

Melankoli Üzerine Psikanalitik Perspektifler: Freud'dan Butler'a

 RUMEYSA SEVEN^a

Öz: Bu çalışma, melankolinin psikanalitik teoriler çerçevesinde ele alınmasını amaçlamaktadır. Freud'un "Yas ve Melankoli" eserindeki bireysel kayıp ve özdeşleşme süreçlerinden başlayarak, Melanie Klein'in depresif konum teorisi ve erken dönem nesne ilişkileriyle bağlantısı irdelenmiştir. Julia Kristeva'nın melankoliyi bireysel ve kültürel düzeylerde ele alışı, bu kavramın toplumsal bağlamdaki etkilerini ortaya koyarken, Judith Butler'ın toplumsal cinsiyet melankolisi teorisi, kimlik ve yasaklanmış arzuların melankoli üzerindeki etkisine ışık tutmaktadır. Melankolinin klinik özellikleri, bireysel terapi süreçlerinde utanç, suçluluk ve özdeşleşme gibi bilinçdışı dinamiklerin çözülmesini gerektirir. Öz-şefkat odaklı terapiler ve kültürel boyutları dikkate alan tedavi yaklaşımları, modern psikoterapide etkili araçlar olarak öne çıkmaktadır. Bu çalışma, melankolinin bireysel, toplumsal ve kültürel boyutlarını bütüncül bir perspektifle ele alarak hem teorik hem de klinik uygulamalar için yeni açılımlar sunmayı hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler: Freud, melankoli, yas, ego, kayıp, anne, cinsiyet.

^a İğdir Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü
rumeysa.seven@igdir.edu.tr

Psychoanalytic Perspectives on Melancholia: From Freud to Butler

Abstract: This study aims to examine melancholia within the framework of psychoanalytic theories. Starting from the individual loss and identification processes in Freud's "Mourning and Melancholia", Melanie Klein's depressive position theory and its connection with early object relations are examined. Julia Kristeva's treatment of melancholia at individual and cultural levels reveals the effects of this concept in the social context, while Judith Butler's theory of gender melancholia sheds light on the impact of identity and forbidden desires on melancholia. The clinical features of melancholia require the resolution of unconscious dynamics such as shame, guilt and identification in individual therapy processes. Self-compassion-oriented therapies and treatment approaches that take cultural dimensions into account stand out as effective tools in modern psychotherapy. This study aims to provide new insights for both theoretical and clinical applications by addressing the individual, social and cultural dimensions of melancholia from a holistic perspective.

Keywords: Freud, melancholia, mourning, ego, loss, mother, gender.

Giriş

Melankoli, insan deneyiminin bireysel, toplumsal ve kültürel katmanlarını anlamak için psikanalitik teorinin merkezinde yer alan bir kavramdır. Sigmund Freud'un "*Yas ve Melankoli*" (1917) adlı eseri, melankolinin psikolojik yapısını ve bilinçdışı süreçlerdeki etkilerini analiz ederek bu alandaki temel teorik çerçeveyi sunmuştur. Freud, kayıp nesneyle özdeşleşmenin bireyin ego yapısı üzerindeki yıkıcı etkilerini vurgularken, Melanie Klein'in depresif konum teorisi, erken çocukluk dönemindeki nesne ilişkilerinin melankoli üzerindeki etkilerini inceleyerek bu perspektifi derinleştirmiştir. Melankoli, bireysel bir patoloji olmasının ötesinde, toplumsal ve kültürel dinamiklerin de bir yansıması olarak görülmektedir. Julia Kristeva, melankoliyi bireysel düzeyde ele almanın ötesine geçerek, bu duygusal durumun kültürel üretimlerdeki rolünü ve anne kaybı gibi deneyimlerin bireyin kimlik gelişimindeki etkilerini incelemiştir. Öte yandan, Judith Butler, melankoliyi toplumsal cinsiyet kimlikleriyle ilişkilendirerek, yasaklanmış arzuların ve toplumsal normların bireysel kimlik üzerindeki etkilerini açıklamıştır. Butler'a göre melankoli, bireyin toplumsal bağlarla kurduğu ilişkiyi anlamada kritik bir kavramdır.

Psikanalitik teorinin çok yönlü perspektifleri, melankolinin yalnızca bireysel bir ruhsal durum olarak değil, aynı zamanda toplumsal yapıların ve kültürel dinamiklerin bir sonucu olarak anlaşılmasını sağlamaktadır. Bu çalışmada, melankolinin psikanalitik teoriler çerçevesinde bireysel, toplumsal ve kültürel boyutları ele alınmaktadır. Freud, Klein, Kristeva ve Butler gibi düşünürlerin teorik katkıları temel alınarak, melankolinin klinik özellikleri ve bu kavramın modern terapötik yaklaşımlar üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu bağlamda, melankolinin çok katmanlı yapısını anlamak, bireysel terapi süreçlerinden toplumsal analizlere kadar geniş bir uygulama alanı sunmaktadır. Çalışmanın amacı, melankolinin farklı boyutlarını disiplinlerarası bir bakış açısıyla ele alarak, bu duygusal durumun derinlemesine anlaşılmasına katkıda bulunmaktır.

Sigmund Freud ve Kayıp/Yitik Teorisi

Psikanalizin babası olarak kabul edilen Sigmund Freud (1856-1939), insan davranışlarının kökeninin bilinçdışından kaynaklandığı tezini geliştirip sistemleştirmiştir. Freud, görüşleri ve ortaya koyduğu hipotezlerle psikoloji ve psikiyatri bilimine önemli katkılar sağlamıştır.¹

Freud'un yapısal kuramının tam anlamıyla tamamlanmadığı dönemde yazılmış olan ve birçok makalenin bir araya getirilmesiyle oluşturulan *Freud'un metapsikolojik makaleleri*, bir nevi yazarının ruh halini yansıtan eserlerdir. I. Dünya savaşı sırasında iki oğlu da cep hede olan Freud, kendi deyimıyla *tam bir yalnızlık içindeydi* ve ikinci büyük üretkenlik dönemine girmişti. Yaşadığı kaygılı ve umutsuz ruhsal durumu sırasında ortaya koyduğu makaleler, Freud'un psikanalizi taşıdığı son kuramsal çerçeve için bir temel oluşturmuştur. Freud'un 1915'te başlayıp yaklaşık bir buçuk ay içinde tamamladığı, toplamda on iki tane olan, ancak günümüze sadece beş tanesi ulaşan makaleleri şunlardır; *İçgüdüler ve Yazgıları, Bastırma/Baskı, Bilinçaltı, Düşler Kuramına Metapsikolojik Ek, Yas ve Melankoli*.²

Freud, *ich/ben/ego ideali* terimini ilk kez *metapsikolojik makalelerden* bir yıl önce kaleme almış olduğu *Narsisizm Üzerine (1914)*'de kullanmıştır. Ancak *ben* kavramı, Freud'un yapısal kuramındaki *üstben (süperego), ben (ego) ve id* bağlamında kullanıldığı anlamında değildir. Freud *ego idealini*, çocuksu megalomani ile nesne sevgisi arasına yerleştirmiştir. Yani benlik sevgisi, nesne sevgisini doğurur ve bundan dolayı insan sofistike ve gerçekçi bir benlik hissi geliştirerek dış dünya aracılığıyla benlik imgesine sahip olur. Bu anlamda Freud'a göre narsistik nesne sevgisinde sevilen şey nesne değil, benliktir. *Narsisizm Üzerine*'de temeli atılan *ben, Yas ve Melankoli*'de

¹ Ayrıntılı bilgi için bkz. Adolf Grünbaum, "Sigmund Freud" *Encyclopedia of Philosophy*, (edt. Donald M. Borchert) Thomson Gale, Farmington Hills, MI, 2006, III, 736; "Sigmund Freud" Benjamin Beit-Hallahmi, *Encyclopedia of Psychology and Religion*, (edt. David A. Leeming) Springer Reference, 2nd Edition, New York, 2014, 688-693.

² Ernest Jones, *Sigmund Freud Yaşamı ve Eserleri*, çev. Emre Kapkın, Ayşen Tekşen Kapkın, Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 2004, s. 476, 477; Cemal Dindar, "Freud, Mecnunluk Hevesi, Hayali Kapasite", Sigmund Freud, *Yas ve Melankoli*, çev. Aslı Emirsoy, Telos Yayınevi, İstanbul, 2015, s. 6-8.

kavramsallaştırılmış ve *Ego ve İd* (1923)'de çatısı oluşturularak *beno-üstben* üçlüsündeki *üstbenin* kuramsal öncüsü haline gelmiştir.³

Yas ve Melankoli ile başladığı kavramsal yolculuğunu *Ego ve İd* ile devam ettiren Freud'un kavrayışındaki dönüşümü anlamak için her iki çalışmaya da göz atmak gereklidir. İlkinde melankoliyi klinik formda ele almışken, ikincisinde *ben(ego) idealini* geliştirerek nesne üzerinde yoğunlaşmış ve *Oedipus Kompleksi* üzerinden kişilik oluşturmundaki temel etkenleri sıralamıştır. Bu etkenler onun deyimiyle, sağlıklı ya da patolojik kişilik oluşumlarına sebebiyet vermesi açısından oldukça önemlidir.

Yas ve Melankoli

Freud, *Yas ve Melankoli* (*Mourning and Melancholia-1915*) isimli makalesinde adından da anlaşıldığı üzere yas durumu ile melankoli karşılaştırması üzerinden gitmiş ve aslında çok karmaşık olan melankoli tanımlamasını açarak kavramsal olarak anlaşılmasını sağlamıştır. *Metapsikolojik makalelerden* birisi olan *Yas ve Melankoli*, aslında diğerleri ile birlikte değerlendirildiğinde daha anlaşılır bir hale gelmektedir.

Freud, teknik bilgiler ve bazı teorik varsayımlar kullandığı için anlaşılması güç bir metin ortaya çıkarmıştır. Ancak makale, melankoli ve depresyonun, psikanalitik açıdan anlamının oturtulması açısından oldukça büyük önem taşımaktadır. Freud, *yansıtımlı özdeşim* ve *içe yansıtma* gibi psikanalizin anahtar kavramlarını ve *nesne ilişkileri teorisini* ortaya koyarak geliştirmiştir. *Kayıp nesne* vurgusuyla melankolinin tam bir tanımlamasını yapmış, melankoliyi dengesizlik ve umutsuzluk halinden çıkararak, bir şeyin kaybedilmesinden (nesne kaybı) kaynaklı oluşan bir durum olarak tanımlamıştır.⁴

Freud, *yas ve melankoli* tanımlamalarını yaparken benzerlik ve farklılıkları üzerinden gitmiştir. Sevilen bir kişinin kaybindan kaynaklanan normal üzüntüyle (*yas*), kişinin kendinden nefret etmesini

³ Raşit Tükel, "Freud'un Metinlerinde Ego İdeali", Sigmund Freud, *Narsizm Üzerine ve Schreber Vakası*, çev. Banu Büyükkal, Saffet Murat Tura, Metis Yayınları, 4. Baskı, İstanbul, 2012, s. 9-18.

