

Karen Horney

Karen HORNEY (1885-1952)

- 1885'de Almanya'da Hamburg kentinin bir köyünde doğdu
- Katı ve otoriter bir adam olan babası, erkeklerin üstünlüğüne inanan bir gemi kaptanıydı.
- Zeki, çekici ve özgür düşünceli bir kadın olan annesi, babasından 18 yaş küçük bir kadındı.
- Bir ağabeyinin yanı sıra, babasının ilk evliliğinden olma kız ve erkek üvey kardeşleri vardı.
- Baba, ağabeyini hukuk okuması için teşvik etmesine rağmen Horney'in üniversite okumasına pek sıcak bakmıyordu.

Karen HORNEY (1885-1952)

- Annesinin desteğiyle Tıp eğitimi almıştır.
- 1909'da evlenmiş, bu evliliğinden 3 çocuğu olmuş, 1938'de boşanmıştır.
- 1932'de ABD'ye göç etmiş, Chicago Psikanaliz Enstitüsünde yönetici olarak çalışmıştır. İki yıl sonra New York Psikanaliz Enstitüsünde ders vermeye başlamıştır.
- 1939'da yayınladığı Psikanalizde Yeni Yollar kitabındaki görüşleri nedeniyle New York Psikanaliz Enstitüsünün üyeleriyle görüş ayrılığına düşmüş, 1941'de bu enstitüden ayrılarak Karen Horney Psikanaliz Enstitüsü'nü kurmuştur.

Karen HORNEY (1885-1952)

- 1950'de yayınladığı Nevrozlar ve İnsan Gelişimi adlı eserinde kendi görüşlerini savunmuştur.
- Kanseri teşhisi konan Karen Horney, 4 Aralık 1952'de New York'ta 65 yaşında ölmüştür.

Nevrozlar ve İnsan Gelişimi

- Kişiliğin gelişmesinde sosyal-kültürel koşullar ve özellikle çocukluk deneyimleri önemlidir
- Sevgi ve şefkat ihtiyacı karşılanmayan çocuklar anne-babalarına **temel düşmanlık** duyguları geliştirir. Bu da **temel kaygı** duygusuna yol açar.
- İnsanlar temel kaygı ile mücadele etmek için 3 tarzdan birini sıklıkla kullanırlar:
 1. İnsanlara Yönelme
 2. İnsanlara karşı olma
 3. İnsanlardan uzaklaşma

Normal koşullarda insanlar bu üç tarzı da kullanırlar ama nevrotikler bunlardan sadece birine katı bir şekilde bağlanırlar.

İnsanın Doğası

- Horney, insanların yapıcı ve olumlu bir doğaya sahip oldukları ve kişiliğin biçimlenmesinde kültürün ve çevrenin etkili olduğu yönündeki görüşleri kabul etmektedir.
- Horney'e göre insanlar, kendilerine özgü gizilgüçlerini geliştirmek için çabalamaktadır. Bu çaba dış güçler (çevre) tarafından engellendiğinde patolojik davranışlar ortaya çıkar.

Kişiliğin Yapısı ve Gelişimi

- Horney, kişiliğin yapısı ve gelişiminden çok, nevroz, psikoterapi ve kadın cinselliği üzerinde durmuştur.
- Determinizm ilkesini ve bilinçdişı süreçlerin önemini kabul etmektedir.
- Temel kaygıyı azaltmak için geliştirdiği savunmalar ve iç çatışmaları yatıştırma yöntemi, onun kişilik gelişimi konusundaki görüşlerini içermektedir.

Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı

- Horney'e göre insan gelişme potansiyeli ile dünyaya gelir. Ancak bu potansiyeli gerçekleştirebilmesi için sıcak, sevgi dolu ve aşırı müdahaleci olmayan bir sosyal çevreye sahip olması gerekir.
- Çocukların içten sevgi ve sağlıklı disipline ihtiyaçları vardır. Böyle koşullar çocukların güvenlik ve doyum duyguları yaşamalarını ve kendi gerçeklikleriyle tutarlı bir şekilde gelişmelerini sağlar.
- İnsanın gelişme potansiyelinin önündeki önemli engellerden biri, ebeveynlerin çocukları sevme beceriksizliğidir.

Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı

- İhmalkar, aşırı korumacı, reddedici veya şımartıcı tutum sahibi olan ebeveynler, çocuğun güven ve doyum ihtiyacını karşılamadığı için bu kez çocukta **temel düşmanlık** duygusu gelişir.
- Çocuklar temel düşmanlık duygularını bastırırlar, bu da çocukta yoğun güvensizlik ve belirsiz bir endişe duygusuna yol açar. Horney bu durumu **temel kaygı** olarak adlandırmıştır.
- **Temel kaygı**; potansiyel olarak düşmanca olduğu düşünülen bir dünyada hissedilen yalnızlık ve çaresizlik duyguları olarak tanımlanmaktadır.
- Temel kaygı ve temel düşmanlık duyguları iç-içedir: Temel düşmanlık temel kaygıyı, temel kaygı da temel düşmanlığı artırabilir.

Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı

Horney, önceleri temel kaygı ile başa çıkmak için başvurulan dört yol olduğunu belirtmiştir:

1. **Sevilmek:** “Beni severseniz bana kötülük yapmazsınız”
2. **İtaat etmek:** “İtaat edersem kötülük görmem”
3. **Güç kullanmak:** “Güçlü olursam kimse bana zarar veremez”
4. **İnsanlardan uzaklaşmak:** “Her şeyden uzaklaşırsam hiçbir şey bana zarar veremez”

Nevrotik İhtiyaçlar

- Çocuklar temel kaygı durumunda savunucu bazı tutumlar geliştirirler ve bunlar yetişkinliğe sarkar. Bunlar abartılı ya da uygunsuz olduğunda nevroitik ihtiyaçlar olarak adlandırılır. Horney 10 nevroitik ihtiyaç tanımlamıştır.

Nevrotik İhtiyaçlar

1. Nevrotik sevgi ve onaylanma ihtiyacı
2. Yaşamın sorumluluğunu üstlenecek güçlü bir eşe duyulan nevroitik ihtiyaç
3. Yaşamı dar sınırlar içinde tutmaya tutmaya yönelik nevroitik ihtiyaç
4. Nevrotik güç ihtiyacı
5. Başkalarını kullanmaya ve onlardan yararlanmaya yönelik nevroitik ihtiyaç

Nevrotik İhtiyaçlar

6. Toplumsal alanda göze çarpmaya ve saygınlığa duyulan nevroitik ihtiyaç
7. Kişisel hayranlığa duyulan nevroitik ihtiyaç
8. Kişisel başarıya yönelik nevroitik ihtiyaç
9. Kendine yetmeye ve bağımsızlığa duyulan nevroitik ihtiyaç
10. Kusursuzluğa ve yanılmazlığa duyulan nevroitik ihtiyaç

Nevrotik Eğilimler

- Temel kaygıyla mücadelede kullanılan 4 temel yol olduğunu belirten, daha sonra 10 nevrotik ihtiyaçla tanımlayan Horney, bu 10 nevrotik ihtiyacın da 3 genel kategori altında (insanlara yönelme, insanlara karşı olma, insanlardan uzaklaşma) sınıflanabileceğini belirtmiştir.
- Nevrotik insanların temel kaygı ile başetmek için kullandıkları bu üç stratejiye “**nevrotik eğilimler**” adını vermiştir.

