

Mükemmeli Ararken: Bir İç Dünya Araştırması

Seeking for the Perfect: A Research of the Internal World

Nilgün Taşkıntuna¹, Gamze Özçürümez²

¹Doç.Dr., ²Yrd.Doç.Dr., Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara

ÖZET

Amaç: Kohut, kendilik psikolojisi kuramını geliştirirken Freud'a ve klasik psikanalize en temel eleştirisi kavramların biyolojik fikirlere dayalı oluşudur. Freud'un Darwin'den esinlenerek ortaya koyduğu ikili dürtü kuramında, saldırganlık içgüdüsel ve doğuştan gelen bir dürtü olarak bireyi korur, cinsel dürtü ise türün devamı için şarttır türü korur. Kohut'a göre ise saldırganlık narsistik yaralanmaya verilen duygusal bir tepkidir, dürtü değildir, kendi başına bir olgudan çok yaralanmanın belirtisidir. Saldırıya uğrama korkusuyla hayatı neredeyse felç olmuş, dışa vuran davranışlarında dikkati çeken ancak kendisinin hiç farkında olmadığı saldırganlığı göz önüne alınarak seçilen Bayan A'yı kendilik psikolojisi açısından değerlendirirken iki kuram arasındaki bu temel farkı anımsamak önemlidir. Bu makalede, kendilik psikolojisi kuramı ışığında gerçekleştirilen bir iç dünya araştırması sunulmuştur. **Yöntem:** İlk yıl haftada bir kez 50 dakikalık seanslar olarak gerçekleştirilen psikanalitik yönelimli psikoterapi görüşmeleri son iki yıldır haftada ikiye çıkartılmış olup tedavi süreci devam etmektedir. **Bulgular:** Bayan A'nın belirgin ambivalansı, bir türlü sahip olduklarını beğenmemesi, bir yandan idealini elde etmek için sürekli uğraşması diğer yandan amacına ulaştığı anda ürküp bırakması; en azından bir süreliğine tatmin olmanın hazzını ve huzurunu yaşayamaması ve çocukken annesinin sık sık belirsiz sürelerle evden ayrılması Kohut'un kendiliknesnesi kavramıyla değerlendirilmiştir. **Sonuç:** Büyüme serüveninde çocuk, ancak narsistik gereksinimleri kendiliknesnelere tarafından optimal biçimde karşılandığı zaman erişkin yaşamında patolojik narsisizmden korunabilir. Aksi takdirde kendilik, bütünleşmemiş ve hasarlı olacaktır.

Anahtar Sözcükler: Kendilik psikolojisi, kendiliknesnesi, narsistik zedelenme.

(*Klinik Psikiyatri* 2011;14:103-114)

SUMMARY

Objectives: The basic criticism Kohut made to classical psychoanalysis while developing his self psychology theory is that the concepts formed by Freud were based on biological ideas. In Freud's dual drive theory inspired by Darwin, aggression protects individual as an instinctive and inborn drive. According to Kohut, aggression is not a drive but an emotional response to narcissistic injury. It is a symptom of injury rather than a phenomenon itself. It is important to remember this fundamental difference between the two theories while approaching Ms A in terms of self psychology, particularly considering her life being paralyzed by the fear of being attacked as well as her aggression expressed by her behaviors but not acknowledged by herself. Our aim is to present a research of the internal world in-light of self psychology theory. **Method:** The psychoanalytic psychotherapy is executed on once a week basis for 50 minute sessions during the first year of therapy, followed by twice a week sessions for the last two years. The treatment is still in progress. **Results:** The obvious ambivalence of Ms A, her dissatisfaction with what she already has, her constant pursuit for perfection until she is frightened by achievement and abandons it, her being unable to experience the pleasure and peace of satisfaction for at least a while and the fact that when she was a child, her mother often left home for undetermined periods of time had been evaluated through Kohut's selfobject concept. **Conclusion:** Only when the needs of the child is optimally met by her selfobjects, she can be protected from pathological narcissism in her adult life. Otherwise, the self will be damaged and lack coherence.

Key Words: Self psychology, selfobject, narcissistic injury.

GİRİŞ

Klasik kuramı çok iyi özümsemesi ve anlatması ile tanınan Heinz Kohut, çağdaş psikanalitik kuramlardan kendilik psikolojisinin kurucusudur. Başlangıçta kuramını klasik kurama ek olarak önermiş onu tümüyle reddetmemiş ancak zaman içinde epistemolojik bir farklılaşma sonucu klasik kuramdan bütünüyle ayrılmıştır. Bu farklılaşmanın özünde bilgi toplama araçları olarak empati ve içe bakış vardır (Erten 2004). Analist, hastasını insani duyumun ortak alanında, iki öznenin buluşmasının kesişiminde tanımaya ve kavramaya çalışır. Ek olarak Kohut (1971), başlarda kendiliği ego içinde yer alan bir tasarım -kişinin kendini algılayış biçimi ve kendisiyle ilgili imgeler bütünü- olarak tanımlarken daha sonraları kendiliği, bir üst örgütlenme, kişiliğin çekirdeği, algıların ve girişimlerin merkezi olarak nitelendirip tüm psikopatoloji alanına açıklama getirmeyi hedeflemiştir (Kohut 1977).

Kohut'un psikanalize en büyük katkılarından biri "kendiliknesnesi" (selfobject) kavramıdır. Kendiliknesnesi, ana-baba ve daha geniş anlamıyla çocuğun yaşamında önem taşıyan çevresindeki kişilerdir; çocuk tarafından kendiliğin işlevsel parçası olarak algılanan, "biraz ben/biraz öteki, hem ben/hem öteki" olan nesnedir (Ardalı ve Erten 1999). Anneden (kendilik kuramına göre, aynadan) beklenen ilk kendiliknesnesi işlevi, bebeğin "varlığını" onaylayarak hoşnutluk, gurur, mutluluk, neşe, coşku, beğeni, huzur ile renklendirdiği imgesini bebeğe geri yansıtmasıdır. Çocuğun, kendiliğinin varlığından ve işleyişinden aldığı hazın paylaşarak geri yansıtılması, kaygısının yatıştırılması kendiliğin sürekliliği ve bütünlüğü açısından tutkal görevi yapan kendiliknesnesi işlevleridir. Yavaş yavaş travmatik olmayan optimal hayal kırıklıkları yaratarak, çocuğun onun için yapısını kendisi için yapmasını sağlamak ve kendine güvenini ayakta tutmak da bu işlevlerdendir (Gökler 1991, Tura 1996).