⁴ Jennifer Radden (edt), *The Nature of Melancholy: from Aristotle to Kristeva*, Oxford University Press, New York, 2000, s. 282.

sağlayan klinik melankoli durumunu karşılaştırmıştır. Freud, makalesinde *yas* ve *melankolinin* tanımını ve özelliklerini şu şekilde vermiştir;

Sevilen bir yakının veya ülke, özgürlük, bir ideal gibi soyut (düşünsel) bazı nedenlerin kaybına karşı gelişen bir reaksiyondur. Bazı insanlarda, yasa neden olan olayların benzerleri, patolojik bir yatkınlık şüphesi doğuracak şekilde melankoliye neden olur. Yasın en belirgin özelliği, yaşama karşı takınılan tutumdaki değişikliğin hiçbir zaman patolojik ve tıbbi tedavilik bir durummuş gibi gözükmemesidir. Zamanla bu durumun üstesinden gelineceği, herhangi bir müdahalenin zararlı olacağı görüşü hâkimdir.

Melankoli, tek bir birime indirgenemeyecek şekilde çeşitli klinik formlarda ortaya çıkmaktadır. Bu formlardan bazıları, tablonun ruhsal hastalıklardan çok bedensel kaynaklı olduğunu düşündürmektedir. Melankolinin ayırıcı özellikleri; derin acılı bir yeis hali, dış dünyaya ilginin kesilmesi, sevmeye kapasitesinin kaybı, tüm etkinliklere ket vurulması ve kendini kınamaya, yermeye varan ve vesveseli bir şekilde cezalandırılma beklentisiyle sonuçlanacak şekilde özsaygıda azalma halidir. (Kendilik duygusunun değerden düşmesi)

Yasta özsaygı/özgüvende bir bozulma yoktur, ama diğer tüm belirtiler melankoli ile aynıdır. Sevilen birinin kaybına bir reaksiyon olarak ağır bir yas hali, melankoli ile benzer acı veren zihinsel bir durum, dış dünyaya ilginin kaybı, yeni bir sevgi nesnesini edinme kapasitesinin kaybı (ölenin yerini alacağı düşünüldüğünden), ölenle bağlantılı olmayan her etken çabadan vaz geçiş yasin özellikleri olarak sayılabilir. Ego-daki bu ketlenme ve sınırlanmışlık, başka amaç ve ilgilere yer bırakmayacak şekilde yasa (kapılmanın dışavurumu) adanmışlığın bir göstergesidir. Aslında, yasin nasıl açıklanacağı bilindiği için bu durum patolojik gözükmez.⁵

Hem yasta hem de melankolide bir nesne kaybı söz konusudur. Bu kaybın oluşması için sevilen kişinin ya da genel olarak nesnenin

⁵ Sigmund Freud, "Mourning and Melancholia" (1917), *The Standard Edition of The Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, (edt. James Strachey), The Hogart Press, London, 1957, XIV, 243, 244.

illaki ölmesi gerekmez. Önemli olan nesnenin eski konumunu yitirmesi ve artık sevgi nesnesi olmamasıdır. Yas durumunda bu kayıp bilinçli olarak melankolide aynı şey söz konusu değildir. Kişi melankoliye neden olan kaybın farkında olsa ve neyi kaybettiğini bilse bile, kendi içinde neyi kaybettiğini anlayamaz. Bu durum, melankolinin bilinçdışıyla ilişkili olduğunu göstermektedir.⁶

Normal yas durumunda birey, artık var olmayan sevilen nesneyi terk eder ve libidonun bu nesneden geri çekilmesi gerekir. Oluşan acı verici olan bu süreçte gerçeğe uyum sağlama normalleşme sürecine geçişi hızlandırır. Yitirilen nesne ile ilgili geçmiş anılar ve beklentiler üzerine yapılan ruhsal enerji yatırımı sonucunda libidonun ayrışması tamamlanır. Bunun sonucunda ego inhibisyonundan kurtularak tekrar özgürleşir ve yeni bir nesneye bağlanabilecek konuma gelir. Melankolide ise birey, libidosunu kayıp nesneden geri çekemez ve içselleştirir. Böylelikle egonun kendisi nesne haline gelir.

Yas içinde ego, yastan dolayı ketlenmiş ve ilgilerini kaybetmiş olarak bulunur. Melankolide de kayıplar benzer bir uğraşla sonuçlanır ve bu kayıplar egonun melankolik ketlenmesinden sorumludur. Melankolikler, benlik saygısında alışılmadık bir düşüş ve egoda büyük ölçüde bir zayıflama gibi yas içinde rastlanmayan bazı farklı belirtiler sergilerler. Yasta dünya, melankolide ise ego değersiz ve boş hale gelmiştir. Hasta kendi egosunu değersiz, beceriksiz ve ahlaki açıdan alçalmış olarak sunar, kendini kınar, kötüler, kovulmayı ve cezalandırılmayı bekler. Kendi kendini alçaltır ve onun kadar değersiz biri ile ilişkileri olmasından dolayı yakınlarının acısını paylaşmaya başlar. Kendisinde bir değişimin gerçekleştiğini göremez, aksine kendine yönelik eleştirilerini geçmişe doğru yayar ve hiçbir zaman bundan daha iyi bir durumda olmadığını ileri sürer. Bu aşağılık sanrıları ile ortaya çıkan tablo uykusuzluk, beslenmeyi reddetme ve her canlıyı hayata bağlayan yaşam içgüdülerini yok etme ile tamamlanır.⁷

Freud'un melankolide keşfettiği bu derin benlik çöküşünde

⁶ Freud, s. 245.

⁷ Freud, s. 246

vurgulanmak istenen nokta özne-nesne ilişkisidir. Bir nesne olarak kendini kötöleyen hasta, egonun çöküşü ve buna bağlı olarak da dış dünyanın çöküşü, hiçleşmesi, anlamsızlaşmasını yaşar. Bu analiz, ego ve süperego oluşumuyla ilgili Freud'a önemli bilgiler sağlamış ve Freud, egonun bir bölümünün nesne gibi ele alınıp yargılandığı sonucuna ulaşmıştır.⁸ Benlikten ayrılarak adeta bağımsızlığını ilan etmiş ve yargı gücünü eline alarak bilincin sansür görevini gören bu parçaya Freud *vicdan*⁹ (*eleştirel ajan*) adını vermiştir. Bir tür eleştirel ajan olarak nitelendirdiği vicdanın oluşum süreci de aslında oldukça ilginçtir. Geçmişte bir nesne seçilmiş, libido özel bir insana bağlanmıştır. Daha sonra bu kişi tarafından reddedilme veya onunla ilgili bir hayal kırıklığı nedeni ile nesne ilişkisi yıkılmıştır. Normal koşullar altında bu nesneden geri çekilen libidonun başka bir nesneye yatırılması gerekir. Ancak direncinin düşük olması sebebiyle nesne yatırımının sona ermesi sonucu serbest kalan libido başka bir nesneye yatırılamamış ve egonun içine geri çekilmiştir. *Libido burada, terkedilmiş nesne ile özdeşim amacına yönelik kullanılmıştır. Nesnenin gölgesi egonun üzerine düşmüş ve ego, terkedilmiş nesneymiş gibi yargılanmaya başlamıştır.*¹⁰ Bu şekilde ego yitimine dönüşen nesne yitimi, değişmiş ego ile egonun gerçek etkinliklerini birbirinden ayırmış ve çatışmaya sebep olmuştur. Ancak bu süreç, her öz-nede melankoli yaratmaz. Bunun sebebini Freud narsisizm ile açıklamıştır.

Bir yandan sevilen nesneye güçlü bir bağlılığın olması, öte yandan nesne yatırımının güçlü olmaması gerekir. Otto Rank'ın belirttiği gibi bu çelişki, nesnelere yönelimin narsistik bir temeli olduğunu ve bu

⁸ Cihad Kısa, *Nesne İlişkisi Kuramı ve Tanrı Tasavvuru*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), DEÜ SBE, İzmir, 2013, s. 89.

⁹ Freud, yapılan veya düşünülen eylemlerin doğru veya yanlış olduğuna karar veren içselleştirilmiş ahlaki ilkeler toplamı olarak tanımlanan *vicdan* (*conscience*) terimini, daha sonra daha sonra *süperego*ya evirerek kullanmıştır. Yani buradaki kullanım şekline *süperegonun* ilkel hali diyebiliriz. Aslından *vicdan* ile *süperego* arasında farklılıklar vardır. *Vicdan* tamamen bilinçlidir ve dolayısıyla önemli bir bölümü bilinç dışında kalan ve kişinin bilinç düzeyinde onaylamadığı zorunlulukları içeren *süperego*yla karıştırılmaması gerekir. Selçuk Budak, "Vicdan", *Psikoloji Sözlüğü*, 4. Basım, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2009, s. 779.

¹⁰ Freud, s. 249.

nedenle engellerle karşılaştığında nesnelere yapılan yatırımın narsistik düzeye gerilediğini düşündürmektedir. Nesne ile yapılan narsistik özdeşim, sevgi işgalinin yerine geçer, böylece sevilen kişi ile çatışma yaşanmasına rağmen sevgi ilişkisinden vazgeçilmesi gerekmez. Nesne sevgisi yerine özdeşimin konması, narsistik sevgilerde önemli bir mekanizmadır.¹¹

Freud bu açıklamalarının yanı sıra, aslında elinde yeterince deneysel veri olmaması sebebiyle sağlıklı bir sonuç elde edemediğini belirtmiş, melankoli geliştirme olasılığının narsistik tipte nesne yönelimine bağlı olmasının henüz bir varsayım olduğunu dile getirmiştir.¹²

Melankolinin bazı özelliklerini yastan, bazı özelliklerini de *narsistik tipte nesne seçimine doğru olan regresyon sürecinden* ödünç aldığı belirten Freud, aslında yasta olduğu gibi sevgi nesnesinin gerçek yitimine bir tepki olduğunu belirtmiş, hatta bunun da ötesinde yasta olmayan, varsa da onu patolojik yasa dönüştüren bir belirleyicisi olduğunu belirtmiştir.

Bir sevgi nesnesinin yitilmesi, sevgi ilişkilerindeki ambivalansın (ikirciklik, çifte değerlilik) açığa çıkması için kusursuz bir fırsattır. Saplantılı (obsesif) nevroza yatkınlık varsa, ambivalansa bağlı çatışma yasa patolojik bir ton verir, yas tutanın nesnenin yitimi için kendini suçlaması buna kendisinin neden olduğunu düşünmesine yol açar. Melankolide, hastalığa yol açan durumlar çoğu zaman ölüm yolu ile olan bir yitimin ötesinde, bireyin hafife alındığı, ihmal edildiği, hayal kırıklığına uğradığı, dolayısıyla ilişkiye sevgi ve nefret gibi karşıt duyguların girdiği veya önceden var olan ambivalansın güçlendiği tüm durumları kapsar. Bu çatışma hali melankolinin göz ardı edilmemesi gereken önkoşuludur.¹³

Nesnenin kendisi bırakıldığı halde vazgeçilemeyen sevgisi, narsistik özdeşimle birlikte nefrete dönüşür ve bundan da sadistik bir doyum edilmeye başlanır. Melankolide, nesneye yönelik düşmanlığını açıkça ifade edemeyen birey, kendini cezalandırarak

¹¹ Freud, s. 249.

¹² Freud, s. 250.