1. İnsanlara Yönelme

- Bu yönelime sahip kişiler, kendine yabancılaşmak pahasına, diğer insanların sevgi ve korumasını sağlayarak güvende olmak isterler.
- Bu yönelimdeki “uysal” kişiler, ilk iki nevrotik ihtiyaca (sevgi, onaylanma, koruyucu güçlü bir eşe sahip olma) sahiptirler.
- Uysal tipler; sevmeye, arzulanmaya, beğenilmeye, istenmeye, onaylandığını ve kabul edildiğini hissetmeye, belli bir kişi için önemli olmaya, vb. ihtiyaç duyarlar. Öte yandan bu yönelim kişiye cömert, sevecen, alçak gönüllü biri olarak değerlendirilmesini sağlayan bir yaşam felsefesi de sağlar.

2. İnsanlara Karşı Olma

- Temel kaygıyla başa çıkmanın diğerk bir yolu saldırgan tutumdur. “Saldırgan” tip, herkesin düşman olduğuna inanır ve böyle olmadıklarını kabul etmeyi reddeder. Bu tipe göre yaşam bir savaş alanıdır ve güçlü olmak gerekir. Kendi çıkarları peşinde koşar, bunun için de başkaları üzerinde denetim kurmaya çalışır ve buyurgandır.
- Bu tipler başkalarını kullanma, dolandırma ve onlardan yararlanmaya çalışırlar.
- Bu tipler kendilerini güçlü, dürüst ve gerçekçi olarak algırlarlar.

3. İnsanlardan Uzaklaşma

- Diğer insanlara bağımlı veya onlara düşman olmak yerine yalnız olmayı tercih ederler ve ilişki kurmazlar. İnsanlara yönelik genel bir yabancılaşma söz konusudur.
- Kendileriyle başkaları arasına coşkusal bir mesafe koyarlar.
- En temel ihtiyaçları öz-yeterlilik ve dolayısıyla becerikliliktir. Gizlilik ve bağımsızlık bu tipler için önemlidir.
- Uzun süreli taahhütlere girmezler.

İç Çatışmalar (İntrapsişik Çatışmalar)

- Nevrotik eğilimlerin temelinde, çocukluk yıllarındaki kişilerarası ilişkilerden kaynaklanan temel kaygı vardır. Ancak kişiliğin gelişmesinde iç çatışmaların da önemli bir rolü bulunmaktadır.
- İnsanlar fırsat tanındığında kendilerine özgü insanca nitelikler geliştirmenin (kendilerini gerçekleştirmenin) bir yolunu bulurlar. Bunun için kendi duygu ve düşüncelerine sahip olmaları ve bunları özgürce ifade edebilecek koşullara sahip olmaları gerekir.

İç Çatışmalar (İntrapsişik Çatışmalar)

- Çocuğun kendi özünü gerçekleştirmesini engelleyen olumsuz çevre koşulları çocukta yalnızlık ve aşağılık duyguları ile kendi özüne yabancılaşmasına yol açar.
- Kendine yabancılaşan birey, kendisine bir sığınak ve kimlik duygusu verecek bir şeye ihtiyaç duyar. Bu şey, idealleştirilmiş bir benlik imgesidir. Kişi hayal gücüyle kendi zihninde kendine ait idealleştirilmiş bir imge yaratır. “Birey kendini sınırsız güçlerle, yüceltilmiş becerilerle donatır; bir şekilde kahraman, bir bilge, mükemmel bir aşık, bir aziz olup çıkar”.

İdealleştirilmiş Benlik İmgesi ve Görkem Arayışı

- Zayıflık, yetersizlik ve değersizlik duygularını ödünlemek için kişi benlik imgesini sınırsız güçlerle ve yüceltilmiş becerilerle donatır.
- Uysal tip, idealleştirilmiş benlik imgesinde kendini cömert, alçakgönüllü, doğru, dürüst, cana yakın, özgeci gibi özelliklerle yüceltebilir; Saldırgan tip ise kendini hiç yenilmeyen, herkesten daha zeki, daha gerçekçi gibi özelliklerle yüceltebilir.
- Nevrotik kişi, idealleştirdiği benlik imgesinin gerçekliğine inanmaya ve kendini idealleştirdiği benlik imgesiyle özdeşleştirmeye başlar.
- Kişinin gerçek yaşamda idealleştirilmiş imgesine ulaşmaya çalışması “görkem arayışı” olarak tanımlanmıştır. Görkem arayışının üç ögesi bulunmaktadır:

İdealleştirilmiş Benlik İmgesi ve Görkem Arayışı

- Kişinin gerçek yaşamda idealleştirilmiş imgesine ulaşmaya çalışması “görkem arayışı” olarak tanımlanmıştır. Görkem arayışının üç ögesi bulunmaktadır:
 1. Kusursuzluk ihtiyacı (-meli, -malı; yapması, olması, hissetmesi, bilmesi gerekenlerden oluşan bir listeyi gerçekleştirmeye çalışmak)
 2. Nevrotik hırs (hayatın bir alanında üstünlük kazanmak; okulda en başarılı öğrenci olmak veya en popüler olmak, en çok para kazanan kişi olmak, vb. için hırsla mücadele etmek)
 3. Kinci zafer ihtiyacı (elde edilen başarılarla diğerlerini utandırmak, onları küçük düşürerek acı çektirmek, vb.)

Nevrotik Gurur

- Nevrotik insan idealleştirilmiş benlik imgesi yönündeki onca uğraşısına rağmen özgüven ve özsaygı hissedemez. Kolayca incinir ve sürekli onay arar; Kendini idealleştirdiği imge olarak gören kişi, bunun diğerleri tarafından da sürekli olarak onaylanmasını ister.
- Nevrotik gurur, idealleştirilen benlik imgesiyle özdeşleştirilen irrasyonel gururdur. Gerçekçi benlik saygısından ve sağlıklı gururdan farklıdır.

Nevrotik Hak Talepleri

- Nevrotik kişi, gerçek dünyada karşılığı olmayan bir hayal dünyası kurar. Dünyanın, kendi kafasındaki gösterişli imgesine uygun bir biçimde davranmasını bekler. Yani diğer insanların kendisine özel bir ilgi, zen ve saygı göstermesini bekler (bunu hak ettiğini dşunmektedir). Bunu göremeyince de engellendiğini, kendisine saygısızlık yapıldığını ve fkelenmekte haklı olduğunu dşunr.

Öz-nefret

- Kişi, gerçek özü ile idealleştirilmiş benlik imgesi arasındaki farkı ve idealleştirilmiş benlik imgesinin sonu gelmez taleplerinin gerçek özüne uymadığını görünce kendini hor görmeye ve kendinden nefret etmeye başlar. Gerçek özünden utanmaya ve onu bir tehdit olarak görmeye başlar.
- İnsanların kendilerine yönelik nefretlerini 6 şekilde dışa vurduklarını belirtmiştir: 1) Kendine yönelik ödünlü vermez istekler, 2) kendini acımasızca suçlama, 3) kendini aşağılama, 4) kendini engelleme, 5) kendine eziyet etme, 6) Öz yıkım

Kadın Psikolojisi

- Horney, Freud'un kadınları küçümseyen görüşlerine itiraz etmiştir. Örneğin Freud penis kıskançlığını kız çocuklarının erkek olma isteği olarak açıklamıştı. Horney, erkekleri üstün gören bu görüşe rahim kıskançlığı (erkeklerin, kadınların çocuk doğurma ve bakma yeteneklerini kıskanması) kavramı ile karşılık vermiştir.
- Kadın ve erkek arasındaki ruhsal farklılıkların nedeni anatomik farklılıklar değil; sosyal ve kültürel beklentilerdir.
- Horney'e göre erkekler çocuk doğurma yeteneklerinin olmamasını başka alanlarda başarı elde ederek dengelemeye çalışmaktadırlar.
- Horney'in kadın psikolojisi ile ilgili görüşleri, sonraki yıllarda cinsiyet eşitliğini vurgulayan feminist hareket için güçlü bir temel oluşturmuştur.