Kohut, Kendiliğin Çözümlemesi'nde (1971) narsisizmin gelişimsel sürecini inceler ve narsisistik yapılar olarak adlandırdığı "büyüklenmeci kendilik" ve "idealize edilmiş/ülküleştirilmiş ebeveyn imago-su" kavramlarını açıklar. Kohut'a göre, bebek, yaşamın doğal koşulları ile zorlanacak, doğduğu andaki ilkel, saf ve mükemmel durumu korumak

için narsisistik yapılara sığınacaktır. Kohut, bu noktadan sonra oluşan her şeyi narsisistik gelişim hattı olarak kabul eder (Tangör ve Dilsiz 1996). Freud'un nesne sevgisi hattına paralel biçimde ilerleyen bir narsisistik gelişim hattı tanımlar. Narsisistik gelişim hattı üç yol izler: Birinci yolda bebek, "büyüklenmeci kendilik" durumunu kendiliknesnesi ilişkisinde deneyimler. Bu yolda kendiliknesnesi (Kohut'a göre daha çok anne) bebeğin teşhirci narsisistik gereksinimlerinin yansıtılıp, içinden geçirilip, geri alındığı bir araçtır. Bebek anneye "ben mükemmelim, sen de bana hayransın" demektedir ve bu yaşantısının anne tarafından aynalanmasını istemektedir. Bebeğin bu büyüklenmeciliğinin bakıcılar tarafından empatik bir yaklaşımla ve sempati ile kabul edilmesi, bu ilkel olgudaki dönüşüm ve değişim için ilk şarttır. Bu sürecin sonunda çocuğun teşhirci narsisizmi olgun bir düzeye gelir ve kişiliğe özdeğer için yaşamsal önemi olan hırslar, tutkular ve amaçlar olarak katılır. Gelişim hattının ikinci yolunda, bebek kaybettiği mükemmeliyeti ülküleştirirdiği bir kendiliknesnesi (Kohut'a göre daha çok baba) ile tekrar oluşturmaya çalışır. Bebek babaya "sen mükemmelsin, ben de senin parçanım" mesajını vermektedir. Kendiliknesnesi, çocuğun ondan beklediği mükemmeliyeti doyurur. Ancak hayal kırıklıkları kaçınılmazdır. Çocuk zamanla babanın hatalarını ve eksikliklerini fark edecektir. Bu kez optimal düzeydeki kırılmaların olgunlaştırdığı ülküleştirici narsisizm içselleştirilir ve kendi ideallerini ve değerlerini oluşturmasını sağlar (Tolpin 1981). Üçüncü kendiliknesnesi gereksinimi 'ikizlik' olarak adlandırılır ve kardeşleri, arkadaşları, akranları ile birlikte görkemli olmanın, onlar gibi olmanın, birlikte başarmanın karşılığıdır. Kohut'a göre, narsisistik gelişimin bu üç yolu "beraberce" işlevseldirler (Fosshage 1992). Her bir kişinin yapısal olarak doğuştan sahip olduğu bu kendiliknesnesi işlevi ve gereksinimlerinin yanı sıra üçüncü bir boyut olarak yetenekler ve beceriler yer alır (Türkçapar 1995). Belirli bir kişinin bu üç boyutlu kendilik dinamikleri herhangi bir başka kişiye göre çok daha olumsuz olsa bile, yapısal olarak sahip olduğu yetenek ve becerileri "telâfi edici" rol oynayıp zararı önemli ölçüde hafifletebilir (Tolpin ve Kohut 1979, Kohut 1986, Çuhadaroğlu 2001).

Psikanalizin bilgi nesnesi, Sandler'ın (1962)

tabiriyle "temsili dünya" ya da "iç dünya"dır. Psikanaliz, bilinçdışı ve daha pek çok kuramsal kavramı sayesinde düşünülebilir kıldığı, kendi bilgi nesnesi haline getirebildiği bu "iç dünya"yı düşünür. Popper'a göre bilimsel teoriler, içlerinden mantıksal bir zorunlulukla çıkarılan deneysel önermeler sayesinde yanlışlanmaya açık teorilerdir ve psikanaliz yanlışlanmaya açık olmadığı için bilimsel teorinin mantığına uymaz; bu nedenle de metafiziktir. Oysa psikanaliz zaten her seansta kendini sınamaktadır. Her terapi süreci psikanalitik metapsikolojinin sınanma sürecidir. Terapide, öznenin iç dünyasına dair metapsikolojik kavramları kullanarak bir hipotez oluşturulur. Bu hipotez öznenin terapistte yansıyan ruhsal olgulara yaslanır. Her yeni olguyla bu hipotez sınanır. Eğer yeni olgu hipotezle bir tutarsızlık gösteriyorsa yerini bu olguyu da kapsayıcı başka bir hipoteze bırakır. Hipotez, kuramın içinden mantıksal bir zorunlulukla çıkarılmamış, hali hazırda meydana gelmiş olan somut olguları açıklamak amacıyla psikanalitik kavramlar ve bu kavramların kuramsal ilişkilendirilmelerinden yararlanılarak inşa edilmiştir. Dolayısıyla, yanlışlandığında kuram da yanlışlanmış olmaz, o kuram içinde yerini daha kapsayıcı bir hipoteze bırakır. Nitekim ilk dürtü kuramı örneğinde olduğu gibi, kendisiyle tutarsız olguların birikmesi ve ön kabullerin bu olguları taşıyamayacak, onları açıklayamayacak noktaya geldiği her durumda Freud yeni düzenlemeler yapmıştır (Kızıltan 2010). Aynı nedenden, klasik psikanalitik kuram yıllar içerisinde anayol akımlar olarak adlandırılan benlik, nesne-ilişkileri, bağlanma ve kendilik kuramlarının oluşmasına aracılık etmiştir. Freud tarafından geliştirilen geleneksel olgu çalışması yöntemi ve bundan köken alan kuram inşası, yalnızca kurucusunun dehasıyla ve ardından gelen pek çok araştırmacının katkılarıyla kavrayış, yöntem ve kanıt mantığı olarak hermenötik değildir; psikanalitik kurumun uygun ve geçerli tek araştırma biçimidir (Wallerstein 1988). Çalışmamızda, psikanalizin tek araştırma biçimi olan bu geleneksel yöntem ile narsistik gelişim hattı için tanımlanan yollardan özellikle ilk ikisinde eksiklik/yetersizlik yaşayan ve kendilik psikopatolojisine örnek oluşturan bir olgunun iç dünya araştırması sunulmuş ve elde edilen bulguların kuram ışığında tartışılması amaçlanmıştır.

