JUNG

PSİKOLOJİSİ

TÜM ÇALIŞMALARI &
FREUD'LA KARŞILAŞTIRMALI

CARL GUSTAV JUNG

- A MODERN PSYCHOLOGY BOOK ON JUNG-

"CARL GUSTAV JUNG"

BİR PSİKOLOJİ & MODERN PSİKANALİZ KURAMI

Yazarı (Author): Carl Gustav JUNG (İsviçreli Psikolog)

Sayfa Düzeni ve Grafik Tasarım:(e-Kitap Projesi)

(Fulya Saatçıoğlu & Murat Ukray)

Kapak Tasarımı: E-KİTAP PROJESİ

E-Baskı ve yayına hazırlama (Publisher): ekitaprojesi.com

İstanbul – Nisan, 2025

ISBN: 978-625-3871-46-8

İletişim ve İsteme Adresi:

www.ekitaprojesi.com

© **Copyright**: Bu çalışmanın tüm yayın hakları e-kitap projesine aittir. Tanıtım alıntıları dışında izinsiz çoğaltılması yasalarımıza göre suç sayılmaktadır. Böyle bir harekete kalkışmak yerine, bize sorarsanız uygar ve paylaşımcı dünya adına seviniriz..

İÇİNDEKİLER

YAZAR HAKKINDA _____ ***8***

Carl Gustav Jung'un Yaşam Öyküsü _____ **8**

BİRİNCİ BÖLÜM:
*JUNG PSİKOLOJİSİNE GİRİŞ*_____ ***17***

ANALİTİK PSİKOLOJİ_____ **17**

Bilinç ve Bilinçdışının İşlevi _____ 19

Kişilik Kuramı _____ 21

Psikoterapi Süreci _____ 22

Jung'un psikoloji-psikiyatri bilimine yaptığı katkılar 24

Bilincin öne çıkışı _____ **26**

Bilincin İşlevleri _____ **28**

İşlevlerin yönetimi: _____ 32

Psikolojik tipler & Dünyaya yönelik tutumlar: ____ **33**

Dışadönüklük _____ 34

İçe dönüklük _____ 35

Bilinçdışı: Kişisel ve Kolektif Bilinçdışı_____ **36**

Bilinç ve bilinçdışı ilişkisi:_____ **39**

Jung ve Eşzamanlılık_____ **43**

Eşzamanlılık –Jung'un Gerçekliğe Yanıtı _____ 45

GÖLGE KAVRAMI VE JUNG.. _____ 47

İKİNCİ BÖLÜM: FREUD VE JUNG
ARASINDAKİ FARKLAR _____ ***55***

Edebiyat Konusunda Freud ve Jung'un Yaklaşımlarının Kıyaslanması _____ 56

FREUD VE JUNG DA PSİKANALİZ VE DİN.._____ 58

Edebiyat Konusunda Freud Ve Jung'un Yaklaşımlarının Kıyaslanması _____ 71

PSİKANALİZ VE DİN _____ 73

PSİKANALİZDE RÜYA YORUMU FREUD VE JUNG.. _ 85

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: JUNG VE DÖRT ARKETİP..____ 90

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: JUNG VE PSİKANALİTİK KURAM _____ 104

Jung, insanları sınıflandırmaya çalışır: _____ 104

Jung bunlara dayanarak sekiz tür içe ve dışa dönük tip tanımlar:_____ 105

JUNG PSİKOLOJİSİNE AİT BAZI KAVRAMLAR ____ 107

Kollektif Bilinçaltında bulunan belli başlı arketipler:__ 108

KİŞİLİĞİN GELİŞİMİ _____ 114

YAŞAM DÖNEMLERİ_____ 116

İŞLEVLER_____ 118

RÜYALAR VE SİMGELER _____ 118

JUNG TERAPİSİ _____ 121

PSİKOTERAPİDE SİMGELERİN KULLANIMI _____ 123

RÜYALAR VE SİMGELER _____ 123

RÜYALAR VE YORUMLAR_____ 124

ELEŞTİRİLER GÖRÜŞLER _____ 129

Arketip Kavramı ve Marka Kişilikleri ____ 133

Stratejik Açıdan Marka Kişilikleri _____ 135

Jung'a Göre Kişilik Yapısı _____ 145

Kişisel Bilinçaltı_____ 149

BEŞİNCİ BÖLÜM: Analitik Psikoloji Temel İlke ve Kavramlar _____ 153

CARL GUSTAV JUNG, _____ 153

Eşzamanlılık –Jung'un Gerçekliğe Yanıtı _____ 155

TEORİ _____ 157

Arketipler _____ 159

Anne Arketipi _____ 159
Mana _____ 160
Gölge _____ 161
Persona _____ 162
Anima ve animus _____ 163
Diğer arketipler _____ 165
İnsan aklının dinamikleri _____ 167
Benlik _____ 170
Eşzamanlılık _____ 170

ALTINCI BÖLÜM: JUNG ÜZERİNE KISA BİR İNCELEME _____ 174

Arketip Kavramları _____ 183

Eril Arketipler: _____ 184

Dişil Arketipler: _____ 186

Kötüler: _____ 188

Asıl Mesele: _____ 192

Carl Gustav Jung ve Analitik Psikoloji (Özet ve Karşılaştırma)_____ 192

YEDİNCİ BÖLÜM: CARL GUSTAV JUNG VE PSİKOLOJİ YENİ BİR DÖNEM, "BİLİNÇALTININ ÇÖZÜMÜ"__ 205

Carl Jung'un Astroloji Hakkındaki Söylemleri____ 228

JUNG' DAN BAZI SÖZLER:_____ 236

SEKİZİNCİ BÖLÜM: SONUÇLAR .. _____ 238

DOKUZUNCU BÖLÜM: JUNG PSİKOLOJİSİNE AİT BAZI KAVRAMLAR _____ 258

KİŞİLİĞİN GELİŞİMİ _____ 264

YAŞAM DÖNEMLERİ_____ 265

İŞLEVLER _____ 267

RÜYALAR VE SİMGELER _____ 267

SİMGELER _____ 269

JUNG TERAPİSİ _____ **270**

ANA Arketipler _____ **279**

Anne Arketipi _____ 280
Mana _____ 281
Gölge _____ 282
Persona _____ 283
Anima ve animus _____ 283
Diğer arketipler _____ 285