¹³ Freud, s. 251.

nesneden intikam almaya ve hastalıklar yoluyla sevdiklerine acı çektirmeye başlar. Bu durum narsisizm açısından bakıldığında aslında oldukça müphem görünmektedir. Ego, nesne yatırımına dönerek kendisine bir nesne gibi davranmakta ve bunun sonucunda kendini öldürebilmektedir. Bu da gösterir ki, nesne seçiminden gerileyerek nesneden kurtulma gerçekleşse bile yine de nesne egodan daha güçlüdür, nesnenin gücü egonunkini aşmıştır.¹⁴

Freud, düşüncesinin en dikkat çekici özelliklerinden birisi de maniye melankolinin karşısına koymasındadır. Ona göre mani, her melankolide görülmez. Bazı durumlarda, döngüsel bir delilik varsayımına yol açacak şekilde manik ve melankolik dönemler ortaya çıkabilmektedir. Bu, egonun melankoli dönemini nasıl deneyimlediğiyle ilgili bir sonuç ortaya çıkarır. Dolayısıyla ego, nesnenin yitiminin üzerinden gelerek bu durumdan zaferle çıkarsa mani, mağlup olursa melankoli hali oluşur.¹⁵

Yas ve melankolinin benzerlik ve geçişliliklerinin üzerinden giderek kavramsal çatılarını oluşturan Freud, iki kavram arasındaki farklılıklara da vurgu yaparak sınırlarını çizmeye çalışmıştır.

Melankolide normal yasin ötesinde bir şey vardır. Melankolide, nesne ile olan ilişki basit olmayıp, ambivalansa bağlı çatışma nedeni ile karmaşıktır. Ambivalans, ya yapısaldır yani egonun her sevi ilişkisinin bir ögesidir ya da nesneyi yitirme tehdidine ilişkin yaşantılardan gelişmektedir. Bu nedenle melankoliye yol açan nedenler genellikle çok daha geniş kapsamlıdır. Melankolide nesne üzerinde sevgi ve nefretin çarpıştığı sayısız farklı mücadeleler verilir. Bir kısmı libidoyu nesneden ayırmaya çalışırken, diğerleri saldırı karşısında libidonun konumunu korumaya çalışır. Bu mücadelenin tek yeri, nesnelerin anı izlerinin yer aldığı bilinç dışıdır. Yasta ise, libidoyu kurtarma çabaları aynı dizge içinde yapılıp ancak bu süreçlerin bilinç öncesinden bilince doğru normal yoldan gitmesine hiçbir engel yoktur.¹⁶

Freud, *nesne yitimi (sevilen nesnenin kaybı), ambivalans (çifte*

¹⁴ Freud, s. 252.

¹⁵ Freud, s. 255.

¹⁶ Freud, s. 256.

değerlilik) ve libidonun egoya geri çekilmesi durumlarını, melankolinin ön koşulu olarak belirlemiştir. Bunlardan sonuncusunu Freud, oluşan sonucun tek sorumlusu olarak görmektedir. Egoya çekilen libidonun kendini suçlamaya dönüşmesi, melankoli sona erdiğinde maniyi doğurmaktadır.¹⁷ Bu tespitiyle Freud, çağdaş anlamda klinik depresyonu işaret etmiştir.

Ego ve İd/Ben ve O

*Yas ve Melankoli'*de yas bitimi bir geçici hal olarak tasarlanırken, *Ego ve id'*de yas tutma bitmeyen bir süreç olarak anlaşılır. Freud, daha öncesinde yazmış olduğu *Haz İlkesinin Ötesinde* (1920) isimli makaleden itibaren *dürtü* kuramına dikkat çekmiş ve bunda meydana gelen değişime işaret ederek cinsellik kadar saldırganlığın da çok derin ve önemli olduğunu belirtmiştir. Böylelikle melankoli, salt egoya dair olan anlamsal çerçevesini genişleterek, *Ego ve İd'*de hem saldırganlık hem de cinsellik boyutuyla işlenmiştir. Freud bu makalede, özerk bir zihinsel aygıt modelinin yapısal teorisini ortaya koymuştur. Bu sayede melankoli, melankoliklere özgün bir deneyim olmaktan çıkarak, insan benliğinin yapısal oluşumuna dair yeni bir kurguyla formüle edilmiştir. Freud'un eserlerinin tümüne yayılmış olan *Oedipal kompleks*¹⁸, *Ego ve İd'*de oldukça önemli bir mahiyettedir ve bu kuramın temelini oluşturmaktadır.¹⁹

Freud, makalenin girişinde *egonun* (ben) anlamsal gelişimine bağlı olarak, *Yas ve Melankoli'*deki tezinden vaz geçtiğini vurgulamıştır.

Melankolinin acısını, (*Yas ve Melankoli'*de) yitik/kayıp bir nesnenin *ben/ego* içinde yeniden kurulduğu, yani bir nesne yatırımının/işgalinin yerini özdeşleşmenin aldığı varsayımıyla açıklamamız mümkün

¹⁷ Freud, s. 258.

¹⁸ *Oedipus kompleksi*; psikanalitik teoride, çocuğun karşı cinsten ebeveyni sahiplenmesi ve kendi cinsinden ebeveyni saf dışı etmesi konusunda beslediği duygu, düşünce, dürtü ve fantezilerin toplamına verilen addır. Genelde erkek çocuklar için kullanılsa da bazen kız çocukları için buna karşılık gelen *Electra kompleksi* için de kullanılır. Ayrıntılı bilgi için bkz. Budak, "Oedipus kompleksi", s. 522, 523.

¹⁹ Saffet Murat Tura, "Haz İlkesinin Ötesi ve Oidipus Kompleksi", Sigmund Freud, *Haz İlkesinin Ötesinde –Ben ve İd*, çev. Ali Babaoğlu, Metis Yayınları, 3. Basım, İstanbul, 2011, s. 7-12.

olmuştu. O zamanlar bu sürecin tam anlamını kavrayamamıştık ve bunun sıkça görülen, tipik bir süreç olduğunu bilmiyorduk. O zamandan bu yana bu türden bir yer değiştirmenin egonun şekillenmesinde önemli bir yere sahip olduğunu ve asıl olarak *kişilik* adını verdiğimiz şeyin oluşumuna katkı sağladığını anlamış bulunuyoruz.²⁰

Freud, böylelikle yalnızca melankoliklerde görülen kayıp nesnenin ego içine alınarak biçimlendirildiği tezini, öznenin temel kurucu işlevi haline getirerek yasa da dâhil etmiş ve yası da tıpkı melankoli gibi süregiden ve bitmeyen bir şekilde kayıpla özdeşleştirerek kavramsallaştırmıştır. Melankoli, her iki makalede de *özdeşim/içe alma* mekanizmasıdır ve ilkinde tekil bir kaybın patolojik içe alımı, ikincisinde ise *terk edilmiş bütün nesne yatırımlarının bir izdüşümü* ve egonun kurucu ögesi olarak mevcuttur.²¹

Freud *Ego ve İd'* de, *kişilik* oluşumunda anahtar kavram olan *özdeşimi*, Oedipus kompleksiyle açıklamıştır. Buna göre, bu dönemde annesine yatırım yapan erkek çocuğu, bunun yasaklanmış olduğunu anladıktan sonra kendisine rakip olarak gördüğü babasıyla özdeşleşerek, annesi yerine karşı cinsten başka bireylere yönelir. Böylece saldırganlık duygusu ahlakileşerek cinsellikten arınmış bir bilince dönüşür. Freud bu minvalde özdeşimi, sevilen ve nefret edilen rakibi ben içinde muhafaza etmek anlamında kullanmış ve yası, kayıp nesneyi melankolik şekilde içe alacak bir özdeşim mekanizması olarak yeniden kurgulamıştır.²²

Freud, çocuğun yaşadığı bu seçim halinin kişilik oluşumu yanında toplumsal cinsiyet kimliğinin edinilmesiyle de alakalı olduğunu belirtmiştir. Bu konuda çok fazla derine girmeyen Freud'un düşünceleri, bu bağlamda Julia Kristeva ve Judith Butler tarafından geliştirilmiştir.

²⁰ Sigmund Freud, *Ben ve O*, çev. Oya Kasap, Telos Yayınevi, 2. Basım, İstanbul, 2014, s. 54.

²¹ Mert Karbay, *Deha ile Yas Arasında Melankoli: Antikiteden Günümüze Melankolinin Muhtevaları*, Başkalaşimleri ve Politik İşlevleri, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), AÜ SBE, Ankara, 2015, s. 166

²² Judith Butler, *Cinsiyet Belası Feminiz ve Kimliğin Altüst Edilmesi*, çev. Başak Ertür, Metis Yayınları, 3. Basım, İstanbul, 2012, s. 125; Karbay, s. 166.

Melanie Klein ve Depresif Konum

Melanie Klein (1882-1960), Freud'dan sonra psikanaliz tarihinde etkili olmuş en önemli isimlerden biridir. Aynı zamanda Freud'un öğrencisi olan ve kendisini sadık bir Freud yorumcusu olarak gördüğünü belirten Klein, klasik kuramdan uzaklaşarak çocuk psikanalizinin başlangıcına imza atmış, psikanaliz tarihinde yenilikçi ve klinik dehasıyla öne çıkan bir kuramcıdır. Dört çocuklu bir ailenin en küçüğü olan Klein, kendi yaşadığı deneyimlerinden yola çıkarak ebeveyn-çocuk ilişkisinin önemine değinmiştir. İstenmeyen bir çocuk olduğunu öğrenmesiyle yaşadığı reddedilmişlik duygusundan dolayı tüm hayatı boyunca depresyon yaşamıştır. Kendisine en yakın gördüğü kardeşinin ölümü onu derinden etkilemiş ve kayıp nesne etrafındaki eserlerinin temelini oluşturmuştur. *Nesne ilişkileri* okulunun kurucusu olarak kabul edilen Klein, döneminde ve sonrasında birçok psikanalisti etkilemiştir.²³

Klein, Freud'un takipçisi olmakla birlikte onun teorilerini getirdiği farklı yorumlamalarda oldukça farklı kuramsal sonuçlar elde etmiştir. Aslında Freud'un çocukluk tecrübeleriyle ilgili hipotezlerini (Oedipal kuram) temellendirmek için çıktığı yol, onu başka bir yere getirmiştir. Özellikle nesne ilişkilerinde Freud'dan daha farklı bir yaklaşım sergilemiştir. Freud'a göre dürtüler kökende *haz ilişkisine* tabidir ve dürtü tatminini sağlayan nesnenin mahiyetinin çok da önemi yoktur. Bu nesne herhangi bir şey ya da bir kişi olabilir. Dürtü ile nesnesi arasında hiçbir şekilde içsel veya özsel bağ yoktur. Ancak bireyin yaşamında tekrarlayan deneyimler sonucu edindiği önem neticesinde, kişi için özel ve simgesel bir anlam kazanmaya başlar. Klein ise bunun doğuştan olduğunu, çocuğun daha baştan içgüdü/dürtü tatminine yönelik nesne ve ilişki arayışlarıyla

²³ Bella Habip, "Melanie Klein ve Yapıtı", *Melanie Klein-Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, ed. Bella Habip, Kanat Kitap, 2. Basım, İstanbul, 2012, s. 7; Duane P. Schultz, Sydney Ellen Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, çev. Yasemin Aslay, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2007, s. 638-639; Stephen A. Mitchell, Margaret J. Black, *Freud ve Sonrası Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi*, çev. Ayhan Eğrilmez, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 2. Baskı, İstanbul, 2014, s. 93; Saffet Murat Tura, "Editörün Önsözü", Melanie Klein, *Haset ve Şükran*, çev. Orhan Koçak, Yavuz Erten, Metis Yayınları, 3. Basım, İstanbul, 2011, s. 7.