İç Dünya Araştırmasında Yöntem ve Bulgular: Psikanalitik Psikoterapi Süreci

Bayan A, boşluk ve anlamsızlık duygularıyla boğuşan, yirmili yaşlarının sonunda, avukat, evli bir kadındır. İlk görüşmede, son iki yıldır farklı ekolde bir terapist ile haftada bir kez görüştüğünü aktarmıştı. Kendi ifadesiyle bu süreç özellikle annesi ile ilişkisinde yaşadığı güçlükleri anlamasına yardımcı olmuştu ancak saldırıya uğrayacağı korkusuyla yaşamının hemen her alanının kısıtlanması, idealindeki mesleği bu korku nedeniyle yapamaması, yoğun hastalık kaygıları, dışarı çıktığında gökyüzünün yüksekliği karşısında hissettiği küçüklük ve bunaltı duygusu geçmemişti. Birlikte çalışmak konusunda kararlı olduğunu ancak terapistiyle bir süre daha görüşmeye devam etmek istediğini belirtti, sekizinci seanstan sonra diğer terapistle görüşmelerini sonlandırdı. Kendisiyle ilk yıl haftada bir kez (50 dakikalık seanslar şeklinde) yapılan psikanalitik yönelimli psikoterapi görüşmeleri son iki yıldır haftada ikiye çıkartılmış olup tedavi süreci devam etmektedir.

Bayan A'nın ilk dikkati çeken özellikleri; görüşmelere telaşlı, nefes-nefese gelişi, kızarmış yüzü, oturmadan önce önünde duran kutudan çok sayıda mendil alması, patlarcasına bağırarak ve ara vermeden konuşması, hemen her an yüksek sesle ağlamasıydı. Terapisti, psikoterapi sürecinin başlarındaki bu ilk görüşmelerden sonra dayak yemiş gibi hissediyor, seans öncesinde gergin, endişeli hissediyordu. Odası alt katta olan meslektaş, "yanında saldırgan olabilecek bir hasta var sandım, neredeyse telefon açıp yardıma ihtiyacın var mı diye soracaktım" demişti. Başlarda, konuşmasıyla ilgili herhangi bir yorum yapılmadı ancak ilk ayın sonunda terapist, "Sizi duymadığımı sanıyor gibisiniz" dedi. Aceleyle "Bunu da nereden çıkarttınız?" sorusu "Sanki sizi dinlemiyormuşum ya da anlamıyormuşum gibi bağırarak konuşuyorsunuz" şeklinde yanıtlandı. Bayan A ağlamaya başladı: "Sizi rahatsız etmek için böyle konuştuğumu mu düşünüyorsunuz? Bana söylediğiniz şeye inanmıyorum!". "Belki tıpkı anne-babanız gibi sizi işitmediğimi ya da söylediklerinizi dikkate almadığımı sandığınız içindir". Bu sözlerin nedeni, görüşmelerde bahsettiği çeşitli korkuları karşısında anne-babasının sergilediği red edici tutumdu. Yüzündeki öfke yumuşadı, ağlamaya devam ederek

"Çocukken karnım ağrıdığına numara yapıyorsun derlerdi. Önceleri ciddiye alıp birkaç kez Acil'e götürmüşler. Doktorlar bir şeyi yok deyince uzun süre karnımın ağrısını kimse umursamadı. Onüç yaşında bu kez çok daha şiddetli biçimde ve kusmayla beraber oldu. Söylenerek beni hastaneye götürdüler. Meğerse yumurtalığım kıvrılmış, gangren olmuş. Hemen ameliyata alındım, günlerce hastanede yattım. Üniversitedeyken, bir yumurtalığımı kaybettiğim ve polikistik over hastası olduğum için normal şekilde hamile kalma şansımın düşük olduğunu öğrendim. Anne-babama da doktorlara da hâlâ kızgınım. Son yıllarda sürekli bir hastalığım olduğunu düşünüyorum. Bazen kalbim ağrıyor - göğsümde baskı hissediyorum, bazen karnım ağrıyor, ishal oluyorum, zaten spastik kolonum var. Bazen kollarım-bacaklarım uyuşuyor, kulaklarım uğulduyor, multiple skleroz olduğumu düşünüyorum. Hastayım da fark edilmiyor, tanı konmuyor diye şüpheleniyorum. Ölmekten çok korkuyorum" dedi. Terapist, Bayan A'ya ilk kez o an gerçek anlamda empati yapabildiğini ve olumsuz karşıaktarımının kırılmaya başladığını hissetti.

Bayan A, kendisine göre hiç öfkeli bir insan değildi. Tam tersine başkalarının öfkesinden çok ürken, korkan biriydi. İletişimde süreklilik arz eden, oturduğu andan itibaren aralıksız konuşması, terapist ağzını açtığına hemen duramayıp ancak birkaç saniye sonra "Bir şey mi diyecektiniz? Bu hafta çok fazla şey oldu da zamanımız dolmadan hepsini anlatmak istiyorum, o yüzden böyle konuşuyorum, bir şey diyecekseniz susayım" demesiydi. Seansların yapılamayacağı tarihler verildiğinde "Şimdi ben ne yapacağım, bir sonraki görüşmeyi nasıl bekleyeceğim, çok canım sıkıldı!" diyor, gözyaşlarına boğuluyordu.

Babasından açık ifadelerle söz etmiyor, annesini ise yakınan, çaresiz ama aynı zamanda babasına eziyet eden biri olarak anlatıyordu. Babasını tek başına bırakıp yanına yerleştiği için annesine kızgınlığını ve yalnız kalan babasına karşı duyduğu üzüntüsünü belirtiyordu. Ebeveynlerinin evliliği en başından beri mutsuzdu. Ailesinin onayını almadan, kendinden yaşça büyük, daha önce evlenip-boşanmış bir kadınla henüz üniversitede öğrenciyken beraber olmaya karar verdiği için babaannesi ve dedesi babasına çok öfkelenmişlerdi. Birlikte olmaya başladıktan iki yıl sonra annesi hamile kalmış,

ancak Bayan A iki yaşına gelene dek evlenmemişlerdi. Doğuma kadar anne-babası büyük şehirde anneannesinin evinde yaşamışlar, daha sonra babası tüm maddi desteklerini kesen ailesinin yanına dönmek zorunda kalmıştı. İki yıl boyunca istenmeyen gelin olarak kocasının ailesinin yanında kalan annesi, ayrılamayacağını anlayıp kendi ifadesiyle -kaderine boyun eğmiş- ve babasıyla evlenmişti. Bayan A'ya göre, gençken Almanya'ya gidip çalışan lise mezunu annesi üniversite mezunu babasına kıyasla çok daha bilgili ve görgülüydü. Büyük şehirde doğup-büyüyen annesi, bir türlü kocasına, kocasının ailesine ve Bayan A'nın üniversiteden mezun olana dek yaşadığı herkesin herkesi tanıdığı bu küçük şehre alışmamıştı.

