



# Turkish Studies

## Comparative Religious Studies

Volume 14 Issue 1, 2019, p. 177-188  
DOI: 10.7827/TurkishStudies.14777  
ISSN: 2667-5544  
Skopje/MACEDONIA-Ankara/TURKEY



INTERNATIONAL  
BALKAN  
UNIVERSITY

EXCELLENCE FOR THE FUTURE  
IBU.EDU.MK

*Research Article / Araştırma Makalesi*

*Article Info / Makale Bilgisi*

✓Received/Geliş: Aralık 2018

✓Accepted/Kabul: Mart 2019

✍Referees/Hakemler: Doç. Dr. Ahmet TANYILDIZ – Dr. Öğr. Üyesi İhsan AKAY – Dr. Öğr. Üyesi Ahmet TARCAN

This article was checked by iThenticate.

### VİCTOR FRANKL, LOGOTERAPİ VE VİCDANIN VAROLUŞ ANALİZİ

Tahsin KULA\* - Müslüme ERDEN\*\*

#### ÖZET

Victor Emile Frankl, varoluşçu psikoterapi akımının öncülerindedir. Frankl'a göre, her devrin kendine özgü ortak bir nevrozu vardır. Ona göre devrimizin kitlesel nevrozu, varoluşsal boşluktur. Frankl'in'e göre insan, hayatın anlamını arayan bir varlıktır. Anlam arayışı, insanın hayatındaki temel güdüdür. Bu güdüler insana dünyada yaşaması için bir neden göstermeyi amaçlar. Eğer insanların temel güdülerini karşılanmazsa insanlar varoluşsal boşluğa (nihilizim) düşer. Bu tür nevrozlarla (varoluşsal boşluklarla) baş etmek için her dönem kendi psikoterapisine ihtiyaç duymaktadır. Frankl'ine göre insanın anlam istemi engellenebilir. Varoluşsal engellenme olarak ifade edilen bu durum da kişi hayatın yaşamaya değer olup olmadığını dert edinebilir, hatta umutsuzluğa da kapılabilir. Bu durumlar nevroza yol açabilir. Varoluşsal engellenmenin yol açtığı nevrozlar geleneksel anlamdaki, yani ruhsal kökenli(psikojenik) nevrozlara karşıtlık içindedir. Noöjenik nevrozlar, itkilerle içgüdüler arasındaki çatışmalardan değil, daha çok varoluşsal sorunlardan kaynaklanmaktadır. İşte bu tür sorunlar arasında anlam siteminin engellenmesi büyük rol oynamaktadır.

Frankl, bireyin kişilik yapısı üzerinde önemli bir yere sahip olan vicdanın, psikanaliz kuramının açıklamalarıyla kendini var edemediğine inanır. Varoluş analizin, tinsel bilinçdışını keşfedip vicdanın tinsel bilinçdışı tarafından oluşturulduğunu ve bireyin varoluşunu açıklığa kavuşturduğunu savunur.

\* Dr. Öğr. Üyesi, Dicle Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, E-posta: tahsinkula@hotmail.com

\*\* YL Öğrencisi, E-posta: muslime.erden@gmail.com

Frankl'in her çağın kendine özgü nevrozu olduğu gibi kişilerinde kendileri özgü nevozları olduğunu vurgular. Kişilerin nevozlarla baş etmesi için yaşamın anlamını keşfetmesi gerekir. Ona göre yaşamın anlamı üç farklı yoldan keşfedilebilir. Bunlar ya bir eser yaratarak ya da bir iş yaparak; Bir şey yaşayarak ya da bir insanla etkileşerek; Kaçınılmaz bir acıya yönelik bir tavır geliştirerek.

**Anahtar Kelimeler:** Victor Frankl, logoterapi, Vicdan, Anlam arayışı.

## **VICTOR FRANKL, LOGOTHERAPY AND BEING ANALYSIS OF THE CONSCIENCE**

### **ABSTRACT**

Victor Emile Frankl is one of the pioneers of existential psychotherapy. According to Frankl, each cycle has its own common neurosis. According to him, the mass neurosis of our revolution is the existential emptiness. According to Frankl, man is an entity seeking the meaning of life. The search for meaning is the main motive in man's life. These motives aim to show people a reason to live in the world. If people's basic motives are not met, people fall in to existential emptiness (nihilism). She needs her own psychotherapy every semester to cope with such neuroses (with existential cavities). According to Frankl, the meaning of man can be prevented. This situation, which is expressed as existential frustration, can worry about whether life is worth living, or even despair. These conditions can lead to neurosis. Neuroses caused by existential inhibition are in contrast to the traditional sense, ie psychogenic (psychogenic) neuroses. Neurogenic neuroses are more likely to arise from existential problems rather than conflicts between impulses and instincts. This kind of problems play a major role in the prevention of the system. Frankl believes that conscience, which has an important place on the personality structure of the individual, cannot be manifested by the explanations of psychoanalytic theory. Existentialism argues that analysis explores the spiritual unconscious and that the conscience is created by the spiritual unconscious and that the existence of the individual is clarified. Frankl's unique neurosis of each age, as well as their own distinctive signs emphasizes. People need to discover the meaning of life to deal with neuroses. According to him, the meaning of life can be explored in three different ways. These are either creating a work or doing a job; By experiencing something or interacting with a person; Developing an attitude towards an inevitable pain