İnsan aklının dinamikleri _____ **287**

Benlik _____ 290
Eşzamanlılık _____ 291
Hayvan Davranışlarına Psikolojik Yaklaşımlar ____ 293

İnsan Davranışlarının Anlaşılmasında Bir Yaklaşım: Psikoanalitik Kuram _____ **299**

Freud ve Evrimsel Biyoloji: Psikanalitik Kuram'ın Eleştirisi _____ **305**

FELSEFENİN PSİKANALİZ ÜZERİNE ETKİLERİ… ____ **307**

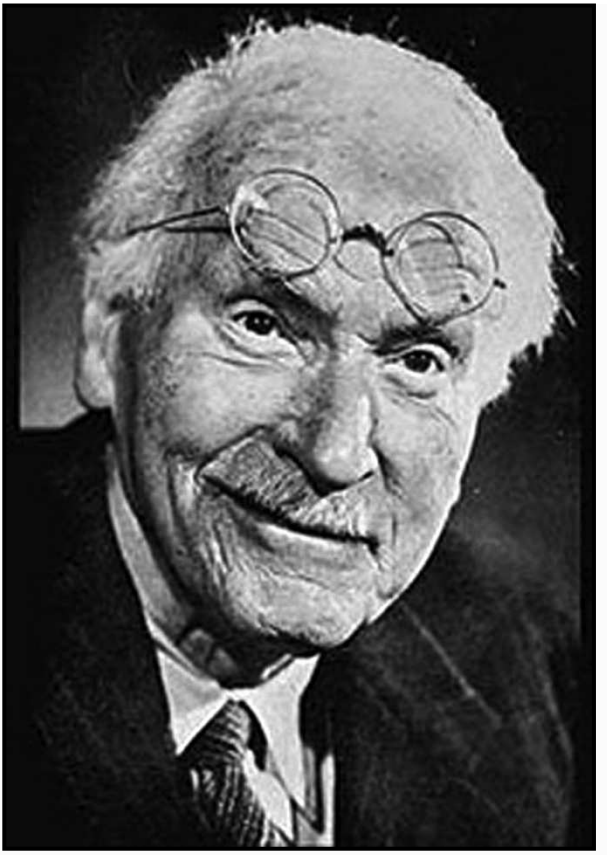
BİLİNÇDIŞININ KARANLIK YANI _____ **313**

JUNG'A GÖRE CİNSELLİĞİN İŞLEVİ… _____ **315**

Komplekslerin Tipolojisi _____ 316
Libido Ve İtkiler ve Yükseltilmesi _____ 318
Libidonun Dinamiği _____ 318
Freud'dan Sonra Libido _____ 319

YAZAR HAKKINDA

Carl Gustav Jung'un Yaşam Öyküsü



C. G. Jung, 1875 yılında İsviçre'nin Kesswil kentinde bir din adamının oğlu olarak doğdu. Ailesinin ilk çocuğu doğumdan sonraki birkaç gün içinde ölmüş olup, kendisi ondan sonra doğan "kıymetli bebek" durumundaydı. Kendisine o dönemin sayılan

kişilerinden olan dedesinin adını verdiler. Köydeki okuldan sonra gittiği Basel'de sık sık fenalaşarak bayıldığı, bu nedenle sara hastalığı düşünüldüğü ama muayenesinin normal çıktığı görülmüştür. Babasının kendisi ile kurduğu daha olumlu ilişki ile olasılıkla psikiyatrik kökenli olan bu sorunun üstesinden gelebilmiştir.

Tüm okul hayatı ve üniversitedeki tıp eğitimini Basel'de tamamladı. 25 yaşında iken psikiyatri uzmanlığı eğitimine Zürih'te başladı. 2 yıl sonra Pierre Janet'den ders aldı. Daha sonra Zürih'te Bleuler'in yanında çalışmaya başladı. Sözcükçağrışım testleri üzerine araştırmalar yaptı. 28 yaşında iken psikiyatri uzmanı oldu ve evlendi. 30 yaşında iken, Zürih Üniversitesi'nde öğretim görevlisi oldu. 2 yıl sonra Freud ile karşılaştı, onun etkisinde kalarak psikanalize ilgi duymaya başladı. O yıl psikiyatri kongresinde histeri konusunda Freud'un sözcüsü olarak konuşma yaptı. Bu dönem sonrasında "sözcük çağrışım testi" üzerinde çalışmalar yapmaya başladı. 36 yaşındayken, 1903 yılında Emma Rauschenbach ile evlendi ve Uluslararası Psikanaliz Birliği'nin ilk başkanı oldu. Bir yıl sonra Freud'un teorilerini eleştirdiği bir kitap yazdı. Ertesi yıl Freud ve onun ekolü ile arasındaki görüş ayrılıkları sonrası psikanaliz birliğinden, editörlük görevinden ve Zürih Üniversitesi'ndeki psikiyatri doçentliğinden istifa ederek, grup ile ilişkisini kesti. Bu dönemi izleyerek,

bilinçdışının yapısını araştırmak üzere çalışmaya başladığı çok fazla aktif olmadığı, yayın yapmadığı, askere alındığı bir dönemi olmuştur. 46 yaşında iken "Psikolojik Tipler"adlı eserini yayınladı.