Çocukluğunda, babaanne ve dedesi dışında evde halası ve amcasının oğlu yaşamaktaymış. Altı yaşına dek bu büyük aile düzeni içerisinde, dedesinin evinin salonunda anne-babası ile birlikte uyumuş. Çekirdek aile olarak hiç baş başa kalamazlarmış. Anne-baba sık sık tartışır, ardından annesi eşyalarını alıp Bayan A'nın anneannesinin yanına gidermiş. Annesinin bu gidişleri kendisi henüz küçük bir bebekken başlamış: 4-5 yaşlarını anımsayan Bayan A, annesinin bazen aylarca geri dönmediğini anlatıyordu. Ankara'da, Bayan A'nın yanına kalmak, böylelikle kocasından ve onun ailesinden uzakta yaşamak annesinin en büyük arzusuymuş. Önceki terapisti ile pek çok kez annesiyle iç içe girmiş ilişkisini nasıl düzenleyebileceğini konuşmuştu. O dönemde, liseden arkadaşı Bay B ile yeniden görüşmeye başlamış ve evlenme kararı almıştı. Deprem korkusu nedeniyle Bay B'nin ailesiyle birlikte yaşadığı şehre yerleşmek istememiş, Bay B de Ankara'da düşük maaşlı bir iş bulmuş ve para biriktirmelerinin daha kolay olacağını söyleyen Bayan A'nın annesinin ısrarları sonucu onlarla birlikte yaşamaya başlamıştı. Kendisine göre, aynı evde yaşıyor olsalar bile annesiyle ilişkisine mesafe koymayı başarmıştı. Oysa hala bu ilişkiden yoğun biçimde bunılıyor, annesine öfkelenildiğinde durdurmadığı yeme ya da ağlama nöbetlerine yakalanıyordu.

Düğün tarihleri belirlenince, annesi, babasının yanına dönmek istemediğini her an söyler oldu. Bayan A'ya yalvarıyor, "Ne olur babana evlendikten sonra da bana ihtiyaç duyacağını söyle, o şehre geri dönmeye dayanmam. Baban seni dinler" diyordu. Bayan A ise babasının tek başına yaşamasına çok

üzülüyor, ona acıyor ve annesine bu düşüncesizliği için çok kızıyor ancak hiç bir şey söyleyemiyordu. O sıralar, annesi sanki rüşvet verir gibi anneannesinin yanına gidiyor, birkaç hafta kalıyor, kızını Bay B ile baş başa bırakıyordu. Oysa kocasına, kızının yanında kalmasına gerekçe olarak henüz evlenmemiş olmasını gerekçe gösteriyor, dedikodu çıkmasından endişe ettiğini söylüyordu. Bayan A, hamile kalmakla ilgili yoğun kaygıları nedeniyle nişanlıyla cinsel birleşme gerçekleştiriyordu. Ancak yakınlaşmalarının ardından hamile kaldığını ya da cinsel yolla bulaşan bir hastalık kapıldığını düşünüyor, terapistinden böyle bir şeyin olamayacağına dair teminat vermesini talep ediyordu. Bir yandan da vajinusmus olduğunu, bu yüzden evlendiklerinde de Bay B ile birlikte olamayacağından endişelendiğini söylüyor; "Ne kadar üzülüyorum bilemezsiniz, bazen düşünüyorum da her şey beni buluyor" diyordu. Anne-babasının çocukluğundan itibaren aşırı koruyucu, denetleyici tutumlarının böyle acayip korkulara yol açtığını belirtiyordu. Kuzenleri ve apartmandaki diğer çocuklar sokakta oynarlarken kendisine evin önünden bir adım dahi uzaklaşmamasının tembihlendiğini, ailesinin çocuk hırsızlarının onu kaçıracaklarını söylediğini ifade ediyordu. Annesi kendisini bırakıp gittiğinde bir akraba kadın "Annen seni sevseydi bırakıp gitmezdi" der, bu söze çok üzülür, odasına kapanıp "zavallı A" diyerek saatlerce başını okşar, ağlamış. Aile tutumlarındaki çelişki çok çarpıcıydı, hem aşırı korunup kollanıyor hem de annesi kendisini uzun sürelerle bırakıp gidebiliyordu. Dışarıya çıkmasına izin verilmediği için evlerine temizliğe gelen teyzenin kızı getirtilir, A oyuncaklarını gösterme bahanesiyle odasına götürdüğü kızı fena halde dövmüş.

İzleyen görüşmelerde, sekiz yaşındayken annesinin ilk evliliğinden bir ablası olduğunu öğrendiğini, annesiyle ziyaretlerinde anneannesinin evinde gördüğü kendisinden on yaş büyük akraba çocuğunun aslında öz kardeşi olduğunu, kendisi yüzünden onun annesiz büyümek zorunda kalması nedeniyle çok suçlu hissettiğini, üstelik tembihlenmiş olmasına rağmen dedesinin evine döndüğünde bu sırrı dalgınlıkla ağzından kaçırıp babaannesine söylediği için ne çok üzüldüğünü anlattı. Annesinin yokluğunda babasından çok 18 yaşlarındaki amcasının oğlu kendisiyle ilgilenirmiş. Ona çok büyük bir sevgi ve hayranlıkla bağlıydı. A'yı parka götürün,

oyunlar oynayan, hikâyeler anlatan bu kuzeniydi. Yakışıklılığından, tiyatro grubunda oyunculuk yapmasından, bütün kızların ona âşık olduğundan gururla bahsediyordu. Sık sık kuzenine "sakın evlenip beni bırakma, emi" dermiş. Bayan A sekiz yaşındayken kuzeni askere gitmiş ve kısa süre sonra eve şehit olduğu haberi gelmiş. Yetişkinler ondan gerçeği saklamışlar, "yaralanmış, yürüyemiyormuş, yarın eve getirecekler" demişler. Bütün gece, kendisiyle ilgilendiği gibi onunla ilgileneneceği, tekerlekli bir sandalye bulup her yere gezdireceği, sonunda da tamamen iyileştireceği hayalini kurmuş. Sabah kapıda kuzenini beklerken tabutu gelmiş. Herkes ağıtlar yakarken olduğu yerde kala kalmış. Daha sonraki günlerde babaannesi ona sarılıp "sakın evlenme diyordun bak hiç evlenmeyecek" diye ağlamış. Bayan A, söylemekten utanç duyduğunu ancak o zamanlar "keşke kuzenim öleceğine babam ölseydi" diye düşündüğünü söyledi.

