

Başvuru: 10 Aralık 2016

Revizyon gönderimi: 21 Aralık 2016

Kabul: 25 Aralık 2016

OnlineFirst: 30 Aralık 2016

Copyright © 2016 • Türkiye Yeşilay Cemiyeti

ISSN 2148-7286 • eISSN 2149-1305

<http://addicta.com.tr/>

DOI 10.15805/addicta.2016.3.0036R • Kış 2016 • 3(3) • 476–479

Kitap Değerlendirmesi

Bağımlılığın Derinlemesine Analizi The In-Depth Analysis of Addiction

Emel Bedir¹

Addiction: A Philosophical Perspective

Candice L. Shelby

New York, 2016, Palgrave Macmillan, 146 pages

Akademik, ekonomik veya politik pek çok alanda tartışılan ve anlaşılmaya çalışılan bağımlılık kavramı, artan “bağımlı” sayısı, çeşitlenen bağımlılık alt başlıkları ve “yetersiz” tedavi biçimlerinin çoğalmasıyla birlikte daha da karmaşık bir hâl almaktadır. Sigaradan kumara, alkolden alışverişe, uyuşturucu maddeden teknolojiye kadar daha sayamadığımız pek çok farklı durumu kapsayan bağımlılık, öznel yorumlara açık bir duruma gelmiştir. Amerika Colorado Denver Üniversitesi’nde bir felsefe doktoru olan Shelby’nin “Bağımlılık, Felsefi Bir Perspektif” olarak adlandırdığı kitap, işte tam da bu karmaşanın içinde, kavramı yeni bir alana –felsefeye– taşımakta, “doğru bilinen” tüm sorunsalları felsefi bir üslupla yeniden düşündürmekte ve ortaya çıkan yeni kavrayışlar üzerinden tasarlanmış bir uygulama modeli önermektedir.

Kitap giriş kısmı dâhil olmak üzere 9 bölümden oluşmaktadır. Bu bölümler, “Meşhur Lafi Parçalarına Ayırma”, “Bazı Felsefi Sorular (ve Yeni Bir Teori)”, “Bağımlılık ve Birey”, “Bağımlılığın Ekolojisi”, “Bağımlılık Kültürü”, “Bağımlılık ve Anlam”, “Fenomenoloji ve Yansımaları”, “Değişim Olanakları” ve “Sonuç” şeklinde başlıklandırılmıştır.

¹ Emel Bedir, İstanbul Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi. Eposta: emelbedir@gmail.com

Atf: Bedir, E. (2016). Bağımlılığın derinlemesine analizi [Review of the book *Addiction: A philosophical perspective* by C. L. Shelby]. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3, 476–479. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0036R>

Yazar, kitabın önsözünde; annesinin, babasının ve kız kardeşinin bağımlılık süreçlerine dair kısa bilgiler vererek aslında tartışacağı fenomenin bizzat kendi yaşantısının içinde deneyimlendiğini okuyucuyla paylaşmaktadır. Bu deneyimleme aşaması, tedavi endüstrisinin öne sürdüğü rehabilitasyon biçimlerinin yetersiz kaldığı, bağımlıların sürekli yeni iyileşme yolları aramasına sebep olduğu fikirlerinin ortaya çıkmasına ve bağımlılık kavramının çok daha derin, radikal bir biçimde sorgulama ihtiyacının belirmesine sebep olmuştur.

Shelby, kitabın temel savını, bağımlılık çerçevesinde klişeleşmiş söylemleri ayırarak her birini yeniden tartışmak olarak sunmaktadır. Temel sava bağlı olarak yazar, tartışmasına bağımlılık fenomeninin fiziksel, duygusal ve sosyal pek çok nedensellik sürecini içeren girift bir yapısı olmasına rağmen hem bağımlılık araştırmalarında hem de tedavi biçimlerinde bağımlılığın parça parça ele alınmasına değinerek başlamaktadır. Farklı meslek gruplarının bağımlılığı tanımlamada farklı araçlar ve kriterler kullandığı bu farklı bakış açılarının bağımlılığın özel birer yönünü nitelediği, dolayısıyla hiçbir tanımlamanın kavramı bütünüyle açıklayamadığı ifade edilmektedir.