Kollektif bilinçdışı ve bilinçle ilişkisini, kişinin psişik gelişimi ve bireyselleşmesini konu alan yayınlarda bulundu. Jung bu araştırmalarını yaparken Amerika, Güneydoğu Asya ve Afrika kıtalarına giderek modern hayattan uzak yaşayan topluluklar üzerinde de incelemelerde bulundu. Bu çalışmaları sonucunda kollektif bilinçdışı kavramının bireylerin beyinsel yapılarının ve düşünce şekillerinin daha eski katmanlarına ait yapılarla ilişkili olabileceğini öne sürmüştür. 55 yaşında iken Alman Psikoterapi Derneği'ne onursal başkan seçildi. 3 yıl sonra Hitler yanlısı politik görüşlerin dernekte etki göstermesi sonucu Kretscmer Alman Psikoterapi Derneği başkanlığından istifa edince yerine kendisi getirildi. Bu dönemde nazi yanlısı olmakla suçlanmış, ama kendisi birçok zor durumdaki psikoterapiste yardımcı olmaya çalışmıştır. 60 yaşında İsviçre'de psikoloji profesörü olarak görev yapmaya başladı. 69 yaşında iken kalp krizi geçirdi, bundan sonra daha dini bakış açıları geliştirdi, ruhun metafiziğe ve dinsel bir temaya ihtiyaç duyduğunu öne sürmüştür. 73 yaşında iken Jung Enstitüsü kurulur. Son eseri "İnsan ve İnsanın Sembolleri" de dahil olmak üzere otuz kitap ve sayısı doksanı aşan makale yayınlamıştır. Mitolo-

jiden, antropolojiye, en doğudan en batıya, kuzeyden güneye farklı coğrafyalarda ve farklı bilimsel alanlarda araştırmalar yapıp, farklı alanlarda farklı bakış açıları sağlamıştır. Psikiyatrinin çalışkan ve ilginç adamı 86 yaşında hayata gözlerini yummuştur..

Jung, Freud'un görüşlerinden bağımsız olarak, özgürce çalışabilmiş, kesin hatlar içinde sınırlı kalmayarak, psikanaliz içinde bahsedilmeyen pek çok konuda "Analitik Psikoloji" adı altında topladığı ekol içinde kuramlar üretmiştir.

Freud'un "libido" olarak adlandırdığı, pek çok his ve düşünceyi açıklamaya çalıştığı cinsel dürtülerin kök verdiği enerjiyi, sadece cinsel enerji olarak değil ruhsal enerjinin bütünü olarak kabul etmiştir. Freud'un libido kavramını bırakarak, "psişik enerji" ismini kullanmıştır. Bu enerji bazen bilinçaltında toplanıyor, bazen de çeşitli içgüdülerimizin birinden diğerine geçebiliyordu. Çeşitli sosyal aktiviteler, gelenek ve alışkanlıklarla bu enerji farklı eylemlere yönlendirilebilmektedir.

Analitik psikolojiye göre, her insanın bir dış bir de iç dünyası vardır. Çevremize yönelik olarak "persona" denen, bulunduğumuz çevreye, kültüre uyum sonucunda kazandığımız özellikler bütünü tanımlanmıştır. Eğer buna körü körüne uyacak derecede, kendi beynimizle sorgulamadan toplumsal kalıbı özümsersek, kişiliğimizle ilişkimizi kaybedebiliriz.

"Gölgelenmiş kişilik" denilen yapımız ise, gizlediğimiz kendimizin de fark edemediği alkol kullananlarda da gözlenebilen bilincimizin baskıdan kurtulduğu anlarda gerçekleştirdiğimiz düşünsel ve eylemsel yaklaşımlardan oluşur. Bunu aslında kendimizde olan sevmediğimiz özellikleri, başkalarına atfetme şeklinde nitelenebilecek olan "yansıtma"larda da gözleyebilmekteyiz.

Jung'a göre iç dünyamıza yönelik de çeşitli yapılarımız vardır. Her insanda hem dişiliğe ait bir davranış ve hissediş yapısı(ki buna "anima" adını vermiştir) hem de erkekliğe ait bir yapı("animus") vardır. Ona göre bu iki yapı arasındaki dengeye ait sorunlar cinsel kimlik bozukluklarından, kişilik bozukluklarına dek çok farklı psikiyatrik bozukluklara yol açabilmektedir.

Bunların en altında ise, "kendilik" dediğimiz asıl bizim içimizdeki öz olarak düşünülebilecek olan, rüyalarımızda farklılaşarak ortaya çıkan adeta yerkürenin merkezindeki mağma katmanı gibi enerjik bir yapı vardır.

Jung'un "Bireyleşme" olarak tanımladığı sürece göre, tüm yaşamımız boyunca kişiliğimiz şekillenir. Çeşitli dönemlerde çocukluktan ergenliğe, ergenlikten erişkinliğe ve "yaşam dönemeci" dediği otuzlu yaşlarda çeşitli aşamalardan geçer. Bazı do-

ğal hayat yaşayan kabilelerde bu geçiş dönemleri çeşitli törenlerle birbirinden kesin olarak ayrılır. Oysa modern toplum yapılarında bunlara çok daha az rastlandığından kişiler yaşlarına uymayan davranışlar gösterebilirler. Kişi eğer bireyleşmeyi başarmış ise, kendisi ile barışıktır. Çevresi ile anlamlı ilişkiler kurar, başkalarına örnek olur ve ölümün getireceği pişmanlık, çaresizlik ve korku hissini yaşamaz. İnsanlık yolundaki gelişmemiz iyilerimizi geliştirmek, kötülerimizin farkına vararak, azaltmaktaki özverili çabalarımız ile mümkündür.

Carl Gustav Jung, Freud tarafından psikanalizin mirasçısı olarak görülmüştür. 1914 yılında arkadaşlıkları bozulmuş ve çalışmalarına Freud'dan ayrılarak analitik psikolojisi adı altında devam etmiştir.

Jung 1875'te İsviçre'de dünyaya gelmiştir. Babası bir din adamıydı. Annesi duygusal problemleri olan dengesiz bir kadındı.1900 yılında Basel Üniversitesi'nde tıbbı bitirdi. Freud 'un rüyaların yorumu adlı kitabını okuduktan sonra psikanalizle ilgilenmeye başladı.1906 yılında ilk defa Freud'la Viyana'da bir araya geldi. Jung Freud'un takipçilerinden farklı olarak psikanalizle tanışmadan önce ün yapmış ve psikanalizle tanıştıktan sonra da Freud 'u eleştirmiştir. 1902 yılında yazdığı Bilinçdışı Psikolojisi adlı kitabında farklı bir libido görüşü ortaya atarak bu eleştirilerine yer vermiştir.1914 yılında Freud ile yollarını

ayırdı.38 yaşındayken çok şiddetli duygusal problemler yaşadı ve bu çatışmayı kendi bilinçdışıyla yüzleşerek çözümlemişti. 1932 yılında Federal Polytech nical Üniversitesi'nde prof. olarak atandı. 1942 yılında sağlık problemleri nedeniyle istifa etmek zorunda kaldı. 1961 yılında Küsnacht 'da öldü.

