

# ERİCH FROMM: ÖZGÜRLÜKTEN KAÇIŞ

# Erich Fromm (1900 – 1980)

- 1900 yılında Almanya'nın Frankfurt kentinde doğdu. Huysuz bir baba ve bunalıma eğilimli bir annenin tek çocuğudur.
- 12 yaşındayken, aile dostları olan bir genç kadının babasının ölümünden sonra intihar etmesinden çok etkilenir
- Birinci Dünya Savaşı, ergenlik yıllarına denk gelen Fromm, yıllarca “insanlar neden savaşır?” sorusunun cevabını bulmaya çalışır
- Fromm, Heidelberg Üniversitesinde Felsefe Sosyoloji ve Psikoloji öğrenimi görmüştür. 25 Yaşında bu üniversiteden doktora derecesi alır

# Erich Fromm (1900 – 1980)

- 1925-1930 arasında Münih, Frankfurt ve Berlin Psikanaliz Enstitülerinde psikanaliz eğitimi alır.
- 1926'da kendisinden 10 yaş büyük olan F. Reichmann'la ilk evliliğini yapar ve 8 yıl sonra ayrılır.
- 1930'da Frankfurt'ta Güney Almanya Psikanaliz Enstitüsünü kurar. Artan Nazi tehdidi nedeniyle önce İsviçre'ye, kısa süre sonra da Amerika'ya göç eder.
- 1941'de Karen Horney'in kurduğu Psikanaliz Derneğinin üyesi olur. Daha sonra Sullivan ile birlikte bu dernekten ayrılır ve 1946'da William Alanson White Psikiyatri, Psikanaliz ve Psikoloji Enstitüsünün kuruluşunda yer alır.

# Erich Fromm (1900 – 1980)

- 1944'de H. Gurland ile evlenen Fromm, eşinin sağlığı nedeniyle 1951'de Meksika'ya göç eder ve orada tıp fakültesinde bir psikanaliz bölümü açar. 1952'de eşi ölünce, 1953 yılında A. Freeman ile evlenir.
- 1968'de sağlık sorunları nedeniyle çalışma temposunu düşüren Fromm, 1974'de eşiyle birlikte İsviçre'ye göç etmiş, 1980 yılında ölmüştür.
- İlk kitabı “zgrlkten Kaçış”, 1941'de yayınlanmıştır. Bu ilk kitabında toplumsal glerin ve ideolojilerin insan kişiliğinin gelişmesindeki rolünü vurgular.

# Özgürlükten Kaçış: Temel Kavramlar ve İlkeler

- Fromm'un kuramı, kişilik üzerinde tarihsel, ekonomik, sosyolojik ve antropolojik faktörlerin etkileri üzerine odaklanmaktadır. Evrim süreci içerisinde doğayla ve hemcinsleriyle bağlarını yitiren insanoğlu, sahip olduğu akıl, içgörü ve imgelem gibi özellikleriyle adeta farklı bir varlık olarak kendine özgü sorunlarla karşı karşıya kalmıştır. Kuramında bu sorunları tanımlamaya ve çözüm önerileri geliştirmeye çalışır.

# İnsanın Doğası

- İnsan, bedensel / fizyolojik işlevleri ve organik güdüleri (açlık, susuzluk, cinsellik, savunma gibi) yönünden hayvanlar aleminin bir üyesidir. Öte yandan, üst zihinsel becerileri nedeniyle de hayvandan farklı ve kendine özgü bir canlıdır. Doğayı aşma çabası, insanı diğer canlılardan ayırır.

# İnsanın Doğası

- Hayvanlar içgüdüsel olarak yaşarlar ve çevreye uyum sağlarlar. İnsan ise varoluşunun nedenini ve evrendeki yerini sorgulaması gereken, mutsuzluk ve sıkıntılarla yüz yüze gelen, ölümün kaçınılmaz son olduğunu bilen bir canlıdır.İnsanın hayvansı doğası ile insana özgü özellikleri arasındaki bu çelişki, “**varoluşsal ikilem**” olarak adlandırılmaktadır

# İnsanın İhtiyaçları

- Fromm, insan davranışlarını motive eden ihtiyaçları iki gruba ayırmıştır:

- 1. Fizyolojik ihtiyaçlar :** Bunlar hayvanlarla ortak yönümüz, ortak ihtiyaçlarımızdır. Açlık, susuzluk, cinsellik, savunma (savaş/kaç), iyi huylu saldırganlık, fizyolojik ihtiyaçlardan kaynaklanan organik dürtüler.
- 2. Varoluşsal ihtiyaçlar:** Bunlar sadece insana özgü olan ihtiyaçlardır. Karşılanmaları oldukça güçtür.



# Varoluşsal ihtiyaçlar

**1. İlişki:** Doğadan ayrıldığı için doğaya karşı kendini güçsüz hisseden insan diğer insanlarla bir araya gelir. Kendi dışındaki dünya ile üç temel yolla ilişki kurar:

- **Teslim olma**
- **Güç**
- **Sevgi**

# Varoluşsal ihtiyaçlar

- İnsan yalnızlıktan kurtulmak, diğer insanlarla birlikte olmak ve güçlü bir grubun parçası olmak için başka kişi ve kurumlara boyun eğer. Güç arayışında olan baskın kişiler de ilişki kurmak için boyun eğici kişileri arar. Baskın olmak isteyen kişi ile boyun eğen kişi bir araya geldiklerinde iki taraf için de doyum sağlayıcı “simbiyotik” bir ilişki kurarlar. Bu kişileri birbirine çeken şey gerçek sevgi değil, ilişki için duyulan ihtiyaçtır. Simbiyotik ilişki taraflar için doyurucu olsa bile kişilik bütünlüğünü geliştirici değildir, psikolojik sağlığı olumsuz etkiler

# Varoluşsal ihtiyaçlar

- Varoluşsal bir ihtiyaç olan ilişki ihtiyacı, ancak olgunlaşmış ve gerçek sevginin gelişmesiyle doyurulabilir. Olgunlaşmış sevginin özellikleri; insanlarla gerçekten ilgilenmek, verici olmak, onların gerçek istek ve duygularını doğru bir biçimde ve tarafsızca öğrenmek, kişisel gelişimlerini engellememek, tüm insanlığa karşı sorumluluk duygusu geliştirmektir.

# Gerçek Sevginin Bileşenleri

- Fromm'a göre gerçek sevginin temel bileşenleri, **ilgi**, **sorumluluk**, **saygı** ve **bilgidir**.
- Sevgi, sevdiğimiz şeyin yaşaması ve gelişmesi için gösterdiğimiz aktif **ilgidir**. Örneğin bir insan sevdiği çiçeği yaşatmaya çalışır.
- **Sorumluluk**, diğer insanların ihtiyaçlarına duyarlı olmak ve cevap vermeye istekli ve hazır olmaktır.
- **Saygı**, sevilen kişiyi olduğu gibi kabul etmek ve onu değiştirmeye çalışmaktan kaçınmaktır. Saygı aynı zamanda diğer kişinin gelişimine duyulan ilgidir.
- Bir kişiyi tanımadan, onun ihtiyaçlarını bilmek, ihtiyaçlarını karşılamaya istekli olmak ve olduğu gibi kabul etmek için gerçek sevginin dördüncü bileşeni **bilgidir**.

# Primer ve Sekonder Narsisizm

- Sevgi potansiyel olarak her insanda bulunur ama bunu harekete geçirmek zordur. Bebekler benmerkezcidirler, kendileri ile dış dünyayı bile ayırt edemezler. Bu döneme “primer narsisizm” adı verilir. Yaşla birlikte bu değişir ama eğer normal dışı yaşantılar geçirirse birey tekrar narsizm dönemine geri dönebilir; buna da “sekonder narsisizm” adı verilir.
- İnsanın temel amaçlarından biri de bu doğuştan gelen narsisizmin üstesinden gelmektir. Aksi halde gerçek sevginin yaşanması mümkün değildir

# Köklülük İhtiyacı

- İnsanoğlu içinde yaşadığı dünyanın ayrılmaz bir parçası olma ve köklere sahip olma ihtiyacı duyar. Köklülük ihtiyacı üretken strateji veya üretken olmayan stratejilerle karşılanmaya çalışılır.
- **Üretken stratejide** birey, annesinin yörüngesinden kurtularak dış dünya ile aktif ve yaratıcı bir biçimde ilişkiye girmek suretiyle bütünleşir. Bu da bireye güvenlik duygusu, aidiyet ve köklülük duygusu verir.
- Bazı kişiler köklülük ihtiyacını **üretken olmayan saplantı (fiksasyon) stratejisi** ile karşılamaya çalışır. Bu durumda birey, annenin sağladığı güvenliğe geri dönme yönünde davranır. Anne yerine koyduğu kişiler tarafından seilmeye ve korunmaya özlem duyar ve bağımlılık geliştirir. Destek ve koruyuculuktan yoksun kaldığında da korku ve güvensizlik yaşar.

### 3. Aşmak

- Dünyaya kendi isteğimizle gelmediğimiz gibi ne zaman gideceğimizi de bilmiyoruz. Edilgen ve savunmasız bir varlık olduğumuzun bilincindeyiz ve bunu aşmak istiyor, çevremizde anlamlı etkilerde bulunmak istiyoruz.
- İnsanlar edilgenliği iki şekilde aşabilirler: Yaşamı yaratarak veya yaşamı yok ederek. İnsanlar hayvanlardan farklı olarak sadece üreme kabiliyetleriyle değil, yeni düşünceler, sanat eserleri, inanç sistemleri ve sevgi üreterek de yaratıcı olabilir. Böylece edilgenliği ve savunmasızlığı aşabilir. Ya da yaşamı yok ederek edilgenliği aşmaya çalışabilir.

## 3. Aşmak

- Kişinin normal gelişimi engellenirse, o zaman edilgenliği aşma çabası yaşamseverlik ve sağlıklı yaratıcılık yerine ölü severlik ve kötü huylu saldırganlık yoluyla gerçekleştirmeye çalışır. Fromm'a göre kötü huylu saldırganlık, rasyonalizasyon yoluyla (görev aşkı, vicdan, sevgi, vatanseverlik gibi) saklanabilmektedir.



## 4. Kimlik duygusu

- Kişinin farklı bir birey olma arzusu. Çocuk, annesinden ayrılarak farklı bir birey olmaya çalışır. Ayrılmak, tehlikelerle dolu bir dünyada büyük bir risktir; bu riski göze alamayanlar bağımlılığın kendilerine sağladığı rahatlık karşılığında kimliklerini ortaya koymaktan vazgeçerler.

## 5. Oryantasyon çerçevesleri

- İnsan, “evrendeki yerinin neresi olduğu” ve “nasıl davranması gerektiği” sorularına cevap olacak şekilde bir çerçeveye ihtiyaç duyar. Fromm’a göre yaşamın bir anlamı ve amacı olması gerekir. İnsanlar düşünce ve inanç sistemleri ile bu ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırlar.

## 6. Heyecanlanma ve Uyarılma

- İnsanlar tıpkı dinlenme ihtiyacı gibi uyarılma ve heyecanlanma ihtiyacı duyarlar. “Basit uyaranlar” ve “harekete geçirici uyaranlar” olmak üzere iki tür uyaran tanımlanmıştır. Basit uyaranlar insanda dürtü üretir ve dürtü de kişide doğrudan bir tepkiye yol açar. Harekete geçirici uyaranlar ise bir tepkiye yol açmak yerine belli bir amaç yönünde bir uğraş başlatır. Uyarılma ihtiyacı ile belirtilmek istenen de harekete geçirici uyaranlara duyulan ihtiyaçtır

## Kısa özet

- Fromm'a göre yukarıda özetlenen ihtiyaçlar evrim sürecinde ayrı bir tür olarak ortaya çıkmamızın doğal sonucudur. Bunların nasıl karşılanacağı biyolojik olarak belirlenmemiştir. Varoluşsal ihtiyaçlardan herhangi birinin doyurulmaması insan için dayanılmaz bir durumdur ve hastalığa yol açar. Bu nedenle insanlar bu varoluşsal ihtiyaçlarını olumlu yollarla veya olumsuz yollarla karşılamaya çalışırlar

# Özgürlükten Kaçış

- İnsan doğadan ve diğer insanlardan bağımsızlaştıkça yalnızlık ve güçsüzlük duyguları yaşamaya başlar ve bu da kaygıya yol açar. Bu durumun üstesinden gelebileceği iki yol vardır: Ya özgürlüğe doğru ilerleyecek, bağımsızlığından ödün vermeden dış dünya ile bütünleşecektir; ya da geri çekilerek özgürlüğünden vaz geçecektir
- Fromm, “özgürlükten kaçış” adlı eserinde insanların bu kaygı ile baş etmede kullandıkları üç temel mekanizma tanımlamıştır: Yetkecilik (Otoriteryenizm), yıkıcılık, uyguculuk (konformite).

# Özgürlükten Kaçış

- **Yetkecilik:** insanın bireysel bağımsızlığından vazgeçerek bir odağa bağlanması, ona boyun eğmesi, itaat etmesi. Bu da sadizm veya mazoşizm şeklinde ortaya çıkabilir. Simbiyotik ilişki söz konusudur.
- **Yıkıcılık:** Dayanılmaz yalnızlık ve güçsüzlük duygularını azaltmanın diğer bir yolu yıkıcılıktır. Simbiyotik ilişkiden ziyade, burada zarar verme ve insanlardan uzaklaşma söz konusudur.
- **Uyguculuk (Konformite):** Kişinin kendisi olmaktan, kendi bireyselliğinden vaz geçerek başkalarının kendisinden olmasını istedikleri gibi bir kişi olmaya çalışması. Yalnızlık ve yalıtılmışlıktan bu şekilde kurtulmaya çalışması. Bunun bir bedeli var: Özüne yabancılaşmak!

# Kişilik Gelişimi

- Kişiliğin oluşmasında çocukluk dönemi önemli ama yetişkinlikte de yoğun ve güçlü dışsal etkenler kişiliği etkileyebilir.
- Kişilik gelişimi, özgürlük korkusu çerçevesinde açıklanmaktadır. Çocuk büyüdükçe “ben” ve “ben olmayan” arasında ayırım yapar ve bireyleşmeye başlar.
- Çocuğun kendi yetenek ve becerilerine olan inancı, ayrılma ve bireyleşmenin yol açtığı kaygının hızına eşlik ederse çocuğun kişiliği sağlıklı bir şekilde gelişecektir. Burada da yine ebeveyn tutumları (yaşamsever, sıcak, sevgi dolu, tehdit edici olmayan ebeveyn tutumu) önem kazanmaktadır

# Karakter Yönelimi

- Fromm, aşağıda açıklanan iki karakter yönelimi belirlemiştir. Çoğu insan bu iki yönelimin karışımına sahiptir ama biri daha baskındır.
- 1. Ölüseverlik (negrofili):** From bu terimi ölü, çürümüş, kokuşmuş, hastalıklı şeylere duyulan ilgiyi; canlı şeyleri cansız şeylere dönüştürme, sırf zarar vermek için yıkmak, canlı yapıları yıkıp yakma tutkusu, tamamen mekanik olan her şeye duyulan olağan dışı ilgiyi içeren bir karakter özelliğini tanımlamak için kullanmıştır.
  - 2. Yaşamseverlik (biyofili):** Yaşama duyulan sevgidir. Yaşamı seven kişiler alanda yaşam ve gelişim sürecinin çekimine kapılır, yaşama yaklaşımı mekanik olmaktan çok işlevseldir.



# Sosyal Karakter

- Kişilik, “bireye özgü ve bireyi eşsiz kılan doğuştan getirilmiş ve sonradan kazanılmış niteliklerin tümü” olarak tanımlanır. Karakter, kişiliğin sonradan kazanılmış nitelikleridir.
- İnsanda içgüdülerin yerini karakter almıştır. Yani içgüdülere göre davranmak yerine karakterlerine göre davranırlar.
- Fromm, sosyal karakter yönelimini belirlerken ölçüt olarak bireyin dış dünya ile nasıl bağlantı kurduğunu esas almaktadır. 1) İnsanlar nesnelere sahip olarak ve onlardan yararlanarak dış dünya ile bağlantı kurarak. 2) Kendisi ve diğer insanlar arasında ilişki kurarak.

# Sosyal Karakter

- Fromm, çağdaş toplumlarda yer alan 5 karakter tipi tanımlamıştır. Bu karakter tiplerini de “*üretken olan*” ve “*üretken olmayan*” şeklinde ikiye ayırmaktadır.

## A. Üretken olmayan yönelimler

1. Alıcı yönelme
2. Sömürücü yönelme
3. İstifçi yönelme
4. Pazarlayıcı yönelme

## B. Üretken Yönelme (Çalışma, sevgi ve akıl)