Yazar, bağımlılığın ne olduğunu kavrayabilmek için insan doğasının işleyişinin ve insanın çevreyle ilişkisinin tartışılması gerektiğini öne sürmektedir. Niçin bazı insanlar kolayca bağımlı hâle gelirken bazıları aynı maddeyi aynı miktarda kullandığı hâlde bağımlı hâle gelmez? Yazar, DSM 4'ün *madde bağımlılığı* (substance dependence) ve *maddenin kötüye kullanımı* (substance abuse) şeklinde yaptığı ayrımın bağımlıyla bağımlı olmayan arasındaki çiziyi açık biçimde ortaya koyamadığını, dolayısıyla bağımlılığı “psikiyatrik bir hastalık” olarak değerlendiren bakışla bağımlılığın nerede başlayıp nerede bittiğini anlayamayacağımızı ifade etmektedir.

Bağımlılığı bir durumdan ziyade bir süreç olarak ele alan yazar; kitabın konusunu bir bağımlılık analizi olarak belirlemesine rağmen bağımlılığı metafizik düzeyde de sorgulamaya açtığını belirtmektedir. Aristoteles’in “akrasia” kavramıyla bağımlılığın “irade zayıflığı” –insanın kendi kendini yönetme gücünden yoksunluğu– olarak değerlendirilmesini tartışmakta ve bilgiye sahip olmakla bilgiyi kullanmak arasında bir ayrıma gitmektedir. Bu noktada bağımlı “kullanmamayı seçmeyen veya seçemeyen kişi” olarak tanımlanmaktadır.

Shelby, çevre ile bağımlılık arasındaki ilişkiyi açıklarken kişi odaklı ve uyuşturucu madde odaklı olmak üzere iki yaklaşımdan bahsetmektedir. Kişi odaklı yaklaşım biyolojik yapıyla birlikte davranışlar, inançlar, düşünsel yapılar gibi faktörlerin öncelenmesi anlamına gelmektedir. Dolayısıyla, çevreyle iletişimi az olan insanların da bağımlı olabileceği sonucuna işaret etmektedir. Madde odaklı yaklaşım ise daha çok uyuşturucu maddeyi bağımlılıktan sorumlu tutmaktadır. Başka bir deyişle, madde, çevreden kolayca elde edilebilir bir uyuşturucu ise ve biyolojik olarak kişinin

yatkınlığı da varsa bağımlılığın kolayca belirebildiğinden söz edilmektedir. Yazar, kişinin bağımlılığa karşı savunmasızlığını ve bağımlılığın nüksetme durumunu kişi odaklı yaklaşımla açıklayarak aslında çevreden çok bireye ait kişisel faktörlerin temel güdüleyici olduğunu ifade etmektedir. Bu savına ailesinde fiziksel/cinsel istismar öyküsü olan ya da mental bozukluk olan aile bireylerinin, diğerlerine oranla bağımlı olma risklerinin 2-4 kat daha fazla olmasını örnek göstermektedir. Yine kişi odaklı yaklaşımla bakıldığında, genetik olarak davranışların sonraki nesillere aktarımı bağımlılık için de önemli bir etkeni oluşturmaktadır. Katı, baskıcı annelerin olası alışkanlık edinme riskini sonraki nesillere taşıdıklarını ve gelecek nesillerde bağımlılık riskinin artış gösterdiğine değinilmektedir. Ayrıca, anneyi erken kaybetme ve yalnızlık güdüsünün bireylerde strese yol açtığından ve stres altındaki insanların normal düşünme süreçleri sekteye uğradığından bağımlılık risklerinin arttığı ifade edilmektedir.

Çözüm problem, problem ise çözümdür. Bu sözle anlatılmak istenen, bireylerin toplumsal kültürden etkilenirken öte yandan da kültürü etkileyen unsurlar olmalarıdır. Gerçekte bağımlılığa dair bugün gelinen nokta, nesiller arasında aktarılan, aktarıldıkça çeşitlenen “kültürel birikim”in bir sonucudur. 17. yüzyıl Amerikan toplumunda tütün, kahve ve çay gibi bağımlılık yapıcı maddelerden söz edilirken 21. yüzyıla gelindiğinde artık, indirimli alkol tüketimiyle ünlü “happy hour”lar; iş yerlerinde, okullarda sigara-kahve molaları; araba ile hızlıca girilip çıkılan fast-food restoranlarından bahsedilmektedir. 2011’de Amerika’da %80’i alkol ve uyuşturucu madde bağımlısı, kalan kısmı ise oyun, yeme-içme, kumar, cinsellik bağımlısı gibi kategorilere dâhil edilebilecek 6,9 milyonluk bir bağımlı nüfus ortaya çıkmıştır. İyileşmeye ve anlamını bulmaya çalışan bu kitle aynı zamanda yeni bağımlıların da habercisi olmaktadır.