donatılmış olduğunu öne sürmüştür. Çocuğun ilk altı aylık yaşamındaki anne ve çocuk arasındaki yoğun duygusal bağı vurgulayan Klein, bebek ve anne arasındaki ilişkiyi cinsellikten ziyade sosyal ve bilişsel terimlerle izah etmiştir. Klein, annenin memesinin bir bebek için ilk kısmi nesne olduğunu ve bebeğin, içgüdüsünü tatmin edip etmemesine bağlı olarak bunu iyi ya da kötü olarak nitelendirebileceğini öne sürmüştür. Bebek, bu süreçte meme üzerinden nesneyi nitelendirdiği duruma göre çevresini ya tatmin edici ya da düşmanca algılamaya başlar. Büyüdükçe ve dünyası genişledikçe kısmi nesnelere yerine bütün nesnelere ilişki kurmaya başlayan bebek, başlangıçta memeyi tanımladığı gibi nesnelere de iyi ya da kötü olarak adanmaya başlar. Klein, bebek ve anne arasındaki ilk sosyal etkileşimi çocuğun sonraki hayatındaki ilişki kurduğu tüm nesnelere karşı genelleştirmiş ve bebeğin ilk altı ayda yaşamış olduğu deneyimin kişiliği oluşturduğunu ifade etmiştir.²⁴

Bebeğin gelişimi, içe alma ve yansıtma mekanizmalarıyla yönetilir. En baştan itibaren, benlik, nesnelere *iyi* ve *kötü* olarak içe alır, her ikisi için de prototip annenin memesidir. Çocuk onu elde ettiğinde iyi nesnelere, ondan yoksun kaldığında ise kötü nesnelere prototipidir. Ancak bebek sadece bu nesnelere arzularını tatmin etmediği için değil, kendi saldırganlığını onlara yansıttığı için de bu nesnelere *kötü* olarak algılar. Onları gerçekten tehlikeli olarak, –korktuğu gibi onu yutacak, bedeninin içini oyacak, parçalara ayıracak, zehirleyecek– kısacası, sadizmin bulabileceği her yolla onu yok edecek zalimler olarak hayal eder. Dayandıkları gerçek nesnelere fantastik bir biçimde çarpıtılmış birer resmi olan bu imajlar, sadece dış dünyaya değil, birleştirme süreciyle, benliğe de yerleşmiş olurlar. Bu yüzden, oldukça küçük çocuklar, içeriği yetişkin psikozuna benzeyen kaygı durumları yaşarlar ve savunma mekanizmalarıyla bunlara tepki verirler.²⁵

Klein'a göre, duyulan bu dehşete yönelik bebeklerin geliştirdiği en erken savunma yöntemlerinden biri *körleşmedir*, yani *ruhsal*

²⁴ Schultz, Schultz, s. 639; Radden, s. 298; Tura, s. 8; Kısa, s. 117.

²⁵ Melanie Klein, "Manik Depresif Durumların Psikogenezine Bir Katkı (1935)", *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, çev. Şeyda Sunar Postacı, ed. Bella Habip, Kanat Kitap, 2. Baskı, İstanbul, 2012, s. 199.

gerçekliğin inkârı. Bu durum, içe alma ve yansıtma mekanizmalarının sınırlandırılmasıyla dış gerçekliğin inkâr edilmesi olarak ortaya çıkar ve birçok ağır psikozun temelini oluşturur. Klein, çocukluk döneminde yaşanan psikotik ve paranoid kaygının, kendini çok erken gösteren takıntılı mekanizmalarla bağlantılı olduğu ve onlar tarafından değiştirildiği sonucuna ulaşmıştır.²⁶

Klein'a göre depresif duygular, çocuğun memeden kesilmesinin hemen öncesinde ve sonrasında doruk noktaya çıkar. Bebeğin yaşadığı bu zihinsel durumu *depresif konum* olarak adlandıran Klein, bunun da *doğuş halinde (statu nascendi)* bir melankoli olduğunu belirtmiştir. Burada yası tutulan nesne hem anne memesidir hem de meme ve sütün temsil ettiği sevgi, iyilik, cömertlik ve güven duygularıdır. Bebek tüm bunları yitirmesinden kendini sorumlu tutar ve sonrasında yaşadığı Oedipus durumuyla birlikte yaklaşan kayıp (hem annenin hem de babanın yitirilmesi) da daha büyük sıkıntılar yaşamasına sebep olur. Klein'a göre, *iyi* nesnelere yitirme korkusunun yol açtığı endişe ve üzüntü yani *depresif konum* hem Oedipus durumundaki hem de çocuğun genelde çevresiyle ilişkisindeki acı verici çatışmaların en derin kaynağı konumundadır. Normal bir gelişim dönemi, bu keder ve korkuların çeşitli yöntemlerle atılmasını sağlamaktadır. Çocuğun hem annesi hem de çevresi ile olan ilişkisinde tattığı her türlü haz ve rahatlama, sevgi ve güveni artırırken korkularını azaltır; bu da depresyon ve kayıp duygusuyla baş etmesini sağlar.²⁷

Klein'a göre, yaşamın daha sonraki yıllarında yaşanan anormal yasta ve manik depresif durumlarda, çocuklukta üstesinden geline-memiş olan depresif konum tekrar harekete geçmektedir. *Çocuk erken gelişim döneminde, hem geçici bir manik depresif evreden hem de bir yas evresinden geçer ve çocukluk nevrozuyla birlikte bu evreleri de atlatır. Çocukluk nevrozunun sona ermesiyle birlikte, depresif konum atlatılmış olur.* Manik depresif kişi ve yas çalışmasında başarıya ulaşamamış

²⁶ Klein, "Yas Tutmak ve Manik Depresif Durumlarla İlişkisi (1940)", *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, çev. Şeyda Sunar Postacı, ed. Bella Habip, Kanat Kitap, 2. Baskı, İstanbul, 2012, s. 199.

²⁷ Klein, s. 259-261; Radden, s. 298.

kişinin kullandıkları savunma mekanizmaları her ne kadar birbirinden farklı da olsa, her iki tip de erken çocuklukta iyi içsel nesneyi geliştirememiş ve dolayısıyla içsel güven duygusundan yoksun kalmış kişiliklerdir. Kişi, yitirilen gerçek nesneyi yeniden kurarken ilk sevgi nesnelere olan *iyi* anne babayı da kendi içine tekrar yerleştirmekte ve gerçek kayıpla birlikte onları da kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya olduğunu düşünmektedir. Bu iç alma işleminin başarılı bir şekilde gerçekleştirilmesi, kederle baş edilmesini, güvenin yeniden kazanılıp gerçek uyumun ve huzurun elde edilmesini sağlamaktadır.²⁸

Julia Kristeva, Anne ve Kendilik Kaybı

Aslen bir dilbilim profesörü olan Julia Kristeva (d. 1941), aynı zamanda psikanalistir ve feminizm, psikanaliz, göstergebilim ve estetik üzerine çalışmalar yapmıştır. Jacques Lacan'ın²⁹ öğrencisi olan Kristeva, dilbilim ile antropolojik ve psikanalitik bilgiyi kaynaştırmıştır. Kristeva, Fransız düşünce dünyasının ve çağdaş *eleştirel teorini* önde gelen figürlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Yapmış olduğu çalışmalar, *Fransız feminizmi* olarak nitelendirilse de Kristeva *feminist* kelimesini, *fallik güç kazanma isteği* olarak aşağılayıcı bir anlamda kullandığı gerekçesiyle reddetmiştir.³⁰

Kristeva, psikanalitik gelenekte üretken, gelişen ve kompleks düşünen bir yazar olarak bilinmektedir. Hem Freud ve Lacan geleneği hem de kendi teorileri üzerinden melankoli ve depresyon ile ilgili yapmış olduğu değerlendirmeler, var olan ihtiyacı

²⁸ Klein, s. 277, 278, 330.

²⁹ Jacques Lacan (1901-1981); Freud'dan bu yana en tartışmalı psikanalist olarak anılan Fransız psikanalist ve psikiyatridir. Kuramsal psikanaliz alanında yaptığı çalışmalarla Freud'u yeniden yorumlayarak yapısalcılıktan post-yapısalcılığa uzanan bir yol izlemiştir. Ayrıca psikanaliz, dilbilim, antropoloji ve felsefe arasındaki geçişkenliği sağlaması ve geliştirdiği kavramların felsefi açıklamalarıyla öne çıkmıştır. Ayrıntılı bilgi için bkz. John Puhucki, "Jacques Lacan", *Encyclopedia of Psychology and Religion*, (ed. David A. Leeming), Springer Reference, 2nd Edition, New York, 2014, 1010-1011; Mitchell, Black, s. 213-224.

³⁰ Radden, s. 335; Kelly Oliver, "Julia Kristeva", *Encyclopedia of Philosophy*, (ed. Donald M. Borcherdt), Thomson Gale, Farmington Hills, MI, 2006, V, 151-153; Carol L. Schnabl Schweitzer, "Julia Kristeva", *Encyclopedia of Psychology and Religion*, (ed. David A. Leeming), Springer Reference, 2nd Edition, New York, 2014, 1004-1005.

karşılama yöneliktir. Bu konudaki en önemli ve kapsamlı çalışması *Kara Güneş: Depresyon ve Melankoli (Soleil Noir: Dépression et mélancolie-1989)*'dir.³¹

Kristeva eserinde ilk olarak, Freud'un *Yas ve Melankoli* makalesinden miras kalan melankolinin kayıp teorisinin analizine başvurmuştur. Freud ve Klein gibi o da anne ve çocuğun ayrılmasının (doğum) erken sonuçlarından biri olarak açıkladığı depresyon hüznünü, süttten kesilme ile tamamen kaybettiği nesne (anne, meme) için tuttuğu yas olarak ifade etmiştir. Kristeva bu *nesnesel* depresyona, Freud'un depresyonun başka bir türü olarak ifade ettiği, *narsistik* olarak nitelendirilen ölüm isteği teorisini adapte etmiştir. Böylelikle melankoli, yitirilen/kayıp anne için tutulan yasin bir şekli olmasının yanı sıra, kendini (kendilik) kaybetmenin yasıdır. Ancak bu nesne, bebeğin kavramsal gelişiminin erken aşamasında farklılaşmamış ve sembolleşmemiş bir öge olarak görülmektedir. Yası tutulan kendilik, *nesne öncesi* veya *şey* olarak tanımlanamaz. Psikik hayatın bu şekildeki sembolleşmemiş yönlerinin sadece edebi ve sanatsal yolla ifade edilebileceğini vurgulayan Kristeva, bu bağlamda Lacan düşüncesinin etkisiyle ifadelerini oluşturmuştur.³²

Bir bireyde bazı anlarda ya da kronik bir biçimde, çoğunlukla manik coşkuluk aşaması denen aşamayla dönüşümlü olarak ortaya çıkan, ketlenmeye ve simge kaybına ilişkin klinik belirtilerin toplamına *melankoli* adını vereceğiz. İki görüngü, yani düşünüş ve uyarılma daha az şiddetli ve sık olduğunda, o zaman *nevrotik depresyondan* söz edebiliriz. Freudcu kuram, melankoli ve depresyon arasındaki farkı tanımakla birlikte, her durumda aynı yası, *annesel nesnenin imkânsız yasını* saptar...