Büyüdüğü sahil şehrindeki üniversitenin hukuk fakültesini kazanmış, hiç ikmale kalmadan mezun olmuş. Babasının zorlamasıyla Ankara'daki bir avukatlık bürosunda staj yapmış, ardından iki yıl süreyle baronunki dâhil çeşitli sınavlara girip hepsini kazanmış ancak bir türlü bir işte çalışmaya başlamamış. Sınavlardan, "benim oyuncaklarım" diye bahsediyordu. Sonunda, yine babasının zoruyla, iyi bir hukuk firmasına girmiş. İşten ayrılıp eve dönmek istediğini her söylediğinde babası "sırtımızda yumurta küfesi yok ya" deyip susturmuş. Hukuk fakültesine de ailesinin zoruyla girdiğini, 2. sınıfta okulu bırakmak istediğinde şiddetli karşı çıkışa boyun eğdiğini, hayatının tamamen anlamsız ve boşa geçirilmiş olduğunu söylüyordu. İşe başladıktan 3-4 ay sonra çok mutsuz olduğu gerekçesiyle istifa etmiş. İzleyen dönemde yine pek çok sınav girip kazanmış ancak hangi işe girse hayal kırıklığına uğramış. Yaptığı işin ya insanlık için bir anlam ifade etmediğini-kimseye hayrı dokunmadığını, ya mesleki açıdan kendisine bir şey katmadığını ya da iş için gerekli donanıma ve cesarete sahip olmadığını söylüyordu. Tedaviye geldiği sırada aslında idealindeki alan olan ve girmek için çok çabaladığı 4. işinde çalışmaktaydı ancak bir ay sonra oradan da istifa etti. O dönem her seansa; "Bugün çok fena ağlayacağım, söyleyeyim de!", "Bu kutudaki mendil bana yetmez, yanıma almayı da unutmuşum, hay Allah!", "Bir haftayı çok zor bekledim, hele dün o kadar çok ağladım ki hiç susma-

yacağım sandım!", "Gece başım ağrıdı, beyin kanaması geçirdiğimi düşündüm, annem ile B'yi uyandırdım, sabaha kadar başımı beklemelerini istedim!", "Sınıf arkadaşım uğradı, bir üniversitenin hukuk müşavirliğine girmiş. Kendime çok kızdım, herkes ilerlerken ben olduğum yerde sayıyorum!" gibi sözlerle başlıyordu.

İş alanında yaşadığı sorunları, ailesinin başka bir şehirde psikoloji eğitimi almasına izin vermemesine bağlıyordu. Lisedeysen bu arzusunu dile getirdiğinde büyük tepki ile karşılaşmış, başta babaannesi olmak üzere hepsi karşı çıkmışlar: "Delilerle ne işin var, bütün gün dert mi dinleyeceksin, hem sana zarar verirler, dövmeye kalkarlar, ne yapacakları belli olmaz onların" demişler. Sonunda ailesinin hukuk fakültesini seçmesi konusundaki yoğun ısrarlarına boyun eğmiş. Bir yandan başta babaannesi olmak üzere onlara duyduğu kızgınlığı ifade ediyor, durumundan tamamen onları sorumlu tutuyor, diğer yandan "aslında hepsini çok seviyorum, bütün bunlar benim suçum, kendimden nefret ediyorum" diyordu. Psikolog olma arzusunu görüşmelerde sık sık dile getiriyor, yüksek lisans olanaklarını araştırıyordu. Özellikle terapistin kendisini anlamadığını düşündüğü zamanlar, "Benim yaşadığım sıkıntıyı bilemezsiniz, siz sevdiğiniz işi yapıyorsunuz. Benim istediğim koltukta oturduğunuz için size ne kadar çok imreniyorum bilemezsiniz" diyordu. Müvekkilleri tarafından saldırıya uğrama korkusundan kurtarılmayı istiyordu. Danıştay baskını ve televizyonda izlediği adliyelerde yaşanan kavga haberlerini örnek veriyor, korkularının yersiz olmadığını söylüyordu. İdealindeki işte çalışırken adliyede, bu işten istifa etmek zorunda kaldığı için de şimdi evde, ter içinde kalıyor, midesi bulanıyor, başı dönüyor, ishâl oluyor, durduramadığı ağlama nöbetlerine tutuluyordu. Suçsuz birinin hüküm giymesine ya da suçlu birinin cezasız kalmasına yol açacak bir hata yapmaktan, bu hatası nedeniyle saldırıya uğramaktan, hatta öldürülmekten korktuğu için istifa etmişti ancak şimdi de çok sevdiği bu işten mahrum kaldığı için mutsuzdu. Anne-babası, Bay B ve yakın arkadaşları, Bayan A'nın hemen her gün korkuyla ağlaması ve yakınmaları karşısında şaşkın, çaresiz hissediyorlardı. Bazen kendisini avutmaya çalışıyorlar, bazen korkularına ortak olup tıpkı onun gibi konuşuyorlar, "ne olacak benim

halim" dedikçe koro halinde "vah, ne olacak senin bu halin" diyorlardı. Anne ve babası zaman zaman öfkelenip lafı ağızına tıkasalar da nişanlısı büyük bir sabırla onu dinliyor, avutup yatıştırmaya çalışıyordu.

Bayan A, düğün tarihi yaklaştıkça daha sık amcasının oğlundan (kuzeninden) bahseder oldu. Ayrıca iki eski erkek arkadaşı hakkında konuşmaya başladı. Bay C'ye çok âşık olduğunu ama onun hiç bir zaman kendisiyle ilgilenmediğini, başka bir şehirde yaşamaya başladıktan sonra da tüm iletişimi kestiğini anlattı. Düğünden birkaç ay önce Bay C ile birlikte olduğu rüyalar görmeye başladı; büyük bir mutlulukla uyanıyor, rüya olduğunu fark edince üzüntüden nefesi sıkıştıyordu. Nişanlısını yeterince sevip sevmediğini sorgulamaya başlamıştı. Bay D'nin ise evleneceğini öğrenip düğünü basmasından, kendisini ve nişanlısını öldürmesinden korkuyordu. İki yıldır evli olan Bayan A, tedavi sürecinde Bay C ile ilgili fantezilerinden uzaklaşıp kocası ile daha yakın bir ilişki kurdu.

