

BÖLÜM III

FENOMENOLOJİK YAKLAŞIM

20. yüzyıl boyunca Straus, Jaspers, Minkowski, Binswanger, Tellenbach ve Totassian gibi psikiyatrlar depresyona ilişkin fenomenolojik incelemeler gerçekleştirmiştir (Bloc vd., 2016; Cavaletti ve Heimann, 2020; Feld, 2008; Fregna vd., 2020; Tamelini ve Messas, 2017). Fenomenolojik psikopatoloji olarak anılan yaklaşımın temelini oluşturan bu düşünürler psikiyatrik olguları tanımlarken birinci kişi deneyimlerini temel almış ve yaptıkları deneyim merkezli incelemeler sonucunda depresyon gibi psikopatolojilerin bazı semptomların toplamı olarak anlaşılmasındaki sınırlılığı resmetmişlerdir. Bu anlamda psikopatolojik olguları bilim ve felsefede üçüncü göz ile geliştirilmiş yaklaşımlar ve kavramlarla “bulandırmadan,” yaşanıldığı biçimiyle ortaya koymak, tarif etmek gibi bir derdi vardır bu düşünürlerin. Ancak bu tarifler semptomatolojik reçeteler olmanın ötesine yalnızca birincil tanıklıklara dayanmaları açısından geçmezler. Yukarıda sıralanan isimler psikopatoloji deneyimlerinin varoluşsal boyutlarını keşfetmiş ve analizlerinde Husserl ve Heidegger gibi klasik fenomenologların kuramlarına baş vurarak psikopatolojiyi fenomenoloji ile disiplinlerarası bir diyaloga sokmuşlardır. Bu gibi bir analiz semptomatolojik yaklaşımlarla karşılaştığında psikopatolojinin nasıl dışa vurulduğunun ötesine geçip psikopatolojinin nasıl bir bilinç hâli olduğuna ilişkin daha derinlikli soruları yanıtlayabilir (örneğin bkz. Whiteley, 2021). Dahası bu yaklaşımlar psikopatoloji deneyimlerini gündelik insan bilincinin yapısının değiştiği durumlar olarak ele alarak ve bu durumlarda neyin farklı ya da eksik olduğunu keşfetmeye yönelerek olağan insan varoluşuna ilişkin fenomenolojik soruların yanıtlanmasına da katkı sunmuşlardır (Tamelini ve Messas, 2017). Dolayısıyla, yürüttükleri çalışmalar patoloji türle-

rini tanımlama çabasının ötesine geçip insan varoluşunun yapısına ilişkin sorgulamalara eklenmiştir.

Bu disiplinlerarası diyalogun günümüzde de sürdürüldüğünü söylemek mümkündür. Bugün psikopatoloji fenomenolojisi olarak anılan çalışma alanı birçok disiplinlerarası düşünürün ve araştırmacının ilgi odağı olmuş durumdadır. 20. yüzyılda belli başlı (ve sıra dışı) psikiyatrların temelini attığı bu yaklaşım 21. yüzyılın ilk çeyreğinde dönüştüğü hâliyle “felsefenin çatısı altında” gelişme göstermektedir. 20. yüzyıl psikiyatride fizyolojik, biyolojik, nörolojik vb. yaklaşımların yükseldiği ve bilhassa ilaç endüstrisinin desteğiyle hâkimiyetini koruduğu bir dönem olarak düşünülebilir. Her ne kadar biyopsikososyal modelin anaakımlaşması böyle bir dönemde gerçekleşmiş olsa da bu yukarıda da ele aldığım eklektisizmin etkisiyle mümkün olmuştur. Bu anlamda fenomenolojik yaklaşımların anaakım psikiyatri tarafından tanınma hususunda karşılaştıkları güçlük belki de anlaşılırdır. 21. yüzyıl psikopatoloji fenomenolojisinin birkaç sıra dışı düşünürün ortaya attığı münferit yaklaşımların ötesine geçip yaygınlaşması ve bir araştırma alanına dönüşmesi adına daha verimli bir dönem olmakta ise de bu alanın anaakım psikiyatri üzerindeki etkisi hâlâ sınırlıdır.¹

Tamelini ve Messas'ın (2017) belirttiği gibi 21. yüzyılda bas-
kın paradigma hâline gelmiş nörobiyolojik psikiyatri psikiyatrik bozuklukları betimsel olarak nesnel biçimde gözlemlenebilir belirtiler üzerinden tanımlama ve etiyolojik olarak da nörobiyolojik faktörlere indirgeyerek açıklama üzerine kuruludur. Depresyonun fenomenolojik incelemeleri ise bu semptomatolojik ve etiyolojik yaklaşımlarda içkin bulunan iki tür sınırlılıkla baş etmek için alan açabilir: 1) üçüncü kişi perspektifinin ve dilinin depresyon deneyimini aktarılabilir ve anlaşılabilir kılabilmesine ilişkin sınırlılıklar ve 2) nedenlere ve belirtilere ilişkin sorgulamaların birbirinden ay-

1. Yine de bu yönde bazı gelişmeler olduğundan söz edebiliriz. Şizofreni fenomenolojisi alanındaki bulguların anaakım klinik pratiğe eklenmesine ilişkin bir örnek ve depresyon fenomenolojisi alanındaki bulguları da klinik pratiğe benzer biçimde entegre edebilmek adına bir girişim için bkz. Frohn ve Martini (2023).

rıştırılması mantığının beraberinde getirdiği sınırlılıklar. Öncelikli olarak depresyona ilişkin fenomenolojik incelemeler depresyonun nasıl bir deneyim olduğu sorusunu merkeze alır. Dolayısıyla, fenomenolojik araştırmalar birinci kişi perspektifinin veri değeri kazanabilmesi için standartlaştırılmış değişken kalıpları içinde yeniden tanımlanarak nesnelleştirilmesini gerektirmez, örneğin depresyondaki bedenin ağırlaşması deneyiminin yorgunluk ya da isteksizlik olarak tercüme edilmesini içermez. Depresyonun sıra dışı bir deneyim olduğu ve böylece de gündelik duyguları ya da duygudurumları tanımlamak için kullanılan terminolojiyle aktarılmasının mümkün olmadığı tespiti Ratcliffe'e (2015) ait olmakla birlikte, depresyonun anlaşılmasının üçüncü kişi perspektifiyle bozulmamış bir deneyim analizi gerektirdiği nosyonu depresyon fenomenolojisi çalışmaları için ortaktır. Bu bakış açısıyla ortaya konmuş incelemeler gerçekten de depresyon deneyimini anaakım yaklaşımların sınırlılıklarını aşacak biçimde tanımlanabilir, kavramsallaştırılabilir ve anlaşılabilir kılar; gündelik varoluşların altını çizen bedenlenmiş olmaya, birlikte olmaya, dünyada-olmaya, zamansallığa ve mekânsallığa ilişkin temel hislerin depresyondayken nasıl değiştiğine ilişkin çözümlemeler aracılığıyla ortaya depresyonun varoluşsal bir dönüşüm olduğuna ilişkin önemli bir farkındalık koyar.

Dahası fenomenolojik bir yaklaşımla bakıldığında betimlemecilik ve açıklamacılık ikiliğinin de ötesine geçilebilir. Bu ikilik hem genel anlamda anaakım klinik pratik için hem de depresyon özelinde oldukça baskındır (Radden, 2003). Anaakım teori ve pratik nezdinde depresyonun belirtileri ve nedenleri iki farklı kategoridir ve birbirinden bağımsız olarak incelenmelidir. Nitekim belirtilere odaklanan bir model depresyonun nedenlerine ilişkin agnostik kalırken, nedenlerine ilişkin bir model verili semptomatolojik tanımları temel alsa da depresyona ilişkin betimsel bir bilgi ortaya koymaya odaklanmaz. Bunun en bilindik örneği Türkiye'deki klinik pratiğinin de şekillenmesinde rol oynayan ve yukarıda da incelemiş olduğum Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (2015) yaklaşımıdır. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin yıllardan beri çıkarmakta olduğu tanı el kitap-