Melankoli ve depresyon, melankolik-depresyon adını verebileceğimiz, aslında sınırları belirsiz olan bir bütün anlamına gelir ve psikiyatri *melankoli* kavramını hastalığın kendiliğinden geri döndürülemez olan (sadece antidepressan uygulamasına yanıt veren) türü için kullanır...

³¹ Radden, s. 335.

³² Radden, s. 335.

Dilin, melankolik-depresif bütün içinde bazı yanıtları başlatmak için zorunlu olan öz uyarılmayı sağlamakta yetersiz olduğu anlaşılmaktadır. Dil, bir *ödül sistemi* olarak işleyeceği yerde, tersine kaygı-ceza çiftini aşırı etkinleştirir ve böylece depresyonun ayırt edici niteliği olan davranış ve düşünce yavaşlamasına katılır. Geçici hüznün ya da yas bir yanda, melankolik uyusukluk öte yanda, klinik ve hastalık bilimi açısından farklılık gösterebilir de her ikisi de *nesne kaybı karşısında bir tolerans eksikliğine* ve *gösterenin*, öznenin eylemsizliğe, ölümü taklit etmeye hatta ölümün kendisine sığındığı geri çekilme durumlarını telafi edecek bir çıkış sağlamadaki *başarısızlığına* dayanır...³³

Kristeva, annenin kaybının hem erkek hem kadın için, özerkleşme ve birey olma yolunda yaşanması gereken biyolojik ve ruhsal bir zorunluluk olarak ifade eder.

En uygun koşullarda gerçekleştiği ve erotize edilebildiği takdirde, ana katli yaşamsal zorunluluğumuzdur, bireyleşmemizin *olmazsa olmaz* koşuludur: İster kayıp nesne, erotik nesne olarak yeniden bulunsun (erkek heteroseksüelliğinde ve kadın eşcinselliğinde durum budur), ister kayıp nesne, *ötekini* erotize eden (heteroseksüel kadının durumunda öteki cins) ya da kültürel oluşumları *yüceltilmiş* erotik nesne olarak başkalaştıran (erkeklerin ve kadınların toplumsal bağlara, düşünsel ve estetik ürünlere vb. yaptıkları yatırımlar akla geliyor) inanılmaz bir simgesel çabayla, ortaya çıkışına ancak hayranlık duyabildiğimiz bir simgesel çabayla, başka yere taşınısın. Ana katli dürtüsünün şiddeti, bireylere ve farklı çevrelerin hoşgörü düzeyine bağlı olarak az ya da çok olabilir ve bu şiddet, engellendiği zaman, tersine dönerek benliğe yönelir: Bunun ardından, annesel nesne içe yansıtılmış olduğu için, ana katli yerine, benliğin depresif ya da melankolik öldürülüşü gelir.³⁴

Kristeva, anneyi korumak ve ana katline ilişkin suçluluk duygusundan kurtulmak için benliğin öldürülmesinin, hadım edilme korkusunun ve ana katli duygusunun bir çeşit emniyet kilidi olduğunu belirtmiştir. Ancak kız ve erkek çocuklarının bu durumu

³³ Julia Kristeva, *Kara Güneş: Depresyon ve Melankoli*, çev. Nesrin Demiryontan, Bağlam Yayıncılık, İstanbul, 2009, s. 17-19.

³⁴ Kristeva, s. 41.

tecrübe etmedeki farklılıklarına dikkat çeken Kristeva, kız çocukların anne, yani nefret edilen ve kayıp/yitik olan nesne ile aynı cinsiyeti taşımaları sebebiyle daha karmaşık, zor ve depresif tecrübeler yaşadıklarına dikkat çekmiştir. Heteroseksist kültürde, erkek çocuklarının gelişimleri ve yası tutulan nesnenin yerine koydukları karşı cinse uyum sağlamaları daha kolaydır. Ancak bir kadının erotik nesne olarak öteki cinsi bulabilmek için devasa ruhsal, düşünsel ve duygusal çaba harcaması gereklidir. Bu konuda Freud düşüncesinin karşısında duran Kristeva, kadından yoksun kalan erkeğin gerçekleştirdiği düşünsel başarılarına hayran kalınmasına anlam veremediğini belirtir.³⁵

Görünmez vajinasının keşfi kadından zaten müthiş bir duygusal, spekülâtif ve düşünsel çaba talep ederken, simgesel düzene geçişle *aynı zamanda* temel annesel nesneden farklı bir cinsiyet taşıyan bir cinsel nesneye geçiş, bir kadının, erkek cinsi için gerekenden daha üstün bir ruhsal potansiyel yatırdığı devasa bir işlemi temsil eder. Küçük kızların erken uyanışı, okul çağında çoğunlukla daha parlak olan düşünsel performansları, süregiden kadınsı olgunluk, bu sürecin uygun koşullarda gerçekleştiğine tanıklık eder. Ama kadınlar bunu, kayıp nesnenin sorunlu yasını aralıksız anma eğilimiyle öderler... Bu nesne o kadar da kayıp değildir ve kadınsı rahatlığın ve olgunluğun *mahzeninde* gömülü olarak zonklamayı sürdürür: İdealin yoğun bir biçimde içe yansıtılması, aynı zamanda hem olumsuz yanıyla birlikte narsisizmi hem de dünya iktidarının bahis konusu olduğu arenada var olma hevesini doyurmayı başaramadıkça.³⁶

Kristeva, genel olarak şekillendirdiği bu teorisini, insanlık tarihindeki terkedilmiş en önemli kişiliklerden biri olan İsa üzerinde kullanmıştır. Psikanalizin, doğum, süttten kesilme, ayrılık, düş kırıklığı, hadım edilme gibi bir dizi ayrılığı özerkleşmenin olmazsa olmaz koşulu olarak kabul ettiğini hatırlatan Kristeva, bu imgesel ve simgesel işlemlerin hepsinin bireyleşmemizi zorunlu olarak yapılandırdığını vurgulamaktadır. Gerçekleşmelerinin ya da dışta bırakılmalarının psikotik zihin karışıklığına, tersine dramatize

³⁵ Radden, s. 336; Kristeva, 41-43.

³⁶ Kristeva, s. 43, 44.

edilmelerinin ise aşırı ve yıkıcı bir kaygı kaynağına dönüşeceği bu durumların Hıristiyanlık nezdinde bizzat İsa'nın yüreğinde sahneye koyulduğunu belirtmiştir. İsa'nın ölümü, melankoliklere özgü temsil edilemez felaket kaygısına imgesel bir destek sunmaktadır. İsa'nın terk edilmişliği ise cehennem imgesi yanında, katlanılmaz anlam kaybı anlarının, hayatın anlamının kaybolduğu anların yankısını oluşturmaktadır.³⁷

Judith Butler ve Toplumsal Cinsiyet Melankolisi

Feminizm, queer teorisi, siyaset felsefesi ve etik gibi konularda çalışmalar yapan Judith Butler (d. 1956), özellikle toplumsal cinsiyet üzerine yaptığı çalışmalarla büyük yankı uyandırmıştır. Feminizmin kabullenilmiş terimlerini sorgulayarak feminist teori içinde post yapısalcı çalışmalarda bulunmuş ve kendinden önceki feministlerin verili kabul ettiği dişil-eril konumlarını sorgulayarak cinsel özneliğin bu tür statik kategoriler yerine akışkan kimliklerden hareketle tartışılması gerektiğini savunmuştur. Özellikle Michel Foucault'dan etkilenen Butler, cinsiyet çalışmaları üzerine devrim yapmıştır denilebilir.³⁸

Butler, toplumsal cinsiyeti bir tür melankoli ya da melankolinin sonuçlarından biri olarak gördüğünü belirtirken, bunu Freud'un *Ego ve İd* makalesiyle temellendirmiştir. Freud'un *ben her şeyden önce bedensel bir bendir*, yalnızca yüzey değil aynı zamanda *bir yüzeyin yansımasıdır* ifadesine değinerek, bedensel benin toplumsal cinsiyete dayalı bir morfoloji kazandığını ifade etmiştir. Butler, melankolik özdeşleşmenin, benin toplumsal cinsiyete sahip bir nitelik kazanma sürecinde merkezde olduğunu belirtmiştir.³⁹

Kimi insanları kaybettiğimizde veya bir mekândan ya da cemaatten yoksun kaldığımızda basitçe katlandığımız şeyin geçici olduğunu, yasının biteceğini ve önceki düzenin bir şekilde yeniden kurulacağını düşünebiliriz. Ama belki de, katlandığımız şeye katlandığımızda kim olduğumuza dair bir şey ortaya çıkar, başkalarıyla bağlarımızın hatlarını

³⁷ Kristeva, s. 161, 162.

³⁸ Judith Butler, *İktidarın Psikik Yaşamı Tabiiyet Üzerine Teoriler*, çev. Fatma Tütüncü, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2005, s. 1; <http://www.egs.edu/faculty/judith-butler>.

³⁹ Butler, s. 126, 127.

çizen, bizi oluşturanın o bağlar olduğunu bize gösteren, bizi meydana getiren bağları ya da ilişkileri bize gösteren bir şey. Burada bağımsızca var olan bir *ben* varmış da sonra basitçe oradaki *seni* kaybetmiş değildir, özellikle de sana olan bağlılığım beni *ben* yapanın bir parçasıysa. Bu koşullarda seni kaybedersem, kaybımın yasını tutmanın yanı sıra kendime karşı anlaşılmaz oluveririm. Sensiz ben kimim? Bizi oluşturan bağların bazılarını kaybettiğimizde kim olduğumuzu ya da ne yapacağımızı bilemeyiz. Bir düzeyde *seni* kaybettiğimi düşünürken beklenmedik bir şekilde *benim* de kaybolduğumu keşfederim. Bir başka düzeyde, belki de *sende* kaybettiğim, hakkında hali hazırda kelime dağarcığım olmayan şey, münhasıran ne benden ne de senden oluşan, ama bu terimleri farklılaştıran ve ilişkilendiren *bağ* olarak kavranması gereken ilişkiselliktir.⁴⁰

Butler, nesnenin gidişine izin vermenin onu bırakmak değil, statüsünün dıştan içe döndürülmesi olarak vurgulamıştır. Ona göre nesneden vazgeçmek, yalnızca melankolik içselleştirmeyle (*internalization*) ya da melankolik bir *kapsama* (*incorporation*) ile mümkündür. İçselleştirme, inkâr mekanizmasının bir parçasıdır ve nesne artık dış dünyada var olamayacaksa içeride var olacaktır. Butler, Freud'un *Cinsellik Üzerine Üç Deneme (Three Essays on the Theory of Sexuality-1905)*'sinde buna değindiğini belirtmiştir. Freud, meşakkatli ve belirsiz icraatların sonuçları olarak gördüğü *eril* ve *dişil* konumların, bazı cinsel bağlılıkların *kaybolmasını talep eden*, bunların da açıkça söylenmemesi ve onlar için *hüzünlenilmemesini* talep eden yasaklamlar tarafından inşa edildiğini vurgulamaktadır. Yani, heteroseksüelliğin icra edilmesi yolunda dişillığın ve erilliğin elde edilmesi için tüm eşcinsel bağlılıkları terkedilmesi emredilmiş hatta ihtimali dahi engellenmiştir. Bu heteroseksüellik ensenstten çok önce eşcinselliğin yasaklanmasıyla üretilmiştir. *Oedipal çatışma heteroseksüel arzunun zaten elde edildiğini; heteroseksüel ile eşcinsel arasındaki ayrımın yürürlüğe kenmuş olduğunu varsayar; bu anlamda ensestini yasaklanması arzunun heteroseksüelleştirdiğini kabul ettiğinden, eşcinselliğin yasaklanmasını baştan varsayar.* Butler, Freud'un burada, toplumsal cinsiyetin