Düğünden kısa süre sonra iyi bir hukuk firmasına kabul edildi, son derece saygın bir işti ancak yeni işiyle ilgili en ufak bir heyecan ya da sevinç taşıyor, idealindeki işi yapamadıktan sonra hiçbir şeyin anlamı olmadığını söylüyor, çok gururlanan anne-babasının halleri onu çileden çıkartıyordu. Mutluluklarını ifade ettikçe, "Buradan ilk fırsatta ayrılacağım ama B'nin maaşı düşük, geçinmemiz için burada çalışmak zorundayım. Ne yapayım, ekmek parası" diyerek ağlıyordu. Giderek yeni işiyle ilgili huzursuzluğu arttı. Kendisinden kıdemliler ona iyi davranıyorlar, o ise bu tutumun altında ezildiğini çünkü belli etmese de her an istifa etmeyi düşündüğünü, bu yüzden çok suçlu hissettiğini söylüyordu. Sık sık işinin sağladığı avantajları sayıp döküyor, buradan istifa edip yine mutsuz olursa diye korkuyordu. Yaşadığı ikilem ve çatışmayla ilgili ne zaman bir yorum yapılırsa "siz de annem-babam gibi bu işten ayrılmamı istemiyorsunuz", "tıpkı onlar gibi siz de beni anlamıyorsunuz" diyordu. İşteki altıncı ayın sonunda, intiharı düşündüğünü, hatta planladığını, eskisi gibi ölümden korkmadığını çünkü artık yaşamının hiçbir anlamı kalmadığını söyledi. Terapisti, kendisini ciddiye almamakla suçluyor, nasıl soğukkanlı durabildiğini soruyordu. Yöneticisinin odasına girip

durduramadığı bir ağlama nöbeti sırasında bu düşüncelerinden bahsetti; o sırada o kişinin kanser olması, o gün kızının eski erkek arkadaşı tarafından ölümlle tehdit edilmesi içindkileri söylemesini engellememişti. Yöneticinin yaşadığı duruma rağmen kendisine zaman ayırması, teselli etmesi ve tedavi için bir psikiyatra yönlendirmesi hem iyi hissettirmiş hem de utandırmıştı. Yöneticisi başta şaşırılmış ancak sonrasında ilgi ve şefkat göstermiş, Bayan A'yı istifadan ve intihardan caydırmıştı. Yeni sıkıntısı, işinden ayrılmayı hala düşünürken kadının yüzüne nasıl bakacağıydı. Tam bu dönemde gördüğü rüya çarpıcıydı: Bir süre önce ölen çok sevdiği kuşunu kafeste buluyordu ancak kafeste 3-4 kuş vardı. Biri kafesin dibinde ölü yatıyor, bir diğeri kapısından çıkmaya çalışırken kapıdaki demir çubuğa saplanıp can çekişerek ölüyor, diğerleri dışarı çıkıp uçmaya başlıyor, o an hepsinin aslında birer zombi olduğunu anlıyordu. Üstüne doğru uçtukları için korku içinde kaçıyor. O sırada her birinin taşlaşıp yere düştüğünü ancak yenilerinin hemen belirdiğini görüyordu.

TARTIŞMA

Bir kendilik psikoloğu, bir olguyu dinlerken aldığı bilgiyi kafasında şu şekilde düzenler: 1. Kendiliğin durumu nedir? Canlı mı, ölü mü? Bütün mü, parçalanmış mı? 2. Aktarımlar nelerdir? Onlar nasıl dinlenir? Kanıtlar nelerdir? Bilgi alırken kullanılan araç nedir? (Ardalı ve Erten 1999, Tura 2000). Öncelikle Bayan A'nın terapi için başvurduğu sırada, ölü ve kendiliknesnelerinin sağladığı empatik insani çevreden yoksun kalmasıyla bütünlüğünü kaybetmiş, parçalanmış bir kendiliği olduğu söylenebilir. Ölü kendiliğini canlandırma çabaları olarak oyuncaklarını dediği sınavlara girmesi, rüyasında gördüğü kuşların durumu, bu parçalanmış ve cansız kendiliğin göstergeleridir. Kuş rüyası, Kohut'un (1977) kendilik durumu rüyası (self state dream) olarak tanımladığı tür rüyaya örnek olarak gösterilebilir. Elbette rüyaları seans içinde tüm çağrışımları ile anlamak önemlidir ancak rahatlıkla bu rüyanın, kendiliğin parçalanmışlığını, canlı olmayışını/ölü oluşunu, içinde bulunduğu her ilişkide/durumda hem içinde hem dışında olmanın ölümcül olarak algılandığını, çaresiz ve dehşet verici bir iç dünyada yaşandığını gösterdiği söylenebilir. Rüya, anababanın koruyalım derken zehirli etki yaratacak düzeyde dış dünyayı tehlikeli olarak

tanıtmaları, sınır ihlâlinde bulunmaları, annenin gidiş-gelişleri nedeniyle tutarsız algılandığı, güvenli bir dünya sunmadıkları gibi kendi endişe ve korkularını Bayan A'ya bulaştırarak güven duyma potansiyeli ile geldiği yaşamı bilmeden elinden almaları ile örtüşmektedir.

Kendilik psikolojisinin bilgi toplamak için temel aracı empatidir. Kohut'un (1959) tanımladığı empatik dinlemede, olgu için kendisi olmak nasıl bir deneyimdir anlaşılmalı çalışılır. Kohut buna deneyime yakın çalışma adını verir, hastayla çalışırken spekülasyonların ve kuramsal düşüncenin öne geçmesine izin vermez. Bu bağlamda, Bayan A ile çalışırken terapistte ortaya çıkan duygular onu anlamak için bir araçtır. Terapistin ilk görüşmelerdeki borbardıman altında kaldığı, boğulduğu, istila edildiği hissinden hareketle Bayan A için kendisi olmanın çok sıkıcı, bunaltıcı, boğucu, parçalayıcı, öldürücü olduğu söylenebilir. Bu başarılı, zeki genç kadının düşüncelerini, duygularını kelimelere dökmekten ziyade davranışa vurduğu da gözlenmektedir: Terapist değiştiriyor, iş değiştiriyor, tam evlenecek eski sevgili gündeme geliyor, yüksek sesle basınçlı konuşuyor, ağlama-öfke nöbetleri oluyor, kendine kötü davranıyor. Çocukluğundan beri olan ve giderek artan bedensel yakınmaları, hastalık kaygıları, korku ve dehşet içinde yaşaması, perseküsyon fikirleri, gökyüzünün yüksekliğinin yarattığı yoğun bunaltı duygusu kendiliğinin parçalanmasının göstergeleri. Kendilik psikolojisinde psikopatolojiyle ilgili en önemli, belki de tek soru "kendilik bir arada durabiliyor mu, yoksa dağılıyor/parçalanıyor mu?" sorusudur (Kohut ve Wolf 1986). Kendilik dağılmaya başlayınca önce bu olguda olduğu gibi, hipokondriyak, paranoid belirtiler biçiminde parçalanma ürünleri ortaya çıkar. Eğer kendilik bütünlüğü sağlanmışsa bu kez kendiliğin nasıl dağıldığına değil, kendiliğin kendiliknesnelerinin işlevleriyle kendini nasıl bir arada tutabildiğine bakılır. Örneğin Bayan A'nın "oyuncaklarını" dediği sınavlara girip çıkması, daha ideal bir iş/eş düşlemleri, özellikle kendine ve sonra etrafına eziyet eden mazokistik tutumları kendiliğini bir arada tutma, parçalanmayı önleme gayretleridir. Kendine gidecek daha iyi yerler, yüzler ararken; yani mükemmeli ararken, geçici olarak kazandığı zafer duygusuyla kısa bir süre bütün/canlı hissetmektedir.

