakat Ruslar bu teklifi reddetti."

"Rusların bu hareketini izah etmek için ileri sürülen bir tahmine göre Rusya, Babiâli'yi müttefiki olarak değil de düşmanı olarak tutarsa, İstanbul'u alma arzusunu yerine getirebileceğini hesaplıyor. İtilaf Devletleriyle anlaşmaya varma yolunda Türkiye'nin giriştiği son teşebbüs Fransa ile görüşmelere başvurusudur. Bu iş için Temmuz 1914'te Bahriye Nazırı Cemal Paşa Paris'e gönderildi. Fakat o da bir başarı sağlayamadı" (6, sayfa: 212).

"Mustafa Kemal Paşa, Cemal Paşa'ya 10 Ekim 1919 günlü yazısında, Birinci Dünya Savaşı'na girmekten başka bir seçeneğimizin bulunmadığını, çok esaslı bir durum tahlili yaparak anlatır. Bu tahlil, Atatürk'ün Türkiye açısından Birinci Dünya Savaşı'na ilişkin esas görüşüdür."

Birinci Dünya Savaşı emperyalist bir paylaşım savaşıydı

Sina Akşin durumu çok net bir anlatımla ortaya koyuyor: "İngiltere tarafı onlarla müttefik olmamızı istemiyordu. Onlara göre yiyecekleri kuzuyu müttefik yapmanın anlamı yoktu. Zamanımızda Batılılar daha ikiye bölünmüşler."

"Osmanlı bir bakıma savaşın konusuydu, savaşa girmeseydi de savaşmak zorunda kalacaktı. İttihat Terakki, savaşa girmeden önce, 9 Eylülde kapitülasyonları kaldırdığını ilan edince Avrupa devletleri aralarındaki savaşı unutarak ortak nota verdiler. Güya Almanlar gizli müttefikimizdi. O da çatlak bir ses çıkarmadı (Bu karardan en çok Almanların rahatsız olduğu yazılıyor). İngiltere, Fransa, Avusturya-Macaristan, Almanya, Rusya hepsi birleştiler; benzer notalarla 'Bu kararı tanımıyoruz, sonra görüşürüz' dediler.

"Enver Paşanın Almancılığı uyduluk derecesindeydi. Bunu, Almanya'ya hizmet edip, Rumeli'deki bir iki yeri geri alabilir miyiz umuduyla yapıyordu. Bağımsızlık düşüncesi güçlü değildi. Savaş içinde de çok büyük hatalar işlendi. Başka cephelere asker verdiler. Mesela Bulgarlar başka cephelere asker vermediler. Bizim askerlerimiz; Makedonya'ya, Galiçya'ya gönderildi. Bu tür konularda duyarlılıkları eksikti" (8).

İtilaf Devletleri'nce anlaşma istekleri kabul edilmeyen İttihat ve Terakki yöneticileri, 2 Ağustos'ta Almanya ile anlaşma imzalıyor. Tarafsız kalmanın en akıllıca bir seçim olacağını ama o günkü dünya koşullarında bunun mümkün olmadığını saptayan Feroz Ahmad İttihatçılara hak veriyor: "...tarafsız Yunanistan'ın İngiliz-Fransız kuvvetleri tarafından işgal edilmesi, İttihatçıların düşüncelerinde haklı olduklarını gösterdi. Şüphesiz ki tarafsız bir Türkiye'nin de kaderi aynı olabilirdi" (6, sayfa: 213). Savaşta İngiltere, müttefiki Rusya'ya yönelik ulaşımı sağlayabilmek için Boğazların açılmasını, hatta kendi denetimi altına verilmesini isteyecekti.

"İttihatçılar yalnız bırakıldıklarının iyice farkındaydılar ve kendilerine gelecek saldırıya karşı güvenliği, büyük devletlerin kurduğu bloklardan biriyle anlaşmada arıyorlardı" (6, sayfa: 213).

Mustafa Kemal'in geliştirdiği bazı fikirlerin, ilk kez ortaya atılıp tartışıldığı Genç Türk döneminin (1908-1918) katkısını göz ardı ederek ele almak tarih dışı bir tutum olur. Mustafa Kemal Atatürk bu temel tarihi gerçeği bir cümleyle belirtmiş: "Eğer Meşrutiyetler olmasa idi, Cumhuriyet olamazdı."

Türkiye vatan savunması yaptı

Birinci Dünya Savaşı emperyalist bir paylaşım savaşıydı. Osmanlının ülkesi bu paylaşımın konusuydu. İttihat Terakki Hükümetinin savaşın dışında kalmak gibi bir seçeneği yoktu. Çünkü vatanları taksim edilmek üzere masaya yatırılmıştı. "Gelin beni istediğiniz gibi paylaşın" anlamına gelecek bir pasiflik dışında, seçenek yoktu. Bu gerçeği gören tarihçiler, siyaset adamları, ekonomistler Kurtuluş Savaşı'mızın yani vatanımızın savunulmasının 1914'te başladığını ve 1922'de bittiğini saptıyorlar. Lenin de bu emperyalist paylaşım savaşında yalnız Türkiye ve Arnavutluk'un vatan savunması yaptığını belirtiyor (4, sayfa: 15).

Talât Paşa da savaşın bu niteliğinin farkındadır. Savaşın sonucuyla ilgili dileklerini şöyle açıklıyor: "Türkler, kesinlikle taraflardan biri lehine sonuçlanması yerine, her iki taraf açısından da kesin bir zaferin kazanılmadığı bir savaşı istemişlerdir. Eğer İngilizler kazanırsa bu Türkiye'nin paylaşılması demektir. Diğer taraftan eğer Almanya kazanırsa bu da Türkiye'nin köleleştirilmesiyle sonuçlanacaktır" Bu sözler yıllar boyu emperyalistler arası denge politikasını sürdüren Osmanlı hükümetlerinin sonunda içine yuvarlandıkları çıkmazı, acı çaresizliği göstermektedir. İttihat ve Terakki yöneticileri savaşın bir paylaşım savaşı olduğunu anlamışlar ama yansız kalmanın da bunu önlemeyeceğini açıkça görmüşlerdir.

Talât Paşa, İttihat ve Terakki'nin 1917 Kongresinde yaptığı konuşmada sava-

şa girilmemesinin, yenilgiyi baştan kabul etmek olacağını belirtiyor. "Arkadaşlar, milletler arası siyasi vaziyette büyük değişiklikler husule getirmek eğilimi gösteren bugünkü harp gibi büyük vakaların ortaya çıktığı anda seyirci, atıl bir vaziyette kalmak, bir devlet için mahkûmiyeti evvelden kabul etmek demektir."

Talât Paşa aynı konuşmada ordunun başarılarına, milletin fedakârlıklarına dikkat çekiyor: "Azim ve metanetine zerre kadar halel gelmeksizin üç seneden beri bütün cepheelerde gösterdiği cesaret ve yiğitlik eserleriyle ecdadının ruhunu hoş tutan ve bütün dünyanın takdirini kazanan ordumuz minnet ve şükran ile selamlarım. Sinesinden böyle bir ordu çıkaran bir millete dayanan devletimiz ebediyen yaşayacaktır ve yaşamak hakkıdır" (4, sayfa: 161-168).

Birinci Dünya Savaşı, İstiklâl Savaşımızın başlangıcıdır

Bu savaşta; Sarıkamış ve Kanal yenilgilerine karşın halkın direniş ruhunu besleyen, geleceğe olan inancını yükselten, önemli tecrübelerin kazanıldığı iki büyük zafer var. İkisi de İngiltere'ye karşı kazanılıyor. Birincisi ülkemizin "alinyazısını" değiştiren Çanakkale zaferi; diğeri bugünkü Irak topraklarında Dicle kıyısında kazanılan Kut'ül Ammare savaşıdır.

Ayrıca bu süreçte kan ve ateş içinde, ölümün üzerine yürüyebilen bir ordu kurulmuş, strateji ve taktik ustası komutanlar yetişmiş, bu birikimle beslenen Kurtuluş Savaşımız zaferle sonuçlanmıştır. Doğu Perinçek, bu gerçeği vurguluyor: "Birinci Dünya Savaşı, İstiklâl Savaşımızın başlangıcıdır ve bırakalım Türkiye'nin geleceğini, dünyanın geleceğini etkilemiştir. Mazlum Milletlerin emperyalizme silahlı isyanı orada başlamıştır.

"Birinci Dünya Savaşı'ndaki vatan savunması, 30 Ağustos zaferinin birikimine önemli katkıda bulunmuştur. Çanakkale olmasa, Afyon zaferi olmazdı" (9).

Genelkurmay Başkanı Mareşal Fevzi Çakmak'ın 1935 yılında yaptığı, Doğu Cephesine ilişkin değerlendirmesinde de benzer bir vurgulama vardır: "Bu muharebelerde çok değerli arkadaşlarımızı kaybettik. Çok kanlar döktük. Dökülen bu kanlar boşa gitmemiştir. Birinci Dünya Harbi'nde diğer cepheelerde olduğu gibi, buradaki çetin muharebeler de bize çok değerli deneyimler kazandırmış; istiklâl ve hürriyet uğrunda canını esirgemez bir millet olduğumuzu dünyaya ispat etmiş; Osmanlı İmparatorluğu yıkılmakla beraber daha kuvvetli bir Cumhuriyet yaratmıştır." (Aktaran: Ercan Dolapçı, *Aydınlık* gazetesi, 27 Haziran 2014, Mareşal Fevzi Çakmak, Birinci Dünya Savaşı'nda Doğu Cephesi,



"Birinci Dünya Savaşı'ndaki vatan savunması, 30 Ağustos zaferinin birikimine önemli katkıda bulunmuştur. Çanakkale olmasa, Afyon zaferi olmazdı"



"Yaşasın vatan. Yaşasın millet. Yaşasın Hürriyet"

Genelkurmay ATASE Yayınları, Ankara, 2005, s. 252).

Ne yazık ki tüm gelişmelerin acı bedeli milletimizce ödenmiştir. Ama esarete boyun eğmek ya da savaşa girmek dışında başkaca bir çözüm yolu ne yazık ki yoktu. Kurtuluş Savaşı'mızın zaferini ve Cumhuriyetimizi, başta aziz Atatürk olmak üzere binlerce adsız şehidimize ve milletimizin cesaret ve fedakârlığına borçluyuz.

Falih Rıfki Atay'ın anıları ve Birinci Dünya Savaşı

Anadolu; Birinci Dünya Savaşı'nda kiminde kar, kiminde güneş eksik olmayan sekiz cephede savaşıyor ve pek çok şehit veriyor. Önderlik hataları, kayıpları çok büyütüyor. Üzerinde durulması gereken önemli hatalardan biri de bazı cephelerde Alman generallerine karar ve komuta yetkisinin verilmesi, bağımsızlığımıza yeterince özen gösterilmemesidir. Mısır'da Kanal cephesinde İngilizlere karşı verilen savaşta da benzeri bir durum yaşanıyor.

Falih Rıfki Atay, *Zeytindağı* adlı anı kitabında anlatıyor: "Bizim aramızda Kanal'ı geçerek yerli halkı ayaklandırıp Mısır'ı alacağımıza inananlar vardı. Bu kadar saf olmayan Almanların Türk ordusuna verdiği Kanal vazifesi ise daha basittir. Arasına birkaç bin Türk feda ederek ve ikide bir Kanal'ı zorlayarak, Mısır'da İngiliz ordusunu tutturmak!" (yani oyalamak).

Bu durumu anlayan Cemal Paşa kumandan ve kurmaylarına soruyor: "Muvafak olmak mümkün müdür, değil midir?"

Hepsi "Hayır" cevabını veriyorlar.

Cemal Paşa Alman kumandan "Fon Kress'in ısrarına rağmen, hemen ricat kararını veriyor. "Bu karar, on beş bine yakın Türk çocuğunun canını kurtarmıştır." Böyle bir durum Çanakkale Savaşı'nda, Mustafa Kemal ile 5. Ordu Komutanı olan Alman Liman von Sanders arasında yaşanıyor. Atatürk yurdu savunurken asker kaybının ez az olmasına da özen gösteriyor.

Atatürk'ün Birinci Dünya Savaşı'na ilişkin değerlendirmesi

Atay, *Zeytindağı*'nda Mustafa Kemal'in Büyük Harbe girmenin, aleyhinde olduğunu yazıyor. Bu görüş, bizzat Mustafa Kemal'in sözleriyle doğrulanmıyor. Yunus Nadi, 26 Şubat 1943 tarihli *Cumhuriyet* gazetesinde Atatürk'ün bu konudaki değerlendirmesini naklediyor: "Türkiye geçen büyük harbe behemehâl iştirak etmeliydi ve iştirak şekli de ancak devletin yürüttüğü yolda olabilirdi. Harbe giriş zamanı, orduların sevk ve idaresi gibi bazı hususlar münakaşa olunabilse bile prensipte yanlış yoktur."

Doğu Perinçek, *Aydınlık* gazetesinde bu tarihi gerçeğe ışık tutan, kapsamlı, öğretici iki yazı yayımladı (9). "Mustafa Kemal Paşa, Cemal Paşa'ya 10 Ekim 1919 günlü yazısında, Birinci Dünya Savaşı'na girmekten başka bir seçeneğimizin bulunmadığı-

ni, çok esaslı bir durum tahlili yaparak anlatır. Bu tahlil, Atatürk'ün Türkiye açısından Birinci Dünya Savaşı'na ilişkin esas görüşüdür. O nedenle Büyük Millet Meclisi'nin açılışının ertesi günü kürsüden yaptığı anayasa içerikli 24 Nisan 1920 tarihli konuşmasında da aynen tekrar edecektir:

'Umumi Harbe katılmamak elbette son derecede arzuya değer idi. Fakat buna maddi imkân mevcut değildi. Çünkü katılmamak, silahlı bir tarafsızlığı, yani Boğazlar'ın kapalı bulundurulmasını icap ettiriyordu. Hâlbuki vatanımızın coğrafi mevkii, İstanbul'un stratejik vaziyeti, Rusların İtilaf Hükümetleri yanında yer almış olması, bizim seyirci kalmamıza asla müsait değildi. Bundan başka, silahlı bir tarafsızlığın devam ettirilmesi için paramız, silahımız, sanayimiz, kısacası lazım olan vasıtalarımız mevcut değildi. İtilaf Devletleri'nin, bilhassa İngilizlerin para vermemesinden vazgeçelim, gemilerimizi zapt ve milletin dışından tımağından artırarak biriktirdiği İnşaat-ı Bahriye'ye ait yedi milyon liramızı da gasp eylemeleri ve İtilaf Devletleri'nin harp ilanı ile beraber bizim harbe girmemizden daha dört ay evvel tamamen Osmanlı hükümeti zararına bir Ermenistan cumhuriyeti teşkiline karar verdiklerini ilan eylemiş olmaları ve hatta Bolşeviklerin yayınladığı gizli anlaşmalardan anlaşıldığına göre, İstanbul'un Çarlık Rusyası'na vaat edilmiş olması, harbe İtilaf Devletleri aleyhine girmekliğin kaçı-

İttihat ve Terakki hareketi, ulusal ve demokratik bir kurtuluş hamlesidir. Cumhuriyet, İttihat ve Terakki'nin başlattığı hareketin devamıdır. Türk devrimini irdelerken milat olarak Cumhuriyet'i değil, 1908'i almak gerekir. Türk devletinin ve toplumunun yeniden biçimlenmesinde o yıllarda atılan temeller geliştirilerek Cumhuriyet'e ulaşılmıştır.

Ermenilerin, devletin zor durumundan yararlanmak amacıyla isyan etmeleri, Türk ve Kürt köylülerini öldürmeleri, Rus ordusuyla birlik olup askere arkadan saldırımları üzerine tehcir kararı alınıyor. Karar Osmanlı Hükümeti tarafından alınıyor; uygulama sorumluluğu o dönem Dâhiliye Nazırı olan Talât Paşa'ya veriliyor

nılması imkânsız olduğunu gösterir açık delillerdendir."

Harbi Umumi'yi, Balkan Muharebesi doğurdu

Talât Paşa; Harbi Umumi'yi Balkan Muharebesi doğurdu değerlendirmesini yapıyor. "Arnavutluk'ta ve Makedonya'nın mühim bir kısmında Türkler çoğunluğu teşkil ettikleri halde Londra Konferansı 1913 tarihinde bu ciheti asla nazarı dikkate almayarak insafsız bir operatör gibi cerrahi ameliyat edercesine Balkan haritası üzerinde bıçaklar oynattı ve müvaffakiyetle icra edilen bu ameliyat Avrupa'nın diğer uzuvlarını da kangren yaparak bütün dünyayı tedavi edilemez bir illete düşürdü. Harbi Umumi'yi Balkan Muharebesi doğurdu. Harbi Umumi'nin nelere sebebiyet vereceği bugün daha tamamıyla tayin edilemez. Her halde Avrupa'nın bozulan dengesi senelerce düzelmeyecek, toplumsal, siyasi birçok vakayı sıralayıp gidecektir" (4, sayfa: 28). Talât Paşa'nın bu öngörüsünün çok haklı olduğunu tarih kanıtladı. Başka birçok gelişmenin yanı sıra; ezilen onuru kırılan Alman halkı Hitler'i iktidara getirdi. O da tüm dünyayı ateşe verdi. Cetvelle çizildiği söylenen Ortadoğu (Batı Asya) haritası da bugünkü yangının nedenlerinden biri değil mi?

İttihat Terakki sadrazamlığı kendine layık görmedi

Falih Rıfki Atay, İttihat Terakki yöneti-

mini, hükümeti tüm yetkilerini devralarak üstlenmemiş olmakla eleştiriyor. Pek çok tarihçinin de benimsediği bir düşüncedir bu. "Bütün bir devlet iktidarını teslim alıp da, hükümeti eski devrin adamlarına bırakan başka bir devrin partisi tarihte görülmuş müdür, bilmiyorum. İttihat Terakki, Büyük Harbin ortalarına kadar, bir türlü sadrazamlığı kendine layık görmemiştir" (10).

Talât Paşa da bir özeleştiriyile bu sap-tamaya katılıyor: "İttihat Terakki Fırkası bu zamana kadar kendi adamlarından meydana gelen bir kabine teşkiline cesaret edememiş ve yalnız mevcut hükümetlere dayanak olmuştur. Devletin harici siyasetine Fırka hiçbir suretle müdahale etmemiş ve mesuliyeti üstlenen vekiller heyetinin ve sadrazamların siyasetine körü körüne tabi olmuştur" (4, sayfa: 48).

Mustafa Kemal Bey ve Talât, Enver, Cemal Paşalar

Balkan savaşında Edirne'nin geri alınmasını izleyen bir toplantıda Falih Rıfki Atay, ilk kez Mustafa Kemal'i görüyor. "Dimetoka'da genişçe bir salonda toplanıldığını hatırlıyorum. Epey kalabalık var. Hacı Âdil, Fahri Paşa, Fethi Bey hep üst saftadırlar. Aşağıya doğru öteki misafirlerin arasında bir kurmay göze çarpıyordu. Sarışın, sert ve bakınırken gözlerine takılmamak imkânsız! Hacı Âdil (İttihat Terakki'nin önderlerinden, Talât Paşa'nın en çok güvendiği arkadaşlarından biri), ara sıra ona dö-

nüyor. Belli ki rütbesi ile nispetli bir önemi var. Biz Meşrutiyetin komitacılık âleminde bu önemlere alışmıştık. Salondan çıktıktan sonra, Hacı Âdil'e bu zatın kim olduğunu sordum.

- Mustafa Kemal Bey, dedi. Sonra biraz şaşica gözlerini manalaştırarak, ilave etti: -Yamandır!"

Atay, *Zeytindağ'*ın Önsöz'ünde: "Meşrutiyet şahsiyetlerinde eser yazılmak değeri görenlerden değilim" diyor. Atay Meşrutiyetin önderlerini, sanırım Mustafa Kemal Atatürk'ü ölçü alıp değerlendiriyor ve onları yazmaya "değer" görmüyor.

Fakat Atay, Enver ve Cemal Paşaların Alman ya da Fransız dostu olarak adlandırılmalarını da onaylamıyor. "Niçin Enver Paşa'ya Alman dostu ve Cemal Paşa'ya Fransız dostu dendiğini derin derin araştırmayınız. Enver Paşa Berlin'de ateşemiller ve Almancası Fransızcasından kuvvetliydi. Cemal Paşa Almanca bilmez, fakat şöyle böyle Fransızcası vardı."

Tarihi olaylar, tarihçilerin yazdıkları ve pek çok anı, bize Enver, Talât ve Cemal Paşaların vatanları için mücadele ettiklerini, birer vatansever olduklarını anlatıyor. Ancak onların, dönemin büyük devletleriyle ilişkilerinde, bazı hatalar yaptıkları söylenebilir.

