Alis Miller

İSTEDADLI UŞAĞIN DRAMI

və həqiqi mənliyin axtarışında

Alman dilindən tərcümə edən:
Günel Əsgərzadə

qanun nəşriyyatı

Alice Miller

Das Drama des begabten Kindes

und die Suche nach dem wahren Selbst

“İstedadlı uşağın dramı” kitabının 1979-cu il ilk nəşri ilə yenidən yazılmış versiyası arasında Alis Millerin 15 illik təcrübəsi var; bu təcrübənin arxasında müəllifin şəxsi özünüterapiyası, digər yeni terapiya üsulları və nəhayət, ona məktub yazan mindən çox oxucunun həyat hekayələrinin məhsulu dayanır. Millerin bu illər ərzində uşaqlıq dövrü ilə bağlı apardığı araşdırmaları onu əvvəlki müşahidələrini daha dərindən öyrənməyə vadar edib. O, müşahidələrini bu kitabda çoxsaylı nümunələrlə tədqiq və təsvir edir.

Müəllif zorakılığın şəxsi və sosial sferadakı nəticələrindən, uşaqlıq dövründəki psixoloji zədələrin səbəbləri və onların qarşısının alınmasından və nəhayət, erkən travmanın nəticələrini aradan qaldırmaq üçün yalnız bu gün mövcud olan yeni imkanlardan bəhs edir.

Alice Miller Das Drama des begabten Kindes
und die Suche nach dem wahren Selbst
Alis Miller İstedadlı uşağın dramı
və həqiqi mənliyin axtarışında
Bakı, Qanun Nəşriyyatı, 2024, 192 səh.

Janr: uşaq psixologiyası
Ölçü: 120x185 mm
Cild: yumşaq

Nəşr:	Şahbaz Xuduoğlu
Alman dilindən tərcümə edən:	Günel Əsgərzadə
Redaktor:	Dürdanə Ramazanlı
Korrektorlar:	İradə İslamova, Şəhla Yarıyeva
Texniki redaktor:	Əsəd Qaraqaplan
Mətn dizaynı:	Sabina Aydın
Qapaq dizaynı:	Rafael Qasım

Qanun Nəşriyyatı
İstanbul Copyright Awards-ın qalibi
Bakı, AZ 1102, Tbilisi pr., 76
Tel: (+994 12) 431-16-62; 431-38-18
Mobil: (+994 55) 212-42-37
e-mail: info@qanun.az
www.qanun.az
www.fb.com/Qanunpublishing
www.instagram.com/Qanunpublishing

ISBN 978-9952-586-05-3

© Qanun Nəşriyyatı, 2024
© Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1994
All rights reserved by and controlled through Suhrkamp Verlag Berlin

Bu kitabın Azərbaycan dilinə tərcümə və yayım hüquqları Qanun Nəşriyyatına məxsusdur. Kitabın təkrar və hissə-hissə nəşri “Müəlliflik hüququ və əlaqəli hüquqlar haqqında” Azərbaycan Respublikasının Qanununa ziddir.

