

söyleyen Koch ile alay ederek, Koch'dan bu basilleri istemiş, Koch da Berlin'den bir tüp dolusu kolera basilini kendisine göndermiştir. Pettenkoffer enstitüsündeki yardımcılarını etrafına toplayıp onların gözü önünde ve koca sakalını oynatarak basil dolu tüpü bir dikişte yutuvermiştir ve işin garip tarafı şu ki, kendisine hiç bir şey olmamıştır. Koca bir tümeni öldürecek kadar basilin nasıl olup da bir etki yapmadığı bir türlü anlaşılamamıştır (7).

1. Rudlof, J. 1975. Knauers Buch der Modernen Chemie. S. 139, 237, 246. Droc-Knauer Verlag, München - Zürich.

2. Römpf, H. 1962. Chemie Lexikon, 4. Auflage, 1. Band, s. 346. Franck'sche Verlagshandlung, Stuttgart.
3. Meyrslexikon 1936, 1. Band, s. 631. Bibliographisches Institut AG, Leipzig.
4. Bamm, P. 1976. Eines Menschen Zeit. Knauer Verlag, München.
5. Schanderl, H. 1959. Die Mikrobiologie des Mosres und des Weines. 2. Auflage, s. 228, Ulmer Verlag Stuttgart.
6. Akman, A. 1964. Fermantasyon Mikroniyolojisi, 2. baskı, s. 5, A.Ü. Basımevi, Ziraat Fakültesi Yayınları, No. 89.
7. De Kruef, P. 1937. Mikroben Jäger, s. 137. Orell Füssli Verlag Zürich - Leipzig.

İNSANLAR HAKKINDA GERÇEKTEN NE BİLİYORUZ?

Dr. Gülseren SERBESTER
İzmir İ.T.B. Fakültesi Asistanı

Kimi durumlarda psikoloji ile sosyoloji disiplinlerini birbirlerinden ayırmak zordur. Psikolojinin akıl ve davranış ile sosyolojinin ise grup çalışması veya sosyal davranış ile ilgili olduğu söylenir.

Ayrı olarak tıpta psikosomatik üzerinde dikkati çeken bilgiler geliştirilmiştir. Psikosomatik hekimlik müjdeciliğini en eski zamandanberi şu düşünce teşkil etmiştir. "Moral fiziğe, fizikte ruh üzerine tesir eder". Bu gerçek ancak zamanımızda işlenmek suretiyle yeni bir hekimliğin kurulmasına esas teşkil etmiştir. İlk psikosomatik derginin Amerika'da çıktığı tarih nihayet 35 seneyi geçmez. Ancak bu süre içinde psikosomatik alanında önemli ilerlemeler olmuş, yayınlar çıkmış, birçok kongreler yapılmıştır.

Psikosomatik (soma = vücut) ve (psyche = ruh) kelimelerinin birleşmesiyle meydana gelen bir terimdir. Bu vücudun bütün normal ve anormal fonksiyonlarının fizyolojik ve psikolojik yönlerini bütün bağlantılarıyla inceleyen ve dolayısıyla aynı zamanda fizik ve ruhsal tedavileri birleştiren, yani ruh ve madde ikiliğini kaldıran bir hekimlik disiplininin ifadesidir. Benim bir bedenim bir de ruhum yoktur. Ben "bedenli - ruhlı bir bütünum".

İnsan organizmasının en saf görünen ruhsal tepkileri dahi bir fizik esasa yani bir organ olarak beyin örgülerine bağlıdır. Bu suretle ruhsal etkenler birbirine etki etmek ve bağlanmak

suretiyle sonunda bazan fizik ve bazan da psikolojik olaylar meydana çıkarmaktadır. İşte bunu psikosomatik incelemektedir.

Araştırmalar göstermektedir ki ülkedeki hastane yataklarını dolduran hastaların şikâyetlerinin yarısından çoğu psikolojik rahatsızlıklardan ve sıkıntı çekmekten ileri gelmektedir.

İş bunalımı (long endured) kalp hastalığına, mide ülserine, spastik kolona ve başka fizyolojik bozukluklara neden olabilmektedir.

İnsanın günlük yaşamı baskı ile doludur. Akıl ve fiziksel çabaların hepsi stress'i içine alır. Eğer atlet yarışı kazanır, artist rolünü bitirir ise baskı başlar. Eğer vücudunuz tedavi olunamaz bir hastalıkla savaşıyorsa, şirket iflâsa gidecek veya üretim yöneticisi başarısız olduğunu idrak ederse baskı, daha sonraları zararlı olacaktır. Korku ve baskı, normal düşünce mekanizmasını durdurur.

Özgür düşünce üzerine yöneltilen baskının yani kafalarda hapsedilen normal düşüncenin zamanla şizofrenik düşünceye dönüşeceği kanıtlanmıştır. Gerçeklere bağlı kalmakla gerçeklerden kaçmanın verdiği iki korkunun iki kıskaç gibi kişiliği ezdiği apaçiktir.

Baskının sebep olduğu zarar nedeni olan koşullar 2 yönlüdür. İnsan;

1. Birşeyin çok kuvvetli olarak olmasını istiyor ve daha sonra onu elde etmede başarısızlığa uğruyorsa, bu bunalım (depression) ile sonuçlanmaktadır. Bunalımın sözlük anlamı,

aşırı ölçüde sıkıntı duyup soluk alamaz duruma gelmektedir. Bunalımın kökeninde sıkıntı yoğunluğu ve birikimi vardır.

