

## RPD 208 – Sosyal Psikoloji

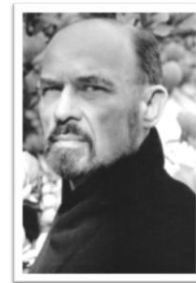
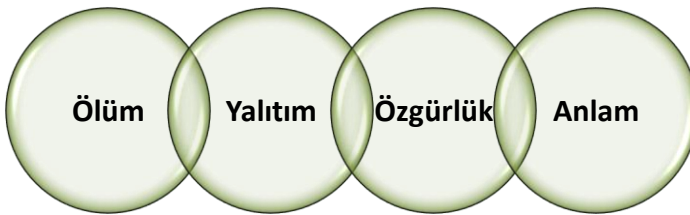
### VII. Varoluşçuluk ve Varoluşçu Psikoloji (Existentialism and Existential Psychology)

Doğan Kökdemir, PhD

dogan@kokdemir.info

<http://www.kokdemir.info/courses/rpd208>

## Varoluşsal Kaygılarımız



Irvin Yalom  
1931 -

1. Bu tür kaygıların beni yönetmesine izin vermiyorsam da bu bir sorun mudur? *Ben sadece hayatımı yaşıyorum.* Hergün bunları düşünüyorum değilim.
2. Tanrının varlığına inanan birisi olarak neden bu tür kaygılar duyayım ki?
3. Bu kaygılardan çok bunalan bir insan, kaçmak, kurtulmak için en kestirme neler yapabilir?

## Being-in-the-World | Varolmak

**Being-in-the-world** kişinin ve onun dünyasının hem nesne hem de özne olarak bütünlüğünü / birlikteliğini vurgular.

Pek çok insan **kaygı (anxiety)** ve **umutsuzluk (despair)** hissederek ve varoluşçulara göre bunun temel nedeni kişinin kendisinden, diğerlerinden ve yaşadığı dünyadan **yabancılaşmasıdır (alienation)**.

**Yabancılaşma** üç temel şekilde ortaya çıkabilir:

- (1) Doğadan uzaklaşma
- (2) Anlamli kişilerarası ilişkilerin eksikliği
- (3) Kişinin kendi otantik benliğinden uzaklaşması.

**Umwelt** → *Nesneler ve şeyler* dünyası. Biz farkında olmasak bile çevremizde varolan her şey bu grubun içindedir.

**Mitwelt** → İnsanların oluşturduğu dünyadır. Her bir insanın kendi alt dünyası (otantik benliği) vardır ve aşk, örneğin, diğer insanın dünyadaki varoluşuna koşulsuz olarak saygı duymaktır.

**Eigenwelt** → Ben dünyasıdır. Kişinin kendisiyle olan ilişkisini temsil eder.



## Nonbeing | Varolmamak

*"... to grasp what it means to exist, one needs to grasp the fact that he might not exist..."* – May (1958)

Varolmamanın tek yolu **ölüm** değildir; madde bağımlılığı, saldırganlık ve şiddet, *aşırı* cinsel aktivite... varolmama pratikleri olarak düşünülebilir. Belki daha da önemlisi, toplumsal kurallara ve normlara kör bir **uygunculuk (conformity)** varolmamanın en basit, en hızlı ve en ucuz yoludur.

Özgürlük, özgür seçim ve otantik benlik gibi kavramlar varolma açısından birincil derecede önemlidir.



The Tower of Nothingness  
(c) Doğan Kökdemir

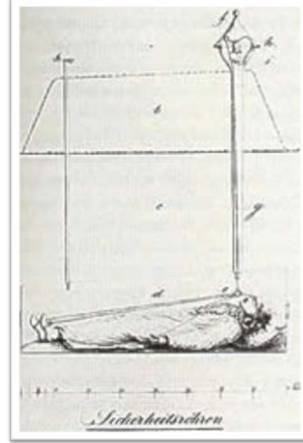
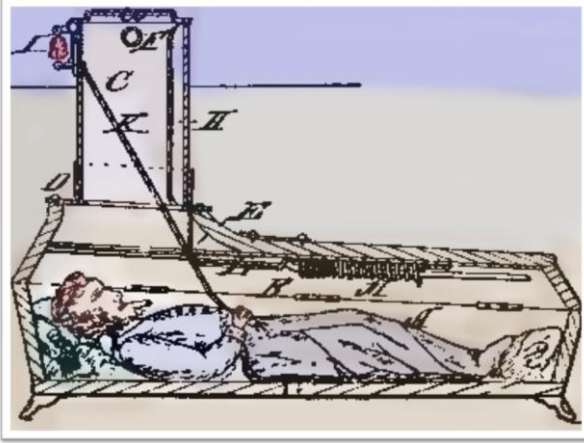
## Temel Varoluş Sorusu

Bu dünyaya kendi isteğimle gelmedim ben;  
Şaşkınlıktan başka şeyim artmadı yaşarken.  
Kendi isteğimle de gidiyor değilim şimdi,  
Niye geldik kaldık, niye gidiyoruz bilmeden.

**Ömer Hayyam**  
(1048 – 1131)

Şu anda bu yansıya bakan,  
yazılanları okuyan **herkes**  
günün birinde ölecek...  
istisna yok.

## Ölü ya da Diri

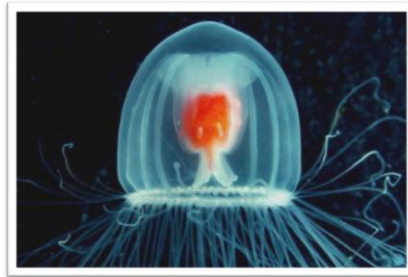


Coffin Bell-Pull Device

## Hazır "İstisna" Demişken...



**Turritopsis nutricula** dünyanın tek "ölümsüz" canlısı olarak biliniyor. Normalde deniz anaları çoğalma işlemini gerçekleştirdikten sonra ölürlere ancak Turritopsis çoğalma işleminden sonra tekrar yetişkinlik öncesi faza geçiyor ve kendisini yeniliyor.



## Caligula: Ölümün Ölümle Savaşı



Caligula by Albert Camus



- Caligula (M.Ö. 12 – 41) yılları arasında Roma İmparatoru olarak hüküm sürmüştür. Özellikle kızkardeşi Drusilla'ya olan aşkıyla bilinir.
- "İnsanlar ölür ve mutlu değillerdir." → absurd yaşam ve ölüme karşı bir isyan.
- hiçlik hissi → ölüm korkusu → yeni değerler oluşturma
- "... Dünya katlanılmazdır. Bu nedenle Ay'a, mutluluğa, ölümsüzlüğe, ya da herkese delice gelen ama bu dünyayı kurtaracak bir şeye ihtiyacımız var."
- "... Siz özgür değilsiniz. Ben özgürüm. ..."
- "Hala yaşıyorum!"
- seçkin / üstün bir intihar hikayesi

## Absurd Yaşam

*Savage Chickens*

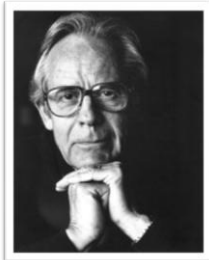
by Doug Savage



## Devler Soğana Benzer



## Kadere Meydan Okumak



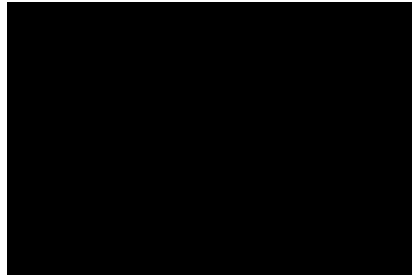
Rollo May  
1909 - 1994

Rollo May **kaderimize** meydan okumamızı, **özgürlüğümüze** sahip çıkamamız ve hem kendi içimizde hem de diğer insanlarla olan ilişkilerimizde **otantik** olmamızı öneriyor.

"... İngilizce okutmanı olarak Yunanistan'a, Polonya'ya, Avusturya'ya ve Türkiye'ye yaptığım yolculuklardan sonra anladım ki **ne kadar çok çalışıyorsam o kadar az etkin oluyorum...**"

"... Kendimi o kadar hasta ve yorgun hissediyordum ki, eğitim vermeye devam edebilecek enerjiyi toplayabilmek için 2 hafta yatmam gerekiyordu... **Hayatımda yanlış giden bir şeyler vardı...** Yaşamım için **yeni amaçlar ve hedefler** bulmak ve eski, ahlaki bir o kadar da katı olan **varoluşumdan** uzaklaşmam gerekiyordu..."

**Ben Bunu Seçiyorum!**



**Otantikliğin Önündeki Engel**

**“Hell is other people!”  
J. P. Sartre**