### **STRUCTURED ABSTRACT**

Frankl was born in Vienna in 1905. He completed his studies on a psychoanalytic study on Schopenhauer. Man's Search for Meaning, an introduction to logotherapy, wrote his work based on his observations and experiences at Auschwitz. Later on, he wrote The Unconscious God, in which he studied the relationship between psychology and religion. Frankl, who focuses on the problem of meaning and the solution to this

problem in the modern world, has deemed Freud's psychoanalysis and the individual psychology of Adler as insufficient, and has created a school which will be referred to as the Third Vienna School. Frankl, who thinks that there is a gap in psychotherapy, has developed a technique called, Logotherapy "which takes the alan meaning Psik to the center. According to Frankl, the strongest motivation of man is in meaning Frank. Man's search for meaning is not a laştır secondary rationalization bir of instinctual impulses, but a basic motive in life. This meaning is unique in that it is unique and unique, as it can be found only by the person himself. Human's ile promptness eng can be prevented by the trouble of whether life is worth living or even despair. This condition with existential inhibition may lead to neuroses. In order to cope with the neuroses, Nietzsche points out that olan the person who has a reason to live can withstand almost all Nev. What he really needs is not tension-free, but rather a struggle worthy of effort, a struggle for and struggling for a freely chosen cause.

Frankl'ın explanation of the existential emptiness of the people, even sometimes they cannot know what to do or what they desire from the anxiety and boredom. To get rid of this situation, it is necessary to rediscover the meaning of life. This can be done in three different ways; Creating a work or doing a job; by experiencing something or by interacting with a person; developing an attitude towards an inevitable pain.

Frankl'ın ve pan-determinism "(total determinism) considers the view that ignores the ability of human beings to take a stand against this or that condition as dangerous and erroneous. Man is not fully conditioned and determined; rather, it is self-determined or opposed to conditions. In other words, man is a self-determining entity. Man does not content with being, instead he always decides on his fate, what will happen next. Human beings have the ability to change the world and, if necessary, to the better. Man is not an ordinary object; objects determine each other, but man is the ultimate self-determining entity.

Psychoanalysis sees the whole of the human soul as an atomistic whole, which is formed by a combination of parts. These parts are various impulses and impulse particles or impulse elements. In this way, the spiritual is not only atomized but also fully anatomical. We see that the spiritual is not only genetically reduced to instinctuality, but is also described as instinctively causal, both of which are in a totalitarian sense. The existence of the person is understood as the impulse of impulse from the beginning in psychoanalysis. This is why it is necessary for the person to reconstruct his or her ego with instincts.

With Frankl's existence analysis, he makes another sense in the face of nuisance. According to him, conscience is the natural outcome of the human potential of the inner potential of the man and the environmental effects. We must understand the concept of conscience not only as a psychological phenomenon, but also in true transcendence. For example, if my conversation with my conscience is a real dialogue, that is, it goes beyond talking to myself, if my conscience exceeds Ben, I can be the "slave of my conscience" if someone else has voice. According to Frankl insan the voice of the conscience ses is not bu voice aşkın, the voice of transcendence. On the contrary, through the transcendental structure of the conscience, we deeply understand

man and especially his personality. Conscience is only an immanent part of a transcendent whole, and as such, it moves out of the plane of psychological instability, transcends this part. Therefore, even though all psychological leme explanations ş deal with a futile effort, they can never be reflected in spirituality from spirituality to spirituality. According to him, the existential major and real decisions of human being were taken without consideration, often unconscious; more clearly, the origin of conscience descends to the unconscious.

In Hebbel, he saw in Hebbel that every attempt to achieve an existential reduction of conscience and to find a veritable answer to the question of where the conscience came from would be fruitless:

Conscience contradicts all possible aims for man from a materialist point of view and, if it has not yet been done, we can neither explain nor eliminate it, even if it is to be attributed to the instinct to maintain its kind in the sense that it is the organizer and corrector of individuality. Olan psychoanalysis attempted to link the conscience to instinctive instinct.

Freud explained his belief that spiritual life consisted of two parts; consciousness and subconscious. The conscious part, similar to the visible part of an iceberg, is small and unimportant. Shows the visible but superficial direction of the whole personality. The broad and powerful unconscious encompasses the impulsive force behind all human behavior. Freud also acknowledged that preconscious-foreconscious existed. Unlike subconscious materials, pre-conscious materials are not actively suppressed and can easily be called into consciousness.

Frankl's common neurosis of each age has emphasized that people have established their own psychotherapy to cope with this. According to him logotypes are needed to cope with existential emptiness, a mass neurosis of our time (nihilism; the belief that existence has no meaning). Because man is an entity looking for the meaning of life. The search for meaning is the main motive in man's life. This motive aims to show people a reason to live in the world. With the explanations of the psychoanalytic theory of conscience, which has an important place on the personality structure of the individual, it cannot exist. He argued that the existence of Frankl's existence analysis was to discover the spiritual unconscious and that the conscience was created by the spiritual unconscious and that the existence of the individual would be clarified.

**Keywords:** Victor Frakl, Logotherapy, conscience, searchformeaning

## VİCTOR FRANKL VE LOGOTERAPİ

Victor Emile Frankl 1905 yıllarında Viyana'da doğdu. Yahudi bir ailenin çocuğu olan Frankl'in babası Gabriel, sosyal hizmetler müdürüydü. Dindar bir Yahudi olan annesi Elsa, Praglı saygın bir ailenin kızıydı. Üniversitede tıp okumayı tercih eden Frankl, öğrenimini Schopenhauer üzerine yaptığı psikanalitik bir çalışmayla tamamladı. Naziler tarafından annesi, babası, eşi, kız kardeşi ile birlikte 1942'de toplama kampına gönderildi. Kız kardeşi hariç tüm yakınları burada öldü. Ama Frankl, metanetini hiç kaybetmedi. Öyle ki teorisinin temellerini ortaya koyduğu