Jung insanın kişiliğinin sadece geçmişe göre değil kişiliğin geleceğe yönelik hedeflerimiz, tutkularımız ve ümitlerimiz tarafından şekillenebileceğini ileri sürmüştür. Jung yaşamı boyunca bilinçaltını vurgulamış ve bilinçaltına yeni bir boyut olan kolektif bilinçaltını getirmiştir. Psişe 3 seviyeden oluşur; bilinç, kişisel bilinçaltı, kolektif bilinçaltı. Bilinç; algılarımızı ve anılarımızı oluşturur ve bizim çevremize adapte olmamızı sağlayan gerçeklikle bağlantı kurma yoludur. Kişisel bilinçaltı; dürtüler, arzular, silik algılar ve bireyin bastırılmış deneyimlerinden oluşur. Bu deneyimler birleşik komplexleri oluşturur. Komplexler; zihnin güç ve aşağılık hissi gibi düşüncelerle meşgul olmasına neden olan ortak ana konu, duygu, anı ve isteklerdir. Kolektif bilinçdışı; birey tarafından bilinmeyen genel evrimsel deneyimlerini kapsar, kişiliğin temelini oluşturur. Onların farkında değiliz ve kolektif bilinçdışı şimdiki davranışlarımızı yönlendirir.

Kolektif bilinçdışındaki kalıtsal eğilimlere arketip denir. Arketipler insanların benzer durumlarda

benzer şekilde davranmasına neden olan zihinsel deneyimlerin önceden belirleyicileridir. Temel arketipler; Persona; gerçek kişiliği saklar. Başkalarıyla ilişkiye geçtiğimiz de giydiğimiz maskedir. Bu maske bizi topluma görünmek istediğimiz gibi sunar.

Anima ve animus arketipleri; bir insanın hem kadınsı hem de erkeksi eğilimlerini gösterir. Anima erkeklerde dişilik özelliklerini, animus kadındaki erkek özelliklerini gösterir. Gölge arketipi; tüm ahlaksızlıkları, ihtirasları ve nahoş arzu ve faaliyetleri içinde saklar. Ben; kişinin tümünü temsil eder. Ben her zaman kendini gerçekleştirmek için çabalar.

Jung libidoyu genelleştirip bir hayat enerjisi olarak ele almıştır. Libidinal hayat enerjisini sadece cinsel nitelikte ele almamış, bunun beslenme ve gelişme işlevlerine de hizmet ettiğini ileri sürmüştür. Çocuğun anneye olan düşkünlüğünü annenin çocuğun ihtiyaçlarını karşılaması açısından açıklamıştır. Ödipal komplex sürecini reddetmiştir. Çocuğun olgunlaşması sırasında beslenmeye ilişkin işlevler cinsel duygularla örtüşür. Libidinal enerji ancak ergenlikten sonra heteroseksüel şekle dönüşür.

Jung hastalarının kişilik komplexlerini ortaya çıkarmak amacıyla kelime çağrışım testini geliştirmiştir. Kelime çağrışım testinde hastaya bir

kelime okunur ve hasta aklına gelen ilk kelimeyle karşılık verir. Kişinin tepki süresi, nefes alma süresi ve deri iletkenliği ölçülür. Hasta aklına gelen kelimeyi söylerken tepki süresi uzarsa nefes almada düzensizlik varsa ve deri iletkenliğinde değişiklik varsa bu kelimeyle ilgili duygusal bir problem olduğu sonucuna varılır.

Jung içedönüklük ve dışadönüklük tartışmaları ile de tanınır. Dışadönük kişi libidosunu kendi dışındaki olaylara, kişilere ve durumlara yatırır. Bu insanlar dış faktörlerden kolay etkilenir, özgüveni tamdır ve sokulgandır. İçedönük kişi libidosunu kendi içene doğru yatırmıştır. Bu kişiler dış etkenlere karşı dayanıklıdır, alıngan ve özgüveni azdır. İki kavramda bir insanda bulunur. Fakat biri diğerine daha baskın gelir.

Jung'un çalışmalarının psikoloji ve psikiyatri alanlarının yanı sıra din, tarih, sanat ve edebiyat alanları üzerinde etkisi olmuştur. Dikkate değer katkılarına rağmen çağdaş psikoloji tarafından kabul görmemiştir. Jung'un düşünceleri 1970-80 yılları arasında mistik içeriğinden ötürü halkın büyük ilgisiyle karşılanmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM: JUNG PSİKOLOJİSİNE GİRİŞ

ANALİTİK PSİKOLOJİ

Analitik psikoloji, Carl Gustav Jung tarafından geliştirilmiş bir psikoloji kuramıdır. Jung, 1907 yılında Sigmund Freud ile birlikte çalışarak, psikanaliz kurama birçok katkı sağlamıştır; ancak 1913-14 yıllarında psikanaliz kuramındaki bazı konulardan dolayı çatışma yaşamış ve Freud'la yollarını ayırarak analitik psikoloji alanında çalışmalar yapmıştır.

Jung psikanalitik kuramı, psikanaliz kuramın temelleri üzerine kurmuştur. Dolayısıyla bilinçdışının varlığını kabul etmiş fakat psikanalizin temel unsurlarından olan id, ego ve süperego mekanizmaları yerine bilinç, kişisel bilinçdışı ve kollektif bilinçdışı olmak üzere üç boyutlu bir yapı kabul etmiştir. Kişisel bilinçdışı, bireyin kendine ait ..

Analitik psikoloji, Carl Gustav Jung tarafından geliştirilmiş bir psikoloji kuramıdır. Jung, 1907 yılında Sigmund Freud ile birlikte çalışarak, psikanaliz kurama birçok katkı sağlamıştır; ancak 1913-14 yıllarında psikanaliz kuramındaki bazı konulardan dolayı çatışma yaşamış ve Freud'la yollarını ayırarak analitik psikoloji alanında çalışmalar yapmıştır.