Ülkenin ve dünyanın koşullarının da onların mücadelesini zorlaştırdığı unutulmamalı. Osmanlı İmparatorluğu, yüz yılların biriktirdiği yanlış iktisadi, siyasi politika-



Bab-ı Ali Baskını'nı anlatan bir kartpostal



Tehcir Kanunu'nun çıkmasından sonra göç eden Ermeni vatandaşlar

lar sonucu yarı-sömürge haline gelmişti ve parçalanıyordu. Balkanlar ateş içindeydi. İkinci Başkent konumundaki Edirne neredeyse kaybedilip geri alınmıştı. Başta İngiltere olmak üzere emperyalist devletler, topraklarımız üzerinde Ermeni ve Kürt devletçikleri kurma girişimlerine hız vermişler, İstanbul'a nasıl el koyarız planları yapıyorlardı. Çarlık Rusya'sı dışlarını Doğu Anadolu'ya geçirmişti. Kısacası Meşrutiyet yönetiminin işi çok zordu.

Meşrutiyetler olmasaydı, Cumhuriyet olamazdı

O vatansever insanların, hata ve zaflarıyla ve tabii ki cesaret, fedakârlık ve kahramanlıklarıyla da Atatürk için iyi birer öğretmen olduklarını söylemek yanlış bir saptama olmamalı. Mustafa Kemal'in, 29 Ekim 1907'de 322 numaralı üye olarak Cemiyet'e girdiği biliniyor. Mustafa Kemal, zaman zaman farklı görüşleri olsa da, İttihat Terakki'nin içinde genç bir asker olarak diğer önderlerle birlikte omuz omuza mücadele etmiştir. O da bir Jön Türk'tür.

Feroz Ahmad da farklı bir anlayışın tarih dışı bir tutum olacağına dikkat çekiyor: "Özgün karakterine rağmen Kemalizmin, hem düşünce, hem de toplumsal temel bakımından öncelleri vardı. Böyle bir ideolojiyi, Mustafa Kemal'in geliştirdiği bazı fikirlerin, ilk kez ortaya atılıp tartışıldığı Genç Türk döneminin (1908-1918) katkısını göz ardı ederek ele almak tarih dışı bir tutum olur. Aynı şekilde, Kemal Paşa'nın, Osmanlı İmparatorluğu'nun son derece hızlı ve radikal bir dönüşüm içinde bulunduğu

on yılda etkin bir rol oynadığını da unutmamalıyız. Dönemin tartışmalarına tanıklık etmiş, onlara katılmış ve daha sonra en önde gelen bazı aydınlar ve ideologlar –en önemlilerinden iki tanesini sayacak olursak, Ziya Gökalp ve Yusuf Akçura – Kemalist hareketle birleşerek onun ideolojisinin oluşmasına katkıda bulunmuşlardır.

"Belki de düşüncelerden daha önemlisi Genç Türk döneminin yarattığı toplumsal ve siyasal dönüşümdü" (6, sayfa: 238).

Mustafa Kemal Atatürk bu temel tarihi gerçeği bir cümleyle belirtmiş: "Eğer Meşrutiyetler olmasa idi, Cumhuriyet olamazdı" (11).

Rusya'da Çarlığın yıkılması kaderimizi değiştirdi

1917'de Rusya'da Çarlığın yıkılması ve Kurtuluş Savaşımızı destekleyen sosyalist bir cumhuriyetin kurulması ülkemizin kaderini değiştiren en önemli etkenlerden biri oldu. Mustafa Kemal önderliğinde Çanakkale'de kazanılan zafer, genç Türkiye Cumhuriyeti'ne gidecek olan yolu açtı. İstanbul ve İzmir'in işgali halkın uyanmasında, isyan etmesinde ve birlik olmasında etkili oldu.

Tüm bu tarihi mücadelelerden ustaca damıttığı derslerle beslenen Mustafa Kemal, büyük devletlerarasındaki çelişkilerden, çatışmalardan ustaca yararlanmayı bildi. Ama vatanın kaderini hiçbir zaman bu çatışmalara bağlamadı. Hep millete dayandı. Tüm halkı birleştirerek bu ölüm-kalım savaşına katmayı başardı. Buna en iyi

örneklerden biri, harbi sürdürmek için gereken paranın hazinede kalmadığı durumda ortaya çıktı. "Türk milleti istiklalini ödeyemez" deniyordu. Ama Mustafa Kemal bir devrimciydi, "çaresizlik" anlayışını kabul etmedi. Atay'ın anlatımıyla, "en iyi kanunu arayıp" buldu: "Milletin nesi var, nesi yoksa yüzde kırkını vatan savunması için verecektir." Böylece tüm halkın savaşa desteği sağlandı. Hem de herkesten gücü oranında katkı alınmış oldu. Zenginden çok, yoksuldan az...

İttihat ve Terakki Hareketi ve Cumhuriyet

İttihat ve Terakki hareketi, ulusal ve demokratik bir kurtuluş hamlesidir. Cumhuriyet, İttihat ve Terakki'nin başlattığı hareketin devamıdır. Türk devrimini irdelerken milat olarak Cumhuriyet'i değil, 1908'i almak gerekir. Türk devletinin ve toplumunun yeniden biçimlenmesinde o yıllarda atılan temeller geliştirilerek Cumhuriyet'e ulaşılmıştır.

Devrimlerin arkasında hemen hemen aynı öncü kitlenin mücadelesi vardır. Kadrolar aynıdır. Bu kadrolar, İttihat ve Terakki'nin sevap ve günahlarından, güç ve güçsüzlüklerinden çok şey öğrenmişlerdir.

Perinçek, 1915 olaylarıyla ilgili İsviçre'de yaptığı konuşmalarda "Ermeni Soykırımı iddialarını reddettiği" gerekçesiyle bu ülkede 2007'de çeşitli mahkûmiyet cezalarına çarptırılmasının ardından 2008'de AİHM'e başvurmuştu. Perinçek, Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi (AİHM) Kararının, "yeni bir dönemin başlangıcı ve Dışişleri Bakanlığı'nın saptadığı gibi bir milat olduğunu" vurguluyor.

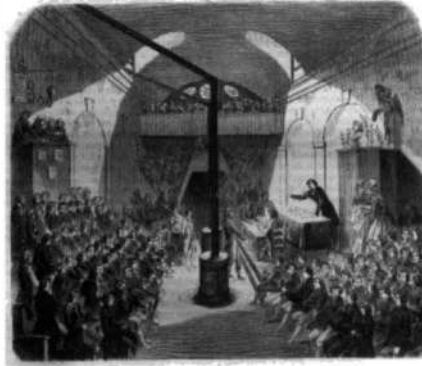
Milli ekonomi

İttihat ve Terakki hükümetleri döneminde: ilk uluslaşma ve ekonomide millileşme adımları atılmış, siyasi kapitülasyonlar kaldırılmıştır. Banka, kooperatif, iç borçlanma benzeri tedbirler alınmıştır.

II. Meşrutiyet döneminde oluşturulmuş 'milli iktisat' yaklaşımı Cumhuriyet dönemi devrimcileri tarafından da geliştirilerek sürdürülmüştür. Korkut Boratav 1923 yılının ekonomik yaklaşım biçiminin; geçmiş ekonomik anlayışlardan kopmak anlamına gelmediğini, tam tersine 1923-1929 döneminin ekonomik politikalarıyla 1908-1923 dönemi arasında şaşılabilecek bir sürekliliğin bulunduğunu belirtmektedir (Korkut Boratav, *Türkiye İktisat Tarihi* 1908-2002, İmge Yayınevi, 7. Baskı, Ankara, s. 39).

Gülten Kazgan milli duygularla yürütülen yerli unsurların desteklenmesi, zenginleştirilmesi uygulamasının yarattığı olumsuzluklara dikkat çekiyor: "Milli bağımsızlığını kazanmış bir ülkede, 'milli iktisat' görüşünün benimsenmesi ve yerli unsurların ticarete yüreklendirilmeleri ve kolların doğal bir sonuç olarak çıkmaktadır. Ne var ki bu uygulama bir yandan siyasetçi-işadamları 'adayı' arasında bir çıkar dayanışması yaratıp siyaseti yozlaştırırken, diğer yandan da serbest gümrüksüz ithalat ve milli işadamları yetiştirilmesi amacıyla verilen tavizler, adayları zenginleştirmiş ama üretim artırmadığı gibi, sanayi ve tarımı geliştirecek işadamları da yetiştirilememiştir." (Gülten Kazgan, *Tanzimat'tan XXI. Yüzyıla Türkiye Ekonomisi*).

Talât Paşa, bu politikanın özellikle savaş döneminde yarattığı sorunlarla boğuşmuştur. "Asli unsurların zengin edilmesi teorisinde, bu teori sahiplerinin isterse dolaylı olsun istifade etmemeleri, iyi niyetlerinin en bariz bir delili olacak iken, bazı zevatin yakın akrabası olmadığı halde, bu teori neticesi büyük servetler toplaması, bu içtihatlı iyi niyeti halk gözünde şüpheye düşürmüştür. Bu suiistimalin içinde İttihat ve Terakki Cemiyeti daima namuslu kalmıştır. Cemiyete karşı vuku bulan hücumlar haksız, merhametsiz ve daha doğrusu garazkâranedir. İttihat ve Terakki Cemiyeti ve Fırkası'nın ruhunu teşkil eden Merkezi Umumi, halka karşı vuku bulan ufak bir haksızlık üzerine daima feryat etmiştir" (4, sayfa: 43). Kema-



Perinçek, Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi (AİHM) Kararının, "yeni bir dönemin başlangıcı ve Dışişleri Bakanlığı'nın saptadığı gibi bir milat olduğunu" vurgulamıştır.

lizm bu sorunda çıkış yolunu; 1930'larda uygulanan devletçiliğin yönlendirici olduğu planlı bir karma ekonomide bulmuştur.

II. Meşrutiyet döneminde devletin ve toplumsal kurumların laikleştirilmesi doğrultusunda adımlar atılmıştır. 1909 yılında Mecliste, herkesi kanun önünde eşit tutan bir adalet anlayışının yanısıra devlet okullarında parasız olarak verilen ve vatanseverlik aşılayacak bir eğitimin gerekliliği savunuluyor (5, sayfa: 63).

Evlilik kurumunda kadınlara yeni haklar tanıyan bazı düzenlemeler yapılmış, Şeriyeye mahkemeleri Adliye Nezaretine bağlanarak dönemine göre oldukça ileri hukuki adımlar atılmıştır.

Talât Paşa Komitesi, 2005

yılının Temmuz ayında

soykırım yalanlarına karşı

mücadele etmek için

kurulmuştur. Kurucu Başkan;

KKTC Birinci Cumhurbaşkanı

merhum Rauf Denktaş'tır.

Komite adını aldığı Talât

Paşa gibi "Ermeni soykırımı

uluslararası bir yalandır.

Soykırım yapmadık vatanımızı

savunduk" gerçeğini her

ortamda dile getiriyor.

Osmanlıcadan Türkçeye dönülmesi ve Latin alfabesinin benimsenmesi tartışmaları o yıllarda başlamıştır.

Cumhuriyet Devrimlerinin hiçbirisi "tepeden inme" ya da "bir gecede" gerçekleşmemiştir. Yılları bulan önemli bir siyasi, kültürel ve toplumsal mücadelenin birikimiyle kazanılmıştır.

Aradaki tayin edici farkı, Tefik Çavdar şöyle açıklıyor: "Milli Mücadele döneminde dış politika çok netti. Meclis açıldıktan sonra yayınlanan bildirge amacın belirlenmesidir ve aynı zamanda 1921 Anayasası'nın temellerini de oluşturur. Orada 'Emperyalizme ve onun anası olan kapitalizme karşıyız ve mazlum milletleri temsil ediyoruz' denir."

Talât Paşa'yı saygı, sevgi ve takdirle anıyoruz. O, özgürlük, eşitlik ve kardeşlik için cesaretle, azimle, umutla mücadele etmiş devrimci bir halk önderidir. Sadrazam olduğu dönemde de halktan biri olma niteliğini hiç kaybetmemiş, İstanbul halkının yediği kara ekmekten başkasını evine sokmamıştır. Sadrazam konağına taşınmamış, Ayasofya'daki eski evinde oturmayı sürdürmüş, geçimini borçla sağlamaya çalışmış ve beş parasız ölmüştür. Talât Paşa'nın Almanya'da kullandığı, çalışan, haberci, postacı anlamına gelen Ali Sai takma adı da onun bu alçakgönüllü kişiliğini yansıtmaktadır.

Talât Paşa'nın Savunması ve Talât Paşa Komitesi: Ermenilerin bağımsızlık talebi

Talât Paşa, *Hatıralarım ve Müdafaa* adlı kitabında; Ermenistan devleti kurulacak iddiasıyla bölgeyi paylaşmak isteyen Çarlık Rusya'sı, İngiltere, Fransa ve Amerika'nın olaylardaki rollerini, o dönemde yürüttükleri bölücü, kışkırtıcı çabaları açıkça ortaya koyuyor ve yorumluyor: "Türkiye'ye bir taraftan ıslahat yapması teklif edilmekle beraber, diğer taraftan hükümdar idaresinde bulunan milletler isyana teşvik ve neticede müdahale ve himaye suretiyle siyasi bağımsızlığı ve kapitülasyonlarla da iktisadi bağımsızlığı ihlal ediliyordu. ıslahat teklifi, büyük bir Türk şairinin dediği gibi, elleri kolları bağlı bir adamı 'niçin koşmuyorsun,' diye kırbaçlamak kabiliyeti oluyor idi" Talât Paşa, tüm bu gelişmelerin temelinde



2005 yılı, İsviçre'nin Lozan kenti

yatan gerçeğin emperyalist devletlerin göz diktikleri topraklara egemen olma arzuları olduğunu belirtiyor ve ülkenin bu duruma düşmesinin nedeninin, devletin zayıflığı olduğunu yazıyor. "Doğu meselesi, gösterildiği gibi insani ve Hristiyanı değil sırf garaz ve menfaat meselesidir. Devleti Âliye'nin dâhili işlerine vuku bulan müdahaleler ise zaafı neticesidir" (4, sayfa: 21-22).

Talât Paşa Ermenilerin bağımsızlık talebinin hiçbir haklı dayanağının olmadığını açıklıyor: "Ermenilerin bu iddialarını meşru gösterecek hiçbir tarihi hakları yoktur. Osmanlılar Doğu vilayetlerini Ermenilerden fethetmiş değildiler. Osmanlı İmparatorluğu'nun tesisinden bugüne kadar memleketin hududunun muhafazası ve bağımsızlığı için Ermenilerin hiçbir emek ve hizmetleri geçmemiştir. Memleketimize iltica suretiyle gelen bu millet Osmanlılardan iyi kabul görmüş ve kendilerine daima vatandaş muamelesi yapılmıştır. Ermeniler Osmanlı memleketlerinin her tarafında oturmuşlardır" (4, sayfa: 65).

Talât Paşa Aubrey Herbert'le, 26 Şubat 1921'de, Almanya'da yaptığı görüşmede; Ermeni sorununun sorumluluğunun Türkler üzerine atılamayacağı gerçeği üzerinde ısrarla duruyor. "Hiçbir ulus savaşa girip arkadan hançerlendiğinde buna rıza göstermez" diyor.

Ermeni isyanı ve tehcir

Ermenilerin, devletin zor durumundan yararlanmak amacıyla isyan etmeleri, Türk ve Kürt köylülerini öldürmeleri, Rus

ordusuyla birlik olup askere arkadan saldırımları üzerine tehcir kararı alınıyor. Karar Osmanlı Hükümeti tarafından alınıyor; uygulama sorumluluğu o dönem Dâhilîye Nazırı olan Talât Paşa'ya veriliyor. Bu kararın anlamı yalnızca isyan bölgelerindeki Ermenilerin yine Osmanlı toprağı olan farklı bölgelere sürgün edilmeleridir. Talât Paşa, bu kararda ülkemizin, insanlarımızın savunulmasının yanı sıra "Çanakkale müdafaasının müşküle" sokulmaması amacının da (4, sayfa: 80) etkili olduğunu yazıyor.

Berlin'de Talât Paşa davasında dinlenen Alman Mareşali Liman Von Sanders, Ermenilerin "savaşa sürüldüklerini" ve bunun acı sonucu olarak "bütün yenilenler gibi kırıldıklarını" söylüyor. "Ermeniler, Türk hükümetinin silahları teslim etme emrine uymak istemedikleri ve ikinci olarak bir kısmı Ruslarla birlikte Türklere karşı çıktıkları için, Ermenistan'daki çatışmalar oldu"

"Yollarda o kadar sefalet vardı ki, sadece Ermeniler değil, çok sayıda Türk askeri de Türk İmparatorluğu'ndaki iase kıtlığından, hastalıktan ve örgütlenme eksikliğinden hayatlarını yitirmişlerdir. Binlerce Türk askeri orada ölmüştür"

"Her halükârda ifade etmekle yükümlüyüm ki, Türkiye'de bulunduğum beş yılı aşan süre içinde Ermenilere karşı Talât'ın verdiği her hangi bir talimat veya tedbir görmedim veya uygulandığına tanık olmadım." (Aktaran Doğu Perinçek, Bkz. Der Völker-mord an den Armenien vor Gericht, Der Prozess Talât Pascha, Nisan 1980. Türkçe basımı da yayımlandı: Talât Paşa Davası Tutanakları, Kaynak Yayınları)

Bir Rus Albayının tanıklığı

Bir de Rus Albayının tanıklığı var. Tverdo Klebof, Türk Ordusunun Doğu cephesinde yalnız savaş esnasında düşman askerini öldürdüğünü, ama bir kenti ele geçirdiği zaman kesinlikle katliam yapmadığını, huzuru gözettiğini düşman komutanı olarak anlatıyor ve Talât Paşa'yı övüyor.

Aynı Rus Albayı, Erzurum'da Rus Ordusundaki Ermeni subayların Müslümanları nasıl kitlesel olarak katlettiklerini de açıklıyor. "Çünkü" diyor, onların devlet ve ordu geleneği yoktur. Ancak topları Rus topçular sayesinde Ermeni birliklerinin üzerine çevirerek katliamı durdurduklarını da yazıyor (4, sayfa: 85-95).

İngiliz Kraliyet Başsavcılığı: Hiçbir 'katliam' kanıtı bulamamıştır

Bu konuda önemli araştırmalara imza atan Uluç Gürkan, İngiliz Kraliyet Başsavcılığı'nın Malta'daki yargılamalar sonucunda verdiği 'kovuşturmaya yer olmadığı' hükmüne dikkat çekiyor: "Birleşmiş Milletler Soykırım Sözleşmesi, 'soykırım suçunun varlığı ya da yokluğu konusundaki yetkili mercii 'yargı organları' olarak belirlemiştir. Hangi yargı organı ya da organlarının yetkili olduğu da Sözleşmede açıklanmıştır. Bu bağlamda unuttuğumuz, bize unutturulmak istenen gerçek, I. Dünya Savaşı sonrasında çok sayıda İttihat Terakki Partisi yöneticisinin 'Ermenilerin toplu katliamı' suçlamasıyla üç yıla yakın süre Malta'da tutulmuş ve Sevr Antlaşması hükümleri uyarınca soruşturma kapsamına alınmış olmalarıdır. Ancak soruşturmayı yürüten İngiliz Kraliyet Başsavcılığı, işgal altındaki Osmanlı arşivinin yanında, İngiltere ve Amerika'da da bu kişiler aleyhine 'hukuki geçerliliği olan hiçbir katliam/kırım kanıtı bulamamıştır. Bu nedenle 'kovuşturmaya yer olmadığı' hükmüne vararak serbest bırakılmalarını sağlamıştır.

Yahudi Soykırımı yargılamasının yapıldığı Nürnberg Mahkemesi ile aynı koşullarda çalıştığını belgelediğimiz Malta'daki bu yargılama sürecinin, 'Ermeni Soykırımı' iddialarını kökten çürüten hukuki sonuçlarını Türkiye'nin anımsaması ve sahiplenmesi kaçınılmazdır"

Tarihçi Bernard Lewis de 'Ermeni Soy-kırımı' iddialarını reddediyor ve I. Dünya Savaşı yıllarında Osmanlı topraklarında yaşananları bir 'savaş trajedisi' olarak tanımlıyor (7, Önsöz).

Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi'nin Perinçek kararı

Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi (AİHM), Doğu Perinçek'in İsviçre aleyhine 2008'de yaptığı başvuru karara bağlandı. Açıklama 17 Aralık 2013 günü yapıldı. AİHM, Perinçek'i haklı buldu ve İsviçre'nin, Avrupa İnsan Hakları Sözleşmesi'nin (AİHS) ifade özgürlüğünü düzenleyen 10'uncu maddesini ihlal ettiğine karar verdi.

Perinçek, 1915 olaylarıyla ilgili İsviçre'de yaptığı konuşmalarda "Ermeni Soy-kırımı iddialarını reddettiği" gerekçesiyle bu ülkede 2007'de çeşitli mahkûmiyet cezalarına çarptırılmasının ardından 2008'de AİHM'e başvurmuştu.

