

Sıkılğanlığın Tedavisi

(Reşat ÖNDER)

Sıkılğanlık iyileşebilir mi? Evet. Sıkılğanlığı gideren bir sağaltım (tedavi) var mıdır? Hayır.

Ancak, sıkılğanlık türüne göre bir sağaltım vardır. gerçekte sıkılğan sayısı kadar sıkılğanlık türü vardır, diyebiliriz. Ve sıkılğanlık çoğu kez birbirinden çok farklı kanalları kapsayan bir levhadır.

Her durumda yapısal ve sonradan kazanılmış faktörlerin kesin bir tahmini yapılmalıdır. Sonradan kazanılmış sıkılğanlık psikolojik nedenlerle oluştuğundan, tabii ki psikolojik sağaltım tavsiye edilir. Diğer yandan derinlik psikolojisi yada psikanaliz daima başarıyla kullanılmıştır.¹

Sıkılğanlık tedavi edilebilen marazi bir haldir. Ancak onun için özel bir ilaç ve bakım yoktur. Ancak, herhangi bir sıkılğanlık için herhangi bir tedavi yöntemi mevcuttur. Hatırlatalım ki, sıkılğanlar kadar sıkılğanlık mevcuttur.²

1.Sıkılğanlığın Tedavisi İçin İzlenecek Yollar

Her ne kadar sıkılğanlığın çeşitliliğinde bir sınır yoksa da bu bazı tedavi yollarının geliştirilemeyeceği anlamına gelmemeli. Kabul gören bazı tedavi metotları şöyle özetlenebilir:

a-Hastanın zihninde gizlenen kompleksleri, ahlaki yaralanmaları, fröstrasyonları (tahmin edilemeyip şuur altına itilen arzuları), küçük düşme hallerini bulup meydana çıkarmalıdır.

b-Sıkılğanlığın billurlaşmasının sebeplerini bulup çıkarmalıdır. Şunu unutmamak gerekir ki, sıkılğan daima daha önce cereyan etmiş olaylarla kuşatılmıştır, onların duygusal geçmişine saplanmış birer çivi gibidirler.

c-Beden gelişse de, bu duygusal yön çivilenmiş gibi kalabilir.

d-O zaman sıkılğan bu günün şartlarına dünün hissiyatı ile cevap vermeye çalışır. Onun için bu çocuksu davranışları iyice aramak ve tetkik etmek gerekir.³

¹ DACO, a.e., s.77.

² ALTINTAŞ, a.g.m., AÜİFD, c.XXX, s.78.

³ ALTINTAŞ, a.m., AÜİFD, c.XXX, s.78-79.