The Doctor and the Soul (Doktor ve Ruh) isimli kitabını kampta yazdı. Kitabın müsveddesi elinden alınsa da kamptan kurtulduktan sonra kitabını tekrar kaleme aldı. Ayrıca Frankl, Logoterapiye giriş niteliği taşıyan Man's Search for Meaning (insanın Anlam Arayışı) isimli kitabını da Auschwitz'teki gözlem ve tecrübelerine dayanarak yazdı. Daha sonra psikoloji-din ilişkisini incelediği The Unconscious God (Bilinçdışı Tanrı) başlıklı kitabını hazırladı. Yirmi beş yıl Viyana Nöroloji Polikliniğinde yöneticilik yaptı. 1990 yıllarına kadar Viyana Üniversitesi'nde ders veren Frankl öldüğü yıl (1997) doktora tezini temel alan Man's Search Ultimate Meaning (İnsanın Nihai Anlam Arayışı) isimli kitabını yayınladı. Ardında birçok kitap ve makale bırakan Frankl'in eserleri birçok dile çevrildi.

Modern dünyada insanoğlunu yaşadığı anlam sorunu ve bu sorunun çözümü üzerine yoğunlaşan Frankl, Freud'un psikanalizini ve Adler'in bireysel psikolojisini yetersiz görmüş ve daha sonra Üçüncü Viyana Ekolü şeklinde anılacak olan bir ekol oluşturmuştur. Psikoterapide doldurulması gereken bir boşluk olduğunu savunan Frankl, "anlamı" merkeze alan "Logoterapi" ismini verdiği bir teknik geliştirmiştir. Frankl'a göre insanın en güçlü motivisi anlam istemidir (Aytan 2015: 151-152).

### **Anlam İstemi**

İnsanın anlam arayışı, içgüdüsel itkilerin "ikincil bir ussallaştırması" değil, yaşamdaki temel bir güdüdür. Bu anlam, sadece kişinin kendisi tarafından bulunabilir oluşuyla ve böyle olması gereğiyle eşsiz özel bir yapıdadır; ancak o zaman bu kişinin anlam istemini doyuran bir önem kazanabilmektedir.

Frankl'a göre kişi her türlü şart ve ortamda anlam<sup>1</sup> bulabilir ve hayatta kalabilmesi için temel güdü anlam istemidir. Bazı otoritelere göre anlamlar ve değerler "savunma mekanizmalarından, tepki oluşumlarından ve yüceltmelerden öte bir şey değildir (Frankl 2013:113).

Victor Frankl, insanın sadece "savunma mekanizmaları" uğruna yaşamak istemeyeceği gibi sadece "tepki oluşumları" uğruna ölmeye de hazır değildir. Öte yandan insan kendi idealleri ve değerleri için yaşayabilmeli, hatta ölme yetisine sahiptir (Sezen 7(14): 199).

Elbette bireyin değerlere yönelik ilgisini gerçekte gizli iç çatışmaları için bir kamufraj olduğu durumlar bulunabilir; ama böyle olsa bile bunlar kural olmaktan çok istisnaya karşılık gelmektedir (Frankl 2013: 114). "noöjenik nevrozlar" terimini kullanmaktadır.

İnsanın anlam istemi de engellenebilir. Frankl, Bu durumda "varoluşsal engellemeden söz eder. Varoluşsal engellenme bir insanın hayatın yaşamaya değer olup olmadığına dert edinmesi, hatta umutsuzluğa kapılması özellikle başlangıçta bir rahatsızlık değildir (Göka 2014:128). Varoluşsal engellenme de nevroza yol açabilir. Varoluşsal engellenmenin yol açtığı nevrozlar geleneksel anlamdaki, yani ruhsal kökenli(psikojenik) nevrozlara karşıtlık içindedir. Noöjenik nevrozlar, itkilerle içgüdüler arasındaki çatışmalardan değil, daha çok varoluşsal sorunlardan kaynaklanmaktadır. Bu tür sorunlar arasında anlam siteminin engellenmesi büyük rol oynamaktadır.

Aslında her çatışma zorunluluk gereği nevrotik değildir; bir ölçüde çatışma normal ve sağlıklıdır. Benzer bir şekilde acı çekmek her zaman için patolojik bir olgu da değildir; acı, Nevrotik bir semptom olmaktan çok özellikle varoluşsal engellenmeden kaynaklanıyorsa insanca bir başarı da olabilir.

Varoluşsal engellenme kendi içinde patolojik olmadığı gibi patojenik de değildir. Bir insanın yaşamının yaşamaya değer oluşuna ilişkin kaygısı, hatta umutsuzluğu, varoluşsal bunaltıdır. Ama kesinlikle bir ruh hastalığı değildir (Frankl 2013: 114-117).

### **Noö-Dinamikler**

Kuşkusuz insanın anlam arayışı içsel denge yerine içsel gerilim yaratabilir. Ne var ki, ruh sağlığın ön koşulu da işte bu gerilimdir. Dünyada kişinin en kötü şartlar da bile yaşamını sürdürmesine, yaşamında bir anlam olduğu bilgisi kadar daha etkili bir şekilde yardımcı olan başka hiçbir şey yoktur. Nietzsche'nin şu sözlerinde bilgelik vardır: Yaşamak için bir nedeni olan kişi, hemen her nasıla dayanabilir.

İnsana, kendi yaşamına bir anlam vermesi konusunda meydan okumakta tereddüt etmememiz gerekir. Ancak bu yolla, insanın anlam istemini uyku(gizlilik) durumundan uyandırabiliriz. Ruh sağlığı konusunda insanın her şeyden önce dengeye ya da psikolojideki deyişle "homeostasis"e yani gerilimsiz bir duruma ihtiyaç duyduğunu varsaymanın tehlikeli bir sonuçlandırmadır. İnsanın gerçekte ihtiyaç duyduğu şey, gerilimsiz bir durum değil, daha çok, uğruna çaba göstermeye değer bir hedef, özgürce seçilen bir amaç için uğraşmak ve mücadele etmektir. İhtiyaç duyduğu şey her ne pahasına olursa olsun gerilimi boşaltmak değil "noödinamikler"dir (Frankl 2013: 118-119).

