

Psikiyatride Sürekli Eğitime Doğudan Bir Bakış: PSİKOTERAPİ GÜZ OKULU

Burhanettin KAYA¹

21. yüzyılın ilk yılları egemen paradigmaların tartışıldığı, yeni paradigma arayışlarının ve yeni etik tartışmalarının sınırlarının zorlandığı bir çağın habercisi olduğu izlenimi yaratıyor. Küreselleşen dünyanın yabancılaşan değerlerinin ve yalnızlaşan insanların tanık olduğu, farkında olduğu ya da olmadığı gerçeklikler düşünce dünyasına da çengeli büyük ve kanlı yeni soru işaretleri bırakıyor. Yaşam her zaman insanoğlundan bir adım ileride gidiyor ve insanın ruh dünyasına, belki de gelecekte yeni bir kuramcının keşfetmek zorunda kalacağı yeni gizler bırakıyor.

Böyle başladım, çünkü birçok alanda olduğu gibi, psikiyatri dünyasının ve eğitiminin de bu paradigmatik tartışmalardan ve soru işaretlerinden nasibini alması gerekiyor.

Egemen biyolojik modellerin insana ve yaşama ait her şeyi “biyolojikleştirdiği” bu dönemde, bu eğilimle insanın duygu, düşünce ve davranışlarını olması gerekenin ötesinde “psikolojize” ederek gеме alma, ehlileştirme girişimi başat yürüyor. Psikiyatrik hastalıkların sağaltımında ilacın koşulsuz egemenliği, psikiyatri eğitiminde psikoterapinin yerini daraltıyor, gücünü ve yaygınlığını azaltıyor. Psikoterapi de bu süreçte yeni arayışlara yöneliyor, değişimlere uğruyor ve biçimleniyor. Psikiyatri eğitimi alan hekimlerin yoğun bir biçimde eksikliğini duydukları, yüksek bedeller ödeyerek bilgi ve becerisini kazanabildikleri bir alan olmaya başlıyor psikoterapi.

Bir tedavi yöntemi olarak, doğası gereği ilaç tedavileri gibi yaygınlaşma potansiyeline sahip olmamakla birlikte, kalıcı sonuçları ve bireyin yaşamında yeni bir yapılanma oluşturma özelliğiyle ilişkili olarak daha çok öğrenilme, uygulanma ve giderek yaygınlaşma şansı kazanıyor.

Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD) Elazığ Şubesi 1995 yılından bu yana, dernek şubesinin ana iskeletini oluşturan psikiyatri anabilim dallarının katkılarıyla, Doğu ve Güneydoğu Ana-

dolu bölgesindeki psikiyatrların sürekli eğitimi-ni önceleyen çalışmalar gerçekleştirdi. Bilimsel görüş toplantıları adıyla başlayan ve yılda dört toplantıya ulaşan bu iki günlük toplantıların **Malatya’da** gerçekleştirilen kısmı iki yıldır “güz okulu” kimliğine kavuşarak her yıl Eylül ayının ilk haftası gerçekleştirilen daha yoğun ve uzun süreli bir eğitim programına dönüştürüldü. Temel hedefi ve beklentisi psikiyatri uzmanlık eğitimi almakta olan hekimlerin eğitimine katkıda bulunmaktı. Bunun yanında bölge dışındaki hekimlerin sınırlı sayıda da olsa katılımını sağlayarak mesleki iletişim ve kaynaşmayı artıran bir işlev de kazanmayı hedefliyordu. Geçen yıl birincisi yapılan güz okulunun ana konusu **şizofreni** idi. Şizofreni, ülkemizin deneyimli ve birikimli uzmanlarının katkılarıyla kapsamlı olarak gözden geçirildi. Bu yılın ana konusu kurs katılımcılarının demokratik seçimi sonrasında **psikoterapiler** olarak kararlaştırılmıştı. Psikoterapilerin değişik ekollerıyla çalışan, alanlarında birikimli eğiticilerin ve terapistlerin katılımıyla gerçekleştirilmesi amaçlanmıştı.