⁴⁰ Judith Butler, *Kırılgan Hayat Yasın ve Şiddetin Gücü*, çev. Başak Ertür, Metis Yayınları, 2. Baskı, İstanbul, 2013, s. 37, 38.

heteroseksüel konumlanışına göre elde edilip istikrar kazandığını ve heteroseksüelliğe yönelik tehditlerin toplumsal cinsiyetin kendisine de yöneldiği bir kültürel mantığı dile getirdiğini vurgulamıştır. Bu kültürel mantığın, toplumsal cinsiyet kaygısını barındıran gündelik biçimlerde ve yaşam alanlarında geçerliliğinin bulunduğu görülebilmektedir. Bir kadındaki eşcinsel arzu korkusu, kadınlığını kaybetme, kadın olmama, artık uygun bir kadın olmama, erkek olmadığı halde erkeğe benzeyecek şekilde tiksindirici olma korkusundan dolayı paniğe yol açma şeklinde görülebilir. Aynı şekilde erkekteki eşcinsel arzunun verdiği dehşet, dişil olmak, dişilleşmiş olmak, artık uygun bir erkek olamamak, erkeklikten *düşmüş* olmak ya da ucube ve tiksindirici bir figür haline gelmek şeklinde tezahür edebilir.⁴¹

Bir dizi izin ve tabudan oluşan ben ideali, eril ve dişil özdeşleşmeleri düzünler ve belirler. Özdeşleşmeler nesne ilişkilerinin yerine geçtikleri ve kaybın sonucu oldukları için, toplumsal cinsiyet özdeşleşmesi bir tür melankolidir, yasaklanmış nesnenin cinsiyeti bir nesne olarak içselleştirilir... Melankoliden kaynaklanan özdeşleşmeler çözüme kavuşturulmamış nesne ilişkilerini muhafaza etme yollarıdır. Hemcins ebeveynle toplumsal cinsiyet özdeşleşmesi gerçekleştiğinde de çözümlenmeden kalan nesne ilişkileri istisnasız eşcinsel olanlardır. Hatta toplumsal cinsiyet bağı ne kadar sıkı ve istikrarlıysa orijinal kayıp o denli çözümsüz kalır, öyle ki katı toplumsal cinsiyet sınırları kaçınılmaz olarak, kabul edilmediği için çözümlenemeyen, orijinal aşkın yitikliğini gizleme işini görür.⁴²

Freud'un cinsiyet teorisinin inkâr temelli olduğunu vurgulayan Butler, bunun oldukça sıkıntılı olduğunu belirtmiştir. Freud'a göre, kız çocuğu annesine duyduğu sevgiyi inkâr etmeli ve bu inkâr hem amacı hem de nesneyi dışarıda bırakacak şekilde olmalıdır. Kız çocuğunun yapması gereken, eşcinsel sevgisini dişil bir figüre aktarmak değil bunun ihtimalini dahi inkâr etmektir. Heteroseksüel amaç ancak bu şekilde kurulmuş olur. Bu durumda baba ve onun yerini alacak kişi arzusunun nesnesi olurken, anne özdeşleşmenin

⁴¹ Butler, *İktidarn Psikik Yaşamı*, s. 128, 129.

⁴² Butler, *Cinsiyet Belası*, s. 129, 130.

sıkıntılı tarafı haline gelmektedir. Yine bu mantık içinde erkek olmak için de dişilliğin inkârı gereklidir. Ancak Butler'a göre dişile duyulan arzu bu inkârın etkisi altındadır: *Erkek asla olamayacağı kadını ister*. Bu bağlamda toplumsal cinsiyet olarak bariz bir şekilde performe edilen şey, yaygın bir inkârın belirtisidir. Butler, eşcinselliğin yasaklanmasının, hüznün sürecini engelleyerek eşcinsel arzuyu kendine geri döndüren melankolik özdeşleşme sürecini başlattığını belirtmiştir. Bu geri dönüş tam anlamıyla bir suçluluk eylemidir. Var olan bu içgüdünün suçlanarak inkâr edilmesi, paradoksal bir şekilde eşcinselliği güçlendirmektedir. *İnkâr, tatminin amaç ve aracı halini alır*.⁴³

Butler, heteroseksüelliğin bu zorunlu üretiminin ister heteroseksüel olsun ister eşcinsel, toplumsal cinsiyet ve cinsel özdeşleşmelerin katı biçimlerinin melankoli biçimini ürettiklerini iddia etmiştir. Böylelikle melankoli, kişiye özgü, içsel bir mefhum olmaktan çıkarak, toplumsal bir olgu haline gelmiştir. Toplumsal cinsiyetin temelde performatif⁴⁴ ve kurulmuş bir doğası olduğunu belirten Butler, performans fikri olmadan yasın *hakikat* olarak telakki edileceği ve yas fikri olmadan da performansın aşırı bir talep haline geleceğini vurgulamıştır. Anlam alanı genişleyen melankoli, yeni bir açıklayıcı kudret kazanmıştır ve bu tehlikeyi egale etmiştir. Butler'ın ortaya koymuş olduğu bu formülasyon, toplumsal cinsiyet meselesi dışında diğer *öteki* mülahazalara da genişletilmiş ve özellikle ırk, sınıf, sömürgecilik ve göç çalışmalarına kadar birçok alanda kullanılmaktadır.⁴⁵

⁴³ Butler, *İktidarın Psikik Yaşamı*, s. 131, 135, 140.

⁴⁴ Butler, *Cinsiyet Belası*'nda ele almış olduğu toplumsal cinsiyetin performatif olmasını şu şekilde açıklamıştır: "Hiçbir toplumsal cinsiyet, eylemler, jestler ya da konuşma ile ifade edilemez. Ancak, toplumsal cinsiyetin performansı, toplumsal cinsiyetin içsel bir özünün bulunduğu yanlısını geriye dönük olarak üretir. Yani toplumsal cinsiyetin performansı, geriye dönük olarak bazı hakiki ya da bağlayıcı dişil öz ya da özellik etkileri üretir. Bu nedenle kişi toplumsal cinsiyet üzerine düşünmek için ifadeye yönelik bir model kullanamaz. Ayrıca toplumsal cinsiyetin, konvansiyonların ritüelleşmiş tekrarı şeklinde üretildiğini ve bu ritüelin kısmen zorunlu heteroseksüelliğin zoru ile toplumsal olarak dayatıldığını belirtmek gerekir." Butler, *İktidarın Psikik Yaşamı*, s. 137; *Cinsiyet Belası*, s. 222.

⁴⁵ Butler, *İktidarın Psikik Yaşamı*, s. 136, Adam Philips, "Hareketi Sürdürmek-Judith Butler'ın 'Melankoli Toplumsal Cinsiyet/Reddedilen Özdeşleşme'si Üzerine Bir Yorum",

Değerlendirme ve Sonuç

Freud'un melankoli üzerine geliştirdiği psikanalitik kavram, bireysel psikopatolojilerin anlaşılmasında temel bir çerçeve sunmaktadır. Özellikle kayıp nesneyle özdeşleşme sürecinin ego üzerindeki yıkıcı etkileri, bireyin kendini değersiz hissetmesi, suçluluk duygusu ve kendini eleştirme eğilimine yol açmaktadır. Freud'un "Yas ve Melankoli" çalışması, bireyin kayıpla başa çıkma sürecindeki bilinçdışı dinamikleri ayrıntılı bir şekilde analiz etmiştir.

Melanie Klein'in depresif konum teorisi, çocukluk dönemindeki nesne ilişkileri ile melankolik eğilimler arasındaki bağı derinleştirerek, psikanalitik anlayışı daha ileri bir boyuta taşımıştır. Klein, bireyin erken dönemde kaybettiği sevilen nesneye karşı geliştirdiği ambivalansın, yetişkinlikte melankoliye dönüşebileceğini vurgulamaktadır. Bu teori, bireysel psikopatolojinin yalnızca yetişkinlik dönemindeki deneyimlere değil, erken çocukluk dönemindeki nesne ilişkilerine dayandığını göstermektedir (Nioche & Roguet, 2024).

Freud ve Klein'in bu çalışmaları, melankolinin temel özelliklerini anlamak ve tedavi yaklaşımlarını şekillendirmek için güçlü bir teorik zemin oluşturmaktadır. Melankoli, yalnızca bireysel bir patoloji olarak değil, aynı zamanda bireyin çevresiyle kurduğu ilişkilerin bir sonucu olarak da değerlendirilmektedir. Bu çerçeve, psikanalitik terapilerin hem bireysel hem de ilişkisel boyutlarını dikkate almasını gerektirir.

Julia Kristeva, melankoliyi bireysel psikolojik süreçlerin ötesinde, toplumsal ve kültürel bağlamlarda da ele alarak bu kavramı daha geniş bir perspektife taşımıştır. Ona göre melankoli, kayıp nesneyle özdeşleşme sürecinin bir sonucu olarak hem bireyin kimlik gelişimini etkileyen hem de kültürel üretimlerde yansımaları bulan bir fenomendir. Özellikle, Kristeva'nın anne kaybını bireysel ve kültürel anlamda melankolinin merkezine yerleştirilmesi, bu duygusal durumun hem bireysel hem de toplumsal düzeyde derin etkiler yarattığını göstermektedir (Cheema, 2024). Kristeva'nın teorisi,

İktidarın Psikik Yaşamı, s. 147, 148; Karbay, 170.

melankolinin insan deneyiminin evrensel ve sürekli bir parçası olduğunu savunarak, bireysel terapilerin ötesinde kültürel ve sanatsal çalışmaların analizine olanak tanımaktadır.

Judith Butler'ın toplumsal cinsiyet melankolisi teorisi, melankoliyi kimlik ve yasaklanmış arzular bağlamında değerlendiren özgün bir yaklaşımdır. Butler'a göre, toplumsal cinsiyet kimlikleri, kayıp ve yas süreçlerinin bastırılmasıyla şekillenir. Yasaklanmış arzuların içselleştirilmesi, bireyin kimlik gelişiminde melankolik bir durum yaratır ve bu durum, toplumsal normlar tarafından desteklenir. Butler, toplumsal cinsiyet kimliğini melankoli üzerinden yeniden düşünerek, bu sürecin bireyin hem kendisiyle hem de toplumla ilişkisini nasıl şekillendirdiğini vurgular (Umucu, 2024). Bu perspektif, melankoliyi sadece bireysel bir sorun olarak değil, toplumsal yapıların bir sonucu ve yeniden üreticisi olarak ele alır.