Jung psikanalitik kuramı, psikanaliz kuramın temelleri üzerine kurmuştur. Dolayısıyla bilinçdışının varlığını kabul etmiş fakat psikanalizin temel unsurlarından olan id, ego ve süperego mekanizmaları yerine bilinç, kişisel bilinçdışı ve kollektif bilinçdışı olmak üzere üç boyutlu bir yapı kabul etmiştir. Kişisel bilinçdışı, bireyin kendine ait oluşturduğu bilinçdışıdır, kollektif bilinçdışı ise, geçmişten gelen yani atalardan genler yoluyla devralınan ortak bilinçdışıdır.

Kişisel bilinçdışı, bilinçdışının üst katmanında yer alır; unutulmuş veya geriye itilmiş yaşantılar, istekler, korkular, duygular burada birikir. Bu bilinçdışında yer alan bilgiler kimi zaman bilinç düzeyine kolaylıkla getirilebilirken, kimi zaman da imkânsız olabilir.

Her insan kalıtım yoluyla sahip olduğu bilinçdışıyla dünyaya gelir. Kollektif bilinçdışı, ilk insandan günümüze kadar gelen insan nesillerinde, hatta hayvanlarda varlığını benzer biçimde ve içerikte korumuştur. Kollektif bilinçdışını oluşturan unsurlara arketipler denilir. Arketiplerin etkisi, bütün sanat eserlerinde görülür ve insanlığın ortak malı izlenimini verir. Farklı toplum ve zamanlarda ortaya çıkan ve kollektif bilinçdışını yansıtan masal, mit, destan gibi

sanat eserlerinde ve rüyalarda insanlığın ortak korkularını, isteklerini ve özlemlerini görmek mümkündür.

Masallarda, mitlerde, efsanelerde arkaik karakter taşıyan motiflerden birkaçı şöyle sıralanır: Kurtarıcı kahraman, ejderha ve kahramanla ejderhanın mücadelesinde her zaman ejderha yenilgiye uğratılır. Kahramanla canavarın diğer bir çeşitlemesi ise yerin altına inme olayıdır. Jung'a göre bununla anlatılmak istenen, bilincin içe dönüşü ve bilinçsiz ruhun derin katmanlarına sızışıdır. Bu katmanlar kollektif mitolojik karakterlerde içeriklerin kaynaklandığı yerdir. Dolayısıyla bunlar, kollektif bilinçdışıdır. Ayrıca birine "ilk görüşte aşık olma" ve "deja vu" olayı kollektif bilinçdışının etkilerini yaşam içinde diğerlerinden çok daha açık bir şekilde göstermektedir.

Bilinç ve Bilinçdışının İşlevi

Jung'a göre, bilinçdışı kavrayamadığımız bir nitelik taşımakta; ancak bilinç aracılığıyla ve bilinç koşullarında açığa çıkmakta ve bundan daha ilerisine gidilememektedir.

Jung, Freud'un bilince bilinçdışının kökeni olarak baktığını söyler; kendisi ise bu düşüncenin aksini savunur. Ona göre, bilinçten önce bilinçdışı vardır ve bilinç bilinçsiz du-

rumdan gelişip ortaya çıkar. Çocukluğun ilk yıllarındaki yaşantılar ile uykuda geçen süre bilinçsizdir.

En önemli içgüdüsel fonksiyonlar bilinçsiz davranır; çünkü bilincin öncelikle bilinçdışı tarafından oluşturulması zorunludur. Bilinç, ruhsal süreçlerin "ben"le ilişkisi olarak tanımlanır. Ben ise, varlığın özellikle genel algılamalardan, belleğin içeriklerinden oluşan bir yapı kompleksidir.

Geçmişte yaşananlara ilişkin düşünceler ile bellekte bulunan anılar "ben"in temel unsurlarıdır. Dolayısıyla "ben" ruhsal süreçlerin oluşturduğu karmaşık bir yapıdır ve sürekli dikkat ve isteklerin ortasında yer alarak bilincin merkezini oluşturur; fakat bilincin sadece küçük bir bölümünü kapsar. Psikozlu hastalarda ben parçalandığı için ruhsal içeriklerin bir kısmı "ben"in bir parçasına, bir kısmı da diğer parçasına bağlanır. Bu nedenle bu hastalar çok sık kişilik değiştirebilirler. Örneğin, şizofrenler...

Analitik psikolojiye göre bilincin birçok işlevi vardır. Bunlar bilincin ruhiçi ve ruhdışı alanlardaki yönelimini sağlar. Bilincin ruh dışı (ektopsişik) işlevleri duyular, düşünceler, duygular ve sezgilerdir. Duyular dışarıdan alınan malumatın varlığını, düşünceler bunun ne olduğunu açıklar, duygular ise birey için ifade ettiği değeri belirler. İnsan çaresiz kaldığında ve başvuracağı somut bir dayanak olmadığında sezgilerine sığınır. Sezgiler aynı zamanda içeri-

ğinde zaman faktörünü de bulundurur. Bilincin ruh içi (endopsişik) işlevlerinden ilki bellektir. Bellek, bilinçten kaybolmuş, bilinç eşiğinin altına kaymış malumatla bağlantıyı sağlar. Bilincin ruh içi işlevlerinden ikincisi, öznel tepkiler diye adlandırılan düşüncelerdir. Üçüncü işlev, emosyon ve heyecanlardır, dördüncü işlev ise, sızmadır. Sızma durumunda insan otokontrolünü kaybedebilir.

Kişilik Kuramı

Jung, insanları kişiliklerine göre iki gruba ayırmıştır: İçedönük insanlar ve dışadönük insanlar. Bu kişilik kavramları ilk defa Jung tarafından ifade edilmiştir. İçedönük insanlar, yalnızlığı tercih eden, utangaç, sıkılgan tiplerdir. Topluluk içinde rahat hareket etmez, utangaç tavırlar sergilerler. İçsel çatışma yaşadıkları zaman, iyice kabuklarına çekilirler ve diğer insanlarla ilişkilerini en aza indirirler. Dışadönük insanlar, grupla çalışmayı seven, yalnızlıktan kaçınan ve girişken tiplerdir. Jung'a göre sağlıklı bir kişiliğe sahip birey, bu farklı kişilikler arasındaki dengeyi koruyabilen kimsedir.