Kohut'un gelişimsel narsisizm hatlarından ülküleştirmeyle (idealizasyon) ilgili olanı, mazokistik karakterin dinamiğinde önemli rol oynamaktadır. İdealizasyon hattındaki gelişimsel duraklama, mazokistik karakterin kendilik temsilini küçültüp, kendini değersiz kılıp, nesneyi büyük, ulaşılmaz ve vazgeçilmez hale getirmesine neden olur (Kohut 1979). Böylece erken dönemlerdeki mahrumiyet, travma ve terklerin terörü yap-bozlanarak ideal nesnenin gidişi engellenir; nesneyi kontrol eden bir bağımlılık yaratılır. Aynı zamanda, gelişimsel duraklama yaratan müdahalelerin, travmaların, mahrumiyetlerin, terklerin yol açtığı nesneye yönelik öfke mazokizm yoluyla gizlenir. Tam tersine öfke gösterilemeyecek bir muhtaçlık portresi çizilir. Öte yandan birisi ile yakınlık kurma, parçalanma kaygısını artıran bir durumdur. Kişi, bağımlı hale geldiği ötekiler tarafından yutulmaktan veya kendiliğinin kırılma sınırlarını tamamen kaybetmekten büyük endişe duyar. Kırılma kendiliği ve sınırları keskin biçimde ayrılmamış iç dünyası, dışarıdan içine dolan kuvvetli ötekinin basıncıyla patlama riski taşır. Dikkat edilirse Bayan A, ikili ilişkilere hep üçüncüyü getirerek bir savunma geliştirmiştir: Bay B ile arasına Bay C'yi, işi ile arasına diğer işleri, ilk terapistiyle arasına ikinci terapisti, annesiyle arasına Bay B'yi koymaktadır. Kendine güvenli bir tek başlılık yaşaması da mümkün değildir çünkü bir süre sonra yalnızlık bunaltıcı ve ürkütücü hale gelir. Kişi ilişkisel taşınma ve içerilmeyi kaybettiğinde, henüz tam anlamıyla bütünleşmemiş parçaları dağılmaya başlar. Ortaya çıkan çatışma, ya istila edilme ya da terk edilmenin ikilemidir.

Bayan A'nın yaşam öyküsünde göze çarpan özellikler şunlardır: 1) Sık sık terk edilen, anababanın kendi ihtiyaçları için aşırı kolladıkları ve zaman zaman bir o kadar da yalnız bıraktıkları bir çocuk. 2) Annesinin mutsuzluğunun faturasını kendisine çıkaran, sembiyotik ilişkide olduğu annesinin kendi bilinçdışı güven ihtiyacı için uzantısı olan, dolayısıyla aynalanmaktan uzak bir çocuk. 3) Babası inisiyatifsiz, zayıf algılanan, dolayısıyla babasız hisseden bir çocuk. 3) Sekiz yaşındayken hem kendiliknesnesi işlevleri bakımından iyi bir empatik insani çevre sağlayan idealize ettiği kuzenini travmatik bir şekilde kaybeden ve suçlanan hem de bir kardeşinin olduğunu annesine güvenini sarsacak şekilde öğrenen, annesini kardeşinden çalmakla kendini

suçlayan bir çocuk. 4) Altı yaşına kadar anababa ile aynı odayı paylaşmak durumunda kalan, dolayısıyla klasik psikanalitik bakışla ilk sahnenin gerçek olduğunu, yani fantezide olması gerekeni gerçekte travmatik bir şekilde yaşayan bir çocuk. 5) Görülmediği için sıkça bedensel yakınmaları/karın ağrıları olan ama bu özelliği ile şefkat görmek yerine anlayamayan bir çocuk.

Bayan A, diğer çocuğunu başka şehirdeki annesine bırakmak, birlikte olmaktan mutlu olmadığı işsiz bir erkekle bir çocuk doğurduğu için evlenmek, kocasının ailesinin kendisine yönelik önyargıları arasında sığıntı gibi yaşamak durumunda kalmış, kalbinin yarısını başka bir şehirde bırakmış, çökkün bir annenin çocuğudur. Annenin beklenmedik ve belirsiz sürelerle madden yokluğuyla, gözlerindeki parlaklığı eksikliği şeklinde manen yokluğuyla kendiliknesnesi işlevlerini yerine getirememesi sonucunda, kendiliğinin ilkel halleri aynadan yansısını geri alamamış ve kendilikte bu yansısızlıklar parçalı yapısallığa, yani parçalı ve süreksiz varlık ve yokluk deneyimlerine dönüşmüştür. Hayatının ilk yıllarında, kendiliğinin olduğu yıllarda, ilk nesnesi annesi ile ilişkisinde kesintiler olduğu için teşhirci-büyükleme narsisizm hattının sekteye uğradığı düşünülebilir (Ornstein 1981). Çocukluğunda yaşadığı karın ağrıları, erişkinliğinde süren bedensel yakınmaları, bu az uyarılan çocuğun görülmek, duyulmak ihtiyacı ile ilişkilendirilebilir. Görülmedikçe parçalanıyor ve bedensel yakınmalar, saldırıya uğrama korkusu, sürekli sınava girme, iş değiştirme ortaya çıkıyor: Kendisine eziyet eder şekilde de olsa görülmüş, onaylanmış, böylece kendilik bütünlüğü geçici olarak sağlanmış oluyor. Diğer taraftan, sınava girme veya iş değiştirme uğraşları azaldığında Bayan A'nın derinlerindeki depresyonun açığa çıktığı görülmektedir. Bu, Kohut'un boşluk depresyonu adını verdiği depresyondur. Tedaviye gelen narsistik gelişim hattında eksiklik olan hastalar sıklıkla "hayatın anlamı yok, hayat boş" şeklinde ifadeler kullanırlar çünkü erken dönemde narsisizmlerini aynalayarak hayatlarına anlam katacak kendiliknesnelere yoksun kalmışlardır.