Kişi hayalî bir engel ile bunalıma sürüklenebilir. Ve gerçek bir engel karşısında bunalıma uğramayabilir.

2. Yapmak istemediği birşeye karar veriyor ve bunu yapmağa mecbur ediliyorsa, bu da bunalım doğurmaktadır.

Bu iki durumda 3 çeşit tepki ile karşılaşmaktadır.

1. **Aggression:** Saldırganlık, taşkınlık, bireysel hücum, egemen olmak için girişimde bulunmak, bir kimseye kabahati yüklemek veya kendine saldırıldığında savunmada bulunmak gibi...

Görüldüğü gibi bunalım, kişiyi saldırgan davranışa sokacak bir dereceye kadar artabilir. Saldırganlık, düşmanlık ve vuruşma gibi yıkıcı davranışlara yöneltebilir. Freud, düşmanlığın veya şiddetin kişi yanından birkaç yoldan ortaya koyulabileceğini gösteren ilk kişilerden olmuştur. Kişi düşmanlığını, bunalımın nedeni olarak düşündüğü kişi ya da maddeye yöneltecektir. Kızgın bir işçi patronunu dövmeyi deneyebilir veya işini ve itibarını, dedikodu ve başka kötü amaçlı davranışlarla gözden düşürmeğe çalışabilir. Kişi genellikle, bunalımının nedenine doğrudan saldıramazsa, düşmanlığının hedefi olarak "başkalarının cezasını yüklenen" (şamaroğlanı) bir kişiyi arayabilir. Örneğin; bir işçi patronundan, kaderini elinde tuttuğu için korkabilir. Bu durumda "kızgın işçi karısıyla münakaşa edebilir, kediye tekme atabilir, çocuklarını dövebilir veya daha yapıcı olarak, duygularını tahta yontarak, küfür ederek veya lânetleyerek dile getirir".

Norman R. F. Maier'in belirttiği gibi kızgınlık bunalımın ortaya koyulabileceği tek yoldur. Baskı artar veya bunalım devam ederse, davranışın öteki türleri olan rasyonelleştirme, katılaşıma, teslimiyet ve geri çekilme gelişebilir.

2. **Hareketsizlik.** Problemi ihmal etmeye yöneliktir. Zamanın bir kararı gereksiz kılacağı umud edilir.

3. **Uçma.** Problemden kaçmak, daha kolay elde edilebilecek bir hedefin problemin yerini alması veya bir başkasına alt hizmette bulunmak.

Kişi, sürekli olarak bu 3 yolda engellerle karşılaştığında "nöratiktir".

The Unholy trinity. Dinle ilgili istenmeyen üçlü:

HATE (Nefret), Fear (Korku), Guilt (Suç).

Bunlar dünyadaki birçok bedbahtlıkların ortaya çıkmasından sorumludurlar.

Nefret; saldırganlık, gıpta, kıskançlık, pratik şakacılık, zalimlik, sadizm, hazırlanan tuzaklar, otoriteye karşı koyma, sabırsızlık, hoşgörüsüzlük olarak kendini gösterir.

Korku ise, kuruntu, kararsızlık, güvensizlik, utangaçlık, yalnızlık, hastalık tutkusu ve çeşitli saplantılar biçiminde görülür.

Suçluluk, bir kimsenin öz-görünümünde, yaşamada başarısızlık, ahlâksal olmayan yönetim, başkalarını eleştiride âdil (hakça) olmaması, kurallarda kanunlarda şiddetli davranış içinde olması, geçmişte yanlış olarak yaptıklarının bilincine varması veya bilinçsiz olmasıdır.

Ayrıca şimdiki durumun sonuçlarından sakınmaya çalışması v.b. görünümde içinde olur.

Bir birey kendisinin duygusal olgunluğunu belirleyen suçlarını, korkularını, nefretlerini nasıl yönetir? Olgun sayılan tepkiler, bireye ve genellikle çevresindekilere yararlı olabilir. Olgun olmayan tepkiler her ikisine de zararlı sayılır.

FAYDALANILAN KAYNAKLAR

1. Eugene J. Bengé, How to manage for tomorrow.
2. Paul Hersey, Kenneth H. Blanchard, Örgütsel Davranışın Yönetimi: İnsan Kaynaklarını Kullanma.
Çevirenler: Dr. Bülent Himmetoğlu ve Asis, Ceyhan Aldemir. İzmir İ.T.B.F. Yayın.
3. Rasim Adasal, Modern Normal ve Medikal Psikoloji, Ankara 1973.
4. Kriton Dinçmen, Deskriptif ve Dinamik Psikiyatri, İstanbul 1969.
5. Mustafa Coşturoğlu, Sosyal Şizofreni, Ankara 1974.

• **Sana teminatta bulunabilirim ki okumuş aptal cahil aptaldan daha aptaldır.**

MOLIERE

• **Egoist daima en sevdiği kişiye, yani kendine zarar verir.**

Bernice PEERS

• **Işık yapmanın iki yolu vardır: ya kandil olmak ya da yansıtın ayna.**

Edith WARTON