Kristeva ve Butler'ın yaklaşımları, melankoliyi bireysel ve toplumsal düzeyde ele alarak, bu durumun çok katmanlı doğasını açığa çıkarmaktadır. Bireyin içsel dünyası ile toplumsal bağlam arasındaki bu ilişki, melankolinin hem bireysel hem de kolektif kimlik üzerindeki etkilerini anlamak için kritik bir zemin sağlar. Bu teoriler, melankolinin tedavi süreçlerinde yalnızca bireysel travmaların değil, aynı zamanda toplumsal dinamiklerin de dikkate alınmasını gerektirdiğini göstermektedir.

Melankolinin klinik özellikleri, bireyin özsaygısında belirgin bir düşüş, yoğun suçluluk duyguları ve kendini cezalandırma eğilimi gibi belirtilerle tanımlanmaktadır. Bu belirtiler, bireyin iç dünyasında sürekli bir eleştiri ve cezalandırma döngüsünü tetiklemekte, melankoliyi yalnızca ruh hali bozukluğu değil, aynı zamanda ego üzerinde derin etkiler bırakan bir süreç haline getirmektedir (Yu et al., 2024). Bu süreç, bireyin kayıp nesneyle özdeşleşmesi ve bu nesneyle bilinçdışı düzeyde sürdürdüğü ilişkiyle ilişkilidir.

Özdeşleşme süreçleri, bireyin bilinçdışında meydana gelen dinamikleri anlamada kritik bir rol oynamaktadır. Freud'un teorileri doğrultusunda, kayıp nesnenin bireyin ego yapısına dahil edilmesi, bireyin hem sevgi hem de nefret duygularını bu içselleştirilmiş nesneye yönelmesine neden olur. Bu süreç, melankolinin kendine

yönelik saldırganlık ve değersizlik hissi gibi belirtilerle ortaya çıkmasına yol açar. Klinik değerlendirme ve tedavi süreçlerinde bu bilinçdışı dinamiklerin keşfi, melankolik belirtilerin daha iyi anlaşılmasına ve yönetilmesine olanak tanımaktadır (Pavlichenko & Petrova, 2024).

Terapötik yaklaşımlar, melankolinin bu karmaşık doğasını ele alacak şekilde evrilmektedir. Özellikle öz-şefkat temelli terapiler, bireylerin kendilerine karşı daha anlayışlı bir tutum geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Ayrıca, utanç ve suçluluk duygularını yönetmeye yönelik yöntemlerin de melankoli tedavisinde etkili olduğu görülmektedir. Sadrzadeh ve Borjali'nin (2024) çalışması, öz-şefkat odaklı terapilerin, bireyin melankolik belirtilerle başa çıkmasını ve duygusal dengesini yeniden kazanmasını sağladığını göstermektedir. Bu terapiler, bireyin yalnızca melankoli belirtilerini azaltmakla kalmaz, aynı zamanda kişinin kendilik algısını ve duygusal dayanıklılığını güçlendirmeye yardımcı olur.

Melankolinin klinik özellikleri ve tedavi yaklaşımları üzerine yapılan bu analizler, bireysel ve toplumsal bağlamları dikkate alan bütüncül bir yaklaşımın gerekliliğini vurgulamaktadır. Modern terapötik yöntemlerin, geleneksel psikanalitik yaklaşımlarla birleştirilmesi, melankolinin çok yönlü doğasını ele almak için etkili bir strateji sunmaktadır.

Freud'un bireysel düzeyde sunduğu melankoli analizi, kayıp nesneyle özdeşleşme sürecinin bireyin ego yapısına etkilerini detaylandırarak psikanalitik çerçevenin temelini oluşturmuştur. Freud, melankoliyi, bireyin bilinçdışında süregelen içsel bir çatışma olarak tanımlarken, Melanie Klein bu süreci nesne ilişkileri teorisi üzerinden genişletmiştir. Klein'in depresif konum kavramı, çocukluk dönemindeki nesne ilişkilerinin, melankolinin gelişiminde kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Freud'un bireysel bilinçdışı çatışmaları merkeze alan yaklaşımı ile Klein'in erken dönem ilişkisel dinamiklere odaklanan teorisi arasında belirgin bir uyum bulunmaktadır. Bu iki perspektifin birleşimi, melankoliyi hem bireysel hem de ilişkisel bağlamlarda daha kapsamlı bir şekilde ele almayı mümkün kılmaktadır.

Julia Kristeva'nın kültürel melankoli analizi, melankoliyi bireysel bir ruhsal durumun ötesinde, toplumsal ve kültürel dinamiklerin bir yansıması olarak görür. Özellikle anne kaybı ve bu kaybın bireysel ve kültürel düzeydeki etkileri üzerine odaklanarak, melankolinin sanatsal ve kültürel üretimlerdeki rolüne dikkat çeker. Buna karşın, Judith Butler'ın toplumsal cinsiyet kimliği üzerine geliştirdiği melankoli teorisi, kimlik oluşumu süreçlerini yasaklanmış arzuların ve bastırılmış kayıpların etkileri üzerinden açıklar. Butler, melankoliyi toplumsal normların bireysel kimlik üzerindeki baskılarının bir sonucu olarak değerlendirir. Kristeva'nın birey ve kültür arasındaki dinamikleri vurgulayan yaklaşımı ile Butler'ın kimlik ve toplumsal normları merkeze alan perspektifi arasında bir karşılaştırma, melankolinin çok yönlü doğasını anlamada yeni bir bakış açısı sunmaktadır.

Bu teorik çerçevelerin bütünleştirilmesi, melankolinin bireysel, toplumsal ve kültürel boyutlarını çok yönlü bir şekilde ele almayı mümkün kılmaktadır. Freud ve Klein, bireysel ve ilişkisel süreçlere odaklanırken, Kristeva ve Butler, melankoliyi toplumsal ve kültürel bağlamlarda yeniden düşünmüştür. Bu çok katmanlı yaklaşımlar, melankolinin yalnızca bireysel bir psikolojik durum değil, aynı zamanda toplumsal ve kültürel yapıların bir yansıması olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, melankoliyi farklı düzeylerde ele alan psikanalitik teorilerin bir araya getirilmesi hem bireysel tedavi süreçlerine hem de toplumsal analizlere derinlik katacaktır.

Melankolinin bireysel terapi süreçlerinde ele alınması, bu durumun karmaşık doğasının hem bilinçdışı dinamikler hem de toplumsal bağlamlarla ilişkilendirilmesini gerektirir. Özellikle kayıp nesneyle özdeşleşme sürecinin çözülmesi, bireyin melankolik belirtilerle başa çıkmasında önemli bir adımdır. Freud'un teorileri, bireyin bilinçdışında kaybedilen nesneyle kurduğu ilişkinin ego üzerindeki yıkıcı etkilerini anlamayı mümkün kılmaktadır. Terapötik müdahaleler, bireyin bu içselleştirilmiş çatışmaları keşfetmesini ve bu dinamiklerle yüzleşmesini sağlayarak, daha sağlıklı bir benlik algısı geliştirilmesine katkıda bulunabilir.

Melankolide sıkça görülen utanç ve suçluluk duygularının

yönetimi, terapinin bir diğer önemli boyutudur. Bu duygular, bireyin kendilik algısını derinden etkileyerek, melankolinin süregelmesine neden olabilir. Öz-şefkat odaklı terapiler, bireyin kendine yönelik anlayış geliştirmesine yardımcı olurken, suçluluk ve utancın neden olduğu psikolojik yükü hafifletebilir. Sadrzadeh ve Borjali'nin (2024) çalışması, bu tür yaklaşımların melankolik bireylerin duygusal dengesini yeniden kazanmasında etkili olduğunu göstermektedir. Bu yöntemler, bireyin kendisiyle olan ilişkisini iyileştirerek, melankoliye karşı daha dirençli bir yapı geliştirmesini sağlayabilir.

Kültürel ve toplumsal boyutların bireysel tedavi yaklaşımlarına entegre edilmesi, melankoliyi çok katmanlı bir şekilde ele almanın bir yoludur. Kristeva'nın melankoliyi bireysel ve kültürel düzeylerde değerlendiren teorisi, bireysel terapide kültürel kayıpların ve toplumsal bağların da dikkate alınması gerektiğini önermektedir. Benzer şekilde, Butler'ın toplumsal cinsiyet melankolisi teorisi, bireyin kimlik oluşumundaki toplumsal baskıların ve yasaklanmış arzuların etkilerini anlamada bir çerçeve sunar. Bu yaklaşımlar, bireysel terapilerin yalnızca içsel çatışmaları değil, aynı zamanda bireyin toplumsal ve kültürel bağlarla ilişkisini de ele alması gerektiğini göstermektedir.

Melankolinin klinik uygulamalarda ele alınışı, bireysel ve toplumsal dinamiklerin bir bütün olarak değerlendirildiği bir yaklaşımı gerektirir. Bireysel terapilerin bu çok boyutlu bakış açısını içermesi, melankoliye yönelik daha etkili ve kapsamlı bir tedavi modeli geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Bu, yalnızca bireyin psikolojik sağlığını desteklemekle kalmaz, aynı zamanda toplumsal ve kültürel bağlamda bireyin yaşadığı deneyimlerin daha iyi anlaşılmasını sağlar.

Melankoli, yalnızca bireysel psikopatolojiyi değil, aynı zamanda toplumsal ve kültürel dinamikleri anlamak için de çok yönlü bir kavramdır. Freud, Klein, Kristeva ve Butler gibi teorisyenlerin katkıları, bu kavramı farklı perspektiflerden ele alarak derinleştirmiştir. Ancak, bu teoriler arasındaki ilişkilerin disiplinlerarası bir çerçevede daha fazla incelenmesi gereklidir. Psikanaliz, sosyoloji,

kültürel çalışmalar ve toplumsal cinsiyet teorisi gibi alanların iş birliği, melankolinin çok boyutlu doğasını daha iyi anlamak için yeni bir zemin oluşturabilir.

Melankolinin bireysel ve kültürel boyutlarının karşılaştırmalı çalışmalarla ele alınması, bu kavramın çeşitli bağlamlarda nasıl deneyimlendiğini ortaya koyabilir. Örneğin, bireysel melankolik süreçlerin, toplumsal normlar ve kültürel değerlerle nasıl etkileşime geçtiğini anlamak, melankoli teorilerinin pratik uygulamalara dönüşmesini sağlayabilir. Bu tür çalışmalar, melankolinin birey üzerindeki etkileri ile toplumsal yapıların bireysel psikopatolojiye katkısını daha net bir şekilde gösterecektir.

Ayrıca, melankolinin modern dünyada nasıl değiştiğini ve teknolojik, ekonomik ve politik dinamiklerin bu duygusal durum üzerindeki etkilerini anlamak için güncel araştırmalara ihtiyaç vardır. Özellikle küreselleşme, dijitalleşme ve pandemiler gibi modern fenomenlerin melankoli üzerindeki etkileri, bu kavramın çağdaş bağlamdaki yerini anlamamıza yardımcı olabilir. Böylece hem bireysel hem de toplumsal düzeyde melankoliyi anlamak için daha kapsamlı bir bilgi birikimi sağlanabilir.

Bu araştırma önerileri, melankolinin yalnızca teorik bir kavram olarak kalmamasını, aynı zamanda bireysel terapi, kültürel analiz ve toplumsal politika geliştirme gibi pratik alanlara uygulanmasını mümkün kılacaktır. Bu bağlamda, disiplinlerarası çalışmalar ve yenilikçi yöntemlerin bir araya gelmesi, melankoli üzerine yapılan araştırmalara yeni bir ivme kazandırabilir.