Mündəricat

I. Ağıllı uşağın dramı və biz necə psixoterapevt olduq?

Həqiqətdən savayı hər şey..9

Yoxsul zəngin uşaq..14

İtirilmiş hisslər dünyası...20

Həqiqi mənliyin axtarışı prosesi..............................28

Psixoterapevtin vəziyyəti...39

Qızıl beyin..48

II. **Depressiya və "böyüklük" – inkarın iki forması**

Uşaqlıq ehtiyaclarının taleyi....................................52

Uşağın sağlam inkişafı...53

Narahatlıq...57

Sevgi illüziyası...62

Qrandiozluq – özünü aldatmağın bir yolu kimi...63

Depressiya qrandiozluğun ″böyüklüyün″ digər üzü kimi...66

Depressiya mənliyin inkarı kimi..............................71

Terapiyada depressiv fazalar...................................88

Siqnal funksiyası.. 89

Özünü yorub əldən salmaq.......................................90
Güclü emosiyalara hamilə olmaq............................92
Valideynlərlə hesablaşmaq....................................93
Daxili həbsxana...95
Depressiyanın sosial aspekti..................................104
Narsisin hekayəsi..109
III. Alçaltmağın qapalı dairəsi
Uşağı alçaltmağın və zəifliyi xor
görməyin nəticələri..112
Gündəlik həyatdan nümunələr
Terapiya güzgüsündə alçaldılma...........................130
Mənliyin özünü "təkrarlama məcburiyyəti ilə"
yarımçıq ifadə etməsi...132
Psixi pozuntularda və obsessiv-kompulsiv
nevrozda alçaldılmaq...137
Herman Hessenin uşaqlığındakı "korlanmaq"
anlayışı "şərə" misal kimi......................................150
Ana həyatın ilk illərində uşaqla cəmiyyət
arasında vasitəçi kimi..161
Alçaldan adamın tənhalığı.....................................166
Alçaltmaqdan qurtulmaq.......................................172
Son söz (2008-ci il)..180
Alis Millerin portreti –
Uşaqlığın reallığına doğru.....................................184

Ağıllı uşağın dramı və biz necə psixoterapevt olduq?

Həyat təcrübəmiz göstərir ki, uzunmüddətli perspektivdə psixi xəstəliklərlə mübarizə apararkən biz çox vacib bir vasitəyə sahibik. Bu vasitə yalnız bizə məxsus olan unikal uşaqlıq hekayəmizin həqiqətini emosional olaraq qavramaqdır. Ancaq, görəsən, illüziyalarımızdan[1] tamamilə qurtula bilərikmi? Hər birimizin həyatı illüziyalarla doludur, çünki həqiqət bizə çox vaxt dözülməz görünür. Halbuki həqiqət bizim üçün o qədər zəruridir ki, onu danmağımızın bədəlini ağır xəstəliklərlə ödəyirik. Həqiqətimizi kəşf etmək prosesi çox vaxt aparsa da və bizə yeni azadlıqlar bəxş etməmişdən əvvəl mütləq əzab versə də, daim ona can atırıq. Yaxud verdiyi ağrılara dözməyib təslim olur və onu emosional yox, intellektual olaraq qavramaqla kifayətlənirik. Lakin bu halda yenə illüziyalar dünyasında ilişib-qalırıq.

Keçmişimizi heç bir halda dəyişdirə və uşaqlıqda bizə vurulan zərəri aradan qaldıra bilmərik. Amma biz dəyişə, özümüzü "təmir edə", itirilmiş bütövlüyümüzü yenidən qazana bilərik. Bunu bədənimizin yaddaşına hopmuş keçmi-

[1] Müəllif illüziya deyəndə reallığı təhrif olunaraq qəbul edilməyini və qavranılmağını nəzərdə tutur. (tərc. qeydi)

şimizi daha dərindən araşdırmağa və qavramağa qərar verərək edə bilərik. Bu yol, şübhəsiz ki, naqolay və keşməkeşlidir, lakin bir çox hallarda bizə uşaqlığın qəddar həbsxanasını tərk etməyə və özümüzü keçmişin şüursuz qurbanından öz keçmişinə bələd olan və onunla yaşamağa çalışan bir insana çevirməyə imkan yaradır.

İnsanların əksəriyyəti bunun tamamilə əksini edir. Onlar öz keçmişləri barədə heç nə bilmək istəmirlər. Ona görə də keçmişlərinin, əslində, indiki həyatlarını formalaşdırdığını anlamırlar, çünki hələ də şüuraltına sıxışdırılmış və sirri açılmamış uşaqlıq xatirələri ilə yaşayırlar. Anlamırlar ki, onlar bir vaxtlar real olan, lakin indi mənasını itirmiş təhlükələrdən hələ də qorxurlar. Onlar bunu dərk etmədikləri müddətcə qeyri-şüuri xatirələrin, eləcə də şüuraltında yığılıb qalmış hisslər və ehtiyaclarının diktəsi ilə yaşamağa məhkum olacaqlar.