### **Varoluşsal Boşluk**

Varoluşsal boşluk, yirminci yüzyılın yaygın olgusudur. Davranışlarını yönlendiren geleneklerin hızla azaldığı son gelişme döneminde, bir başka kayıpla daha yüzyüze gelmiştir. Hiçbir içgüdü ona ne yapacağını söylemez. Hiçbir gelenek ona ne yapması gerektiğini söylemez; bazen neyi arzuladığını bile bilemez. Bunu yerine ya diğer insanların yaptığı şeyleri arzular ya da diğer insanların kendisinden yapmasını istedikleri şeyleri yapar.

Varoluşsal boşluk temel olarak kendini can sıkıntısı durumunda dışa vurur. İnsanlığın bunaltı ve can sıkıntısından oluşan iki uç arasında sonsuza kadar mekik dokumaya mahkum olduğunu söyleyen Schopenhauer'i anlayabiliriz.

Varoluşsal boşluğun kendini gösterdiği çeşitli maskeler ve kılıflar söz konusudur. Bazen engellenen anlam istemi, en ilkel güç istemi olan para istemi de dahil olmak üzere, bir güç istemi ile temsili bir yoldan dengelenir. Diğer durumlarda engellenen anlam isteminin yerini haz istemi alır. Varoluşsal engellenmenin birçok durumda cinsel dengeleme ile sonuçlanmasının nedeni budur (Frankl 2013:120-122).

Yaşamın anlamı insandan insana, günden güne, saatten saate farklılık gösterir. bu nedenle önemli olan genelde yaşamın anlamı değil, daha çok belli bir anda bir insanın yaşamının özel anlamıdır. Kişinin soyut bir "yaşamın anlamı" arayışına girmemesi gerekir. Herkesin yaşamında özel bir mesleği veya uğruna çaba harcanacak bir misyonu, yerine getirilmeyi bekleyen somut bir görevi vardır. Ne onun yeri değiştirilebilir ne de yaşam tekrarlanabilir. Bu nedenle herkesin işi, bunu yürütmeye yönelik özel fırsatları kadar eşsizdir.

Yaşamdaki her durum insana meydan okuduğu ve çözülecek bir sorun getirdiği için yaşamın anlamı sorunu gerçekte tersine çevrilebilir.

Nihai anlamda kişinin yaşamın anlamının ne olduğunu sormaması, bunun yerine sorunun muhatabının kendisi olduğunu kavraması gerekir.

Tek kelime ile her insan yaşam tarafından sorgulanır ve herkes sadece kendi yaşamı için cevap verirken yaşama cevap verir; sadece sorumlu olarak bunu yapabilir (Frankl 2013: 120-122).

### **Sevginin Anlamı**

Bir başka insanı kişiliğinin en derindeki çekirdeğinden kavramanın tek yolu sevgidir. Hiçbir kimse sevmediği sürece bir başka insanın özünün tam olarak farkına varamaz. Sevgisi yoluyla insan, sevilen kişideki temel kişilik özelliklerini ve eğilimlerini görebilecek duruma gelir ve buna ek olarak gerçekleştirmemiş olan ve ancak gerçekleştirilmesi gereken potansiyelleri görür.

Kişi, sevdiği insanın ne olabileceğinin ve ne olması gerektiğinin farkına varmasını sağlayarak potansiyellerini gerçekleştirmesini sağlar (Frankl 2013: 122-123).

### **Acının Anlamı**

Yaşamda bir anlam bulmanın üçüncü yolu, acı çekmektir. Umutsuz bir durumla karşılaşıldığında, değiştirilemeyecek bir kaderle yüz yüze gelindiğinde bile yaşamda bir anlam bulunabilir; çünkü o zaman önemli olan, kişisel bir trajediye bir zafere dönüştürmektir. Kendi zor durumunu bir başarıya dönüştürmek sadece insana özgü bir potansiyeldir. Durumu değiştiremeyecek bir noktaya gelindiğinde –örneğin iyileşme şansı olmayan bir hastalık gibi insan kendini değiştirme yoluna gider (Frankl 2013: 126-130).

### **Varoluşun Özü**

“İkinci defa yaşıyormuşçasına ve ilk kez şimdi yapmak üzere olduğunuz gibi hatalı hareket etmişçesine yaşayın.” Hiçbir şey insanın sorumluluk duygusunu, onu ilk önce şu anın geçmiş olduğunu ve daha sonra da geçmişin değiştirilip düzeltilemeyeceğini düşünmeye çağıran bu özdeyiş kadar kamçileyemez. Bu algı kişiyi, yaşamın belirli oluşuyla olduğu kadar, hem kendi yaşamıyla hem de kendisiyle ne yapacağını belirleyiciliğiyle karşı karşıya getirir.

İnsanın sorumlu olduğu ve yaşamın potansiyel anlamını gerçekleştirmesi gerektiğini söyleyerek, yaşamın gerçek anlamının kapalı bir sistemmiş gibi kişinin kendi içinde ya da ruhunda değil, dünyada keşfedilmesi gerekir. Bu temel özelliğe “insan varoluşunun kendini aşkınlığı” denir. Bu insan olma gerçeğinin her zaman için, bu ister anlam ister karşılaşılacak bir insan olsun, kişinin kendi dışındaki bir şeye ya da birisine yöneldiği anlamına gelmektedir. Kişi hizmet edeceği bir dava ya da seveceği bir insana kendini adayarak ne kadar çok kendini unutursa, o kadar çok insan olur ve kendini de o kadar çok gerçekleştirir.

Frankl, yaşamın anlamının her zaman değiştiğini ancak hiçbir zaman yok olmadığını belirtmektedir. Frankl’a göre yaşamın anlamı üç farklı yoldan keşfedilebilir.

1. Bir eser yaratarak ya da bir iş yaparak;
2. Bir şey yaşayarak ya da bir insanla etkileşerek;
3. Kaçınılmaz bir acıya yönelik bir tavır geliştirerek.

Bunlardan ilki, yani başarının yolu oldukça açıktır. İkinci ve üçüncü ise, biraz daha ayrıntı gerektirmektedir.

Yaşamda anlam bulmanın ikinci yolu, bir şey-iyilik, doğruluk, güzellik gibi-yaşamak, doğayı ve kültürü yaşamak, son ve bir o kadar önemlisi de olanca eşsizliğiyle bir insanı yaşamaktır. Yani insanı sevmektir (Frankl 2013: 127-132).

### **Nihai Anlam**

Nihai anlam, zorunluluk gereği insanın sınırlı zihinsel yetisini aşar; Logoterapide bu bağlamda bir nihai anlamdan söz edilir. İnsandan istenen şey, bazı varoluşçu felsefecilerin savunduğu gibi yaşamın anlamsızlığına katlanmak değil, yaşamın koşulsuz anlamlılığını ussal terimlerle kavrama yetkisinden yoksun oluşuna dayanmaktadır. Logos(anlam), mantıktan(logic) daha derindir.

### **Yaşamın Geçiciliği**

İnsanı anlamdan yoksun bırakıyor gibi görünen şeyler sadece acıyı değil ölümü de kapsıyor. Frankl, sadece yaşamın geçici olan yanlarının potansiyeller olduğu konusunda ısrarcıdır. Potansiyellerin gerçekleşir gerçekleşmez gerçekliğe dönüştüğünü, korunup geçmişe gönderilerek geçicilikten kurtarıldığını söyler. Varoluşumuzun geçici olması bunu kesinlikle anlamsız kılmaz, ama

sorumluluklarımızı oluşturur; çünkü her şey bizim, öz itibariyle geçici olan olasılıkları gerçekleştirmemize bağlıdır.

İnsan varoluşunun temelinde geçici oluşunu aklında tutan logoterapi, kötümser değil, eylemcidir (Frankl 2013: 134-136).

### **Bir Teknik Olarak Logoterapi**

Frankl kariyerinin başlangıcından beri mesleki ilgisi özel olarak “anlamın” psikopatoloji ve terapideki yerine odaklanmıştır. Frankl, logoterapi (logos: “sözcük” veya “anlam”) sözcüğünü ilk kez 1920’de kullanmıştır. Başta “varoluşsal analiz” terimini logoterapi ile eşanlamlı kullanan Frankl, diğer varoluşsal yaklaşımlarla karışmasını engellemek amacıyla, daha sonra, kuramsal ve teropötik bağlamda kendi yaklaşımını ifade etmek için logoterapi kelimesini tercih etmiştir (Yalom 1999: 693).

Ölüm korkusu gibi gerçekçi bir korku, psikodinamik bir yorumla yatıştırılmaz; öte yandan agrofobi gibi nevrotik bir korku da felsefi anlayışla iyileştirilemez. Logoterapi bu tür olaylar için de özel bir teknik geliştirmiştir (Frankl 2013: 136).

Logoterapi, uygulamada bazı teknikleri kullanarak bir çok nevrozun tedavi edilmesinde kullanılmaktadır. Bu tekniklerden en önemlisi *çelisik (paradoksik) niyet* tekniğidir. Bu teknik korkunun korkulan şeyi yarattığı (beklentisel kaygı) ve aşırı niyetin ya da logoterapide denildiği gibi *hiper-yüksek niyetin*, arzulanan şeyi olanaksız kıldığı gerçeğine dayanmaktadır. Aynı zamanda aşırı niyet gibi aşırı dikkat ya da logoterapide denildiği gibi *aşırı düşünmenin ( hiper-reflection)* de hastalığa yol açtığı varsayımı ile geliştirilen *düşünce odağının değiştirilmesi (dereflection)* tekniği de logoterapide kullanılmaktadır (Frankl 2013: 136-143).

### **Ortak Nevroz**

Her çağın kendine özgü ortak bir nevrozunun olduğunu ve her çağ bununla başa çıkmak için kendi psikoterapisine ihtiyaç duymaktadır. çağımızın kitlesel nevrozu olan varoluşsal boşluk, özel ve kişisel bir nihilizm şekli olarak tanımlanabilir; çünkü nihilizm varlığın hiçbir anlamı olmadığı inancıdır. Ne var ki nihilist bir felsefenin çağdaş eğilimlerinin etkisinden uzak kalmadığı sürece psikoterapi böyle bir olayla kitlesel boyutta başa çıkamaz; aksi takdirde kitle nevrozunun bir tedavisini üretmek yerine, bunun bir semptomunu temsil eder. insanın, biyolojik, ruhsal ve toplumsal koşulların sonuçlarının ya da kalıtımla çevrenin ürününden başka bir şey olmadığını ileri süren “nihilizm” öğretisinde yapısal tehlike söz konusudur. İnsana ilişkin bu görüş, nevrotik bir bireyin, zaten inanmaya yatkın olduğu şeye, yani dış etkilerin ya da içsel koşulların kurbanı olduğuna inanmasını sağlar. İnsanın özgür olduğunu reddeden bir psikoterapi, bu nevrotik ölümcül yapıyı besleyip güçlendirmektedir. (Frankl 2013: 140-143).