Yazar, bağımlılığa giden sürecin kendi içinde bir hiyerarşi içerdiğini söylemektedir. Hücre ve hücre sistemlerinde doğup tüm vücuda yayılan daha sonra fiziksel/sosyal anlamda seviye seviye ilerleyen bu hiyerarşi başlangıçta özgüven veren, sonrasında yoksunluk durumlarının baş gösterdiği nöbetlerle kişiyi her anlamda altüst edebilecek bir hâl almaktadır. İnsana özgü pek çok durumda geçerli olduğu gibi, bağımlılıktan söz edildiğinde de deneyimler aynı olmasına rağmen bireylerde oluşturduğu etkiler farklı olabilmektedir. Burada, bağımlı olunan “şey”e yüklenen anlam önem kazanmaktadır. Bir birey bağımlı olduğu maddeyle içindeki yoksunluğu, varoluşsal anlam eksikliğini tamamladığına inanıp maddeye bağlanırken, bir başka birey, belki de, yaşamında bir anlam kaybı, yoksunluk hissi yaşamadığından daha temkinli davranmayı tercih edebilmektedir. Bu noktada “anlam arayışı” içinde olan bir bireyin “istediğim zaman bırakabilirim” şeklinde bir söylem geliştirmesi ve sürecin artık kontrol edilemez bir noktaya gelmesi kaçınılmaz bir hâl alır. Büyüyerek ilerleyen bu döngü, kitapta “kartopu etkisi” olarak adlandırılmaktadır.

Sonuç olarak, her ne kadar yazarın bakış açısı ve yoğun felsefe terminolojisi bağımlılık çalışmalarında alışık olduğumuzdan daha karmaşık görünse de; Shelby bireye ve bireyin –tutumlar, hassasiyetler, özsaygı, gelecek beklentisi, geçmiş travmalar vs.– kompleks yaşantılarına vurgu yapmaktadır. Tüm sistemlerin “kaosun köşesinde” olduğu bir zamanda, bireylerin yaşamlarının tamamından tatminsizliğine dikkat çeken yazar, değişim için “LifeRing Secular Recovery” adında bir sistemden söz etmektedir. Sistem bireye değişim için kendi yolunu belirleme imkânı sunan adeta bir “alet çantası” olarak nitelendirilmektedir. Şöyle ki kitabın tamamında tartışılan parçacı bakış açılarının bir araya getirilmiş bir hâli olan bu sistemde, planlanan kendine özgü destekleyici programların haricinde bağımlı bireyler, meditasyondan beslenme düzenlemelerine, konuşma terapisinden masaja, Suboxine kullanımından psikiyatrik tedaviye kadar, destekleyebilecek diğer yardım programlarını da kendi ihtiyaçları doğrultusunda düzenleyebilmektedirler. Cezalandırmadan daha çok ödüllendirmenin işlevsel olduğu iddiasından yola çıkarak, bahsedilen sistemde utandırma ya da suçlama olmadan yüreklendirme ön plana çıkarılmaktadır. Aslında bahsedilen sistem, bağımlılık tedavilerinde kullanılan mevcut yöntemlerdeki gibi bir dizi program önermek yerine, her bireyin kendi şahsına özel değişimi belirleyebileceği dolaylı yaklaşımları içermektedir. Amerika’da ve Kanada’da uygulanan sistemin çeşitlemelere, farklı dinamiklere ve kültürlerle açık olması, Türkiye için de bir fırsat olabileceğini düşündürmüştür. Özellikle Türkiye’nin kendine has kültür, değer ve yaşam pratiği çeşitliliği düşünüldüğünde, toptancı bir zihniyetle oluşturulan öneriler yerine her bireye biricik bir teklifi olabilecek bir yöntem, bu topraklar için de oldukça kapsayıcı görünmektedir. Fakat Türkiye’de bireylerin kendi ihtiyaçlarına göre belirleyecekleri diğer yardım programlarının hem sayısının hem de çeşitliliğinin yeterli olmaması, sistemin uygulanabilirliği açısından önemli bir güçlük olarak görünmektedir.