Perinçek, Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi (AİHM) Kararının, "yeni bir dönemin başlangıcı ve Dışişleri Bakanlığı'nın saptadığı gibi bir milat olduğunu" vurguluyor. Bu kararın sonuçlarını maddeler halinde, özetle şöyle açıklıyor:

"Bir: AİHM, Ermeni soykırımı iddiasının Avrupa'da tartışılmasını özgürleştirmiştir. 'Ermeni soykırımı emperyalist bir yalandır' saptamasını düşünceyi açıklama özgürlüğü çerçevesi içinde karara bağlamıştır. Çözümünden önce bu saptama, bazı Avrupa ülkelerinde ceza tehdidi altındaydı. Gerçeği söylemek, suç oluyordu.

İki: Ermeni soykırımı iddiaları konusunda gerçeği saptamak, mahkemelerin ve parlamentoların yetkisinde değildir. Bu konu, tarihin inceleme ve tartışma alanındadır.(...) Bundan sonra AİHM'nin kararı nedeniyle hiçbir Avrupa ülkesinin parlamentosu böyle bir karar alamayacaktır. Alınan kararları ise, artık hukuken çöplüktedir."

"Ermeni olayları Yahudi soykırımı sınıflaması içinde değildir."

"Üç: AİHM kararı, 'Ermeni olayları Yahudi soykırımı sınıflaması içinde değildir'

diyor. Bunun hukukî değeri, soykırım olmadığı hükmü kadar önemlidir. Doğru, AİHM, Ermeni olayları konusunda soykırım oldu ya da olmadı diye bir hükme varmadığını söylüyor. Bu da bizim tezimizdir. Çünkü Mahkemelerin bu konuda bir hüküm kuramayacaklarını Lozan'dan beri sürekli hatırlatıyoruz ve amacımıza ulaştık. Ancak AİHM kararı, Ermeni soykırımı iddiasının uluslararası hukuktaki temelini yok etmiştir. (...) Hukukun tanımladığı tek soykırım, Yahudi soykırımıdır. Herhangi bir olayın 'Yahudi soykırımı' gibi olmadığını belirlemek, aslında hukuken soykırım olmadığı anlamındadır" (18 Aralık 2013 ve 14 Ocak 2014 *Aydınlık* yazıları).

"Soykırım Yapmadık Vatanımızı Savunduk"

Talât Paşa Komitesi'nin Sözcüsü Cüneyt Akalın'ın *Aydınlık* gazetesine yaptığı açıklamaya göre: "Perinçek kararıyla kazanılan hukuki başarının ardında, Talât Paşa Komitesi'nin 8 yıldır devam eden mücadelesi var. Talât Paşa Komitesi, 2005 yılının Temmuz ayında soykırım yalanlarına karşı mücadele etmek için kurulmuştur. Kurucu Başkanı; KKTC Birinci Cumhurbaşkanı merhum Rauf Denktaş'tır. Komite adını aldığı Talât Paşa gibi "Ermeni soykırımı uluslararası bir yalandır. Soykırım yapmadık vatanımızı savunduk" gerçeğini her ortamda dile getiriyor.

Talât Paşa Komitesi'nin mücadelesine merhum MHP milletvekili Mehmet Gül'den emekli Yargıtay Başsavcısı Vural Savaş'a, İstanbul Üniversitesi'nin önceki rektörlerinden Prof. Dr. Kemal Alemdaroğlu'ndan eski senatörlerden Barlas Doğu'ya ve ADD'nin önceki başkanlarından Ertuğrul Kazan'a kadar uzanan pek çok vatansever katılıyor. Yine önceki cumhurbaşkanlarından Demirel ve Sezer de mesajlarıyla destek veriyorlar.

Komite, Türkiye'nin haklılığını duyurmak amacıyla soykırım iddialarını çürüten Rus ve Ermeni arşivlerindeki belgeleri 7 dile çevirip yayımlıyor.

Komite'nin 2005'de Lozan'da başlatıldığı, ardından önde gelen Batı merkezlerinde sürdürdüğü yürüyüş ve toplantıların etkileri tüm Avrupa'ya yayılıyor.

Bu etkinliklerin en önemlilerinden biri, Talât Paşa'nın katledilişinin yıldönümü olan 15 Mart 2007'de Almanya'da gerçekleştirilendir. Alman polisinin yasaklama, Türk Elçiliğinin engelleme çabalarına karşın 10 bin Türk F. Ebert Meydanı'nda bir araya geliyor ve Talât Paşa'yı ve mücadelesini saygıyla anıyorlar."

Not: Eleştiri ve önerileriyle yazıma katkı yapan; İsmail Hakkı Pekin'e, Mehmet Bedri Gültekin'e, konu önerisiyle ve sağladığı kaynakla beni destekleyen genç arkadaşım Onurcan Ülker'e teşekkür ederim.

Dipnotlar

- 1) Aktaran Doğu Perinçek, 30 Aralık 2011 günü *Aydınlık* gazetesinde çıkan "Talât Paşa'nın vicdansız komitacıları" kimlerdi? adlı yazısı, www.aydinlikgazetesi.com.
- 2) Tevfik Çavdar, Talât Paşa Bir Örgüt Ustasının Yaşamöyküsü, İmge Kitabevi Yayınları, 2001, Ankara.
- 3) Resneli Niyazi, Hürriyet Kahramanı, Resneli Niyazi Hatıratı, Hâtırat-ı Niyazi, Ord. Prof. İsmail Hakkı Uzunçarşılı, 1908 Yılında İkinci Meşrutiyetin Ne suretle İlân Edildiğine Dair Vesikalar, Örgün Yayınevi, Türkçe: Sami Kara - Nurer Uğurlu, Birinci Baskı: 2003, İstanbul.
- 4) Talât Paşa, Hatıralarım ve Müdafaam, Kaynak Yayınları, Birinci Baskı: Şubat 2006; İkinci Baskı: Mart 2006, İstanbul.
- 5) Feroz Ahmad, İttihat ve Terakki, 1908-1914, Kaynak Yayınlarından Birinci Baskısı: 1984, İstanbul. (Türk tarihine ilişkin incelemeleriyle tanınan yazar Hindistan doğumludur ve eğitimini Hindistan'da ve İngiltere'de yapmıştır.)
- 6) Feroz Ahmad, İttihatçılıktan Kemalizme, Kaynak Yayınları, İkinci Baskı: Şubat 1986, İstanbul.
- 7) Uluç Gürkan, Ermeni Sorunu'nu Anlamak, Önyargıları Aşmak ve Nefretten Arınmak, Söyleşi: Serdar Palabıyık, Hazırlayan: Okay Bensoy, Destek Yayınevi, 2. Baskı, Şubat 2012, İstanbul.
- 8) Feyziye Özbek, Bilim ve Ütopya dergisinin, *İz Bırakanlar* dosyasında yayımlanan Sina Akşin söyleşisinden, Ekim 2010, 196. Sayı.
- 9) Doğu Perinçek'in, *Aydınlık* gazetesinde çıkan Birinci Dünya Savaşı'na Giriş Hürufesi-1, (12 Ekim 2012); Birinci Dünya Savaşı Yanılgıları, (29 Temmuz 2013) adlı yazıları, www.aydinlikgazetesi.com.
- 10) Falih Rıfkı Atay, *Zeytinadağı*, Pozitif Yayınları, Nisan 2008, İstanbul.
- 11) <http://www.hurriyet.com.tr/gundem/9499386.asp>. Aktaran: Niyazi Resnelioğlu, Meşrutiyet'in İlânı'nın 100.Yılında, Niyazi Resnelioğlu ile Hürriyet gazetesinden Yaşar Aksoy'un yaptığı söyleşiden, Hürriyet.

Neden Talât Paşa Komitesi?

Talât Paşa Komitesi'nin ismi "Devletin kurtulması için bütün içtenliği ile çalışan Talât Paşa ve onun temsil ettiği devrimci ruha ve Kurtuluş Savaşı'nı yapanlara saygıdır."

Talât Paşa Komitesi, emperyalist yalana karşı durmak, giderek dozu artırılan Ermeni soykırım iddialarına yanıt vermek amacıyla Temmuz 2005 tarihinde kurulmuştur. Komitenin kurucu başkanı, KKTC'nin kurucu Cumhurbaşkanı olan rahmetli Rauf Denktaş'tır. Kurulduğu tarihten itibaren, 2005'te Lozan, 2006'da Berlin, 2007'de Paris'te olmak üzere çok büyük eylem ve gösteriler yapmış ve sesini bütün dünyaya duyurmuştur. İsviçre mahkemesinin "soykırım yoktur demenin suç olduğu" gerekçesiyle Sayın Doğu Perinçek'i mahkûm etmesinin ardından AİHM'e açılan davanın 17 Aralık 2013 tarihinde Sayın Perinçek lehine sonuçlanmasıyla çok önemli bir hukuk zaferi kazanılmıştır. AİHM kararı Ermenileri şoka uğratmıştır. Talât Paşa Komitesi 2014 yılında yeni Danışma Meclisini toplamış, yeni Yürütme Komitesi'ni belirlemiş ve 1915 olaylarının 100. yılı nedeniyle yaptıkları ve yapacakları faaliyetlere/propagandaya cevap vermek amacıyla yeni yol haritası üzerinde çalışmış ve uygulama konusunda gerekli hazırlıkları yapmaktadır.

Neden Talât Paşa Komitesi sorusunu cevaplamadan önce Talât Paşa kimdir ona bakalım derim. Talât Paşa 1874 – 1921 yılları arasında yaşamış mebusluk, dâhiliye nazırlığı ve sadrazamlık yapmıştır. Bir posta memuru iken İttihat ve Terakki Cemiyeti içinde yükselmiş, örgütün lideri konumuna gelmiştir. Tarihimizin en en buhranlı ve çalkantılı dönemi onun yönettiği İttihat ve Terakkinin devlete hâkim olduğu dönemde yaşanmıştır. Talât Paşa bu kritik yıllarda bir dizi siyasi gelişmenin merkezinde yer almış ve önemli bir rol oynamıştır. Mevki ve menfaat hırsı olmaması, içtenliği ve ideallerine bağlılığı ile devrin siyasilerinden farklı bir çizgisi olduğunu teslim etmeliyiz. Adnan Adıvar onun



"Talât Paşa ve İttihat Terakki, Cumhuriyet'in tesis edilmesinde devrimci kültürü ve fedai ruhu temsil ederler"

için şunları ifade eder: "Edirne istirdadı ve Bab-ı Ali baskınında başroldeydi. Çok sevimli, girişken, son derece mütevazı ve duygusaldır. Hızla karar veren, hep karar veren adamdır." Ali Kemal onun hakkında "Talât hakiki bir Ocak adamı idi. Ocağın irili ufaklı efradından hiç biri yoktur ki Talât'ı sevmesin, takdir etmesin," ifadelerini kullanmıştır. Her milletten insanla ilişki kuralabilen Talât Paşa İttihat ve Terakki'nin devrimci ruhudur. Tanin gazetesi Başyazarı Hüseyin Cahit Yalçın onun için "Vatanı için hayatını feda etmek lüzumu ile karşılaştı idi, katiyyen eminim ki bu cezri hareketi memnuniyetle ve tereddütsüz göze alırdı." ifadesini kullanmıştır. 1915 yılında alınan tehcir kararının uygulaması onun dâhiliye nazırlığı döneminde yapılmıştır. 1 Kasım 1918'de İttihat ve Terakki'nin son toplantısını müteakip yurtdışına çıkmış ve 15 Mart 1921'de Berlin'de bir Ermeni tarafından şehit edilmiştir. 25 Şubat 1943'te cenazesi Türkiye'ye getirilmiş ve Şişli Abide-i Hürriyet Tepesine defnedilmiştir.

Talât Paşa Komitesi'nin ismine gelince, şunları ifade edebilirim: Ermenilerin iddiaları 1915 – 1923 arası dönemi kapsamakta ve bu iddialar Kurtuluş Savaşı dönemi ile özleştirilmektedir. Aslında Kurtuluş Savaşı'nın 1914'te başladığını söyleyebiliriz. Cumhuriyeti kuran İstiklal Savaşı'nın yasa dışı ilan edilmesi emperyalizmin ana hedefidir. Talât Paşa ve İttihat Terakki, Cumhuriyet'in tesis edilmesinde devrimci kültürü ve fedai ruhu temsil ederler. Talât Paşa Komitesi ismi Doğu Perinçek'in söylemiyle "Devletin kurtulması için-bütün içtenliği ile çalışan Talât Paşa ve onun temsil ettiği devrimci ruha ve Kurtuluş Savaşı'nı yapanlara saygıdır." Bu savaşı yapanlar ve Kurtuluş Savaşı itibarsızlaştırılmaya çalışılıyor ve suçlanıyor. Her de Talât Paşa'dan Atatürk'e kadar. Komiteye Talât Paşa isminin verilmesi devrimci ruhu taşıyan ve Kurtuluş Savaşı'nı yapan kahramanlarımıza saygının bir ifadesidir. Onları, Türkiye Cumhuriyeti'ni ve Atatürk Devrimlerini sahiplenmektir. Ver kurtulcu ve teslimiyetçi zihniyete karşı çıkmaktır.

1915 olaylarının 100. yılı dolayısıyla Ermenilerin hızla ve büyük bir yoğunlukla dünya kamuoyunu etkilemek maksadıyla, yaptıkları çalışma ve propagandayla mücadele etmek, onları yanıtlamak, kendi kamuoyumuzu ve dünya kamuoyunu aydınlatmak amacıyla, sosyal medyadan, broşür ve kitaplara, konferans ve sempozyumlardan, sergilere, röportajlara, sanatsal faaliyetlere kadar büyük bir faaliyet içindeyiz. Faaliyetlerimiz ve eylemlerimiz Ocak 2015'ten itibaren daha büyük bir yoğunluk kazanacaktır. Bu konudaki en önemli beklentimiz ve gayretimiz 28 Ocak 2015 tarihinde, AİHM büyük dairesinde yapılacak olan duruşma ve buradan çıkacak kararın daha önce verilen AİHM kararının onanmasına yöneliktir.

Doğu'da çöküşün sebepleri III

Bugünkü Türk milleti, Orta Asya'dan her tarafa medeniyet götüren, her devirde bütün diğer milletlerin kurdukları devletlerin topundan daha büyük ve daha kuvvetli devletler kuran, XI. yüzyıldan itibaren İslam medeniyetlerini esarete düşmekten kurtarmak için, bütün Avrupa milletlerinin topuna karşı koyan, Çanakkale harikasını yaratarak dünyada büsbütün yeni bir çığır açılmasına sebebiyet veren, ezelî ve ebedî Türk milletidir.

"Efendiler;

Kılıç kullanan kol yorulur, fakat saban kullanan kol her gün daha çok kuvvetlenir ve her gün toprağa daha çok sahip olur.

Efendiler;

Osmanlı fatihleri, hakanları, istilacıları asıl unsurlarla beraber sabanın önünde mağlup olup çekilmeye başladıktan sonra asıl felaketlerin büyüğü başladı. Hediye olarak yabancılara bahşedilmiş olan ve memleket içindeki Müslüman olmayanlara verilen her şey, kazanılmış hukukî hak olarak görüldü.

Fakat, yabancılar bununla yetinmediler; her gün bunu genişletmek için çareler aradılar ve buldular.

İç unsurlar, korumaya gücü yeter oldukları imtiyazlara istinaden ve dışarının desteklerine sığınarak siyasî bir varlık kazanmak için çalışmaktan geri durmadılar, yabancılar bir taraftan iç unsurları teşvik, diğer taraftan müdahale ile devlet, millet aleyhine yeni imtiyazları alıyorlar. Bu devamlı baskı altında zaten fena düşmüş olan anayurdu ve asıl unsur devlete verebilecek parayı güç sağlayabilirlerdi. Fakat taç sahipleri, saraylar, Bâb-ı Âliler tantanaya devam için paraya muhtaçtırlar. Bunun için, bunu temin çarelerine girişmişlerdir. O çareler de, dışarıdan borç alma oluyordu.

Fakat, borç alma şartlarını o kadar fena yapıyorlardı ki bazılarını ödemek mümkün olmamaya başladı ve nihayet bir gün devletler Osmanlı Devleti'nin iflasına karar ver-

Artık Osmanlı Devleti hakikatte ve fiilen istiklal mahkûmu haline getirilmişti; bir devlet ki, tebaasına koyduğu vergileri yabancılara koyamaz; bir devlet ki, gümrükleri için vergiler muamelesi vesairelerin alınması hakkında menedilir; bir devlet ki, yabancılar üzerinde ilçe hakkı uygulamasından yoksundur, o devlete bağımsız denilemez.



Borç alma şartlarını o kadar fena yapıyorlardı ki bazılarını ödemek mümkün olmamaya başladı ve nihayet bir gün devletler Osmanlı Devleti'nin iflasına karar verdiler.

diler ve Düyûn-u Umûmiye (Genel Borçlar) belasını başımıza çöktürdüler.

Efendiler;

Milletin düştüğü bu hazin hal ve bu sefaletin sebeplerini arayacak olursak doğru-
dan doğruya devlet kavramında buluruz.

Biliyorsunuz ki, Osmanlı devleti kişisel saltanat ve en son beş on sene zarfında da meşrutî saltanat esasına dayanarak hükümeti idare ediyordu.

Kişisel saltanatta her konuda yalnız taç sahiplerinin arzu, amaç ve iradeleri hâkimdir.

Milletlerin arzu, amaç, irade ve ihtiyaçları bahis konusu olmaktan uzaktır. Millet işlerinden ve iradesinden ayrılmıştır. Taç sahipleri kendilerini Allah tarafından gönderilmiş ilahî bir kişi farz ederler. Etrafını saran menfaat düşkünleri, padişahın zihniyet ve arzusunu semavî bir ihtiyaç, Kur'an'ın bir gereği gibi herkese telkin ederler. Bu telkinler karşısında bir gün bütün halk bu arzu ve iradelerin sorgulamadan semavî irade olduğuna inanırlar. Bundan ayrılmaya rıza gösteren bir milletin akıbeti felaket, musibettir.

Arkadaşlar;

Son açıkladığım noktada artık Osmanlı Devleti hakikatte ve fiilen istiklal mahkûmu haline getirilmişti; bir devlet ki, tebaasına koyduğu vergileri yabancılara koyamaz; bir devlet ki, gümrükleri için vergiler muamelesi vesairelerin alınması hakkından men edilir; bir devlet ki, yabancılar üzerinde ilçe hakkı uygulamasından yoksundur, o devlete bağımsız denilemez.

Devletin ve milletin hayatına yapılan müdahaleler bundan daha fazladır. Milletin iktisadî ihtiyaçlarından olan, örneğin, demiryolu inşası, örneğin fabrika yapmak için devlet serbest değildi. Böyle bir şeye teşebbüs olunursa acilen müdahale olunurdu.

Hayatını sağlamaktan aciz olan bir devlet, bağımsız olabilir mi?

Osmanlı ülkesi, yabancılardan sömürge-
sinden başka bir şey değildi. Osmanlı halkı, Türk milleti, esir vaziyetine getirilmişti. Bu sonuç, söylediğim gibi milletin kendi irade ve hâkimiyetine sahip olmamasından, şunun bunun elinde kullanılmasından ortaya çıkmıştı.



Koçi Bey tavsiyenamesinde sadece Kanunî'den beri bozulan idarî, bilimsel ve askerî düzenin aynen o vakitteki gibi iadesini ve rüşvetle, adam kayırmının kaldırılmasını ister.

O halde diyebiliriz ki, millî bir devir yaşamıyorduk. Millî tarihe sahip değildik. Osmanlı tarihi, padişahların, hakanların, zümrelerin destanı mahiyetindeydi. Mazi-
nin tarih diye uzattığı kitabın içeriği bundan ibarettir."

Bu kısımlar Gazi Hazretleri'nin bahsettiğim birinci nutkundanır. İkinci nutuklarında ise, Fatih, Selim ve Süleyman'dan bahsedildikten sonra denilmiştir ki:

"Sözünü ettiğim padişahlar, güçlü padişahlardı. Her yüzyılda büyük denilebilecek kabiliyet ve kudrette olan insanlardı. Fakat,

Osmanlı Devleti ricali arasında, onun çöküş sebepleri ile uğraşmış olanlar, Avrupa'daki Rönesans ve Reform hareketlerini ve bunların Osmanlı İmparatorluğu'nun düşüşündeki önemlerini, belki pek geç zamanlar dışında, hiç anlamamışlardır ve bunun en parlak örneği de Koçi Bey'dir.

bunlardan başka, önce ve sonra gelenler içinde bunlarla kıyaslanamayacak seviyede insanlar vardı. Bu gibilerinse, takip ettiği belirli, pozitif, rengi belli hiç bir bakış açılığı yoktu; o halde ne oluyordu? Efendiler; onlar kendi keyiflerini, kendi arzularını ve hırslarını tatmin edecek şekilde bütün milleti, bütün asil unsurları arkalarından, sağlarından, sollarından kuzeye veya güneye sevk etmekle meşgullerdi. Bunu yapan neydi?.. Mutlak irade!.."

Bu iki nutukta Osmanlı devletinin en başlardan yanlış bir yol üzerine sevk edilmiş olduğu ve bu yolun doğurduğu felaketler pek açık bir şekilde görülmektedir, bu sözlerle ilave edilecek şey, onların kuvvetini azaltmaktan başka fayda veremeyeceği için bu meseleler hakkında sözümü uzatmayacağım.

Diğer bir çöküş sebepleri grubunun millî hâkimiyete dayanmayan her idareyi belli bir müddet geçtikten sonra çöküşe sevk eden sebepler teşkil ettiğini biraz önce söylemiştim.

Osmanlı ileri gelenleri arasında bu sebepleri en iyi tarif etmiş olan kişi, şüphesiz IV. Murad'ın müşavirlerinden meşhur Koçi Bey'dir. Adı geçen bu hükümdara vermiş olduğu tavsiyename niteliğindeki risale tarihle ilgilenmiş her Türk tarafından okunmuş olduğu için onun içeriğinden ayrıntı vermeyeceğim.

Burada bir konuya, dikkatinizi çekmek isterim, o da Osmanlı Devleti ricali arasında, onun çöküş sebepleri ile uğraşmış olanların, Avrupa'daki Rönesans ve Reform hareketlerini ve bunların Osmanlı İmparatorluğu'nun düşüşündeki önemlerini, belki pek geç zamanlar dışında, hiç anlamadıklarıdır. Bunun en parlak örneği de işte bu Koçi Bey'dir.

Bu zat, risalesini 1630'da yazmıştır. Uzun sayfalar kaplayan bu tavsiyenamesini IV. Murad'a verdiği zaman Avrupa'da matbaa işlemekte olalı iki yüzyıla yakın bir zaman geçmişti ve bu hal ve matbaanın faydaları İstanbul'da biliniyordu. Çünkü Koçi Bey'in çağdaşı olan Peçevi, tarihinde bu konuyu iyice açıklamaktadır. Osmanlı İmparatorluğu'ndaki Müslümanlar ise, henüz bundan faydalanmaya başlamamışlardı. Koçi Bey'in yazdığı zamandan 60-70 sene önce batı ordularının çoğunda hat taktığı kabul edilmiş ve okullu zabıtların kumandasındaki gayet eğitilmiş askerler, al-

Bir milletin kültürü ve medeniyet seviyesi yükselmekte ise hükümet geçici olarak kötü de olsa, o, ancak milletin ilerlemesini geciktirebilir. Sonra iyi bir hükümet gelince; millet kaybettiği zamanı telafi eder. Avrupa'da XVI. yüzyıldan itibaren hal böyle olmuştur.

dıkları emir üzerine düzenli bir şekilde şerit gibi açılıp büyük bir cephe tutmak yöntemi- ni öğrenmişlerdir. Silahlar da epey ilerlemiş ve toplar gayet hafif ve hareketli olmuşlardı.

Osmanlı orduları ise kitle taktiğinde direndiler. Ve ondan sonraki seferlerde derin ve manevra kabiliyeti az kütleleriyle düşmanın şerit gibi açılan ordularının seri ateşli silahları karşısına çıkıp, çabucak erimeye ve perişan olmaya veya orantısız kayıp vermeye mahkûmdular.

Batıda sürekli ilerleyen bilim ve ona dayanarak gelişmekte olan sanayi, bu konularda, en aşağı bir yüzyıldan beri yerinde saymakta olan Osmanlı İmparatorluğu'nu, orantısız bir şekilde geride bırakmıştı.

Avrupa'da faizin meşruiyeti, dolaylı olsun kabul edilip, bankacılık doğmuş ve iktisadî ve ticarî işlemler gelişmişken, bizde bu yolda bir tek adım atılmamıştı...

Koçi Bey ise, bütün bunlardan hiç bahsetmez ve bu konulardan tamamıyla seze-memiş görünür, tavsiiyenamesinin hiç bir yerinde bu yoldan gidilmesi gerektiğini söylemez ve ima etmez; o, sadece Kanunî'den beri bozulan idarî, bilimsel ve askerî düze-nin aynen o vakitteki gibi iadesini ve rüş-vetle, adam kayırmanın kaldırılmasını ister.

Koçi Bey, bir milletin kültür ve medeni-yetiyle, onun başındaki devlet makinesinin işleyişini aynı şey zannetmiş veyahut birin-cilerin vücudundan tamamıyla bilmezlikten gelmiştir.

Koçi Bey, risalesini yazdığı zamanlar, Fransa'da, tıpkı Osmanlı İmparatorluğu'n-daki gibi, askerî makamlar dâhil, hemen her memuriyet alenen satın alınmaktaydı. Ora-

da idare birinci François'ten IV. Henry'ye kadar 40'tan fazla sene yeterli olmayan, çocuk veya dejenere hükümdarlar elinde kalmış idi. Ondan sonra da, bu memleket, saraylılar elinde oyuncak olan veya sersem ve kararsız tabiatla bulunan hükümdarlar görecekti; ve birçok Avrupa krallığı için de hal böyle idi ve her zayıf hükümdar zama-nında rüşvet alma ve suistimal alıp başını yürüyordu.

Fakat bu haller batı milletlerinin süre-kli ilerlemesine engel olamamıştı. Bundan dolayı Koçi Bey'in gösterdiği sebeplerden hiçbirisi Osmanlı Devleti'nin asıl çöküş se-bepleri değildi. Bunlar olsa olsa bir devleti, aynı milletten diğer bir devlete yerini bırak-mak üzere yıkılabilecek sebeplerdir.

Hakikatte, bir milletin, bir taraftan kültü-rünü ve medeniyetini ve devletin prensiple-rini; yani esas teşkilatını ve diğer taraftan başındaki hükümet makinesinin işleme tarzını, ayrı ayrı incelemek gerekir ve asıl önemli olan birincilerdir. Koçi Bey ve son zamanlara kadar onun gibi düşünen Os-manlı önde gelenleri yalnız hükümet maki-nesinin işleyişini dikkate almışlardır.

Bir milletin kültürü ve medeniyet sevi-yesi yükselmekte ise hükümet geçici olarak kötü de olsa, o, ancak milletin ilerlemesi-ni geciktirebilir. Sonra iyi bir hükümet ge-lince; millet kaybettiği zamanı telafi eder. Avrupa'da XVI. yüzyıldan itibaren hal böyle olmuştur. Halbuki kültür ve medeniyet se-viyesi, ister mutlak şekilde, ister o milletin rakip ve komşularına oranla düşmekte olursa, bu hükümet onun çöküşünü ancak

geciktirebilir ve tesadüf, kötü bir hükümeti iktidara getirince çöküş yeniden başlar ve duraklama zamanını derhal telafi ile, milleti, gereken seviyeye, az zamanda düşürür.

Kültür ve medeniyeti yükselmekte olan bir millet ise, kendine iyi hükümet temini yo-lunu diğerlerine oranla daha iyi bulur.

Bu itibarladır ki, genel ve kültürel yollar ve gidışler, dıştan gelen hükümet ve idare-lere oranla, millî hayatta çok önemlidirler.

Bu tarafı özetlemek için şunu demek mümkündür ki, gerçekte Osmanlı gerile-mesi Avrupa ilerlemesinin bir aksinden ve sonucundan başka bir şey olmamıştır.

Orta Asya Türklüğünün çöküşüne ge-lince; onun sebepleri şu şekilde açıklana-bilir: Orası XVI. yüzyılın ortalarından XIX. yüzyılın ortalarına kadar serbestçe taş ke-silmek üzere kendi hallerine terk olunmuş-lardı ve ora halkı çar orduları tarafından uğ-radıkları tek tük bazı saldırıları saldıranlara ağır darbeler indirerek defetmişlerdi.

Hint-Avrupa ticareti deniz ve Çin-Av-rupa ticareti kısmen deniz, kısmen de Rus-Sibirya yolunu tuttuktan sonra Türkis-tan gittikçe fakirleşen ve mevzii çarpışma-larla koyu bir tutuculuk ve cehalet içinde bunalan bir hayat yaşamıştı. XIX. yüzyılın sonlarında Çarlık ordularının teşkilat ve maddî araçları Türkistan Türklerinin kah-ramanlığını ve memleket güçlüklerini telafi edecek dereceyi bulunca, bu ordular Kır-gız-Kazak Bozkırlarının teşkil ettiği perdeyi yırtarak, birden Türkistan'a yüklenmişler ve bazı yerlerde ateşli silah olarak Arköbüz



Kültür ve medeniyeti yükselmekte olan bir millet ise, kendine iyi hükümet temini yolunu diğerlerine oranla daha iyi bulur.



Dinin, Hristiyan devletlerin İslam âleminde fetihler ve üstünlüğü lehinde kullanılmasına dair örnekler pek çoktur.

kullanan Türkleri kolaylıkla yenmişlerdir. Savaşlar hemen daima şu şekilde olmuştur. Düzensiz ve lidersiz süvari kitleleri, en mükemmel silahlarla donatılmış kıtalar üzerine yalın kılıç at sürmüşler, ağır zayıt verdikten sonra, bir tereddüt ve şaşkınlık anında, karşı saldırıya uğrayıp dağılmışlardır. Bununla birlikte, Çar ordularına verdikleri zayıtı, insan veya parayı hesaba katmak zorunda olan diğer herhangi bir hükümet ordularına vermiş olsalardı, uğradıkları akıbete uğramazlardı. Fakat, Çarlık bir taraftan en yeni ve mükemmel silahlara sahip ve yöntemlere vakıf ve diğer taraftan toplumu üzerinde Orta Çağ'a ait bir hüküm sahibi idi ve elde edilen her önemli yere derhal Rus Kazaklarının yerleştirilmesi, Türkler için kırımda imkanı bırakmıyordu. Oradaki Türk hükümdarlarının, yani Hiva, Buhara ve Hokent Han ve emirleriyle, daha ufak ölçüde bir sürü beylerin, hıyanet ve kötülükleri de, ayrıca başa bela idi. Bu tarafı iyi tasvir ettiği için Muhtar Bekir adlı biri tarafından yazılmış "Türkistan" namında Taşkent basması bir kitabın 64. sayfasından şu cümleleri naklediyorum:

"O zamanlarda Türkistan ülkesindeki Han ve Beyler kendi aralarında kavga ve anlaşmazlık halindeydiler; yurt ve eli yabancı düşmanlardan saklayacakları yerde biri birleriyle kavga ediyorlardı; hem halka, gerçek durumu düşündürmez, durumun önemini anlatmaz, halkı kullanırlardı; Türkistan'da evliyalar saklı, onun için Ruslar

onu alamazlar deyip saf halkı inandırır ve savunma işini ihmal ederlerdi. Ruslar bunların bu halini görüp bilirlerdi; ve bundan istifade ederek Türkistan'a iki taraftan hücumu karar verdiler. Kuzeyden Sibiryta tarafından, batıdan Seri Derya boyunca hareket başladılar."

Aynı kitabın 54. sayfasından Türkistan eğitimini tarif eden şu cümleleri alıyorum:

"Türkistan medreselerinde eğitim ve öğretim düzenlemesi eski yöntem olup, şerh ve haşiyeler, yani skolastik yöntemde, daha önceki mollaların açıklamalarını okutan mollalar, öğrencilerinin ömürlerini israf ederler. Yunan saçmalıkları, Beni İsraîl söylenceleri, Mutezile ve kelamcıların kavgaları ile onların zihin ve düşüncelerini zehirlerler, bir iş yapabilme durumlarını ve kabiliyetlerini harap ederler. Gerçek aklı bilim, hadis ve tefsir, din ve şeriat ilimleri Türkistan medreselerinde bugün yoktur ve sadece bir isimden ibarettir.

Zamanında İbn Sina, Farabî, İmam-ı Buharî, Allame-i Tusî, Uluğ Bey, Zimahşeri, Mir Ali Şir Nevai, Süleymanî Bakırganî, baber Mirza, Ebülğazi gibi nadir bilginler yetiştiren Türkistan medreseleri günümüzde vakıf yiyici mütevellî ve müderrisler, atıl ve cahil baykuşlar yeri oldular.

Efendiler;

Doğu âleminin çöküş sebeplerinin, toplumsal ve siyasal içerikte olanlarına bir ek

olmak üzere, iki noktayı daha açıklamak isterim:

Bunların birincisi memleketleri içinde her şeyi keyif ve arzularına göre yapan hükümdarların, kendilerine, hakimiyetin gölgesinden başka bir şey bırakmayan istilacı yabancılara, nasıl hizmet ettikleri; ikincisi ise, dini ileri sürerek Hristiyan âleminden gelebilecek her yenilikten İslam âlemini mahrum etmek isteyen din ulemasından birtakımının, İslam topraklarını fetheden veya fethetmeye çalışan Hristiyan devletlerine nasıl fetvalarıyla kolaylık gösterdikleri ve yardım ettikleridir.

Gerçekten, bir hükümdar, gerek babalarının, gerek kendisinin, kötü idaresi yüzünden memleketin vaziyetini zayıf görür ve ufukta istila tehlikesi hissederse önce kendi şahsını ve hanedanını düşünür ve bu iki menfaat zümresinden birini feda etmek gerekince her zaman memleketi feda ile kendisini ve ailesini kurtarmaya çalışır. Şayet, yabancı istilacılar, hükümdarı, taht ve tacım kaybetmek veyahut onları koruyarak sahip oldukları manevî gücü, kendi emirlerine göre, kendi menfaati lehine kullanmak şıklarından birini seçmek zorunda bırakırsa, hükümdar hemen hiç tereddütsüz ikinci şıkkı tercih ile yabancıya hizmetine girer; eğer kazara o böyle bir tıynetle değilse Hanedanı arasında bu işi görecektir tıynetle biri bulunur ve yabancı onu tahta çıkarır.

Batılılarca kendi din ve millettaşlarına karşı Osmanlı devletine hizmet etmiş olan bir sürü Macar ve Ulah kral ve prensleri,

Doğu âleminin çöküş

sebeplerinden iki tane daha vardır ki bunlardan birincisi her şeyi keyif ve arzularına göre yapan hükümdarların, istilacı yabancılara nasıl hizmet ettikleri; ikincisi ise, din ulemasından birtakımının, İslam topraklarını fethetmeye çalışan Hristiyan devletlerine nasıl fetvalarıyla yardım ettikleridir.

Mısır paşası Mehmet Ali'ye tahtını kaptırmak korkusuyla Rus çarının himayesini kabul eden İkinci Mahmut, aşağılığını pek hatırladığımız torunu Vahdettin ve onun, Türk milletinin gayret ve sabrı yüzünden yapamadığını, daha az gayretli milletlerin başında oturup pervasızca yapan bir sürü hükümdarlar buna örnektir.

Dinin, Hristiyan devletlerin İslam âleminde fetihler ve üstünlüğü lehinde kullanılmasına dair örnekler pek çoktur.

Bunların bizce en bilineni, Vahdettin zamanında, tek günahı yabancı işgalcileri memleketten kovmak istemekten ibaret olan, millî hareket reisleri aleyhinde çıkarılmış olan fetvalardır. Bu olayın istisna olmadığını göstermek için baz örnekler daha söyleyeceğim:

Cezayir valisi Mösyö Jules Cambon'un himayesi altında Octave Depont ve Xavier Coppolani isminde iki büyük memur tarafından yazılmış olan "Les Confréries Religieuses Müslümanes" adlı eserin girişinin sekizinci sayfasında dipnot olarak şunlar vardır:

"Müslüman hükümetlerinin örneklerine bakarak, Müslüman sömürge devletlerin dâhil, hâkimiyetlerini halkına meşru göstermek için, fetvaya başvurdukları görülmüştür.

Biliniyor ki, vatan ve sınır tanımayan İslamiyet, şeriatın aynen uygulandığı Darü'l-İslam ve kâfirlerin yeri olan Darü'l Harp gibi iki bölge tanır.

Bu tarifin şiddetini açıklamak amacıyla ki, 1871'de, bir dini isyandan korkan İngilizler, Mekke'deki Hanefi ve Maliki müftülerden, Hindistan'ı Darü'l-İslam ilan eden bir fetva çıkarttırmışlardır."

Efendiler;

Aynı eserin birinci cildinde, Cezayir hakkında bu içerikte dört mezhep müftüleri tarafından verilmiş pek uzun fetvaların tercümesi yazıldıktan sonra, XIX. yüzyılın ilk yarısında Cezayir'in fethini sağlamış olan Fransız Mareşali Bugeau'dan bahsedilmekte ve 37. sayfada şunlar yazılmaktadır:

"Mareşal Bugeaud'un ricası üzerine, yukarıdaki fetvaya benzer bir fetva Mekke'de tercüman Léon Roches'a verilmiş ve bu belge o zaman, Cezayir üzerinde hâkimiyetimizin tesis edilmesine en üst düzeyde hizmette bulunmuştu.

Mösyö Jules Cambon tarafından üretilen her türlü dar tutucu zihniyetinden arınmış fetva dahi, bizim Sahrayıkebir'de memleketi genişletmemize, ondan daha az faydalı olmayacaktır. Mademki, silahlı veya arabuluculukla fetih keyfiyeti fethedilen memleketlere, Dar'ül İslam sıfatını korumaya müsaitmiş."

Bu naklettiğimiz fetvalar 40 ile 100 sene öncesine aittirler. Daha yeni zamanların faaliyetine örnek olmak üzere, Hindistan'da Lahor'da çıkan "Muslim Outlook" gazetesinin 13 Haziran 1930 tarihli nüshasından bazı kısımlar okuyacağım. Bunlar, Hindistan'ın en büyük hükümdarı olan Haydarabat Nizam'ın Hindistan'daki devrim hareketleri ve istiklal olayları dolayısıyla, yazmış olduğu bir beyannameden alınmışlardır:

Nizam diyor ki:

"Bir Hint devletinin hükümdarı sıfatıyla, hâkim devlete karşı borçlu olduğu sadakat ve bağlılık görev ve gelenekleri dışında, bu kıtanın bir vatandaşı olmak dolayısıyla, özel ve kişisel sıfatımla, memleketin üretici halkının ve özellikle, arzu ve ihtiyaçlarını doğrudan anlayacak ve takdir edecek durumu üstün tutmuş bulunduğum, Pencap ve Sint'deki Müslüman ahalinin hayati çıkarlarına ilişkin olan meseleyi merakla inceledim. İyice düşündükten sonra, bu sırada görev gereklerinin gayet açık olduğu ve bütün ilgilerinin yararlarının gerekleri olarak, buna seve seve kanunlara uymanın gerektiği sonucuna vardım. Bir Müslüman'ın en

fazla kutsal saydığı şey olan din, onun özel ve resmî hayatında, bütün hareketlerinin düzeni ve her yerde olduğu gibi politika sahasında da onun hakikî rehberi olmalıdır. Peygamber, açık olan ve şüpheye yer bırakmayan kelimelerle fitneyi haram kılmıştır. "Elfitnetü eşddü minelkatil" kutsal sözü, mutlak şekilde her türlü fitnecilerin faaliyetini sona erdirmelidir. Kutsal kitap Müslümanları uyarmak için tekrar diyor ki "Lâ tûfsidü filârz" Emir açıktır ve meşru hiçbir kaçamağa meydan bırakmamaktadır.

Müslümanların, İslam topluluğu halinde, sivil itaatsizlik hareketine girişmiş olmaları, şüphesiz büyük bir memnuniyete yol açmıştır. Ne yazık ki, onları bu harekete katılmaya kandırmak için, girişimlerde bulunulduğu hissedilmektedir. Bundan dolayı bütün samimiyetimle onlara ve özellikle Pencap ve Sint'teki Müslüman kardeş ve komşularına müracaat eder ve kutsal dinlerinin emirleri dışına çıkmak eğilimine karşı durmalarını ve siyasî ilerlemeyi barışçıl ve uzlaşmacı yöntemlerle elde etme kararlarındaki ısrarlarını devam ettirmelerini dilerim. Sonuçta bu yöntemlerin daha verimli ve daha az naahs olduklarını onaylayacaklarına eminim."

Bu kısımların sırf dinin nasıl kullanılmakta olduğunu göstermek için yazıyorum. Asıl konu hakkında eleştiri veya onayda bulunmak aklımdan dahi geçmez. Çünkü bizleri ilgilendirmez.

Dini dünyadan ayırıp laik idare yapmak ve saltanatı atıp cumhuriyeti kurmak yal-



Geçmişten beri Türklük, her zoru sabır ve inat ile yenmiş, başarısızlıklara uğradıkça, daha büyük bir azimle engellerin üzerine atılmış ve nihayet amacına varmıştır.

niz ilerlemeye engel olmak ve çöküşü belli etmenlerden kurtulmak için değildir. Aynı zamanda, dinin biraz önce söylediğimiz şekilde, yabancı istilasını kolaylaştıracak şekilde kullanılmasına ve hükümdarların bahsettiğimiz tarzda faaliyetlerine set çekmek içindir ve Türk gençliği bütün bu konuları göz önünde bulundurmalıdır.

Burada bir soru ortaya çıkmaktadır: Türk milleti bu hale neden bu kadar uzun zamandır tahammül etmiştir?

Burada başlıca ve doğal bir etmen olarak, Türk milletinin, faziletlerinin, kusurlarının olması gösterilebilir.

Bu faziletler: "sabır" ve "vefa"dır.

Geçmişten beri Türklük, her zoru sabır ve inat ile yenmiş, başarısızlıklara uğradıkça, daha büyük bir azimle engellerin üzerine atılmış ve nihayet amacına varmıştır. Bütün Türk tarihi bunun şahididir; vefakârlık konusu da böyledir. Aslında vefa sabrın ruhi sahadaki uygulanmasından başka bir şey değildir.

Osmanlı İmparatorluğu içindeki Türk kitlesi, rejim tehlikelerini olayların zorlamasıyla, ancak XVIII. yüzyılın başlarında anlayabiliyordu. O zaman kendisi İslam kültürüne gireli 9-10 yüzyıl olmuştu, bu kültürü de başlangıçlarda mahvolmaktan kurtarmıştı, onu yalnız kurtarmakla kalmayıp şan ve şöhretini göklere kadar yükseltmiş, etkisini doğu ve batıya yaymıştı; kendisi de doğal olarak ondan yararlanmıştı. İslamiyet'in girmiş olduğu taş kesilme/duraklama özelliği dolayısıyla, bir Türk kitlesi ortaya çıkınca, diğer taze bir dalga gelip bütün topluma taze bir kan ve taze bir ruh vermiş ve ilerleme devam etmişti, bu sayede, ortaya çıkan duraklamanın kültür sebebiyle mi, yoksa her hanedanın ortalama 4-5 kuşakta bir durgunluğa mahkûm olması dolayısıyla olduğu, pek belirgin değildi. İş öyle bir şekil almıştı ki örneğin Osmanlı ülkesindeki Türk milleti, İslamiyet'ten çok önce ve İslam âleminin çok geniş bir varlık ve büyüklüğe sahip olduğunu unutmuştu, Müslümanlık ve hatta Müslümanlığın girmiş olduğu garip etkiyle kendisini ikiz addetmeye kadar işi götürmüştü. Bu durumda Türklükteki sabır ve vefa özellikleri onu XVII. yüzyılın sonunda olan güçlükleri başlangıçta ancak toslamaya sevk edebiliyordu. Hemen bütün XVIII. yüzyılla XIX. yüzyılın bir kısmı bu şekilde geçmiş; bu yüzyıllar 9-10 yüzyıllık devre vefa için, onu aynı şekillerde ve aynı yöntemlerle yaşatmakta ısrar için, hesapsızca

dökülen kanların, hesapsızca heder edilen servetlerin şahidi olmuşlardır.

Tanzimat Devri, Osmanlı Türklüğünün, bu işi hiç bir azmin, hatta Türk azminin bile başaramayacağını kısmen olsun anlamaya yüz tuttuğunu ifade eder. Fakat bu anlayışın tam sonucunu anlayacak ve uygulayacak devlet büyükleri olmadığı için, iş yarıda kalmıştır.

Diğer taraftan sayısı 20 milyonu geçmeyen bu Osmanlı Türklüğü sayısı 100 milyonlara varan Müslüman kitlelerini, kendisinden kültürcü 3-4 yüzyıl ileri ve sayıca 10-15 kat kalabalık olan Avrupa milletlerinin, istila ve yağma arzularına karşı kendini savunmaktan ve o uğurda feda etmekten bir türlü vazgeçmiyordu.

Bu yüzden içerde ve dışarıda bin bir zorluk içinde, eğitimsizliğin yetişmesine imkan sağladığı yarım yamalak devlet büyükleri ile, kendisinden orantısız derecede kuvvetli bir düşman âlemiyle boğuşmaya devam ediyor ve kuvvetlenmesini kalpten isteyen bir tek dost bulamayıp, ondan başka herhangi bir milleti, bir kaç sene içinde tuzla buza çevirecek saldırılara dayanmaya mecbur kalıyordu.

Büyük savaşı (1. Dünya Savaşı) takip eden ateşkes bu maceranın ve aynı zamanda Türklüğün feci sonu gibi görünüyordu.

Türk milletini alınının akı ile ve en az zararla bu korkunç durumdan kurtaran, ona dini dünyadan ayırmak, dünya işlerini dünya bilimleri ile halletmek, kendi kanını ancak kendi uğruna akıtmak, kendi servetini ancak kendi uğrunda harcamak ve bu işleri böylece görebilmek için kendi kaderini bizzat kendisi sahip olmak icap ettiğini ve yegâne kurtuluş yolunun bu olduğunu gösteren ve kabul ettiren Türk evladının ismi Mustafa Kemal'dir. (Şiddetli ve sürekli alkışlar).

Arkadaşlar;

Bu yolla, Türk milleti için, tarihinin 4. devri açılmıştır; kendisine anayurttan sonra öz yurt edindiği ucu bucağı gelmeyen bozkırlardan uzak ve her türlü araca sahip bugünkü vatanda, dünya işlerine karışan ruhani bağlardan ve idari ve iktisadi bünyesini, asırlarca kemirmiş olan, kapitülasyonlar gibi dış bağlardan kurtulmuş olarak gelişme devri.

Burada yeni bir soru ortaya çıkmaktadır: Bunca zorlukları atlattıktan sonra kalan, bu-

günkü millet, yine o eski millet midir? Yoksa tarihte örneğine rastlanan birçok milletler gibi, büyüklüğünün temelini teşkil etmiş olan eski faziletlerinden yoksun, sönmüş ve devrini bitirmiş, büyük bir tarihin ve büyük bir şöhretin altında ezilmiş bir halk mıdır?

Plevne, Çanakkale, Sakarya ve Dumlupınar kelimeleri ve bunların meydana gelebilmesi için yapılması gerekmiş kahramanlık, dehâ ve teşkilatçılık, bu sorunun en kesin cevabıdır; çabası yüzyılların mirası olan cehalet ve tecrübesizliğe ve zamanın pek zor olan şartlarına rağmen vatanda yeniden uyanan sanayi hayatı ve meydana gelen iktisadi uyanıklık bunun ikinci bir cevabını oluşturur.

Bu soruya üçüncü bir cevap olarak şu söylenebilir: Dünya tarihinin en önemli dönüm noktalarından biri olan büyük savaşa kadar, kapitülasyonları kaldırmakla, istiklalini koruma ve hakimiyeti altındaki arazinin işgalsiz kalmasını sağlayabilen tek Müslüman devlet Osmanlı İmparatorluğu idi. Bu İmparatorluğun Müslüman halkı arasında, hemen her ırka ve dil grubuna ait insanlar vardı. Balkan ve Genel Savaş sonuçlarında, ayrılmalar olduktan sonra, bu İmparatorluğun Türk kısmı, kapitülasyonları dahi atarak, tam bağımsızlığını kazandı ve bütün bir cihana karı bunu savunmasını bildi. (Alkışlar). Ondan ayrılmış olan Müslüman kısımların hali ise meydandadır. Bu hadise Türk ırkına mensup milletin mevkiini anlamaya yarayabilir.

Bütün bunlara dayanarak tam bir güvenle diyebiliriz ki bugünkü Türk milleti, Orta Asya'dan her tarafa medeniyet götürün, her devirde bütün diğer milletlerin kurdukları devletlerin topundan daha büyük ve daha kuvvetli devletler kuran, XI. yüzyıldan itibaren İslam medeniyetlerini esarete düşmekten kurtarmak için, bütün Avrupa milletlerinin topuna karşı koyan, Rusya'yı XII. yüzyıldan itibaren 4 yüzyıl kadar batıdan ayırarak Hristiyan âlemini ikiye bölen, bu şekilde bu âlemin iki önemli kısmında büyük bir zihniyet ve teşkilat ayrılığı meydana getiren ve Çanakkale harikasını yaratarak dünyada büsbütün yeni bir çığır açılmasına sebebiyet veren, ateşkesten sonra dünya galiplerine karşı akla hayale sığmaz direnişi ile ve kazandığı zaferlerle XI. ve XIII. yüzyıllar arasında başarılı olamayan haclı seferlerinin XX. yüzyılda başarılı olmasını engelleyen ezeli ve ebedî Türk milletidir. (Sürekli ve şiddetli alkışlar).

Yöntemini arayan düşünce

17. yüzyıl yöntem çalışmaları: Francis Bacon

17. yüzyılda gerçekliği kavrayabilmek için yöntemini arayan insan düşüncesi, Bacon'la birlikte Aydınlanma yolunda ilk adımlarını atmış ve Bacon'ın eserinde daha sonra da tartışmaya devam edeceği pek çok noktayı görelili olarak erken bir dönemde görebilmiştir. İnsanlığın yöntem arayışının temeline yerleştirdiği tespit bir kez daha hatırlanmalı ve hatırlatılmalıdır: *"Tabiat, sadece yine tabiatın kurallarına uyularak kontrol altına alınabilir."*

Hristiyan ve İslam Dünyasında, doğru bilgiye ulaşmanın, bunun da ötesinde bilginin doğruluğunu kanıtlamanın tek güvenilir yolu olarak görülen tümdengelimci Aristoteles Mantiği, bu yöntem anlayışının önemli bir parçası olarak çağın düşüncesinin vazgeçilmez bilme biçimini oluşturmuştur.

Kadim "dünyayı bilme sorunu"nun çözümü için atılacak ilk adımın bunun için "doğru yöntem"i keşfetme olduğu fikri Antik Yunan'da Platon ve Aristoteles'e dek geriye götürülebilir. Ortaçağ üzerindeki etkisi düşünüldüğünde, özellikle Aristoteles'in bu konudaki çalışması ön plana çıkmaktadır. Öyle ki, bu "yöntem" anlayışı yüzyıllar boyunca başat konumunu korumuştur.⁽¹⁾ Hristiyan ve İslam Dünyasında, doğru bilgiye ulaşmanın, bunun da ötesinde bilginin doğruluğunu kanıtlamanın tek güvenilir yolu olarak görülen tümdengelimci Aristoteles Mantiği, bu yöntem anlayışının önemli bir parçası olarak çağın düşüncesinin vazgeçilmez bilme biçimini oluşturmuştur. Pek çok alanda otorite konumuna gelen Aristoteles düşüncesi ve bu düşüncenin doğrudan ya da dolaylı ürünleri olan canlıların sınıflandırılmasından astronomi sistemlerine dek geniş bir yelpazedeki kuramlara karşı aykırı örnekler git gide birikse de, yöntem konusundaki kuşku gecikmeli olarak su yüzüne çıkmıştır.

Bu gecikme bizlere, düşüncenin (özelde bilimsel düşüncenin) tarihsel gelişimi ve işleyişi konusunda önemli ipuçları sunmaktadır. Örneğin, Aristoteles-Batlamyus Sistemi'ne aykırı onca gözlem mevcutken, beklenti bu sistemin terk edilmesi olduğu halde, çağın düşüncesi öncelikle "görüntüyü kurtarmaya" yönelik ek hipotezlere sığınmış ve hatta gözlemin kendisini reddetme noktasına kadar varmıştır. Çünkü, eldeki



Modern "bilimsel yöntemin kahini" Bacon: "Bilimlerin gerçek ve doğru hedefi, yeni keşifler ve zenginliklerle insan yaşamını donatmaktır"



Marksist sosyal bilimci David Harvey'e göre "hakikate adım adım ilerleme", modern düşüncenin ulaşacağı Aydınlanma'nın bir varsayımdır.

tümdengelimsel yöntem, yani sistemden olguya inen düşünme biçimi(2), gözlemi sistemden –özellikle de alternatifi bulunmayan sistemden- daha kolaylıkla gözden çıkarabilmektedir.(3) Elbette bu "vazgeçememe" ve "yöntemden kuşku duymama" durumunu pekiştiren psikolojik, siyasi ve hatta dini etkenler de unutulmamalıdır. Sorun epistemolojiye indirildiğinde de durum karmaşıklığını korumaktadır. Örneğin, gözlemlenen gök cisimlerinin hareketlerinin açıklanması ve geleceğe dair öngörüler konusunda 16. yüzyılda Kopernik Sistemi ile Batlamyus Sistemi arasında hemen hemen aynı doğruluk derecesi söz konusu olduğunda, rekabet halindeki iki kuramdan (sistemden) hangisinin seçilmesi gerektiği fiili bir sorun olarak ortaya çıkmıştı. Tüm bu manzara bağlamında, 17. yüzyıla gelinceye dek bu sorunun epistemolojik boyutunu kapsayacak biçimde, önceki yüzyıllarda Robert Grosseteste, Roger Bacon, John Duns Scotus, Ockhamlı William gibi düşünürlerin tamamen Aristoteles'in yöntem çerçevesi içerisinde kalarak meşgul oldukları sorulardan farklı ve doğrudan yöntemi konu edinen "Aristoteles nerede hata yaptı?" sorusu yüksek sesle sorulamamıştır.

Bu soruyla birlikte genel olarak bu yüzyılın ve Modern Felsefenin belirleyici niteliği "yöntemli bilme"ye yapılan vurgudur (bir diğer niteliği ise özne kavramının merkeze alınmasıdır). Descartes'in "(...) pek yavaş yürüyenler de, eğer daima doğru yolu iz-

liyorlarsa, koşup da doğru yoldan uzaklaşanlardan daha çok ilerleyebiliyorlar" (Descartes, 1994: 8) ve Bacon'ın "doğru yolda giden bir topal, yoldan çıkan süratli bir kişiyi yarışta geçer ve doğru yolda koşmayan birinin ustalığı ve hızı da onun hatasını arttırmaktan başka bir işe yaramaz" (Bacon, 2011: 137) ifadeleriyle başlattıkları "yol" arayışı bu vurgunun yansımalarından birisidir. "Doğru yol" metaforu ile ifadesini bulan bu yöntem arayışıyla birlikte, felsefenin hakikat arayışının öncelikle bir yöntem sorununa çekilmesi ve hakikate ulaştıracak doğru yöntemin bulunmasından sonra, "karanlıkta el yordamıyla yapılan bir arama tarama" (Kant, 2000: 11 [BVII]) yerine bilimin güvenilir yolunda, hakikate adım adım "ilerlenmesi" gerektiği anlayışı kendisini göstermiştir. David Harvey bu durumu modern düşüncenin ulaşacağı Aydınlanma'nın bir varsayımı olarak ele almakta ve şu ifadeleri kullanmaktadır:

"(...)Aydınlanma projesi için, herhangibir soruya ancak tek bir cevabın mümkün olduğu fikri bir varsayımdı. Buradan mantıksal olarak şu sonuç çıkıyordu: Eğer doğru biçimde resmeder ve temsil edebilirsek dünyayı kontrol altına alabilir ve akılcı biçimde düzenleyebiliriz. Ama bu bir tek doğru temsil tarzı olduğunu varsayıyordu; bütün bilimsel ve matematiksel çabalar da buna erişmek içindi. Eğer bu doğru tarzı keşfedebilirsek, Aydınlanma hedeflerine ulaşmış olacaktı" (Harvey, 2006: 41).

Bu varsayıma göre temel mesele, o tek doğru cevaba götürecek ya da bulunan cevabın doğru cevap olduğundan emin olunabilmesini sağlayacak "doğru"/"uygun" yöntemin bulunabilmesidir. Böylelikle "yöntemli bilme", Descartes'la başlayan modern felsefenin, temel motivasyonu haline gelmiştir. Bir başka deyişle, bu dönem bilginin kendi hakikatliliğini aklama girişimlerinin ardı ardına açığa çıktığı bir dönemdir. Bilgiye sağlam ve güvenilir bir temel bulma arayışı, rasyonalizm ile birlikte kesinlik arayışıyla iç içe geçerek modelini matematikte görmeye başlarken (bir anlamda Pythagorasçı yönelimi benimserken), git gide parlayan doğa bilimlerinde tek tek gözlemlerin ve deneyin öneminin göz ardı edilemez oluşu empirizmin epistemolojik ve metodolojik modelini güçlendirmiştir. Böylelikle, "matematikte yazılmış doğa kitabı"nın (yani Galileo'nun "dünya"sının) nasıl okunacağı konusunda "doğru yöntem" arayışı temelde rasyonalizm ve empirizm arasındaki gerilimde biçimlenmiştir.

Francis Bacon: *Novum Organum*

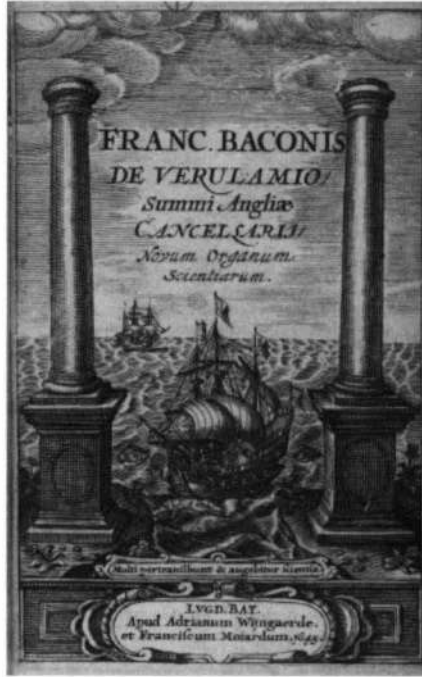
Benim yöntemim uygulamada zor olmasına rağmen açıklamada kolaydır ve şöyledir: Ben, kesinliğin ilerleyici adımlarını kurmayı öneriyorum. Duyunun açıklığı, elimizdekileri düzeltme sürecine yardım eder ve rehber olur. Fakat, ben, çoğunu reddettiğim duyu eylemini izleyen zihinsel faaliyetin yerine, zihnin doğrudan doğruya basit duysal algıdan başlayarak ilerlemesini sağlayan yeni ve kesin bir yol açıyorum ve bunu gösteriyorum (Bacon, 2011: 111).

Genel olarak 17 Yüzyıl'ın ve Modern Felsefe'nin belirleyici niteliği "yöntemli bilme"ye yapılan vurgudur. Descartes bu durumu "Pek yavaş yürüyenler de, eğer daima doğru yolu izliyorlarsa, koşup da doğru yoldan uzaklaşanlardan daha çok ilerleyebiliyorlar." diyerek ortaya koymuştur.

Francis Bacon'ın *Great Instauration* (Büyük Yenileme) adını verdiği kapsamlı bir çalışmanın parçası olan *Novum Organum*, Aristoteles'in yönteminin yerini alacak "yeni" bilimsel yöntemin ana hatlarına ilişkindir. Bilim tarihçisi Alexandre Koyré ve E. J. Dijksterhuis dışarıda bırakılacak olursa, bilim tarihi ve felsefesi açısından bu eser ve bu eseri yazan Bacon yenilikçiliği ve tümevarımcı-deneysel yöntemin savunuculuğu ile ön plana çıkarılmış ve hatta –modern– "bilimsel yöntemin kahini" sıfatıyla anılmıştır (Losee, 2008: 76). Bununla birlikte o, epistemolojinin ve genel olarak felsefenin Kant'a doğru yürüyüşünün habercisi niteliğinde şu sözlerin de sahibidir: *Bilimleri inceleyenler ya empiristler ya da dogmatikler olmuştur. Empiristler karıncaya benzerler, yalnızca yığarlar ve stoklarını kullanırlar. Dogmatikler örümcekler gibi kendi ağlarını örerler. Arı, her ikisi arasındadır. Bahçenin ve çevrenin çiçeklerinden alması gereken şeyi seçer alır; ama çalışır ve onu kendi çabalarıyla biçimlendirir* (Bacon, 2011: 173).

Bacon'ın *Novum Organum*'unun başlangıç ilkesi, doğanın anlaşılabilir (bilinir) olduğudur. Onun ifadeleriyle, *"tabiatın hakimi ve yorumlayıcısı olarak insan, hem nesneleri hem de zihnin işleyişini dikkate alarak tabiatın düzeni üzerine yaptığı gözlemlerin kendisine izin verdiği ölçüde onu anlayabilir ve onunla baş edebilir"* (Bacon, 2011: 119). Bu ifadenin hemen sonrasında, günümüz tekno-kapitalist dünyası için açık bir vaka haline gelmiş ve bununla birlikte tekno-bilim imgesinin temelinde yer alan meşhur tespit gelir: *"Bilgi ile insan gücü eş anlamlıdır"* (Bacon, 2011: 110), *"bilimlerin gerçek ve doğru hedefi, yeni keşifler ve zenginliklerle insan yaşamını donatmaktır"* (Bacon, 2011: 157). Bu tespit aynı zamanda, Ortaçağ boyunca pek çok bilim-dışı etkiye maruz kalmış ve bunun acısını çekmiş (ve günümüzde depremlerde ve maden felaketlerinde acı çekmekte olan) insanlığa bir çağrı ve hatırlatmadır: *"(...)tabiat, sadece yine tabiatın kurallarına uyularak kontrol altına alınabilir"* ve bu kuralları keşfetmek için *"tek ümidimiz gerçek tümevarımdır"* (Bacon, 2011: 110, 111).

Bacon'ın yöntem önerisi tümevarımın işleyişinde farklılaşır. O, tümevarımın Aristoteles'in yönteminde de mevcut olduğunun farkındadır ve bu anlamda yeni bir keşifte bulunmamaktadır. Gerçeği (tabiatın



Bacon'ın *Novum Organum*'unun başlangıç ilkesi, doğanın anlaşılabilir (bilinir) olduğudur.

kurallarını) araştırmanın ve keşfetmenin iki yolundan bahsederken, duyulardan ve tikellerden yola çıkarak en genel aksiyomlara doğru hızla ilerleyen ve tartışılmaz gerçeklik sanılan en genel aksiyomlardan ilerleyerek de aradaki aksiyomları keşfeden ilk yolun (Aristoteles'in yolunun) o güne dek kullanılan yol olduğunu ifade eder. Eğer tabiat, yalnızca tabiatın kurallarına uyula-

Eğer tabiat, yalnızca tabiatın kurallarına uyularak kontrol altına alınabiliyorsa ve mevcut durum tabiat karşısında insanlığın acziyetiye, yürünen yol yanlış demektir. Henüz denenmemiş olan "yeni" yol ise, duyulardan ve tikellerden başlayarak en genel aksiyomlara yükselene kadar aralıksız ve derece derece artarak kendi aksiyomlarını kuran yoldur.

rak kontrol altına alınabiliyorsa ve mevcut durum tabiat karşısında insanlığın acziyetiye, yürünen yol yanlış demektir. Henüz denenmemiş olan "yeni" yol ise, duyulardan ve tikellerden başlayarak en genel aksiyomlara yükselene kadar aralıksız ve derece derece artarak kendi aksiyomlarını kuran yoldur.

Bu iki yoldan her biri, duyulardan ve tikellerden başlayarak, en kapsamlı genellere kadar çıkar. Fakat onların arasındaki fark hesap edilemeyecek kadar büyüktür. Çünkü birisi, deneyin ve tikellerin sınırlarına sadece dokunurken, diğeri gereken şekilde ve düzenli olarak onların içinden geçer; yine birisi daha başlangıçta bazı soyut ve faydasız genel ilkeler koyarken, diğeri, gerçekten, tabiatla tamamen ortak olan bu genel ilkeleri derece derece meydana çıkarır (Bacon, 2011: 113).

Bacon bu tarz bir tümevarımın etkili biçimde çalışabilmesi için insan zihninin doğa karşısında tekrar bir çocuk gibi olabilmesi gerektiğini ve bu yolda önyargılardan ve bazı doğal eğilimlerden arındırılması gerektiğini de belirtir. *"Öyle ki, bilimler üzerine kurulmuş olan insan krallığına giriş, çocuklar dışında hiç kimsenin kabul edilmediği Tanrısal Krallığın girişine benzeyebilir"* (Bacon, 2011: 145). Bu arınma, çağdaş epistemolojik dille ifade edilecek olursa, yola çıkarken ve yolda nötr-gözlem dilini kullanmak ve kullanabilen araştırmacıya dönüşmekten başka bir şey değildir. Bu, sonraki çağlarda ve günümüz bilim felsefesinde de aktif olarak tartışılmış ve tartışılmakta olan bir hususa dikkat çekilmesi açısından çok önemli bir tespittir. Bacon, bilgiye giden yolda ya da daha genel anlamıyla dünyayla kurduğumuz ilişkide ön-anlamaların, önsel kavrayışların olumlu / olumsuz işlevi, yeri ve önemi konusu üzerine tartışmaların ve kuram-öncelikli yaklaşımın, "hipotez (kuram) olmadan olgular görünür olmazlar ve buna bağlı olarak da farklı kuramlar (/ paradigmlar) aynı dünyada farklı olgular görürler" gibi tespitlerinin dahil olduğu tartışmaların başlatıcılarından biridir. Öyle ki, Thomas Kuhn, *Bilimsel Devrimlerin Yapısı'nda* *"ördek/taavşan örneğinin gösterdiği gibi, retina tabakalarında aynı izlenimler olan iki insan çok farklı nesneler görebilmektedir. Diğer taraftan da, ters mercekler örneğinde olduğu gibi, retina tabakalarında farklı imgeler olan iki kişi de aynı şeyleri"*

görebiliyor" (Kuhn, 2000: 191) dediğinde, katışıksız bir gözlem dilinin (kuram bağımsız nötr bir dil, yani tümevarımın katışıksız başlangıcının dili) olanaksızlığını savunurken karşısında –bir anlamda da- Bacon bulunmaktadır.

Bacon'a göre, araştırmanın başlangıcında insan zihnini kuşatan ve onda derinlemesine kök salmış olan *idoller* ve yanlış fikirler yalnızca insan zihnini kuşatarak veri girişini önlemekle kalmaz, giriş sağlandığında bile spekülasyona ve yanlış yönlendirmelere neden olur. Bacon'ın kategorizasyonuna göre insan zihninde dört tür idol bulunmaktadır: (1) Soy İdoller, (1) Mağara İdoller, (3) Çarşı-Pazar İdoller, (4) Tiyatro İdoller.

Soy İdoller, insanın doğasında bulunan ve insanın kendisinin "şey"lerin ölçüsü olduğunu iddia etmesine neden olan kavrayıştır. Bilginin gereği olan düzenliliğin "dış dünyada" değil de insan zihninde olduğunun öne sürülmesinin ve bu yolla temelde "gerçeğin" bilinemez olduğunu öne sürmenin nedeni bu idoldür. Aynı zamanda bu idol, bilinçsiz bir biçimde, uzun bir dönem boyunca, karşıt örneklerle rağmen gök cisimlerinin hareketinin dairesel olması konusundaki ısrarda görüldüğü gibi, doğaya olduğundan daha fazla "düzen" yüklenmesinin de nedenidir.

Mağara İdoller, bireyseldir. Bunlar, her bir bireyin eğitiminden, diğer kişilerle olan ilişkilerinden, okuduklarından, hayranlık ve saygı duyduğu kişilerin otoritelerinden ve bunun benzeri çeşitli etki ve koşullardan dolayı "*tabiatın ışığını durduran ve bozan kendi bireysel mağarasına sahiptir*" (Bacon, 2011: 117). Bu idolün bilincinde olmadığı sürece, herkes bilgiyi bu "küçük" mağarada arar.

Çarşı-Pazar İdoller, insanların birbiriyle olan ilişkilerinden ve bu ilişkinin temelinde yer alan dil kullanımından ortaya çıkan idollerdir. Dilin, özelde ise sözcüklerin uygunsuz yapılanması, yani tanımların muğlak, açıklamaların belirsiz olduğu durumlarda açığa çıkan yanlış anlama ve yönlendirme durumudur. Bilim dilinin net, sade ve belirli olmasının amaçlanması ardında zihnin Baconcu anlamda bu idollerden temizlenmesi amacı yer alır.

Tiyatro İdoller, insan zihnini saran çeşitli düşünce yapılarından (felsefe sistem-



Birey, "tabiatın ışığını durduran ve bozan kendi bireysel mağarasına sahiptir." Bu idolün bilincinde olmadığı sürece herkes, bilgiyi bu "küçük" mağarada arar.

lerinden, ideolojilerden vb) edinilmiş dogmalar ve yöntemlerdir. Bunlar, Bacon'ın ifadeleriyle, gerçek dünyayla ilişki kurmayı engelleyen *kurgusal ve tiyatroya bir dünya yaratırlar*. Bu anlamda Bacon'ın karşı karşıya olduğu tiyatro idolü Ortaçağ yorumlarıyla bezenmiş Aristoteles Felsefesidir.

Bu idollerin farkına varmayan bir zihin, herhangi bir durumda, "*ortada durumun çok ikna edici ve bol miktarda örneği olmasına rağmen, yine de gözlem yapmaz, ya da bu örnekleri küçümser, ya da güçlü ve zararlı bir önyargının ilk sonuçlarını feda etmektense, bu önyargıyla bir ayırma işlemi yaparak onları başından atar ve reddeder*" (Bacon, 2011: 119). İşte bu ifadeler, yüzyıllar boyu "neden Aristoteles'ten vazgeçilemedi?" sorusunun eleştirel cevabı niteliğindedir. İdoller ayıklamanın hiçbir yolunu bırakmayarak onları sabitleştiren ve varlıklarını ebedileştiren bir diğer tehlike alternatifsiz bilme iddiası ya da gerçekliğin

Bacon'a göre, araştırmanın başlangıcında insan zihnini kuşatan ve onda derinlemesine kök salmış olan idoller ve yanlış fikirler yalnızca insan zihnini kuşatarak veri girişini önlemekle kalmaz, giriş sağlandığında bile spekülasyona ve yanlış yönlendirmelere neden olur.

bilinemez olduğu iddiasından herhangi birinde görülen aşırılıktır. İlkindeki aşırılık, Aristoteles'te görüldüğü gibi, araştırma için gereken makul şüpheyi ortadan kaldırarak hızlıca genel ilkelere yükselmekte ve bu noktada dogmatikleşmekte ve *bilimi diktatörce biçime sokmakta* kendisini gösterirken, ikincisindeki aşırılık, insan zihnini gerçeği keşfetmekten ümitsiz bırakır ve *her şey gevşemeye başlar*. "*İnsanlar bundan dolayı, kendilerine hoş gelen çekişmelere ve tartışmalara yönelirler ve önemli bir araştırmaya dayanmak yerine, bir konudan diğerine atlarlar*" (4) (Bacon, 2011: 145).

İnsan zihni idollerden temizlendiğinde, bilimsel yöntemi kullanmaya hazır hale gelir. Ancak, Bacon'ın uyarısı hatırlanacak olursa, yöntemin uygulama aşamasında da idollere karşı tedbirli olmak gerekmektedir. Ona göre, doğa filozofu (araştırmacı / bilim insanı) araştırma alanındaki olguları saptadıktan sonra bu olgular arasındaki ilişkileri araştırmalıdır. Düşük dereceli genellemelerden (ilişki tespitlerinden) kapsamlı olanlara doğru tümevarımsal olarak ilerlerken bu yavaş ve adım adım ilerleyen bir tümevarım olmalıdır. Bacon'ın ifadeleriyle, "*zihne kanatlar eklemekten ziyade onun henüz yapmamış olduğu atlamayı ve uçmayı engellemek için, ona kurşun bağlamalıyız. Bu yapıldığı zaman bilim için daha büyük ümitler besleyebiliriz*" (Bacon, 2011: 178). Örneğin, demir çubuk ısıtılınca genişler tespiti, ısı ile demir çubukta görülen değişim arasında bir ilişki kurduğunda bunun hemen ardından tüm metal cisimler ısıtıldıklarında genişlerler önermesinin gelmesi hatalıdır. Bunun yerine izlenecek yol, mümkün olduğunca çok demir çubukta ısıya bağlı genişleme olgusunun gözlemlenmesinin ardından, (a) demir çubuk ısıtılınca genişler, (b) demirden yapılmış nesneler ısıtılınca genişlerler, (c) bütün metaller ısıtılınca genişlerler, (d) bütün katı nesneler ısıtılınca genişlerler ifadesine varmaktır. (a)'dan (d)'ye varan süreç bir tümevarımsal genellemedir. Burada sıralama, gözlemler, sabit bağıntılar, daha geniş kapsamlı korelasyonlar ve –Baconcu terimle- *formlara* (en genel ilkelere) doğru bir tümevarımsal genellemedir.

Formlara (yasalara) giden tümevarımsal genelleme sırasında, olgular arasındaki bazı korelasyonların "rastlantısal" olabileceği de dikkate alınarak, tümevarımsal

yönteme bir tür "dışarıda bırakma" yöntemi de eşlik etmelidir. Aksi halde, tümevarımın sadece bir "sayma" işleminin ötesine geçmesi zorlaşacaktır. Bacon'ın önerdiği tümevarım, yerinde dışlamalar yaparak gereksiz olanı atan, araştırılan tabiatı ayıran, olumsuzlamaların yeterli bir sayısını topladıktan sonra, oradan olumlama için sonuç çıkarabilen tümevarımdır. Geniş bir alana yayılmış olan tikel nesnelerin "karışıklığı" uygun ve iyi düzenlenmiş bir biçimde sıralanmadıkça ve düzenlenmedikçe, bunun için araştırma konusu olarak keşfedilen noktaların tabloları bir sıraya ve düzene yerleştirilmedikçe ve zihin, bu tabloların verdiği düzenlenmiş ve özetlenmiş hazır şeyle meşgul olmadıkça, zihnin kendi içindeki çatışmaları ve tartışmaları faydasız kalacaktır (Bacon, 2011: 177, 178). Bacon, bu yöntem için "Mevcut Olma", "Mevcut Olmama" ve "Dereceler" tabloları oluşturmuştur. Bu tablolardan sonuç üretilmesi için de son tablo "dışlayıcı tablo"dur. Bir niteliğin mevcut olduğu, bir diğerininse olmadığı, ya da niteliğin düşüş gösterdiği sıradaki diğerinin yükselişe geçtiği durumların tespitine yönelik bir tür veri raporları olarak düşünülebilecek tablolar söz konusudur. Bacon, rastlantısal korelasyonlar bu şekilde dışarıda bırakıldıktan sonra geriye yalnızca temel korelasyonların kalacağını düşünüyordu ve temel korelasyonlar da daha ileri tümevarımsal genellemeler için uygun bir konu oluşturuyordu (Losee, 2008: 80).

Bacon'ın kendi verdiği örnekle, "ısı formu"na ilişkin "mevcut olma" tablosunda "(1) güneş ışınları, (2) yoğunlaşan güneş ışınları, (3) yanan meteorlar, (4) yanarak aydınlatma, (5) yanardağların oluklarından alev püskürmesi, (6) her çeşit alev, (7) yanan katılar, (8) doğal sıcak banyolar, (9) sıcak ve ısıtılmış banyolar" şeklinde yirmi sekiz madde yer alır. Görüleceği üzere bu ilk tablo, hiçbir eleme yapmaksızın "ısı"nın gözlemlendiği her durumu içermektedir ya da potansiyel olarak içerebilecek yapıdadır. Zihin, daha önceleri olduğu gibi, sırf bu örneklerden bir genellemeye giderse, güncel bir doğrulama gerektiren aksiyomlarla hayallerin, kuramlarla yanlış tanımlanmış kavramların iç içe olduğu bir durum içerisine girecektir. Bu nedenle, Bacon'ın deyişiyle, "insan, ilkin olumsuzlamalar yaparak ilerler ve daha sonra olumlamlar yaparak sonuç çıkarır" (Bacon, 2011: 137). Böylelikle, bu tablonun hemen ardından "ısı formu"na ilişkin "mevcut olmama" tablosu oluşturulur.



"Bilimler üzerine kurulmuş olan insan krallığına giriş, çocuklar dışında hiç kimsenin kabul edilmediği Tanrısal Krallığın girişine benzeyebilir"

Bu tabloda, "(1) Ay'ın, yıldızların, kuyruklu yıldızların sıcaklık hissi vermeyen ışınları, (2) Güneş ışınlarının kutup bölgelerindeki yansımaları, (3) büyütecini tersi olan merceğin ışınların ısını azaltıp azaltmadığına ilişkin yapılacak deneyin sonucu, (4) yanma olmadan açığa çıkan parlamalar" gibi otuz iki madde yer alır. Bu tabloda ki maddelerin bir kısmının araştırmacıları deneye yönlendirmekte olduğuna dikkat edilmelidir. Bu tabloların oluşturulmaları sırasında, Bacon, çok basit konularda dahi "deney yapılınsın; daha ileri bir araştırma yapılsın" notunu düşmek zorunda kalmasının, o güne dek insanlığın empirik bilgi konusundaki zayıflığının göstergesi olduğunu belirtmektedir (Bacon, 2011: 137). Üçüncü tablo, karşılaştırmalı örneklerin bulunduğu "dereceler" tablosudur. Hareketin ısıyı artırması, rüzgârın alevi canlandırması, sıcak bir cismin ortam ısını da artırması gibi doğası araştırılan ısı formunun görece olarak arttığı ya da azaldığı durumlar incelenir ve veri olarak kaydedilir.

İkinci ve üçüncü tablolardaki veriler kullanıldığında, *her çelişik örneğin bir hipotezi yıktığı* görülür. Temelde aranan, "ısı" ile birlikte her tekil örnekte görülen ve ısı mevcut olduğu sürece o da mevcut olan, onun mevcudiyeti ortadan kalkınca "ısı"nın da ortadan kalktığı "gözlemlenebilir" bir diğer olgudur. Isının mevcut olduğu, fakat hipotez olarak "ısı formu" olarak öne sürülen diğer olgunun var olmadığı örnekler hipotezi yıkacaktır. Bu çerçevede Bacon'ın örneğinde ulaştığı sonuç (ilk ürün), ısı formunun "hareket" olduğudur. Bu sonuç "ilk ürün"dür, çünkü tablolardan sonuç üretmek konusunda bir adımdır ve daha incelikli araştırmaya açıktır ve Bacon da örneğini hareketin ısı ile ilişkisi içerisinde incelenmesi ile devam ettirir (bkz. Bacon, 2011:

151-360). Böylece, her ne kadar kendisi bu deneyleri yapmamış olsa da, deney düşüncesiyle güçlendirilmiş tümevarımsal bir yöntemin 17. yüzyıldaki ilk örneği verilmiş olmaktadır.

Sonuç Yerine

Bazı bilim tarihçileri aksini iddia etse de, Francis Bacon epistemoloji ve bilim tarihinde önemli bir isim olmayı sürdürmektedir. 17. yüzyılda gerçekliği kavrayabilmek için yöntemini arayan insan düşüncesi, Bacon'la birlikte Aydınlanma yolunda ilk adımlarını atmış ve Bacon'ın eserinde daha sonra da tartışmaya devam edeceği pek çok noktayı görece olarak erken bir dönemde görebilmiştir. Bacon'ın yöntem konusunda sorunları çözdüğünü ve kendisinin bilimsel yöntemi tam ve eksiksiz olarak geliştirebildiğini söylemek elbette ki yanlış ve abartılı olacaktır. Fakat, yönteminin ya da daha genel olarak insanlığın yöntem arayışının temeline yerleştirdiği tespit bir kez daha hatırlanmalı ve hatırlatılmalıdır: "(...)tabiat, sadece yine tabiatın kurallarına uyularak kontrol altına alınabilir."

Dipnotlar

(1) John Losee, bu disiplinin tarihini geriye çekerek, Aristoteles'in "ilk bilim felsefecisi" olarak adlandırmaktadır (bkz. Losee, 2008: 14).

(2) Bu düşünme biçiminin Aristoteles'in orijinal düşüncesinden farklı olduğu, Aristoteles'in tümevarıma yaptığı vurgunun Ortaçağdaki yorumcuları tarafından görmezden gelindiği ve bilimi deneysel temelden koparan dogmatik bir kuramcılığı teşvik eder hale getirdiği yönünde eleştiriler mevcuttur. Losee'nin ifadesiyle, "Yanlış bir Aristotelesçiliğin uygulayıcılığı yapanlar, gözleme dayanan kanıtlar yoluyla tümevarım yaparak değil, Aristoteles'in kendi başlangıç ilkeleriyle başlayarak onun yöntemine kısa devre yaptırılmışlardır" (Losee, 2008: 79).

(3) Kuram seçiminin koşulları üzerine tartışma çağdaş bilim felsefesinin merkezi konuları arasında yer almaktadır. Bu hususu önemle vurgulayan çalışmalar ve yeni bir kurama geçiş koşullarına dair tartışmalar için Karl Popper'in ve Thomas Kuhn'un çalışmalarına bakılabilir.

(4) Bu ifadelerde Bacon'ın 21. yüzyılda Postmodernizm adı altında yürütülen bazı tartışmaları öngördüğü söylenebilir.

Kaynaklar

BACON, Francis (1011), *Novum Organum*, çev. Sema Önal, Say Yayınları, İstanbul.

DESCARTES, Rene (1994), *Metot Üzerine Konuşma*, çev. Nilüfer Kuyas, Alan Yayınları

HARVEY, David (1006), *Postmodernliğin Durumu*, çev. Sungur Savran, Metis Yayınları

KANT, Immanuel (1000), *Arı Usun Eleştirisi*, çev. Aziz Yardımlı, İdea Yayınları

KUHN, Thomas (1000), *Bilimsel Devrinlerin Yapısı*, çev. Nilüfer Kuyas, Alan Yayınları

LOSEE, John (1008), *Bilim Felsefesine Tarihsel Bir Giriş*, çev. Elif Böke, Dost Kitabevi

Teorik Arkeoloji Grubu (TAG) Türkiye'nin 2. Toplantısı

Arkeolojik şeyler

"Dürüst olmak gerekirse, her yeni açılan üniversite ve bölümle bir yandan işsizlik sorunu çözülürken bir yandan da arkeoloji içinde yaşanan yozlaşma niceliksel olarak artmaktadır. Eleştiriyi tehdit olarak gören, arkeolojiyi idari, bölgesel bir güç unsuru olarak kullanan isimler, eleştirilmek bir yana; arkalarında bıraktıkları, kendilerinden daha az okuyan, daha az akıl yürüten, taklitçi, varlık nedenlerini ustalarına borçlu bir jenerasyonla Türkiye'de arkeolojinin iyiye gittiğini söylemek mesleki seçkincilikten öteye gitmez."

Teorik Arkeoloji Grubu Türkiye'nin 2. toplantısı 5-6 Şubat günlerinde Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Fındıklı Yerleşkesi'nde Sedat Hakkı Eldem Oditoryumu'nda yapıldı.