Erkən yaşlarda məruz qalınmış zorakılığın şüuraltında hələ də canlı qalması bir çoxlarını öz həyatları ilə yanaşı, başqalarının da həyatlarını məhv etməyə sürükləyir, məsələn, onlar əcnəbilərin evlərini yandırır, intiqam almaq eşqiylə alışıb-yanır və elədiklərinin adını

“vətənpərvərlik” qoyurlar. Çünki keçmişin ağrılı həqiqətlərini özlərindən də gizlədirlər və bir vaxtlar əzab çəkmiş uşağın çarəsizliyini daha hiss etmək istəmirlər. Digərləri isə uşaqkən yaşadıqları əzabları aktiv formada davam etdirirlər: məsələn, flagellant[1] klublarında, sadomazoxist və işgəncədən həzz alan digər əyləncə məkanlarında. Onlar özlərinə tətbiq etdikləri işgəncəni “azadlığa qovuşmaq” kimi dəyərləndirirlər. Bəzi qadınlar məmə uclarını deşdirərək halqa taxdırır, qəzet və jurnallara poza verərək qürurla heç bir ağrı hiss etmədiklərini, əksinə, bundan həzz aldıqlarını bəyan edirlər. Dediklərinin doğruluğuna heç bir şübhəm yoxdur, çünki bu qadınlar ağrını hiss etməməyi çox erkən yaşlarında öyrənməli olublar. Atasının cinsi istismarına məruz qalan və bundan həzz aldığına özünü inandıran bir qadın içindəki balaca qız uşağının ağrısını duymamaq üçün nələr etməz ki?! Uşaqlıqda cinsi istismara məruz qalan, reallığını inkar edən və ağrısını hiss etməməyi öyrənən bir qadın, təbii ki, daima keçmişindən qaçmağa çalışacaq. Bunu bəzən kişilərin, bəzən spirtli içkinin, bəzən narkotikin, bəzən qazandığı nailiyyətlərin köməyi ilə

[1] Latınca “fagellum” sözündən gəlib “qamçı” mənasını verir. Burada qamçılanmaqdan həzz alan adamlar nəzərdə tutulur.

edəcək. Özünə həmişə bir məşğuliyyət tapmalı olacaq, başını necəsə qatacaq, təki darıxmasın, boş qalmasın. Çünki boş qalanda keçmişin dözülməz və onun gözünü ölümdən də betər qorxudan tənhalığını yenə iliklərinə qədər hiss edəcək. Bəlkə, nə vaxtsa bəxti gətirəcək və uşaqlıqdakı hisslərini yenidən yaşamağın onu öldürməyəcəyini, əksinə, azadlığa qovuşduracağını öyrənmək imkanı olacaq. Başa düşəcək ki, həqiqətimizi yalnız hisslərimizi şüurlu qavradığımız halda kəşf edə bilərik. Hisslərimizlə mübarizə aparmaq bizə ancaq zərər verə bilər.

Uşaqlıq əzablarının inkarı təkcə fərdlərin həyatını yox, cəmiyyətdəki tabuları da müəyyənləşdirir. İstənilən bir məşhur şəxsiyyətin tərcümeyi-halına nəzər yetirmək kifayət edir ki, bunu görək. Onların bioqrafiyaları çox vaxt yeniyetməlik dövründən başlayır. Ondan əvvəlki dövr haqqında isə bir neçə ötəri məlumat verilir, ya “çox xoşbəxt və qayğısız”, ya da “çətinliklərlə dolu və əziyyətli” uşaqlıq keçirdiyi yazılır. Başqa heç bir təfərrüat verilmir, sanki uşaqlığının necə keçməyi tamamilə əhəmiyyətsiz bir informasiyadır və heç kimi maraqlandırmır. Halbuki insanın bütün qarşıdakı həyatının təməli elə uşaqlıqda atılır. Buna bir nümunə göstərmək istəyirəm: