

Bölüm 9

BELKİ DE DUYGUSAL SAĞIRDIR, BİR DE ÖYLE DÜŞÜN

Nurgül SOYDAŞ¹

Aleksitimi

Aleksitimi, Latince kökenli bir kelimedir. Karşılık olarak “duygulara sözle ifade bulamamak” anlamına gelmektedir. Sifneos, aleksitiminin klinik özelliklerini çok öncelerde tanısal olarak yorumlamıştır. Nemiah’la beraber 1970 yılında aleksitimi terimini kuramsal biçimde yorumlamıştır. Kavramla ilgili bir çerçeve çizmiş yorumlar geliştirmiştir (Nemiah & Sifneos, 1970; Sifneos, 1996). Genelleştirilmiş haliyle kişinin duygularını anlamada, yorumlamada ve paylaşmada güçlükler yaşadığı şeklindedir.

Bu güçlükler beraberinde zorlanmaları, duyguları tanıyamamayı, o duyguları adlandıramamayı, iletişimsel olarak ifade edememeyi duygular karıştırmayı, doğru duyguyu bulamamayı veya sahip olunan duyguların farkında olmaktan yoksun olmayı duygularını doğru yaşayamamakla meydana gelen bir yaşam şekli olarak ifade edilebilir. Aleksitimi olduğu düşünülen bireylerin gündelik hayatlarında düşünce sahibi, düşündüklerini iletebilen, duygularını anlatabilen, ilişkilerinde sorun yaşamayan ve iletişim kurabilen kimseler olarak görüldükleri halde; fikir, duygu, düşünceleriyle ilgili olarak ilgili bağları kurmak ve fark etmekte; bütün hepsini aktarmada sorunlarla karşılaştığı ifade edilmiştir.

Aleksitimi, duyguların sözlü aktarımı, iletimi esnasında yaşanan zorluk, hayal kurma ve yorumlamada eksiklik, hayal gücü zayıflığı, soyutlama ile belirgin duygu, düşünce ve fikirlerle bedensel duyumlar arasında farkı belirleyememekle oluşan çok boyuta sahip bir yapıdır.

Duygusal ilişkilerinde ve kişilerarası ilişkilerinde güçlük çekerler. Başka bir dünyadan gelmiş gibidirler. Duygu ve düşünce arasında bağ kurup bunları ifade etmekte sorun yaşarlar (Sifneos, 1988). Yapılan çalışmalar sonucunda aleksitiminin belirtileri ve aleksitimisi olanların özellikleri ; “duygularının farkında olma, duygularını fark etme ve duygularını ifade de zorlanma”, “imgelem üretmede zayıf olma, hayal gücü yoksunluğu”, bilimsel düşünebilme” ile “ odaklanmış bilişsel yapı” da dahil dört başlık etrafında sınıflanmaktadır (Lesser, 1981; Taylor ve ark., 1991).

Aleksitimi önceleri, duyguların farkına varma ve duyguları tanıyabilmede yaşanan güçlük; duyguların farkında olarak onların ayırımına varabilmek; iç gözlem eksikliği; sosyal uyumsuzluk; imgelem yaratma gücü eksikliği hususunda sınırlılıkları içeren bir tanımlamayı kapsamıştır. Lakin, alan yazının sunduğu bilgiler ve yapılan

Bütün bu tanımlama ve bilgiler ışığında aleksitiminin aslında duygu yoksunluğu olarak görülmesi, karşı tarafı anlayamama, ortak değer, duygu, düşünce ve bilgiyi aynı düzeyde paylaşamama, onu bir iletişim çatışması başlığı altında görme hususunda destekleyici olmaktadır. Ancak tıbbi bir terimden ödünç alınan bu kavram (duygusal sağırlık) onun bir eksiklik, bozukluktan çok insanı tamamlayan bir davranış örüntüsü ve davranış şekli olarak karşılanması gerekliliğini vurgulamaktadır. Tıbbı göre o bir bozukluk ya da engel değil, sağlıklı ve tam bir insan olma hususundaki var olan bir rahatsızlıktır. İletişimde çatışmaların da rahatsızlıklardan kaynaklı olması (ortak değer, anlam yaratma, yorumlama ve paylaşma çabası eksikliği) aleksitimi çatışma türü olarak görmek kanaatimizi destekler nitelikte olmuştur.

Tartışma & Sonuç

Aleksitimi, tıbbi olarak da kendine yer bulmuş; “*duygular için söz yokluğu*” anlamına gelen bir kavramdır. İlk kullanımı daha çok psikosomatik hastaların durumunu ifade etmek niyetlidir. Ancak tarafımızca “*iletişim yokluğu*” olarak yorumlanmıştır. Aleksitimi olan bireylerin dış görünüş itibariyle sorunlu oldukları fark edilememektedir, hatta dış çevreleriyle ilişkileri normal düzeydeymiş gibi görülmektedir. Fakat gerçekte bu bireylerin kendi ruhsal gerçekleriyle çok az ilişki içinde oldukları ifade edilmektedir. Aleksitimide kast edilen duygusal eksikliklerin sonuçlarının içsel (ruhsal) zorlukların ötesinde olduğu görülmektedir. Aleksitimi olan bir birey kendi duygularının ötesinde, başkalarının duyguların anlama ve ilişki kurma seviyesinde de kısıtlı olduğundan, hastaların bireyler arası ilişkilerinde engeller mevcuttur. Örneğin, empati seviyelerinin çok düşük olduğu bu kişilerde duygusal aksaklıklarla birlikte, bilişsel olarak da zayıflıklar görülmektedir. Ölümcül bir korkuya eş değer görülen aleksitimi (ölüm korkusu, sunum korkusu, topluluk önünde konuşma korkusu ve aleksitimi olma korkusu) şeklinde iletişim çatışmaları ve iletişim merkezli bir yorumlama yanlış olmamaktadır.

Buraya kadar anlatılanlardan da görüldüğü gibi, aleksitimi kavramı klinik gözlemlerde fark edilen bir örüntüyü tanımlamada oldukça işlevsel bir kavramdır. Bununla birlikte, bu tanımın içine nelerin gireceği, doğuştan mı getirildiği yoksa edindiği mi, kalıcı mı geçici mi olduğu, bozuklukların mı aleksitimiye, aleksitiminin mi bozukluklara neden olduğu, patolojik bir özellik mi yoksa olağan kişilik özelliklerinden biri mi olduğu vb., iletişim merkezli yaşanan sorunlarla beslendiği için bir iletişim çatışması mı, gibi konularda hala çelişkiler sürmektedir. Bu çelişkilerin nereden kaynaklandığını tespit etmenin güç olduğu, bu konuda daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Kaynakça

- Akın, M. (1998). “İşletmelerde çatışma yönetiminde iletişimin yeri ve önemi”. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akkirman, A. D. (1998). Çatışma yönetimi ve müdahale stratejileri, *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13 (2), ss. 1-11.
- Aşan, Ö. & Aydın, E. M. (2006). Örgütsel Davranış, Can, H. (Ed.), İstanbul: Arıkan Yayınları.
- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Ryan, D. (1986). Toronto Alexithymia scale: relationship with personality and psychopathology measures. *Psychother Psychosom*, (45), pp. 207-215.

Sosyal Bilimler İnsan ve Toplum

- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. A., (1988). Construct validity of the toronto alexithymia scale. *Psychother Psychosom*, (50), pp. 29-34.
- Bakan, İ. & Büyükbese, T. (2004). Örgütsel iletişim ile iş tatmini unsurları arasındaki ilişkiler: akademik örgütler için bir alan araştırması, *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi*, (7), ss. 1-30.
- Balay, R. (2000). Yönetici ve öğretmenlerde örgütsel bağlılık. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Barbara, D. & Song, M. X., (1998). Innovation strategy and sanctioned conflict: A new edge in innovation?, *Journal of Product Innovation Management*, 15 (6), pp. 505-519.
- Besharat, M. A. (2010). Relationships of alexithymia with coping styles and interpersonal problems. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, (5), pp. 614-618.
- Ceylan, S. (2003). "İşletmelerde İletişim ve iki otel işletmesi üzerine bir uygulama". *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Denizli: Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Darling, R. J. & Walker, E. W., (2001). Effective conflict management: Use of behavioral style model. *Leadership & Organization Development Journal*, 22 (5), pp. 230-242.
- Dereboy, İ. F. (1990). Aleksitimi: Bir gözden geçirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, (1), ss. 157-165
- Dicle, Ü. (1974). Bir yönetim aracı olarak örgütsel haberleşme. Ankara: MPM Yayınları.
- Diñer, Ö. & Yahya, F. (1996). İşletme Yönetimi (1. Baskı). İstanbul: Beta Yayınevi.
- Eren, E. (2003). Yönetim ve Organizasyon: Çağdaş ve Küresel Yaklaşımlar. İstanbul: Beta Yayınları.
- Kantarci, K. (1997). Otel işletmelerinde iş tatmininin ölçülmesi ve iş gören performansına etkileri. *Basilmamış Doktora Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koçel, T. (2000). İşletme yöneticiliği. (9. Baskı). İstanbul: Beta Basım Dağıtım ve Yayınevi.
- Lesser, E. M. (1981). A review of the alexithymia concept. *Psychosom Med*, (43), pp. 531-543.
- Johnson, P. & Evans, J. (1997). Power, communicator styles, and conflict management styles: A web of interpersonal constructs for the school principal, *International Journal of Education Reform*, 6 (1), pp. 40-53.
- Nemiah, J., & Sifneos, P. (1970). Affect and fantasy in patients with psychosomatic disorders. In: Hill O, editor. *Modern Trends In Psychosomatic Medicine-2*. London: Butterworths; pp. 26-34.
- Öztaş, U. (2009). Örgütsel çatışma yönetiminde cinsiyet farklılıkları: Antalya serbest bölgesinde bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 1 (1), ss. 9-24.
- Seval, H. (2006). Çatışmanın etkileri ve yönetimi. *Manas Sosyal Bilimler Dergisi*, (15), ss. 245-254.
- Slabbert, A. D., (2004). Conflict management styles in traditional organisations, *The Social Science Journal*, 41 (1), pp. 83-92.
- Sifneos, P. E. (1988). Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization affect and creativity. *Psychiatr Clin North Am*, (11), pp. 287-293.
- Sifneos, P. (1996). Alexithymia: Past and present. *Am J Psychiatry*, (7), pp. 137-142.
- Spitzer, C., Siebel-Jurges, U., Barnow, S., Grabe, H. J. & Freyberger, H. J. (2005). Alexithymia and interpersonal problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, (74), pp. 240-246.
- Taylor G. J, Bagby RM, Parker JD (1991). The alexithymia construct: a potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics*, (32), pp. 153-164.
- Tekkanat, D. (2009). "İlköğretim okulu yöneticilerinin çatışma yönetiminde kullandıkları iletişim tarzlarına ilişkin öğretmen algıları (Edirne ili örneği)". *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Topaloğlu, C. (2010). Örgüt içi çatışmaların yönetim süreci: Otel işletmeleri açısından kuramsal bir değerlendirme. *Selçuk Üniversitesi İİBF Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 14 (20), ss. 97-114.
- Uyargil, C. (1994). İşletmelerde performans yönetimi sistemi. İstanbul: İşletme İktisadi Enstitüsü Yayını.
- Uysal, G. (2003). Rol farklılaşmasının iletişime etkisi ve Johari modeli, *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 4 (1), ss. 137-148.
- Üngüren, E., Algür, S., & Cengiz, F. (2009). "İş tatmini ve örgütsel çatışma yönetimi arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Konaklama işletmeleri üzerinde bir araştırma", *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (27), ss. 36-56.
- Yelkikalan, N. (2006). "Aile şirketlerinde çatışma ve bir çözüm önerisi: Stratejik planlama", *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2 (12), ss. 195-209.
- Yeniçeri, Ö. (1993). İşletmelerde Yönetim ve Organizasyon ve Davranışı. Ankara: Tutubay Yayıncılık.