"Arkeolojik Şeyler" temalı bu yılki Teorik Arkeoloji Grubu (TAG) Türkiye Toplantısı'nın ikincisinde 8 oturumda toplam 29 bildiri sunuldu. Kalabalık bir dinleyici kitlesi tarafından izlenen toplantıda her oturum sonunda bildiri sunan akademisyenlere dinleyicilerin yönelttiği sorular, salonda canlı bir fikir alışverişinin oluşmasını sağladı.

2. TAG Türkiye Toplantısı Yürütme Kurulu şu üyelerden oluşmaktaydı: Güneş Duru, Kenan Eren ve Elif Koparal.

2. TAG Türkiye Toplantısı Komitesi (2014-2015) ise şöyleydi: Özlem Çevik (Trakya Üniversitesi), Çiler Çilingiroğlu (Ege Üniversitesi), Güneş Duru (World Archaeological Congress), Kenan Eren (Mimar Sinan Üniversitesi), Elif Koparal (Hitit Üniversitesi), Coşkun Sivil (Trakya Üniversitesi Öğrenci Temsilcisi), Ahmet Uhri (Dokuz Eylül Üniversitesi).

Ancak toplantı konusu olan "Arkeolojik Şeyler"e ilişkin okuyucuyu bilgilendirmeden

önce Teorik Arkeoloji Grubu'nun (TAG) nasıl oluştuğunu anlatmakta da yarar var.

Teorik Arkeoloji Grubu'nun tarihçesi

İlk TAG (Theoretical Archaeology Group) toplantısı, 1979 yılında Colin Renfrew ve Andrew Fleming tarafından Sheffield'de (İngil-

İlk TAG (Theoretical Archaeology Group) toplantısı, 1979 yılında Colin Renfrew ve Andrew Fleming tarafından Sheffield'de (İngiltere) düzenlenmiştir. O zamandan bu yana her sene İngiltere'nin farklı bir kentinde arkeolojinin her boyutuyla ele alındığı ve tartışıldığı TAG toplantıları yapılmaktadır.



"Arkeolojik Şeyler" temalı bu yılki Teorik Arkeoloji Grubu (TAG) Türkiye Toplantısı'nın ikincisinde 8 oturumda toplam 29 bildiri sunuldu.

tere) düzenlenmiştir. O zamandan bu yana her sene İngiltere'nin farklı bir kentinde arkeolojinin her boyutuyla ele alındığı ve tartışıldığı TAG toplantıları yapılmaktadır. Aradan geçen 30 yılı aşkın süre içinde önce İskandinav ülkelerinde Nordic-TAG ve ABD'de TAG-USA oluşturulmuş, hemen peşi sıra Yunanistan'da da TAG toplantıları düzenlenmeye başlanmıştır.

TAG'ın toplantılarının Türkiye ayağını oluşturmak için ilk çalışmalar 2011 sonbaharında İzmir'de Fahri Dikkaya ve Çiler Çilingiroğlu tarafından başlatılmış ve TAG Türkiye grubu kurulmuştur. İlk TAG Türkiye Toplantısı ise, yürütme kurulumu oluşturan Çiler Çilingiroğlu (Ege Üniversitesi, Protohistorya ve Önasya Arkeolojisi Ana Bilim Dalı), Fahri Dikkaya (Bilkent Üniversitesi, Tarih Bölümü), Ahmet Uhri (Dokuz Eylül Üniversitesi, Arkeoloji Bölümü), Elif Koparal (Hitit Üniversitesi, Arkeoloji Bölümü), Pınar Özgüner (Boston Üniversitesi, Arkeoloji Bölümü) ve Suna Çağaptay (Bahçeşehir Üniversitesi, Mimarlık Bölümü) gibi genç akademisyenler tarafından gerçekleştirilmiştir.

1. TAG-Türkiye Toplantısı'nın ana temaları devlet ve arkeoloji ilişkisi, arkeoloji eğitiminin sorunları, arkeoloji ve toplum ilişkisi, Türkiye arkeolojisinde kuramın yeri, tarihsel bağlamında Türkiye arkeolojisi ve arkeolojik sorunlara kuramsal yaklaşımlar olarak belirlenmiştir. 9-10 Mayıs 2013 tarihinde İzmir'de Ege Üniversitesi'nde yapılan toplantı için yapılan çağrıya Türkiye başta olmak üzere yurtdışından da 50'den fazla katılımcı destek vermiş ve iki gün süren toplantıda 45 bildiri sunulmuştur.

2. TAG-Türkiye toplantısı ve "Arkeolojik Şeyler"

2. TAG-Türkiye Toplantısı'nın ana teması "Arkeolojik Şeyler" olduğundan, arkeolog Güneş Duru'nun toplantının 2. günü 6. oturumda sunduğu "Küçük Şeyler" başlıklı metni kısmen kısaltarak aşağıda görüşlerinize sunuyorum:

"İnsan ve materyal kültür arasındaki etkileşim, başlangıcından bu yana arkeolojinin, arkeologların en önemli meselesi.

Ve arkeoloji bu etkileşime nasıl bakılacağını var olduğu günden bu yana sorguluyor. Daha fazlasını bilmeye çalışıyor. İlişkiyi farklı dinamiklerde değerlendiriyor.



"TAG konusunu 'şeyler' olarak belirlediğimizde, bazı kesimlerden eleştiriler aldık."

Arkeolojik buluntuları tasnif etmekle, tarihlemekle, diğer buluntularla ilişkilendirmekle, kronoloji tablolarına iliştiirmekle, fonksiyon analizleriyle materyal kültürün ardındaki anlamları bulmaya çalışıyor.

Arkeolojinin kuramsal dinamikleri de ilk günden bu yana şöyle ya da böyle etkin olarak bu anlamlandırma ve yorumlama sürecinde kullanılıyor.

"Materyal kültür-insan etkileşimi ya da arkeoloğun materyal kültürle olan ilişkisi yoktan var olmuyor. Uzun soluklu bir tecrübenin ve sorgulamanın ürünü...

Bu noktada; kurama karşı olmak, kuramsal arkeolojiyi öğrenmeyi ve öğretmeyi reddetmek bankacıların yaklaşımına benziyor.

Türkiye'de arkeoloji ne yerel bir dil ne de kuram oluşturma gayesinde. Batı dünyasının var ettiği arkeolojik terim ve yaklaşımların Türkçe karşılıklarını bile henüz bulabilmiş değiliz, arama gayesi de yok. Eğitim sistemi yeni kuşakların böyle bir serüvene girmesine de ortam sağlamıyor.

Kısa süreli pratik, benmerkezci bir yaklaşımla arkeolog, materyal kültürle kurduğu ilişkiyi kazı pratiği içinde tanımlıyor, başka bir şekilde tanımlanmasını istemiyor.

Materyal kültürü arkeolojinin ortaya çıktığı ilk elli yıllık dilim içerisinde değerlendirmeye, bir tür buluntu fetişizmiyle arkeoloji yapmayı tercih ediyor.

Sonraki yaklaşımları ise metafizik ya da spirüel bir şeymiş gibi, bilimden uzak görmeyi tercih ediyor.

İnsan-materyal kültür arasındaki karşılıklı ve devingen ilişkiye, şeylerin var olma, kullanım, etkileme ve etkileşme, dönüşme dinamikleri üzerine; insan davranışlarında kapladıkları alana eğilmeyi tercih etmiyorlar yeni şeyler okumak yerine, geleneksel çizgiyle ilerlemeyi yeterli ve doğru buluyorlar.

Bu nedenle TAG konusunu 'şeyler' olarak belirlediğimizde, bazı kesimlerden eleştiriler aldık. Bazılarımız konuyu bilmiyoruz dedi, hatta konu başlığını nedeniyle bizleri elitizmle itham edenler de oldu. Bir kısmı ise konuya ilgi dahi göstermedi.

Oysa bu toplantının adı 'Arkeolojik Buluntular' olsaydı çok sayıda başvuru gelecekti. Arkeologlar, bir başka sözcükle, yani, 'şeyler'le karşılaştığında daha temkinli, daha paranoyakça bir yaklaşım içinde oluyorlar.

Oysa konu başlığı buluntular dahi olsa.... İçinde akıl yürütme ve metodoloji barındıran çalışmalar zaten kuramsal bir havuzdan besleniyor.

Ancak sanıyorum buradaki sorun yeni terimler ya da 'yeni bir şey söylemiyor ki' refleksiyiyle ilgili.

Öte yandan Türkiye'de arkeoloji ne yerel bir dil ne de kuram oluşturma gayesinde. Batı dünyasının var ettiği arkeolojik terim ve yaklaşımların Türkçe karşılıklarını bile henüz bulabilmiş değiliz, arama gayesi de yok.

Eğitim sistemi yeni kuşakların böyle bir serüvene girmesine de ortam sağlamıyor.

Kuramsal arkeoloji dersleri ya okutulmuyor ya da bir dönemle geçiştiriliyor.

Kuşkusuz bu halde olmamızın nedeni çoktan beri üzerinde durduğumuz kuram fobisi...

Niye “Şeyler”? Çünkü güncel bir mesele... Çok daha farklı bir konu da seçilebilirdi elbette.

Ancak kuram denince bir süredir arkeoloji / devlet / kültürel miras / etnisite’den başka bir şey tartışmıyoruz. Bu konular üzerine hali hazırda çokça saptama yapıldı. Gerçi bu saptamaların büyük çoğunluğu bile geleksel taban tarafından sorunlu ve tehditkâr bulunmakta.

Oysa arkeolojinin kuramsal dünyasının tartışılması adına ortaya çıkan TAG güncel meseleleri ve hatta geleceği tartışmakla meşgul olmayı tercih eden bir yapı.

Geriden takip etmek yerine tartışmaya ortaya yerinden dahil olmak, sanıyorum bu nedenle daha anlamlı....

Bugün “arkeolojik şeyler” dediğimiz, materyal kültürden tamamen farklı bir kavramı ifade ediyor.

Fakat öncelikli mesele, biz arkeologların ‘materyal kültür’ diyerek genellediği birçok şeye nasıl baktığı...

Ancak arkeoloğun şeyler’e, yani büyük soruların ardındaki en küçük birimlere yönelene dek geçirdiği uzun, tartışmalarla dolu bir geçmiş var. Bu geçmişte arkeoloğun materyal kültürle kurduğu etkileşim önemli bir motor olsa da dünya tarihindeki entelektüel ve kültürel politik kırılmalar da önemli rol oynuyor.

Bu uzun soluklu, çok parametrelili yolculuğun en eski durağı olan Kültür Tarihçilik’te takılıp kalmak, şeylerle ilişkiyi hiyerarşik bir çerçevede kurmak, materyal kültürü paketler içine koyup, bir yerden çıkıp başka bir yeri aydınlatan medeniyet imgeleri olarak görmek; insan davranışlarını, içinde barındırdığı sosyal organizasyon dinamiklerini yok saymak anlamına geliyor.

Dahası sürekli olarak benzerlikler ve çizgisel gelişim üzerinden kurulan modellemeler bir yerleşmedeki gündelik yaşam ve sosyal örgütlenmenin yeterince anlaşılmasına, topluluğun genel şablonlara hapsedilmesine neden oluyor.

Oysa güncel önerileri tartışmak, tartışmaksızın yok saymaktan daha anlamlı bir çaba.



Kuramsal arkeolojiyi küçük, basit şeyler olarak görme kibrini bir yana bırakıp, arkeoloji içine yoğun bir biçimde nüfuz etmek sağlanmalıdır.

Is there a future?

Arkeolojinin en çok beslendiği ve tartışıldığı coğrafya bugün büyük bir tehdit altında, Barbar vandalizm geçmişe onarılamaz tahribatlar veriyor. Böylesi bir ortamda arkeolojinin geleceğinden ne kadar söz edilebilir?

Arkeoloji var olduğu topraklarda yerel arkeolojik çalışmalarla nasıl ve ne zaman yeniden başlar kestirmek güç.

Sadece arkeologlar için değil, Ortadoğu’da yaşanan gelişmeler bölgede yaşayan ve yarının arkeolojisinin potansiyel öznelarini oluşturacak insan toplulukları için de büyük tehdit unsuru. Geniş bir coğrafyaya yayılan çatışma ve savaşın neden olduğu yıkım geleceğin arkeologlarının en önemli konularından biri olacak. Arkeologlar tahribat ve yıkımların, savaş sonrası değişen kültürel coğrafyanın, insan davranışlarının, zorunlu göçlerin, şiddetin, işkencenin izini sürecekler.

Kim bilir belki de gelecekte kil değil, kaşınıkofu ortaya çıkaran barut Thing Theory’nin başlangıç unsuru olacak.

Türkiye?

Türkiye’nin de muhafazakârlaşma ve her alandaki yozlaşmayla pek iyi bir geleceğe doğru ilerlemediği düşünülürse, böylesi bir ortamda arkeolojinin geleceğinin parlak olduğunu söylemek hayalcilik olacaktır.

Dürüst olmak gerekirse, her yeni açılan üniversite ve bölümle bir yandan işsizlik sorunu çözülürken bir yandan da arkeoloji içinde yaşanan yozlaşma niceliksel olarak artmaktadır.

Eleştiriye tehdit olarak gören, arkeolojiyi idari, bölgesel bir güç unsuru olarak kulla-

nan isimler, eleştirilmek bir yana; arkalarında bıraktıkları, kendilerinden daha az okuyan, daha az akıl yürüten, taklitçi, varlık nedenlerini ustalarına borçlu bir jenerasyonla Türkiye’de arkeolojinin iyiye gittiğini söylemek mesleki seçkincilikten öteye gitmez.

Yakın gelecekte arkeolojinin mevcut siyasi iktidarın istediği şekilde dizayn edilecek bir geçmiş yazımı ya da yaklaşımı için araç olarak kullanılması olasıdır.

Dünya?

Dünyanın birçok başka coğrafyasında arkeoloji, her geçen gün fen bilimsel yöntemleri daha yaygın ve hızlı bir şekilde uygulamaya, yeni ve özgün üretimlerle kendisini heyecan verici kılmayı sürdürmektedir. Her geçen gün yeni bir yöntem içinden çıkılmaz sorulara cevap oluyor.

Daha hızlı ve kesin cevaplara, sonuçların doğrudan kazı alanlarında alındığı taşınabilir analiz cihazlarına doğru hızla yol almakta.

Amerika, Avrupa, Pasifik Asya’da arkeoloji böylesine hızlı bir gelişim içine girmişken dünya ile aramızın epey açıldığını kabul etmeli, geleceğin arkeolojisini kuracak yeni nesiller için mücadele etmeliyiz. Kendimizi sezonluk kazıların çukurlarına gömdüğümüz değil, gelecek on-yirmi yılı dizayn etmeyi öncelik olarak görmeliyiz. Ve anahtar soruna yönelik çalışmayla, sorular sormaya başladığımızda kuram görünür olacak...

Sonuç olarak ve belki de en önemlisi;

Kuramsal arkeolojiyi küçük, basit şeyler olarak görme kibrini bir yana bırakıp, arkeoloji içine yoğun bir biçimde nüfuz etmek sağlanmalıdır. Bu da ancak güncel kuramsal tartışmaları takip etmek, ders ve tez içeriklerinde bu konulara yer vermekle mümkün olabilir.

Aksi halde arkeoloji, sadece ‘kazıbilim’ olarak, ilkel bir çerçevede yoluna devam ederken, bir yandan da post kolonyal batının avuntularıyla fakir ama gururluyuz edebiyatına devam edecektir.”

Ek not: Toplantının sonunda, 3. TAG-Türkiye Toplantısı’nın Ankara’da, Orta Doğu Teknik Üniversitesi’nde yapılacağı açıklanmıştır.

Arif Tekin'in "İslam'da cinsellik"* çalışması

Arif Tekin, "İslam'da Cinsellik" kitabında, tarih boyunca dokunulmaz sayılan iki tabuyu, (din-cinsellik) geniş ve güvenilir İslami kaynaklar eşliğinde incelerken, çarpıcı eleştiriler getirerek kadının İslam dini içindeki statüsünü gözler önüne sermiştir. Yazar, bu zor konuyu işlerken diğer eserlerinde olduğu gibi üç nokta öne çıkmaktadır: Birincisi; tezlerini geniş bir ayet ve hadisler eşliğinde sunması, ikincisi; konular karşısında mümkün olduğunca nesnel hareket etmesi, üçüncüsü; hakareten kaçınmasıdır.

Cağlar boyunca "kadın"ın toplumdaki statüsünde, o toplumun ekonomik, siyasal ve kültürel koşulları kadar, dinsel dogmaların da belirleyici rolü olmuştur. Kadının bedenini denetleyen ideolojik, kurumsal, sosyolojik araçların niteliği ve toplumun cinsel işbölümü boyutları, statü-din arasındaki ilişkiyi biçimlendirir.

Tek Tanrılı dinlerde, Hristiyan geleneğinin fizikselliğiyle İslamiyet ve Museviliğin ortak İbrani kökenleri, bedeni disiplin altına sokarak erkeğin politik iktidarını koruma altına almıştır. Ataerkil sınıflı toplumların değerlerinden ilham alan Tek Tanrılı dinlerde, erkek daha "güçlü" ve daha "akıllı"dır. Topluma "egemen" olmak için "yaratılmıştır." Bu üstünlüğünü, kadının cinselliği ve konumsal kimliğini denetleyip yöneterek kullanacaktır.

Ataerkil toplumların belirgin olarak ortaya çıkışları M.Ö. 3000'li yıllara dayanır. Bu dönemde Mezopotamya'da, kentsel toplumların ilk kent devletlerine dönüşmesiyle birlikte toplum sınıflar halinde kutuplaşmış; artık-ürün üretiminde ortaya çıkan yeni ilişki, yönetici sınıfın, artık ürünü kontrol eden

erkeklerin eline geçmesine neden olmuştur. Kadının bir süs, bir cinsel haz kaynağı ya da varis yetiştirici haline gelmesi toplumsal dengeleri değiştirmiştir.

Engels, mülkiyetin ortaya çıkmasıyla "zorun" tarihteki yeni biçimini şöyle açıklamıştır: "Gerçekten de, bir hırsızın, bir baş-



Adem'in kaburgasından kadının yaratılışı ve "Tohum ve toprak" benzetmesiyle birlikte, kadının 'yaşamı yaratma gücü' elinden alınmıştır.

Tek Tanrılı dinlerde, Hristiyan geleneğinin fizikselliğiyle İslamiyet ve Museviliğin ortak İbrani kökenleri, bedeni disiplin altına sokarak erkeğin politik iktidarını koruma altına almıştır. Ataerkil sınıflı toplumların değerlerinden ilham alan Tek Tanrılı dinlerde, erkek daha "güçlü" ve daha "akıllı"dır.

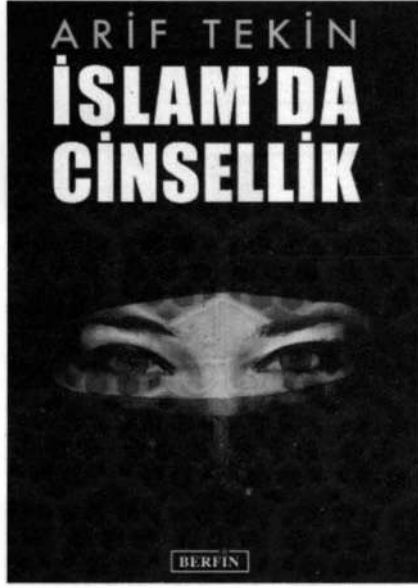
kasının mülküne el koyabilmesi için, özel mülkiyet kuruluşunun zaten var olması gerektiği ve bu yüzden de zorun onun sahipliğini değiştirebileceği, ama bizatihi mülkiyeti yaratmayacağı açıktır.” Dolayısıyla, erkek, kadını meta olarak görmüş ve zor kullanarak mülkiyet hakkını onun üzerinde uygulamıştır.

M.Ö. 2000’li yıllardan itibaren, Eski Mezopotamya dinsel hayatına “Ad” kavramının girdiği görülür. Ad, “varoluş”tur, “öz”dür. Ad kavramının kutsal kitaplara yansımada, yaratma eylemi kadını biçimlendirme şeklinde görülür. Adem’in kaburgasından kadının yaratılışı ve “Tohum ve toprak” benzetmesiyle birlikte, kadının ‘yaşamı yaratma gücü’ elinden alınmıştır.

Arif Tekin, “İslam’da Cinsellik” kitabında, tarih boyunca dokunulmaz sayılan iki tabuyu, (din-cinsellik) geniş ve güvenilir İslami kaynaklar eşliğinde incelerken, çarpıcı eleştiriler getirerek kadının İslam dini içindeki statüsünü gözler önüne sermiştir. Yazar, bu zor konuyu işlerken diğer eserlerinde olduğu gibi üç nokta öne çıkmaktadır: Birincisi; tezlerini geniş bir ayet ve hadisler eşliğinde sunması, ikincisi; konular karşısında mümkün olduğunca nesnel hareket etmesi, üçüncüsü; hakaretten kaçınmasıdır.