Psikoterapi Süreci

Analitik psikolojiye göre birçok sorunun, bireyin özüne yabancılaşmasından kaynaklanır. Bu sorunlardan kurtulmasının çıkış yolu, yabancılaştığı doğasına geri dönmesinde saklıdır.

Psikoterapinin ilk seanslarında hastaya terapiye ilişkin bilgiler verilir ve seans süreleri belirlenir. Haftada 1-2 seans yapılır ve her seans süresi 60 ila 90 dakika arasında değişir. İlerleyen günlerde seans süreleri azaltılıp artırılabilir.

Jung, bir hastayı tedavi ederken onun hakkında bir şey bilmiyormuş gibi davranmayı tercih ettiğini söyleyerek şöyle devam eder: Hasta karşısında aptalmış gibi davranmak ya da aptal rolünü oynayıp, ona içindekileri dışavurma fırsatını tanımak tedavide tutulacak en sağlıklı yoldur.

Analitik psikoterapilerde yaygın olarak kullanılan çözümsel (analitik) teknikler şunlardır: Kelime çağrışımı (çağrışım deneyi), rüya analizi, aktif imgelem. Bilinçdışı malumatın bilinç yüzeyine getirilmesinde bu analiz teknikleri kullanılır. Terapinin amacı, kişinin uzaklaşıp yabancılaştığı evrensel insanı yeniden tanımasını sağlamak ve kendi doğasında gelen istek ve arzuları öğrenmesidir.

Çağrışım deneyi ile aktif imgelem yöntemi ilk defa Jung tarafından kullanılmıştır. Aktif imgelem yönteminin işleyiş prensibi, bilinçsiz malumat ve yaşantıların bilinç düzeyine getirilmesidir. Çağrışım deneyinde, örneğin yüz kelimeden oluşan bir liste hazırlanır.

Deneğin yapacağı işi kavradığı hissedildikten sonra deneye başlanır. Terapist sırayla kelimeleri söyler ve kişi aklına gelen bir başka sözcüğü, yani uyaran sözcüğü duyduktan çok kısa bir süre içinde, aklında çağrıştırdığı kelimeyi söyler. Kronometreyle deneğin tepki verme süresi ölçülür. Sözcüklerin tamamı bitirildikten sonra deneyin ikinci aşamasına geçilir. Kelimeler sırayla yeniden söylenir ve kişinin daha önce verdiği cevapları tekrarlaması istenir. Burada da kişinin bocalamaları, yanlış cevapları önem taşır ve dikkatle izlenerek saptanır.

Freud rüya ve imgeleri bastırılmış cinselliğe bağlarken, Jung daha farklı değerlendirir. Ona göre, rüyanın zihnin hangi katmanından geldiği ve diğer katmanlarla ilişkisi rüyanın anlamını ve önemini belirler. Bazı rüyalar kişisel bilinçdışından gelen öğeleri içerirken, bazıları da kollektif bilinçaltının bir ürünüdür. Rüyalar, kendi kendini düzenleyen ruhsal yapı-

nın doğal tepkisini oluşturur ve süreklilik arz eden ruhsal yapının bir parçasıdır.

Bireyin psikoterapi sonucunda kollektif bilinçdışıyla ilişki kurması ve bütünleşmesi önemlidir. Bu bağlamda terapi sürecinde kişinin bilinçdışından gelen mesajları, yaşamındaki tesadüfler, anımsadığı anılar, öyküler, etkilendiği durumlar ve diğer insanlarla yaşadığı sürtüşmeler analiz edilir. Psikanalizdeki gibi çocukluğa gitme ve çocukluk yaşantılarının gün yüzüne çıkartılması gibi bir çabanın içine girilmez. Kişinin şu anki durumunu etkileyen olaylar, anılar, çağrışımlar, rüyalar, çatışmalar, özlemler ve ilgiler büyük önem taşır.

Jung'un psikoloji-psikiyatri bilimine yaptığı katkılar

Jung'a göre bilinçli olmak, içinde bulunduğu ilişkileri nedeniyle dış dünyayı algılamak ve onu tanımak demektir." "Bilincin doğasının tam olarak ne olduğunu kendi kendimize sorduğumuzda bizi en etkileyici olgunun, uzayda gerçekleşen bir olayın aynı anda bizde bir imge yaratması ve böylece bilince girmesi oluyor."

Bilincin belli bir sınırı bulunmaz diyor Jung. Sınırlar oldukça değişkendir ve bilinçdışı içerik bilinç alanına katıldıkça da genişlemeye devam eder. An-

cak bilinçdışına ait tek bir içerik bilinç alanına dahil olamaz. O da Arketipsel içeriktir. Arketiplerin izleri sürülebilir, ruhsal hayatta ki etkileri takip edilerek tanınabilirler de ama köklerinin her zaman ele geçirilemez bilinçdışı alanda saklı kalacağını düşünür Jung…

Jung, bilincin sürekli bir işleyiş içinde olmadığını, tam aksine kesikli, kopuk kopuk bir işleyiş gösterdiğini söyler. Bilincin zayıfladığı ya da kaybolduğu, buna mukabil uyanık olduğumuz haller vardır. Bilincin belirli bir düzeye ve yoğunluğa erişmesine aslında oldukça az rastlanır. Gece uykuda geçen ve gündüz bilincin çok zayıf bir işleyiş gösterdiği zamanların toplamı der Jung, belki ömrümüzün yarısı ederdi.

Bilinç "irade"nin hükümranlığını sürdüğü alandır ayrıca."İrade" bazen istekle karıştırılır. **Oysa irade insanın sadece bir şeyi arzulaması değil, onunla ilgili bir etkinlikte bulunmak üzere arzulamasıdır. Yani arzuya kararlılık ve eyleme geçme itkisi eşlik eder. İşte bu bir ego işlevidir ve ilkellerde pek az gelişmiştir.** Bilincin güçlenmesi, keskinleşmesi iradenin de güçlenmesi demektir. Ne yapacağına karar vermek ve onu yapmaya koyulmak bilinçdışının ruhsal faaliyetlerdeki hakimiyetine karşı duran bilincin kudretinin ölçüsünde olur.