Adını andığımız **Psikoterapi Güz Okulu 2-7 Eylül 2001** tarihlerinde **TPD Elazığ Şubesi** ve **İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı** işbirliğiyle **Malatya’da** gerçekleştirildi. Okulun ana konusunun “psikoterapi” olmasına rağmen, başta AstraZeneca olmak üzere bazı ilaç şirketlerinin katkıları mali sorunların aşılmasını olanaklı kıldı. Bu arada şubenin katkılarını ve Prof.Dr. Süheyla Ünal’ın kişisel desteğini anmalıyım.

GÜZ OKULUNDA KONUŞULANLAR...

Güz okulunda altı gün boyunca belli başlı psikoterapi okulları ve yardımcı psikoterapi yöntemleri konuşuldu. Uygulamalı eğitimler yapıldı. Olgu tartışmaları, rol playing, video gösterileri ve grup çalışmaları gerçekleştirildi. İnteraktif eğitim teknikleri kullanılarak tüm katılımcıların eğitim sürecine aktif biçimde katılmaları sağlandı.

¹ Yrd.Doç.Dr., İnönü Üniversitesi Turgut Özal Tıp Merkezi Psikiyatri Kliniği, MALATYA
e-posta: burha65@yahoo.com

Okulun birinci gününün ana konusu “hipnoz”-du. Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’nden, aynı zamanda Hipnoz Derneği Başkanı olan *Uzm.Dr. Şeref ÖZER* hipnoz tarihesinden, hem tıptaki hem de psikiyatrideki kullanımından söz etti. Konuşması hipnoz konusundaki belirsizlikleri ve önyargıları ortadan kaldıracak nitelikteydi. Ardından gönüllü katılımcılarla gerçekleştirdiği hipnoz seansları, hipnoz psikoterapi pratiğinde önemli bir yardımcı teknik olduğu yönündeki düşünceyi pekiştirdi.

İkinci günün ilk konuşması, hangi “psikoterapi türü” söz konusu olursa olsun, ilk görüşmenin değerlendirme ve terapi sürecindeki önemini gösteren bir içeriğe sahipti. Ankara Numune Eğitim Hastanesi Psikiyatri Klinik Şefi olan *Doç.Dr. Erol GÖKA*, tedavi sürecini özetlediği iki olgusunda, *ilk görüşmenin yapısına* ve bunun terapiye olan yansımalarına değindi.

Günün ikinci yarısında İstanbul İçgörü Terapi Merkezi’nden Psikolog *Yavuz ERTEN*, *psikanalizin yüzyıllık zorlu tarihini* özetlemeye çalıştı. Klasik Freudiyen psikanalizden çağdaş psikanalitik akımlara dek gelen ve bir çınarın giderek genişleyen dalları gibi gelişen psikanalizin yakın tarihini, önemli tarihsel dönemlerin ve tıkanma noktalarının altını çizerek anlaşılır hale getirmeye çalıştı. Başlangıçta ağır ve anlaşılması güç bir konu gibi görünse de, çoğunluğu yeni başlayan psikiyatri asistanlarından oluşan katılımcıların bütünlüklü bir tarih bilgisi özetine sahip olmasına ve zihinlerde öğrenmeyi artıran yeni soruların oluşmasına olanak verdiğini söylemem gerekiyor. Bunu izleyen “*yaralı ve yetenekli çocuk*” başlıklı sunumu ise, bu tarihsel perspektifin üzerinde terapist olmanın ruhsal alt yapısını ve bedellerini göstermesi açısından önemliydi. Psikoterapistin terapi pratiğinin, aynı zamanda kendi psikanalizi olduğunu düşündüren bir öz taşıyordu.

Okulun üçüncü gününde ilk konu “*bilişsel tedavi*” idi. SSK Ankara Eğitim Hastanesi’nden *Doç.Dr. Hakan TÜRKÇAPAR*, özellikle bu terapi yaklaşımıyla ilk kez karşılaşan bir grubun kavrayabileceği yalınlıktaki sunumunda, BDT’nin temel ilkelerinden ve kuramsal kaynaklarından söz etti. Konuşmasının uygulama bölümünde de “*rol playing*” tekniğiyle, terapinin temel ilkelerinin nasıl uygulanacağını ve terapi

sürecinin BDT teknikleri ile nasıl yönlendirilebileceğini gösterdi.