Günümüz Türkiye’sinde çığ gibi büyüyen “çocuk gelin” olgusunun İslam’daki yansımaları, ayetler eşliğinde “İslam’da evlilik için kızlarda yaş sınırı” bölümü altında incelemektedir. Hz. Ayşe’nin “Ben babamdan istenirken 6, düğünüm yapılırken 9 ve Hz. Muhammed’den dul kalırken de 18 yaşlarındaydım” ve yine Ayşe “ben salıncakta çocuklarla oynarken annem alıp elimi tuttu, biz eve gittik. Hz. Muhammed gelince çocuklar saklanır dağılırdı, kendisi gider onları tekrardan getirirdi ve biz oynamaya devam ederdik ve oyuncaklar yapardık” örneğini en başta Buhari ve diğer hadis külliyyatına dayanarak vermektedir. Diğer bir husus, Ayşe’nin beş ile on yaş arası Fatma’dan küçük olmasıdır.

Arif Tekin, İslam’ın kadınlara nasıl baktığını ve günümüzde adı çok geçen Mut’a Nikahı’nı somut ve sağlam İslami kanıtlarla incelerken okuyucuya ışık tutmaktadır. Mut’a, normal evlilik dışında bir erkeğin bir kadınla ücret karşılığı ve belli bir süre anlaşarak onunla cinsel ilişkide bulunmasıdır. Yazar, “İslam’da Mut’a Nikahı” bölümünde,



Arif Tekin’in “İslam’da Cinsellik” kitabı kadının İslam dinindeki öyküsüdür.

Hz. Ali, İbni Mesut, Cabir b. Abdullah, Abdullah b. Abbas, Ubey b. Ka’b ve İbni Abbas’tan hadislerle rivayetler vermektedir.

Yazarın anlatımına göre, Cabir b. Abdullah, aslen Medinenli Hazrec kabilesindendir. Rivayetlerinden 210’u Buhari ve Müslim’de geçer. En çok hadis aktaran yedi kişiden biridir. Toplam rivayetleri 1540’tır. Hz. Muhammed ile birlikte irili ufaklı on altı savaşa katılmıştır. Cabir’den aktarma: “Biz savaştaydık. Hz. Muhammed bize uğrayıp ‘size izin verildi, mut’a ile cinsel ilişki yaşayabilirsiniz’ dedi” Cabir’in Müslim’de geçen şu açıklaması da var: “Biz, Hz. Muhammed zamanında kadınlara bir avuç hurma-un vererek ücretli cinsel ilişki yaşadık” Müslim’deki bu açıklama aynı zamanda Ebu Davud’da da var.

Arif Tekin, başka bir aktarmayı Abdullah b. Abbas’tan yapıyor. Hz. Muhammed’in amcası Abbas’ın oğludur. En çok hadis rivayet eden yedi kişiden biridir. Aktardığı toplam hadis sayısı 1660’tır. İbni Abbas, nisa suresi 25. ayetini okurken, “cinsel ilişki için belli bir süreliğine anlaştığınız kadınların ücretini veriniz şeklinde” okuyordu. Ebu Cemre, “İbni Abbas’tan mut’a nikahı hakkında bilgi edinmek istedim; o ücretli ve süreli nikahta sakınca yoktur” dedi. “O sırada onun azatlı kölesi, ‘sizin istediğiniz savaş gibi kadınların bulunmadığı zamanlarda olmuştur’ deyince; İbni Abbas “doğrudur, olağanüstü durumlarda sakınca yoktur” demiştir.

Hz. Muhammed’in defalarca Mut’a Nikahı’na izin verdiğini anlatan Arif Tekin, Mut’a yapan ünlü sahabilerden örnekler vermekte, “İslam’da hileli evlilik” başlığıyla, alternatif Mut’a formüllerini yazmaktadır.

Arif Tekin, “İslam’da Cinsellik” adlı eserinde cariyelerin toplumsal statüsüne geniş yer vermektedir. İslam’da Mahrem evlilik başlığı altında, başta Halife Ömer ve Osman olmak üzere, cennet müjdesini alan Sad. b. Ebi Vakkas, Kur’an’ı kitap haline getiren komisyon başkanı Zeyd b. Sabit, İbni Abbas gibi ünlü simaların kendi cariyelerine neler yaptıklarını anlatmaktadır.

İslam’da cariyeye, herhangi bir mal gibi değerlendirildiği için müşteri onu alırken avret yeri dışında her yerine bakma yetkisine sahiptir. Kitapta, İbni Abbas, Hz. Muhammed’in “bir erkek, bir cariyeye satın alırken avret yeri dışında onun her yerine bakabilir, her yerini evirip çevirebilir” hadisini aktarmakta; hatta Hz. Muhammed zamanında ele geçirilen cariyeler dağıtılmadan, bir erkek onlardan birini alıp onunla cinsel ilişkide bulunsaydı, bundan dolayı erkeğe had cezası uygulanmazdı bilgisi de bulunmaktadır.

Nisa Suresi hemen ilk başta üçüncü ayette cariyelerle evlenilebileceği söylemekte ve daha sonra 24. ayette özetle, savaş esiri olarak ele geçirdiğiniz cariyeler evlide olsalar size helaldir demektedir, ayetin sonunda da “işte bütün bunlar Allah’ın kesin hükümleridir” diyerek nokta koymaktadır. Aynı surenin 25. ayetinde “sizden kimin, hür-mü’min kadınlarla gücü yetmezse cariyelerinizden alsın” şeklinde açıklama getirmektedir. Yazar, bu ayetin ilginç iniş nedenini okuyucuya sunar.

‘Köle ve cariyelere tanınan bazı hakların yan etkileri’ başlığı altında Müdebber konusu, Hz. Ayşe’den ilginç aktarımlarla anlatılırken Hz. Muhammed’in eşi Hafsa’nın cariyesini katli, ‘cennette vaat edilen huri ve gılmanlar’, ‘İslam’da livata ve lezbiyenlik’, ‘Kur’an’da cariyeye-başörtüsü ilişkisi’, kitabın bazı ilginç konularını oluşturmaktadır.

Arif Tekin’in “İslam’da Cinsellik” kitabı kadının İslam dinindeki öyküsüdür. Tıpkı diğer dinlerde olduğu gibi... Yazarın düşüncelerine katılıp katılmasanız da, bu çalışmayı mutlaka okuyun.

Unutmayalım, ancak sorgulamakla gerçeğe ulaşırız...

(*) Arif Tekin, İslam’da Cinsellik, 357 sayfa, Berfin Yayınları, Mart 2014

Ödüllü Sözcük Bulmacası

SOLDAN SAĞA:

1) Kızıl Saçlı Kontes isimli betiğinde, "Sokak çocuğu, içinde yarattığı kahramanla el ele vermeden yaşayamaz." diyen; "Şairin Kedisi", "Masalını Yitiren Dev" isimli betikleri de üretmiş, yapıtlarıyla birçok ödül kazanmış 1934 yılı doğumlu yazarımız.

2) "Florya" da denilen güzel ötüşlü bir kuş./Türetme, bileşim, aktarma ya da başka yollardan dile sokulan sözcük.

3) Lorentiyum elementinin simgesi./Atalardan gelen, ata ile ilgili olan./Eski dilde, inanmış, akli yatmış./Rütbesiz asker.

4) Ton ve makam temeline bağlı kalmadan oluşturulan beste./Ceviz./Bazı bitkilerin tohumuna verilen ad.

5) Enis Batur'un bir romanı./Kuzeybatı Kafkasya'da yaşayan bir halk.

6) Dilimize de çevrilen "Duino Ağrıtları" adlı yapıtıyla tanınmış Alman lirik şiirinin en önemli temsilcilerinden biri olan şair./Sümerlerde gök tanrısı./Duman lekesi./"Cezmi" (Atletimiz).

7) Koryu olarak da bilinen, Japonya'daki dört çiçek düzenleme okulundan biri./Kars'ın doğusundaki ünlü eskişehir kenti./"Yatılı İlköğretim Bölge Okulu"nun kısa yazılışı.

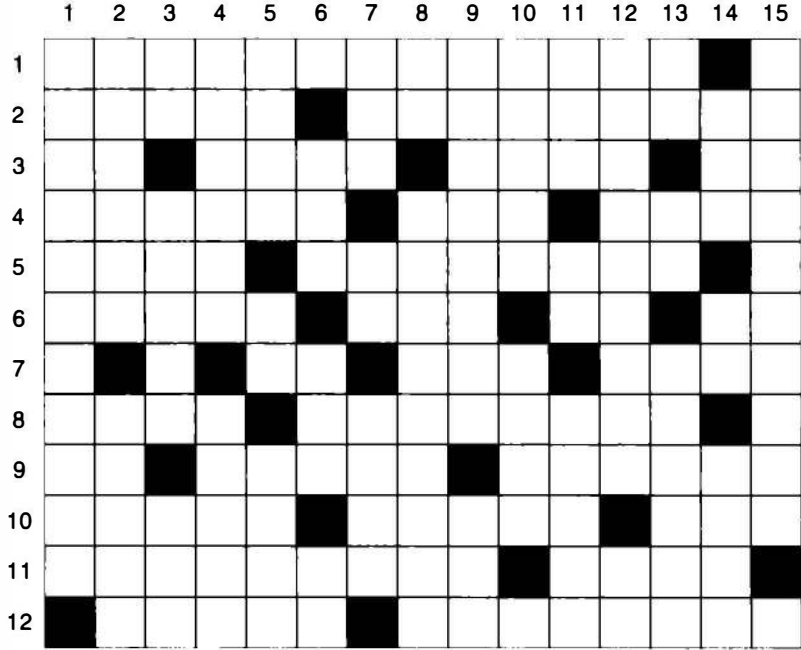
8) " ile Margarita" (Mihail Bulgakov'un romanı)/Bir çeşit ağır ve sağlam patiska.

9) Renyum elementinin simgesi./Bir konu veya nesnenin başlıca özelliklerini yansıtabilecek biçimde hazırlanmış taslağı./"Öküzgözü" de denilen, papatya benzeri bir çiçek.

10) "İşe, eyleme dayalı" anlamında kullanılan eski sözcük./Asya'nın güneyinde yaşayan, yeşilimsi sarı tüyleri olan ötücü bir kuş./Halk dilinde, daire biçiminde yığılmış ekin demetleri.

11) Fırat Irmağı'ndan Kızıldeniz'e kadar uzanan topraklarda yaşamış eski bir Arap halkı./Bilgisayar dilinde "veri" anlamında kullanılan sözcük.

12) Fransa'da eleştirel felsefe okulunun öncülerinden olan, 1823- 1892 yılları arasında yaşamış ünlü Fransız filozof ve yazar./Havadaki serbest azotu özümseyebilen bakterilerin etkisiyle kimi bitkilerin, özellikle baklagillerin kökünde oluşan şişkinlik.



YUKARIDAN AŞAĞIYA:

1) Üstün yorum gücüyle tanınan ve 1973'te Devlet Sanatçısı unvanı verilen kadın kemancımız.

2) Bektaşî geleneğine bağlı toplumsal yergi içerikli şiirleri ile tanınan, 1772- 1846 yılları arasında yaşamış halk ozanımız./At, eşek, katır gibi hayvanların sırtına yerleştirilen, üzerine yük bağlanan veya binilen, iskeleti ağaçtan araç.

3) Hollanda'nın plaka imi./Yumurtayla yapılan bir yemek./Oyunda cezalı çocuk.

4) Kolaylıkla kandırılabilen./Sularını bir denize ya da göle gönderen bölge, maile.

5) Derli toplu, düzgün, temiz anlamında kullanılan denizcilik terimi./Ilave./Gaetano Donizetti'nin bir operası.

6) Kekliğin boynundaki siyah halka./Etiyopya'da bir ırmak ve arkeolojik vadi./Küçük mağara.

7) Bir İngiliz uzunluk ölçü birimi./Baryum elementinin simgesi./"Akıllı" anlamında kullanılan eski bir sıfat.

8) Bir soru sözü./Yaz aylarında giyilen bol ve geniş dikimli astarsız hafif ceket.

9) Sumo güreşinde en yüksek derece./Polinezya halklarının savaş tanrısı.

10) Dökülen tohumlarla ertesi yıl çıkan tahıl./Bayındırlık.

11) Halk dilinde, sepet örmede kullanılan yumuşak ağaç çubuk./Adları sıfat yapan yapım eki./Madrid'de bulunan dünyanın en tanınmış müzelerinden biri.

12) İnsanın zihninde ve duygu dünyasında sarsıntı yaratma, kıskırtma./"Elifim noktalandı/derdim çokçalandı" (Orta Anadolu'ya ait bir türkü).

13) Endonezya'nın plaka imi./Güzel sanat./İç sıkıntısı.

14) Budizm'in, Japonya'da büyük önem taşıyan bir kolu./Hint Okyanusu'nda derin bir çukur./Eski bir Türk sanatı olan kâğıt oymacılığına verilen ad.

15) Büyük ve küçük ölçekte birçok projeye imza atan ve 2010 Ağa Han Mimarlık Ödülü'nü kazanan mimarımız.



Şubat sayımızın bulmaca yanıtları

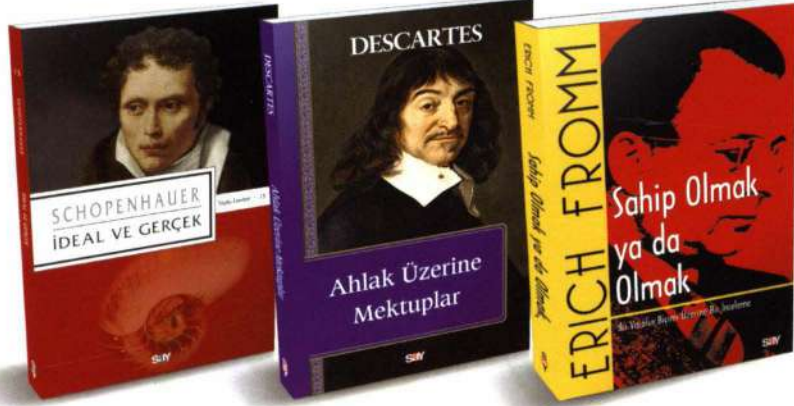
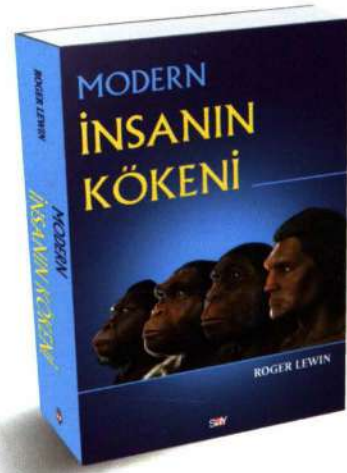
Şubat ayı ödüllü bulmacamızı doğru yanıtlayan okurlarımızdan Mehmet ÇETİN / Ankara, Kerim FEDAKAR / İstanbul, Şükrü CANDAN / Çorum, Kaynak Yayınları'nın yayımladığı Özgür UYANIK'ın "Latin Amerika'nın Devrimci Tarihi" kitabını kazandılar.

Mart ayı ödüllü bulmacamızı çözecek okurlarımız arasından kurayla belirleyeceğimiz 3 kişi, Kaynak Yayınları'nın yayımladığı "Sevinç & Salim KOÇAK'ın YAŞAR KEMAL "Nasıl Büyük İnsan Oldu? adlı kitabını kazanacaklar.

Çözümler en geç 19 Mart 2015 tarihine dek, e-posta ya da mektup yoluyla adresimize ulaştırılmalıdır. E-posta adresimiz, bilimveutopya@gmail.com, mektup adresimiz ise Dr. Mediha Eldem Sok. No.: 51/1 Kızılay/Ankara'dır.

Uzak diyarların düşüncelerine felsefi bir yolculuk

Evrim biliminin temel kitabı
güncellenmiş baskısı ile Say Yayınları'nda

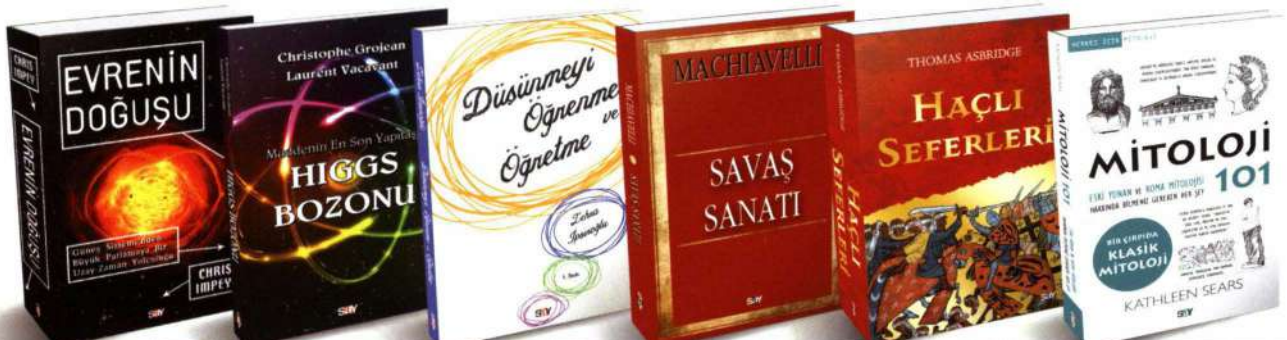


FELSEFE



TARİH

Yakında:
DÜNYA TARİHİ:
4. CİLT YAKINÇAĞ



internet satış: www.saykitap.com
Tel: (0212) 512 21 58 • E-mail: dagitim@saykitap.com

www.facebook.com/sayyayinlari
www.twitter.com/sayyayinlari

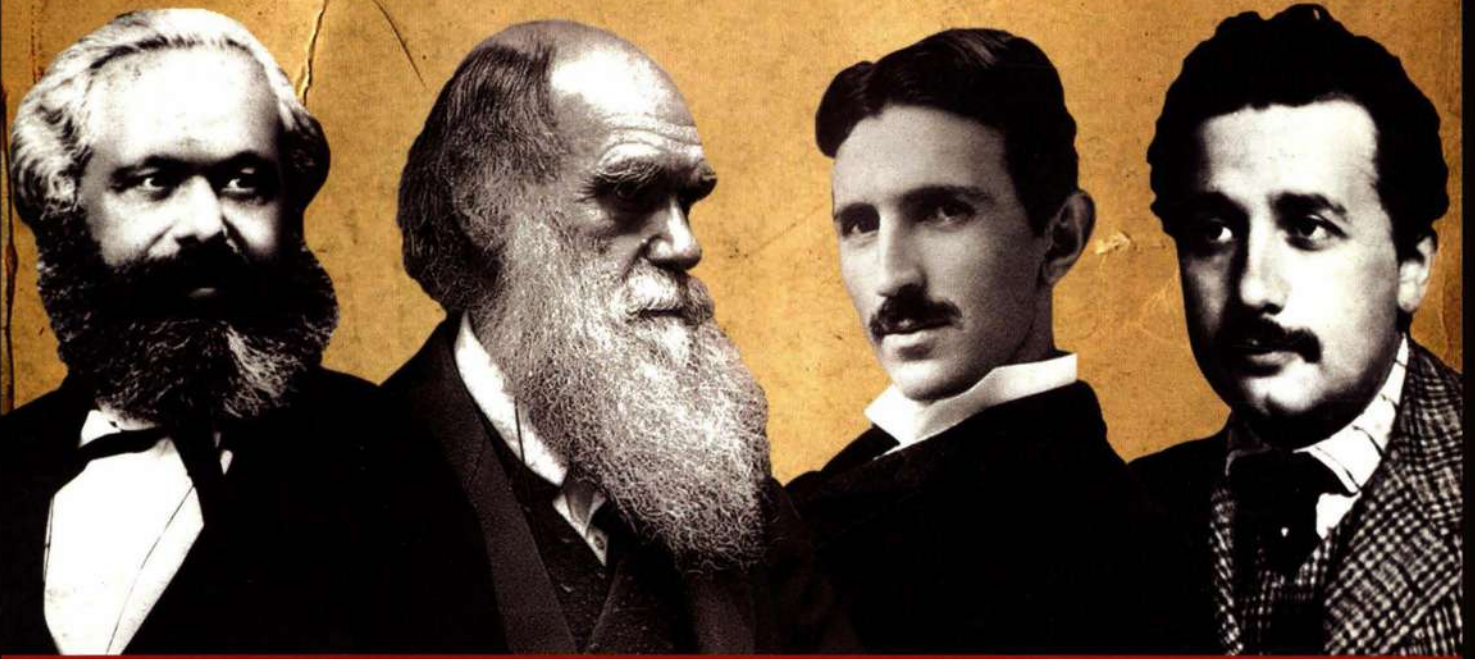
SAY

Bilim ve Ütopya

Aylık Bilim, Kültür ve Politika Dergisi

**Türkiye'de
Bilim de var
Ütopya da!**

Aydınlanma mücadelesinde 21. yıl...



**ABONE OL;
GÜÇ VER!**

www.bilimveutopya.com.tr

İletişim

Dr. Mediha Eldem Sok. No: 51/1

Kızılay/Ankara

Tel.: (0312) 418 52 64

bilimveutopya@gmail.com