> Esasında insanın psikolojik gelişimi ve mutluluğu, biliçdışını bilinçten tamamen uzaklaştırmak ve onu kendi bilinmezliğinin sınırları içinde mahkum olmuş bir şekilde, yalnız bırakmakta değildir. Aksine bilincin gelişimi sürmelidir ancak, bu bilinçdışını da yavaşça kendi içeriğine katarak, ona insan psikolojisinde oynadığı rol itibarı ile hak ettiği değeri vererek olmalıdır.

Bilincin öne çıkışı

Jung bilincin, zaman içersinde bilinçdışından evrimleştiğini düşünür. Bilinç insanın vahşi doğadan kendisini koruyarak dünyaya hakim olmasını sağlayan en üstün yetenektir. Bilincin yerinin beyin olduğunu, onun bir fonksiyonu olduğunu varsayar.

"İlk atalarımız zamanında ciltte bir duyu organı sayılabilecek ektoderm kökenli beyindedir belki bilincin yeri. Bilincin beyne yerleştirilmesi, belki onun duyusal ve yönelimsel işlevinin sonucudur." Bilincin gelişiminden söz ettiğinde bunun bilincin tarih bo-

yunca dil ve kültürel gelişimi ile ulaştığı bu günkü noktaya ulaşması sürecini kastetmediğini ifade eder.

"İnsan vücuduna nasıl, evrimsel bir tarihe sahip pek çok organdan oluşan bir müze gözü ile bakılıyorsa, insan aklının da organizasyonu esnasında böyle bir evrimsel süreçten geçtiği düşünülmelidir. Zihin, vücudun sahip olduğunu bildiğimiz türden evrimsel tarihten yoksun bir yapı olamaz.Evrimden kastettiğim,bir zamanlar psikesi hayvanlara yakın olan arkaik insanın tarih öncesi dönemlerden itibaren başlayan biyolojik ve bilinçsiz gelişim sürecidir."

Ayrıca insanın doğumu, çocukluğu süresince bilinçdışının hakimiyeti altında olduğunu ve bilincin bilinçdışı tarafından zaman içinde oluşturulduğunu söyler. Bilincin büyüme süreci içinde giderek berraklaşıp "ben" bilincinin ortaya çıkışının on yaşlarından sonra gerçekleştiğini şu sözlerle ifade eder.

"Örneğin on yaşlarındaki çocuklarda artık bir bilincin geliştiğini düşünebiliriz. Ama bunun acayip bir bilinç olduğunu, yani her türlü ben-bilincinden uzak bir karakter taşıdığını saptamak güç değildir. Pek çok çocuğun on bir, on iki, on dört ya da daha ileriki yaşlarda ansızın "benim" (ich bin) yaşantısına ulaştığını biliyorum. İlk kez yaşantılarının bilincine

> **varan bu çocuklar, başlarını döndürüp bakabilecekleri bir geçmişleri olduğu sezgisine kapılır. Ne var ki bu geçmiş, birtakım nesnelerin anılarını içermesine karşılık, onların ben'lerine ilişkin hiçbir anıyı kapsamına almaz."**

Jung bilince yaklaşımının bu açıdan Freud'unkinden farklı olduğunu zira Freud'un bilinçdışına, bilinçten kaynaklanan dışsal bir uzantıymış gibi bakma eğiliminde olduğunu söyler. Zira Freud bilinçdışına sadece, bilinçli kalmasının sosyal uyuma zararı dokunacağı gerekçesiyle reddedilen bilinç içeriğinin toplandığı yer olarak bakmaktadır. Dolayısıyla Freud'un tarif ettiği bilinçdışı yokluktan bilinç sayesinde oluşturulmuştur.

Bilincin İşlevleri

Jung, bilincin (ve onun merkezi olan ego'nun) dış dünyayı tanımaya ve uyum sağlamaya çalışırken kullandığı "işlev" adı verdiği bazı araçlardan söz eder. Bunlar *dört tanedir.* Kişinin dış dünyaya tam orientasyonu bu dört işlevin birlikte çalışması ile mümkün olur. *Jung bu dört işlevi sırayla "duyum" , "düşünce", "duygu" ve "sezgi" diye isimlendirir.*

a.Duyum:

Duyum dış dünyadan gelen uyarıların zihinde uyandırdığı imgeler ve izlenimlerdir. Duyum duyu organlarımız vasıtasıyla uzamda bir nesnenin "var olup olmadığını, hareket edip etmediğini" söyler bize. Akıldışı bir işlevdir. Zira irade ve isteğin dışında görev görür.

b.Düşünce:

"Düşünce" ise o nesnenin ne olduğuna dair fikir verir. Hesaplar, yargılar, karşılaştırır, sonuç çıkartır. Akılcı bir işlevdir, yönetilebilir.

c.Duygu:

"Duygu" nesneleri ya da olayları değerlendirmeye yarar. Kişi bunlardan hoşlanmakta mıdır, nefret mi etmektedir, korkmakta mıdır, sıkılmakta mıdır, işte duygusal işlevin sayesinde nesne ile kişi nasıl ilişki kurması gerektiğini, nasıl reaksiyon vermesi gerektiğini tartma şansına sahip olmaktadır. Duygu da akılcı bir işlevdir. Jung'un düşünce kadar duyguyu da akılcı bir işlev olarak değerlendirmesi bilinçli alanda yapılan bir değerlendirme ve muhakeme işlemi olmasına bağlıdır.

d.Sezgi

Gelelim dördüncü işlev olan sezgi işlevine.. Kavranması en zor olan işlevdir belki de.

Sezgi içinde yaşanılan olgular dünyasının zaman boyutuyla ilgilidir. Şeyler nereden gelmiş nereye gitmektedir? Neyin ne zaman sahneye gireceğini, değişimin hangi yönde olacağını sezgileriyle anlamaktayızdır çoğu kez.