### **Pan-Determinizmin Eleştirisi**

Frankl “pan-determinizm”i (topyekün belirlenimcilik) insanın şu ya da bu koşullara karşı tavır alabilme yetisini göz ardı eden görüşü tehlikeli ve hatalı görmektedir. İnsan tamamen koşullandırılmış ve belirlenmiş değildir, daha çok, ister koşullara boyun eğsin, ister karşı gelsin kendini belirlemektedir. Başka bir deyişle insan kendini belirleyen bir varlıktır. İnsan var olmakla yetinmez, bunun yerine her zaman varoluşunun kaderine, bir sonraki anda kendisinin ne olacağına karar verir. İnsan olası olduğunda dünyayı ve gerektiği takdirde de kendini daha iyiye doğru değiştirebilme yetisine sahiptir (Frankl 2013: 143-144).

### **Psikiyatrinin Yeniden İnsani Kılınması**

Frankl, psikiyatrinin, uzunca bir süredir, insan zihnini sadece bir mekanizma olarak ruh hastalığının tedavisini de sadece bir tekniğin terimleriyle yorumlamaya çalıştı.



Ne var ki kendi rolünü temelde bir teknisyenin rolüyle yorumlayan bir doktorun, hastasında, hastalığın arkasındaki insanı görmek yerine, bir makineden başka bir şey görmediğini itiraf etmek gerekir.

İnsan sıradan bir nesne değildir; nesnelere birbirini belirler ama insan nihai anlamda kendini belirleyen bir varlıktır (Frankl 2013: 147-148).

Psikanaliz insan ruhunun tümünü atomistik olarak görülür, parçaların birleşimiyle ortaya çıkar. Bu parçalar çeşitli dürtüler ve dürtü parçacıkları veya dürtü unsurlarıdır. Bu şekilde ruhsal olan yalnız atomize edilmemekte, aynı zamanda tümüyle anatomik olarak ele alınmaktadır. Ruhsal olanın analizi böylelikle onun anatomisine dönüşmektedir.

Bu yolla ruhun, kişinin bütünlüğü bozulmaktadır: psikanaliz insanı neredeyse “kişisizleştirir” ama bunu birbiriyle ruhsal bütünlüğün içinde sıklıkla çatışan mercileri “İd”i veya çağrışım “komplekslerini” (yani bağımsız, keyfi hareket eden sözde kişisel birimleri) oluşturmadan, kişiselleştirmeden hatta neredeyse şeytanlaştırmadan yapamaz.

Psikanaliz bu tutarlı-bütüncül kişiyi parçaladıktan sonra bu parçaları tekrar birleştirmek göreviyle karşı karşıya gelir (Frankl 2014: 15).

Ruhsal olanın sadece genetik olarak içgüdüsellığe indirgendiğini değil aynı zamanda içgüdüsel açıdan nedensel olarak tanımlandığını görüyoruz ki bunların her ikisi de totaliter anlamda gerçekleşmektedir. Kişinin varoluşu psikanalizde baştan itibaren dürtüsel varoluş sürüklenme olarak anlaşılmıştır. Sonuç olarak kişinin Ego’sunun içgüdülerle yeniden inşasının gerekli olmasının nedeni budur.

Varoluş analizi psikanalist anlayışın karşısında bir başka anlam çıkarır (Frankl 2014: 16).

### **Vicdanın Varoluş Analizi**

Vicdan, insanın iç potansiyelleri çevresel etkilerin birlikte yoğrulmasının tabii sonucudur (Bahadır: 71).

Vicdan fenomeni sadece psikolojik bir olgu olarak değil, gerçek aşkınlığında anlamlıdır. Vicdanımla yaptığım konuşma gerçek bir diyalog olursa, yani kendi kendime konuşmaktan öteye geçer, vicdanım Ben’i aşarsa, başkasının sesi olursa ”vicdanımın kölesi” olabilirim.

Dil, vicdanın sesi olduğunda yanılabilir mi? Vicdanın “sesi olmaz”, kendisi "sestir", aşkınlığın sesi. Bu sesi insan duyar ama bu ses insanın sesi değildir. Tam tersine vicdanın aşkın yapısı sayesinde insanı ve özellikle onun kişiliğini daha derinden anlarız. ”Kişi” nitelemesi böylelikle yeni bir anlam kazanır; çünkü kişi dışı merci canlanır diyebiliriz.

Psikolojik olgu olarak vicdanı yapısı gereği aşkınlığa işaret eder; yalnız aşkınlık üzerinden kendisi aşkın olarak anlaşılabilir (Frankl 2014: 48).

Vicdan sadece aşkın bir bütünün içkin bir bölümüdür ve bu haliyle psikolojik içkinlik düzleminden dışarı çıkar, bu bölümü aşkınlılaştırır. Bu nedenle tüm psikolojik “açıklamaların” nafile bir çabayla uğraşmasına rağmen, hiçbir zaman şiddetsiz bir şekilde tinsellikten ruhsal düzleme yansıtılamaz (Kurtman sanlı Esat: 67) .

“Tinsel Bilinçdışı” kavramıyla; bilinçdışının yalnız dürtüsel değil tinsel bir ögesinin de olduğu iddiasını ortaya atmaktadır. Ona göre insan varlığının varoluşsal anlamda büyük ve gerçek kararları çoğu kez düşünülmezsizin alınmıştır, yani bilinçdışıdır; daha açık ifadeyle kökeninde vicdan bilinçdışına iner (Kurtman sanlı Esat: 67).

Vicdanın varlıksal bir indirgemesine ulaşmayı ve vicdanın nereden çıktığı sorusuna varlıksal bir yanıt bulmayı hedefleyen her denemenin sonuçsuz kalacağını Hebbel’de görmüş ve şöyle ifade

etmektedir:

“Vicdan materyalist bir bakış açısıyla insan için mümkün olan tüm amaçlarla çalışmaktadır ve eğer henüz yapılmamışsa er yada geç ona bireyselliğin düzenleyicisi ve düzelticisi olma anlamında türünün sürdürülmesi içgüdüleri atfedilecek olsa da bu şekilde onu ne açıklayabilir ne de ortadan kaldırmayabiliriz.” Hebel’in buradaki öngörüsü artık gerçekleşmiş psikanaliz vicdanı içgüdüsel olarak açıklamaya iç güdüye bağlamaya çalışmıştır (Frankl 2014: 52).

Psikanalizin kurucusu olan Freud, ilk çalışmalarında ruhsal hayatın iki bölümden oluştuğuna dair inancını açıklamıştı; bilinç ve bilinçaltı. Bir buzdağının görünebilen parçasına benzeyen bilinçli (conscious) bölüm, küçük ve önemsizdir. Tüm kişiliğin görünen ama yüzeysel yönünü gösterir. Geniş ve güçlü bilinçaltı (unconscious), tüm insan davranışlarının arkasındaki dürtüsel güç olan iç güdüleri kapsar. Freud ayrıca bilinç öncesinin (preconscious- foreconscious) de var olduğunu kabul etmişti. Bilinçaltındaki materyallerden farklı olarak bilinç öncesindeki materyaller aktif olarak bastırılmamıştır ve kolaylıkla bilince çağrılabilirler.

Freud daha sonra bu basit bilinç- bilinçaltı ayrımını gözden geçirdi. Zihinsel aygıtın (mentalapparatus) yapıları olan id, ego, süperego’yu ortaya koydu (Schultz 2007: 608).

Freud, doğduğumuzda tek bir kişilik yapısının, alt benliğin (id) var olduğunu söylemiştir. Alt benlik, bizim bencil kısmımızdır ve yalnızca kişisel isteklerimizi tatmin etmeye çalışır. Alt benlik, haz ilkesine göre hareket eder, diğer bir deyişle herhangi bir fiziksel ve toplumsal sınırlamayı dikkate almaksızın, yalnızca kişisel tatmin sağlayacak şeylerle ilgilenir (Burger 2007: 78).

Benlik (ego) alt benlik ile dış dünya arasında düzenleyici rol oynar (Yürükoğlu 2007: 82). Ego bebeklikten yetişkinliğe doğru gelişir ve kişiliğin dış dünya ile ilişkilerini düzenler (Gençtan 2007: 67). Ego dinamik erteleme süreçleri ve yeni örüntüler vasıtasıyla gerçek dünyada kişinin hayatta kalmasını temin etmek için İd’in ihtiyaçlarını yeterli seviyede tatmin eder (Ayten 2013: 64).

Kişiliğin üçüncü ve en son gelişen sistemi Süperego’dur. Bu sistem çocuğa ana-babası tarafından aktarılan ve ödül ceza uygulamaları ile pekiştirilen geleneksel değerlerin temsilcisidir; kişiliğin ahlaki yönüdür. Gerçekten olması gerekeni temsil eder, hazdan çok kusursuzluğa ulaşmak ister. Süperego’yu ilgilendiren husus bir şeyin doğru ya da yanlış olduğuna karar verip, toplum tarafından onaylanmış yargılarına göre davranmaktır.

Süperego’nun başlıca işlevleri;

1. İd’den gelen içgüdüsel türleri bastırmak ve kenetlenmek ki bunlar, özellikle toplumun hoş karşılamadığı nitelikteki cinsel ve saldırgan dürtülerdir;
2. Ego’yu gerçekçi amaçlar yerine ahlaki amaçlara ikna etmek;
3. Kusursuz olmaya çalışmaktır (Gençtan 2007: 55).

Süperego bu süreçte kişilikte ya ideal hedeflere (ego- ideal) ya da sosyal standartlara (vicdana) öncelik tanıyarak bir ahlak gözcüsü gibi davranır. Bütün bu sistemler bilinçsiz bir halde işler (Ayten2013: 64).

Psikanaliz vicdanı üst benlik “Süperego” olarak adlandırır ve bu “Süperego” baba imajının içe yansıtmasından türetilmiştir. Ama “Ego” ne kadar “İd” den türetilemez ise “Süperego” da o oranda “Ego” dan türetilemez. Burada çift yönlü bir çıkmaz ile karşı karşıyayız. Bir yanda Ego’nunvaroluşsallığı diğer tarafta Süperego’nun aşkınlığı. Birinci durum için insanın (varoluşsal) sorumluluğunun hiçbir zaman içgüdüleriyle açıklanamayacağını “Ego dürtüleri” kavramının kendi içerisinde çeliştiğini söylemiştik. İçgüdüler hiçbir zaman kendilerini baskılayamaz sansürleyemez veya yüceltemez. Biyolojik açıdan bakıldığında içgüdüsellik bastırmak için dürtüsel enerji kullanılsa bile kullanılan yeniden içgüdüsellikten türetilemez.

Nasıl ki “İd” kendisini baskılayamaz ise, “Ego” da kendisine karşı mesul olamaz. Ego hiçbir zaman kendi etik yasa koyucusu olamaz. Son noktada hiçbir zaman otonom bir “kesin emredici” yoktur, çünkü her kategorik emredici meşruiyetini aşkınlıktan alır, içkinlikten değil. Kesin koşulsuz karakteri aşkınlığa bağlıdır ve bu nedenle de içkinlikle açıklanamaz. Sürüklenen “İd” e karşın “Ego”nun sorumluluk anlamına gelmesi, sorumlu “Ego”nun sadece kendisine karşı sorumlu olması demek değildir.

Özgür olmak “ne” için özgür sorusu olmadan pek bir şey ifade etmez; ama sorumlu olmak neye karşı sorumlu olunacak sorusu cevaplanmadan her şey demek değildir. İçgüdülerden(id) irade ve istek (ego) türetmek ne kadar mümkün değilse, istekten gerekli olanı (süperego) türetmekte o kadar zordur.

İnsanın, kişinin süper egosunun arkasında insanüstü varlığın “Ego” su yatmaz, ama vicdanın arkasında Tanrı’nın “Sen”i vardır; çünkü eğer aşkınlıkta bir sen ögesi olmazsa vicdan hiçbir zaman içkinliğin emri olamaz. Psikanaliz “Ego”nun “Süperego”ya tutunarak kendisini “İd” bataklığından çıkardığını iddia eder (Frankl 2014: 50-53).

Varoluş analizi tinsel bilinçdışını keşfedip, bilinçdışını “İd”leştirip “Ego”dan koparıp, psikanalizin içinde bulunduğu tehlikeden kaçarken, kendi içinde barındırdığı bir başka tehlikeden de kurtulmuştu. Tinsel bilinçdışını kabul ederek insan yapısının tek taraflı olarak entelektüelleştirme ve rasyonalize edilme olasılığına karşı duruyordu. Kişi artık sadece mantıksal bir varlık olarak teorik veya “pratik mantık” yoluyla anlaşılabilir bir varlık olarak görülemezdi.

Bilinç dışının dürtüsü olan İd’in yanına yeni bulgu olarak tinsel bilinçdışı eklendi. Ego’ya ait olarak tarif ettiğimiz bu bilinçdışı tinsellik ile büyük ve varoluşsal kararların yer aldığı bilinçdışı derinlik karşımıza çıktı; varılan noktada sorumluluk bilincinin veya bilinçli sorumluluğun ötesinde bilinçdışı bir sorumluluk olması gerektiği sonucuna vardık (Frankl 2014: 56).

### Sonuç

Frankl’in hayatın amacını, insanın anlam arayışına cevap aramak olarak görür. Anlam arayışına cevap arayan insanların bir takım sıkıntı ve zorluklarla karşılaşacağını belirtmektedir. Bu sıkıntı ve zorlukların bir kısmının nevroza dönüşebileceğini vurgulamaktadır. Ayrıca ona göre hem her çağın kendine özgü ortak bir nevrozunu hem de kişilerin kendilerinin oluşturdukları nevrozlar vardır. İnsanlar bunlarla başa çıkmak için kendi psikoterapilerini oluştururlar. Çağımızın kitlesel nevrozunu olan varoluşsal boşluk, (nihilizm; varlığın hiçbir anlamı olmadığı inancı) ile baş etmek için ise logoterapiye ihtiyaç vardır. Çünkü insan, hayatın anlamını arayan bir varlıktır. Anlam arayışı insanın hayatındaki temel güdüdür. Bu güdü insana dünyada yaşaması için bir neden göstermeyi amaçlar. Bireyin kişilik yapısı üzerinde önemli bir yere sahip olan vicdanın psikanaliz kuramının açıklamalarıyla kendini var edemez. Frankl’in varoluş analizinin tinsel bilinçdışını keşfedip vicdanın tinsel bilinçdışı tarafından oluşturulduğunu ve bireyin varoluşunu açıklığa kavuşturacağını savunmuştur.

### KAYNAKÇA

(Ed) Ayten, Ali, **Psikoloji ve Din: Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri**, İz Yayıncılık, İstanbul 2015.

(Ed) Ayten, Ali, **Din Psikolojisi: Dine ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar**, İz Yayıncılık, İstanbul 2013.

Bahadır, Abdulkerim **“Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din”**, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa, s.71

Burger, Jerry M., **Kisilik**,Kaknüs Yayınları, İstanbul 2006.

- 
- Gençtan, Engin, **Varoluş ve Psikiyatri**, Metis Yayınları, İstanbul 2007.
- Gençtan, Engin, **Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar**, Metis Yayınları, İstanbul 2007.
- Göka, Erol, **Hayatın Anlamı Var Mı?**,Timaş Yayınları, İstanbul 2014.
- Ersanlı,Kurtman ve ŞANLI, Esat, “Sürüklendiğimiz Varoluşsal Boşluk ve Değerler”, **Eğitimde Gelecek Arayışları: Dünden Bugüne Türkiye’de Beceri, Ahlak ve Değerler Eğitimi Uluslararası Sempozyumu, Ankara**, s.59-79
- Frankl, Viktor E. , **İnsanın Anlam Arayışı**, Okuyan Us Yayın, İstanbul 2013.
- Frankl, Viktor E. **Psikoterapi ve Din: Bilinçdışındaki Tanrı**, Say Yayınları, İstanbul 2014.
- Schultz, Duane P. ve SCHULTZ, Sydney Ellen, **Modern Psikoloji Tarihi**,Kaknüs Yayınları, İstanbul 2007.
- Sezen, Abdulvahit, “Günümüz İnsanın Anlamsızlık Sorunu Bağlamında Frankl Ve Fowler’da Bireyin Anlam Arayışı”, **Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi**,7(14),s.189-201
- Yörükoğlu, Atalay, **Gençlik Çağı: Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar**, Özgür Yayınları, İstanbul 2007.
- Yalom, Irvin D.,**Varoluşçu Psikoterapi**, Kabalcı Yayınevi, İstanbul 2002.