Melankolinin bireysel ve toplumsal boyutlarını ele almak için klinik ortamda uygulanabilecek yeni yaklaşımlar geliştirilmelidir. Özellikle öz-şefkat odaklı terapiler, melankolik hastaların kendilik algılarını yeniden inşa etmelerine yardımcı olabilecek etkili yöntemler arasında yer almaktadır. Bu tür terapiler, bireyin kendine yönelik eleştiri ve suçluluk duygularını yönetmesine olanak tanıyarak, duygusal dengeyi yeniden kazanmasını sağlar. Klinik uygulamalarda bu yaklaşımın yaygınlaştırılması, bireysel terapi süreçlerinin daha verimli hale gelmesine katkıda bulunabilir.

Toplumsal cinsiyet melankolisi ve kültürel kayıplar bağlamında terapi programlarının yapılandırılması, bireyin kimlik ve kültürel bağlamla ilişkilerini anlamada kritik bir adımdır. Judith Butler'ın teorileri doğrultusunda, yasaklanmış arzuların ve toplumsal normların bireysel kimlik üzerindeki etkileri ele alınarak, bireylerin melankolik durumlarıyla yüzleşmelerine yardımcı olunabilir. Bu tür programlar, yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel kayıplarla ilişkili kolektif melankoliyi de ele alan bir çerçeve sunabilir.

Çocukluk dönemindeki nesne ilişkilerinin melankolik eğilimler üzerindeki etkisini araştıran uzun dönemli çalışmaların önceliklendirilmesi, melankolinin kökenlerini daha iyi anlamamıza olanak tanıyacaktır. Melanie Klein'in depresif konum teorisine dayanarak, erken dönemde yaşanan kayıpların ve nesne ilişkilerinin birey üzerindeki uzun vadeli etkilerinin ele alınması hem klinik uygulamalar hem de önleyici yaklaşımlar için önemli veriler sunabilir. Bu tür araştırmalar, terapötik süreçlerde erken müdahale stratejilerinin geliştirilmesine de olanak sağlayabilir.

Melankoliye yönelik uygulama önerileri, bireysel terapi süreçlerinin yanı sıra toplumsal ve kültürel bağlamları da dikkate alan bir yaklaşımı gerektirir. Bu çerçevede, öz-şefkat temelli terapilerin yaygınlaştırılması, toplumsal cinsiyet ve kültürel kayıpları merkeze alan programların uygulanması ve erken dönem nesne ilişkilerini araştıran çalışmaların teşvik edilmesi, melankolinin birey üzerindeki etkilerini anlamak ve yönetmek için bütüncül bir yol sunmaktadır. Bu öneriler hem bireysel hem de toplumsal düzeyde daha etkili terapötik müdahaleler geliştirilmesine olanak sağlayacaktır.

Melankoli ve ilişkili psikanalitik teorilerin klinik psikologlar ve terapistler için eğitim programlarına entegre edilmesi, bu alandaki bilgi ve becerilerin artırılmasında önemli bir adımdır. Freud, Klein, Kristeva ve Butler gibi teorisyenlerin melankoliye yönelik katkılarının hem bireysel hem de toplumsal bağlamlarıyla anlaşılması, terapötik müdahalelerin etkili bir şekilde uygulanmasını sağlar. Eğitim programlarında bu teorilerin temel ilkelerinin yanı sıra, modern klinik yaklaşımlarla bağlantılarının ele alınması, terapistlerin daha

kapsamlı bir bakış açısı geliştirmesine olanak tanıyacaktır.

Toplumda melankoli ve ilişkili duygusal süreçlere yönelik farkındalığı artırmak amacıyla kampanyalar ve seminerler düzenlenmesi, bu duygusal durumun stigmatize edilmesini engelleyebilir. Melankoli, genellikle bireysel bir zayıflık veya eksiklik olarak algılanırken, bu tür etkinlikler, melankolinin kompleks yapısını ve bireysel, toplumsal ve kültürel boyutlarını vurgulama fırsatı sunar. Eğitim ve farkındalık kampanyaları, bireylerin duygusal süreçlerini daha iyi anlamalarını sağlayarak, hem bireysel başa çıkma mekanizmalarını güçlendirebilir hem de sosyal destek ağlarının güçlenmesine katkıda bulunabilir.

Seminerlerde, psikanalitik teorilerin günlük yaşama nasıl uygulanabileceği, bireylerin melankoliyle başa çıkma stratejileri geliştirmelerine nasıl yardımcı olabileceği ele alınabilir. Özellikle, öz-şefkat ve utanç yönetimi gibi modern yaklaşımlar üzerine yapılacak bilgilendirme, melankoliyle mücadelede bireylere pratik araçlar sunabilir. Ayrıca, toplumsal cinsiyet, kimlik ve kültürel bağlarla bağlantılı melankoli konuları, toplumun farklı kesimlerine yönelik eğitim programlarında yer alabilir.

Sonuç olarak, psikanalitik teorilerin profesyonel eğitimlere ve toplumsal farkındalık çalışmalarına entegre edilmesi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde melankoliyle başa çıkmada önemli bir destek sunacaktır. Bu tür girişimler, bireylerin ve toplumların melankoliyi daha iyi anlamalarını sağlayarak, daha güçlü bir duygusal dayanıklılık ve farkındalık kültürü oluşturulmasına katkıda bulunabilir.

Kaynaklar

- Beit-Hallahmi, B. (2014). "Sigmund Freud", *Encyclopedia of Psychology and Religion*, 2nd Edition, (edt. David A. Leeming) Springer Reference, New York.
- Budak, S. (2009). "Vicdan", *Psikoloji Sözlüğü*, 4. Basım, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara.
- Butler, J. (2005). *İktidarın Psişik Yaşamı, Tabiyet Üzerine Teoriler*, çev. Fatma Tütüncü, Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- Butler, J. (2013). *Kırgın Hayat, Yasın ve Şiddetin Gücü*, 2. Baskı, çev. Başak Ertür, Metis Yayınları, İstanbul.
- Dindar, C. (2015). "Freud, Mecnunluk Hevesi, Hayali Kapasite", Sigmund Freud, *Yas ve Melankoli*, çev. Aslı Emirsoy, Telos Yayınevi, İstanbul.
- Cheema, A. U. (2024). *Melancholia and the mother/child bond in Elizabeth Bishop's poetry*. Journal of Arts and Linguistics Studies, Volume 2, Issue 2, P. 569-583.
- Freud, S. (2014) *Ben ve O*, 2. Baskı, çev. Oya Kasap, Telos Yayınevi, İstanbul.
- Freud, S. (1957). "Mourning and Melancholia" (1917), *The Standard Edition of The Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, (edt. James Strachey), The Hogart Press, London, XIV.
- Grünbaum, A. (2006). "Sigmund Freud" *Encyclopedia of Philosophy*, (ed. Donald M. Borchert) Thomson Gale, Farmington Hills, MI, III.
- Habip, B. (2012). "Melanie Klein ve Yapıtı", *Melanie Klein-Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, 2. Baskı, edt. Bella Habip, Kanat Kitap, İstanbul.
- Jones, E. (2004). *Sigmund Freud Yaşamı ve Eserleri*, çev. Emre Kapkın, Ayşen Tekşen Kapkın, Kabalcı Yayınevi, İstanbul.
- Karbay, M. (2015). *Deha ile Yas Arasında Melankoli: Antikiteden Günümüze Melankolinin Muhtevaları, Başkalaşimleri ve Politik İşlevleri*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), AÜ SBE, Ankara.
- Kısa, C. (2013). *Nesne İlişkisi Kuramı ve Tanrı Tasavvuru*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), DEÜ SBE, İzmir.
- Klein, M. (2012). "Yas Tutmak ve Manik Depresif Durumlarla İlişkisi (1940)", *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, 2. Baskı, çev. Şeyda Sunar Postacı, edt. Bella Habip, Kanat Kitap, İstanbul.

- Kristeva, J. (2009). *Kara Güneş: Depresyon ve Melankoli*, çev. Nesrin Demiryontan, Bağlam Yayıncılık, İstanbul.
- Mitchell, S. A. Black, M. J. (2014). *Freud ve Sonrası Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi*, 2. Baskı, çev. Ayhan Eğrilmez, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Nioche, C., & Roguet, J. P. (2024). Oscillating, dreaming, growing. *Revue française de psychanalyse*.
- Nordh, F. (2024). *Radclyffe Hall's gender outlaw: Queer shame and gender performativity in The Well of Loneliness*. MA Thesis.
- Oliver, K. (2006). "Julia Kristeva", *Encyclopedia of Philosophy*, (ed. Donald M. Borchert), Thomson Gale, Farmington Hills, MI, V, 151-153.
- Pahucki, J. (2014) "Jacques Lacan", *Encyclopedia of Psychology and Religion*, (edt. David A. Leeming), 2nd Edition, Springer Reference, New York, 1010-1011.
- Pavlichenko, A., & Petrova, N. (2024). *The modern concept of schizoaffective disorder: A narrative review*. PMC.
- Radden, J. (edt) (2000). *The Nature of Melancholy: from Aristotle to Kristeva*, Oxford University Press, New York.
- Ramos, J. F. S., & Cintra, E. M. de U. (2024). "Thomas H. Ogden, Reader of Klein", *Why Read Ogden? The Importance of Thomas Ogden's Work for Contemporary Psychoanalysis*, edt. M. F. R. Riberio, Routledge.
- Sadrzadeh, F., & Borjali, A. (2024). *Self-compassion and Social Anxiety Symptoms*, Practice in Clinical Psychology, Volume 12, Number 4.
- Schultz, D. P. Schultz, S. E. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*, çev. Yasemin Aslay, Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Schweitzer, C. L. S. (2014). "Julia Kristeva", *Encyclopedia of Psychology and Religion*, (ed. David A. Leeming), 2nd Edition, Springer Reference, New York, 1004-1005.
- Tura, S. M. (2011). "Haz İlkesinin Ötesi ve Oidipus Kompleksi", Sigmund Freud, *Haz İlkesinin Ötesinde –Ben ve İd*, çev. Ali Babaoğlu, Metis Yayınları, 3. Basım, İstanbul.
- Tura, S. M. (2011). "Editörün Önsözü", Melanie Klein, *Haset ve Şükran*, çev. Orhan Koçak, Yavuz Erten, Metis Yayınları, 3. Basım, İstanbul.

- Tükel, R. (2012). "Freud'un Metinlerinde Ego İdeali", Sigmund Freud, *Narsizm Üzerine ve Schreber Vakası*, çev. Banu Büyükkal, Saffet Murat Tura, Metis Yayınları, 4. Baskı, İstanbul.
- Umucu, Ö. A. (2024). *The idea of melancholia in the thought of Judith Butler: The politics of (un)mourning between foreclosed attachments and Dispossessed Lives*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Middle East Technical University, Ankara.
- Yu, Y., Lu, Q., & Wu, X. (2024). *Detecting five-pattern personality traits using eye movement features for observing emotional faces*, *Frontiers in Psychology*.
- Zhang, Q., Wen, F., & Li, B. (2024). *An anxiety and depression network analysis*. *BMC Psychology*, 12:709.
- <http://www.egs.edu/faculty/judith-butler> (Erişim: 10/10/2024)