Jung sezgiyi açıkça parapsikolojik, metafizik bir olgu olarak tanımaz. Sezginin olayların geçtiği ortamın atmosferine dair "bulanık izlenimlerden" ve şimdiki durumun geçmiş tecrübelerin ışığında bilinçdışı değerlendirilebilmesinden kaynaklanan bir işlev olabileceğini ifade eder. Ancak bizzat Jung'un da deneyimlediği izah edilmesi güç ve ancak *parapsikolojik kategoride* değerlendirilebilecek deneyimler söz konusu edildiğinde, bu yeteneğin arkasında gizlenen bir hâkikatin var olduğu düşüncesine sahip olduğu hissedilir.

Jung'un da ifade ettiği gibi *zaman boyutuyla ilgili sezgisel bir kavrayışa sahip olduğumuz* aslında çok açıktır. Üstelik sezgisel kavrayışın tabiatta sadece insanlara has bir yetenek olmadığını, hayvanlar ve bitkiler aleminde de benzer bir yeteneğin görev başında olduğunu anlamaktayız.

İnsan vücudunda yirmi dört saate ayarlanmış, mükemmel işleyen biyolojik bir saat olduğunu biliyoruz.Benzer biçimde kuşların da göç vakti geldiğini haber veren biyolojik bir saatleri ve sıcak iklimlere doğru kanat açtıklarında yollarını şaşmaz bir kesinlikle bulmalarını sağlayan içsel bir pusulaları vardır. Güveler, arılar ve termitler gibi görece ilkel organizmaların dahi neyi ne zaman yapacaklarını gösterir bir zaman ölçerine sahip olduğunu görüyoruz.

Jung sezgisel yeteneğin yaşam koşullarının zorlayıcı olmadığı ortamlarda arka planda kalacağını ve farkedilemiyebileceğini ancak Afrika'da ki "Yağmur Ormanları" gibi tehlikelerle dolu bir ortamda, atalarımızın verdiği gibi bir hayat mücadelesi verdiğimizde, av ve yön bulabilmek, tehlikeli hayvanlardan korunabilmek için sezgisel yeteneğe sahip olmamızın yaşamsal bir öneme sahip olacağını söylemektedir ki kuşkusuz haklıdır.

> Haberci rüyaların geleceği gösterdiği durumlar ve telepatik fenomenler gibi sezgisel bilişlerde ise durumu bilimsel sınırlar içinde kalarak açıklamanın hiçbir imkanı yoktur. Jung bu açıklanamaz olguları **"participation mystique"** ismiyle andığı subjektif deneyime bağlı bir fenomen olarak kabul etmektedir.

İşlevlerin yönetimi:

Bu işlevlerden hepsi psişenin yapısı içinde faaliyet gösterir ve değeri vardır. Ancak kural olarak birey dış dünya ile ilişki kurarken daha çok faydalanabileceği bir işlevi diğerlerine tercih eder ve dört işlevden birisi üst işlev olarak öne çıkar.

Jung düşünce ve duyguyla, duyum ve sezgiyi birbirine karşıt işlevler olarak görür. Üst işlev hangisi ise bilinç alanında, karşıtı ise bilinçdışında daha çok faaliyet gösterir. Bunun sebebi karşıt işlevlerin birbiriyle hiç uyuşmayan, ilişkili olmayan ve aynı anda faaliyet göstermesi mümkün olmayan işlevler olmasıdır.

Dolayısıyla birisi öne çıkarken diğeri geri çekilir.

Örneğin bilim alanı düşünce işlevinin öncelikle kullanılması gereken bir alandır. Ya da hukukta en ufak ayrıntılar haksız bir karardan kaçınmamak için göz önünde tutulmalı ve değerli görülmelidir. Bu mesleklerin icra edilmesi esnasında duyguların devreye girmesi halinde olabilecekleri bir düşünün. Bilim adamı daha çok hoşuna giden hipotezi kanunlaştırmakta çekinmez. Hakim katilin mizacını beğendiği için düşük ceza verir, savcı dolandırıcıya acıdığı için

delillerin peşine düşmez, avukat hoşlanmadığı müvekkilinin davasında kötü bir savunma yapar.

Üst işlev ve onun karşıtı alt işlev ortaya çıktıktan sonra, bir de yardımcı işlev belirlenir. Yardımcı işlev üst işlevden sonra en çok gelişmiş olan işlevdir.

Psikolojik tipler & Dünyaya yönelik tutumlar:

Dışadönük (Extrovert)ve İçe dönük (İntrovert)

Jung dış dünyaya karşı tutumlarımızda iki farklı model olduğunu söyler.

Bir kısım insanlar dış dünyadan bir uyaran geldiği zaman ona doğru tereddütsüz yaklaşırlar, diğer bir kısmı ise reaksiyon vermeden önce hafif bir şüpheyle "neden" diye sorar ve bir adım geri çekilirler. İlk tutum dışadönüklüğe ikincisi ise içe dönüklüğe uymaktadır.

Dışadönüklük

Dışa dönük insanların ilgisi objeye yöneliktir. Dış dünyadan gelen uyarılar algılarını, duygularını, yargılarını ve eylemlerini etkilemede, şekillendirmede ilk sırada gelir. Böyle bir çocuk içinde bulunduğu ortama hemen uyum sağlamaya yönelir. Objelerden korkmaz ve onların arasında kendini güvende hisseder. Dikkati özellikle objeyi etkileyebilmesine yönelmiştir. Onlarla özgürce oynar ve bu esnada pek çok şey öğrenir. Arada riske de atılabilir. **Onun gözüne, bilinmeyen her şey bir cazibe merkezi gibi görünmektedir. Zamanla dış dünya ve değerlerinin zihindeki temsili bilişsel faaliyetlerin yürütülmesini iyice kontrolü altına alır.**

Mesela vefalı bir kız evlat "Kendime babamın rahatsız olabileceği bir şeyi düşünmeye asla izin vermem" dediğinde bu onun, kendi düşüncesini öncelikle babasının düşüncesine göre (bir dış faktör) ayarladığı anlamına gelir. Eğer bir kişi herkes beğendiği için bir filmi beğeniyorsa beğenisi dış dünyanın hükmüne ayarlanmış demektir. Bazı insanlar başkalarını hoşnut edebilmek için kendilerini gülünç duruma düşürmeyi dahi göze alabilirler. Bazıları içinse kimse tarafından farkedilmediği sürece hiç bir ek-