Günün ikinci yarısında ise, *Yavuz ERTEN* ve *Hakan TÜRKÇAPAR*’ın birlikte gerçekleştirdikleri “*dinamik psikoterapilerle bilişsel terapilerin entegrasyonunun olanaklılığı, ayrışan ve örtüşen yanları*” konulu sunum oldukça ilginçti. Aynı ruhsal fenomenlere getirdikleri farklı tanımlar ve yorumlar, kimi zaman birbirini tamamlayan özellikler, bütünleşmenin olanaklılığı ve sınırları konusunda güz okulu sonrasında da sürecek olan bir tartışma başlattı.

Günün diğer oturumu “*psikosomatik hastalıkların psikoterapisi*” ile ilgili idi. İstanbul Üniversitesi’nden *Psikolog Dr. Tevfika İKİZ*, psikosomatik okulun kuramsal yaklaşımı ışığında, psikosomatik hastalıkların analitik psikoterapisini, tedavi süreci sonlanmış ya da henüz devam eden olgu örnekleri üzerinden giderek özetlemeye çalıştı.

Güz okulunun dördüncü gününde, İstanbul Üniversitesi’nden *Uzm.Dr. Talat PARMAN*, “*psikanalitik tedavide semptomun yeri ve diakronik anamnez*” konulu, düşünmenin ve öğrenmenin hazzı ile bezenen bir sunum gerçekleştirdi. Sunumunda, değerlendirmenin ilk aşamasından itibaren başka bir gözle okunan öykünün önemine vurgu yaptı. Bir katılımcı tarafından sunulan bir yeme bozukluğu olgusu üzerinden sürdürülen tartışmada “sır saklama, mahremiyet” ve “psikoterapi etiği” ile ilgili uzun süre hatırdaki kalacak öğretici bir tartışmanın hayat bulduğunu belirtmek gerekiyor.

Günün ikinci oturumunun konusu “*davranışçı tedaviler*”di. *Psikolog Dr. M. Akif SAYILGAN*, davranışçı kuramın gelişimi ve öğrenme kuramlarından, bu kuramların hastaların değerlendirilmesine ve terapiye yansımalarından söz etti. Uygulama kısmında da, yapılan video sunumlarında, klinik belirti ve bulguların davranışsal analizi ve davranışçı tekniklerini kullanılmasına yönelik görüntüler içeren görüşme örnekleri izlendi. Bu oturumda katılımcıların tedavide zorlandıkları olgu örnekleri üzerinde durularak tedaviye yönelik öneriler geliştirilmeye çalışıldı.

Okulun beşinci gününde, sabah oturumunda iki grup halinde *olguların tartışılması ve formülasyonu* yapıldı. *Uzm.Dr. Talat PARMAN* ve *Psk.Dr.*

M. Akif SAYILGAN denetiminde katılımcılar iki olguyu enine boyuna tartışıp formüle ederek, tedaviye yönelik öneriler geliştirmeye çalıştılar. Günün ikinci kısmında İstanbul Tıp Fakültesi'nden Doç.Dr. Doğan ŞAHİN, daha çok *borderline* kişilik bozukluğunun tedavisine ağırlık veren "ağır kişilik bozukluklarında psikoterapi" konulu bir sunum yaptı. Psikiyatrları zorlayan ve kimi zaman tüketen bir hasta grubunun tedavisine yönelik sabırlı ve özverili çabalar içeren deneyimlerini katılımcılarla paylaştı.

Son günün ilk toplantısı "psikoanalitik psikoterapiler" başlıklıydı. İmago Terapi Merkezi'nden Uzm.Dr. Saffet Murat TURA, genel hatlarıyla psikoanalitik psikoterapilerden söz ederek klasik psikanaliz, ekspresif psikoterapi ve destekleyici psikoterapi yaklaşımlarının arasındaki hem kuramsal, hem de tedavi pratiğindeki temel farklılıklardan söz ederek, "karmaşık" görünen psikoanalitik psikoterapinin zihinlerde yalın ve anlaşılır bir imgesinin oluşmasına katkı sağladı. Bu sunumun ardından Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden Dr. Volkan TOPÇUOĞLU ve Dr. Bahar HÜSEMOĞLU, Dr. Saffet M. TURA'nın süpervizyonu ile psiko-dinamik tedavisini sürdürdükleri iki olguyu sunarak tedavi sürecini tartıştılar.

İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden Prof. Dr. Süheyla ÜNAL'ın güz okulu boyunca aşamalı olarak gerçekleştirdiği, kuramsal dersler ve uygulamalar içeren "yardım becerileri kursu", psikiyatrik görüşmeden psikoterapiye, psikiyatri uygulamasının her aşamasında kullanılan ve bilinmesi gereken temel iletişim becerilerini kazandırması yönünden önemliydi. Katılımcılar derslerin sürdüğü dört gün boyunca rol playing ve geribildirimler yoluyla temel iletişim becerilerini kazanmaya ve pekiştirmeye çalıştılar. Bu kurs iletişim ile ilgili bazı temel kavramların daha iyi tanınmasına ve anlaşılır hale gelmesine olanak sağladı.

Toplantının son oturumunda güz okulunun genel değerlendirmesi yapıldı. Tüm katılımcı ve eğitimcilerden geribildirim alındı. Katılımcılar ve eğitimciler beklentilerinin üzerinde bir okul süreci yaşadıklarını, geleceğe dönük önemli bilgiler elde ettiklerini ve motivasyon kazandıklarını

belirttiler. Psikoterapi eğitiminin temel psikiyatri eğitiminin içinde yer alması, psikoterapi bilgisi ve becerisinin kazanılması gerekliliğinin altı çizildi. Güz okulunun bir "psikoterapi duyarlılığı" sağladığı, bu duyarlılığın geniş bir takvime yayılmış kapsamlı bir psikoterapi eğitim programının hazırlanmasına öncülük etmesinin gerektiği ifade edildi. Gelenek-selleşen güz okulunun önümüzdeki yıllarda psikiyatrları temel alanlarında bilgi ve beceri düzeyini yükseltmek yönünde yüklendiği işlevi sürdürmesi gerektiği vurgulandı.

Yapılan tartışma ve oylama sonucunda da bir sonraki güz okulunun konusunun tüm boyutları ile gözden geçirilmek üzere *psikiyatride acil* olmasına karar verildi.

SONUÇ OLARAK...

Kongrelerin bilimsel bilgi aktarımı ve eğitim yönünün giderek zayıfladığı, turizmin öne çıktığı günümüzde küçük ölçekli grup çalışmaları, kurslar, bölge toplantıları, yaz ve güz okulları, gezici eğitim seminerleri, önemli alternatif eğitim modelleri özelliğini kazanmaktadır. Eğitimin standartlaşması yanında, bu standartların ülkenin ve psikiyatrlarının gereksinimlerine uygun hale getirilmesi ve yükseltilmesi, kendini yeniden üreten bir nitelik kazandırılması gibi önemli bir işlevi de yapısında barındırıyor; en azından hedef evreni ve hedef kitlesi açısından. Çünkü bu modeller yoğun, kalıcı ve süreklilik gösteren bir etkileşim ve yaratıcı bir zihinsel aktivite üretiyor. Bireyin etkinliği grubun etkinliğinin temel ögesi oluyor. Bu etkinlik hiçbir zaman turistik beklentilerin gerisinde kalmıyor ya da kurbanı olmuyor. Bunun altını çizmek gerek. Aynı zamanda çok düşük maliyetlerle, mütevazı ve "sponsor" bulmaya gerek kalmaksızın eğitim alınabileceğini ve verilebileceğini de gösteren bir örnek oluşturuyor.

Malatya'da düzenlenen güz okulu bu çerçevede amatör ve naif bir ruhla gerçekleştirilmiş içtenlikli bir çaba olarak algılanmalıdır. Varlığını sürdürmeye çabalayacaktır. Genç meslektaşlar bu dinamğin farkına vardıkça, bu çaba yaşama şansını sürdürecektir. Karar-tıl-mazsa eğer sol mememizin altındaki cevahir...