Baba sosyal alanda statü kaybına uğramış, baba evine başı önde dönmek ve orada bir süreliğine de olsa fazlalık/sığıntı gibi yaşamak durumunda kalmış, üniversite mezunu olduğu halde lise

mezunu bir annenin yanında zayıf algılanan bir erkek. Öyküde de babadan ağırlıklı olarak korunması-kullanılması, yalnız bırakılmaması gereken biri olarak bahsediliyor. Annesi, babasını ve onun ailesini küçümserken Bayan A'yı zehirlediğinin farkında değil: Anneden aynalanmayan çocuk babayı idealize etmek için yüzünü ona dönüyor ancak oradan da güç alamıyor. Babayı idealize edemediğinde yüzünü kuzenine dönüyor ancak onun ani ve travmatik ölümü, sonrasında da çevrenin yaşadığı travmaya tuz biber olması sonucunda bu ideal 'babanın' yasını tutamıyor. Teşhirci, görülmek isteyen, büyülenmeci narsisizm hattı gibi ölküleştirici narsisizm hattı da gelişimsel olarak duraksamaya uğramıştır; anne, babayı küçümsedikçe farkında olmadan Bayan A'nın ideallerinin gelişeceği kanadı elinden almış, halen de almaya devam etmektedir. İdealize edici kendilik-nesnesi sürecindeki işlevleri içselleştiremediği için narsisistik gelişiminin idealizasyon hattı da kesintiye uğramış, dış dünyadaki bir takım kuvvet, kudret ve büyüklük sembolü olan bireylere ilkel bir şekilde bağımlı kalmış, kendini avutabilme/yatıştırabilme kapasitesi sınırlanmıştır. Terapistiyle ilişkisinde de giderek artan şekilde psikolojiyi, psikoterapistinin kimliğini ve koltuğunu idealize etmesi, idealize etme/yüceleştirme aktarımına işaret etmektedir (Terbaş 2004).

Narsisistik aktarımlar bilinçdışı narsisistik yapılar- dan gelir ve hastanın daha önce yeterince karşılan-mayan bilinçdışı ihtiyaçlarını ifade eder. İdealize edici/ölküleştirici narsisizmde, gelişim devam ede- bilsin diye idealize edilen nesneyle ilgili, teşhirci- büyülenmeci narsisizmde ise ayna işlevi gören nesneyle ilgili arayış vardır (Kohut 1986). Terapide bu iki aktarıma örnek olarak, Bayan A'nın belirtilerinin terapist aynaladıkça ortadan kalkması ile giderek terapistin meslekî kimliğini yüceltmesi verilebilir. Terapistiyle ilişkisinde ayna aktarımı, görülmek, onaylanma ihtiyacı içinde olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Terapistin, Bayan A'nın varlığını yüksek sesle ve basınçlı konuştuğunda olduğu gibi kabul etmesi, duyması, ihtiyaçlarını yargılamadan, tarafsız ve empatik şekilde anlamaya çalışması parçalı kendiliğine bir tutkal işlevi görmüştür ve süreçte ihtiyacı kalmadığı için o davranış ortadan kalkmıştır. Onu anlayan, ihtiyaçlarını görebilen ve yargılamadan kabul edebilen bir terapistle belirtilerin hızla ortadan kalkması, yoğun parçalan-

ma anksiyetesi ile gelen bu genç kadının psikotik değil narsisistik bir yapıda olduğunu desteklemektedir. Çok, aralıksız ve yüksek sesle konuşması hem duyulmayacağı endişesi ile hem de duyulacağı ve bir yorum geleceği endişesi ile ilişkili olabilir. Bayan A için ikisi de tehlikelidir; eğer duyulursa, görülürse ve anlaşılırsa bu kez tıpkı annesinde ve yasını tutamadığı kuzeninde olduğu gibi terk edilme/bırakılıp gidilme tehlikesi olacak ya da annesi ile deneyiminde olduğu gibi yenilip yutulma tehdidi altında kalacaktır.

Bayan A'nın, annesi gittiğinde oynaması için eve getirilen kızı dövmesi de kendisinin ne durumda olduğunu etrafındakilere bir gösterme yoludur. Anne tarafından terkedilerek, idealize edeceği bir baba bulamayarak, ailesinin zaman zaman gerçeği çarpıtmasıyla/ilgisizliği ile dövülüyor/parçalanıyor. Kendilik psikolojisinde saldırganlık incinmeye ikincil bir kavram olup dürtü psikolojisindeki gibi temel değildir: Yapayalnız kalıyor, parçalanıyor, duygularını düzenleyemiyor, taşıyamıyor ve saldırıyor. Çocukken o kızı, şimdi kendisini, annesini, eşini ve terapistini dövüyor. Yoksunluk içinde yaşayan bir çocuk, doğal olarak da haset duyuyor: Kendinde yok herkeste var, arkadaşları güzel yerlerde çalışıyor, terapisti onun imrendiği işi yapıyor. Bayan A yeteneklerini ve becerilerini kendisini yoksunluk- tan kurtarmak için kullanabildiği ölçüde ikincil olarak getirdiği haset duygusundan sıyrılabılır: Nitekim terapi sürecinde, hasetini tanımış, insani olduğunu kavramış ve kayda değer düzeyde ehliştirmiştir. Bu bağlamda yeteneklerini ve becerilerini kendisi için kullanmasını, telâfi edici/onarıcı işlev görmelerini, sağlamak terapinin önemli bir hedefidir (Kohut ve Wolf 1986).

Bayan A, 6 yaşına dek anababası ile birlikte yatmış. Bu, onun, cinsel yaklaşıma; sese, kokuya, görüntüye maruz kalmış ve fark edilmeden istilâ edilmiş olabileceği anlamına gelmektedir. Dürtü psikolojisinde ilk sahnenin gerçek olması psikotik bir yaşantı olarak alınabilecek iken kendilik psikolojisinde o yaştaki çocuğun kaldıramayacağı-taşıyamayacağı duygu yoğunluğundan yani optimal olmayan hayal kırıklığından/incinmeden/travmadan bahsedilir. Gelişmekte olan çocuk için yaşının hazmedebileceğinin üzerinde duygu yükü - bu bir lunapark eğlencesi bile olsa- travmatiktir. Ayrıca, çocukluğunda yaşadığı karın ağrısı

kuzenin evlenmesini istememesi ve onun ölümü öyküsü gibi gerçek olmuş, bir yumurtalığını kaybetmiştir. Normal şekilde gebe kalmasının güç olma olasılığı da Bayan A için bir narsistik incinmedir. Olaylar karşısında ailenin, çevrenin geri bildirimleri -niyet hiç öyle olmasa da- zehirlidir: "Annen seni sevseydi gitmezdi" sözü, çocuğun iç dünyasının diline çevrilecek olursa "ben seviyecek, değer verilecek bir çocuk olsaydım annem (ve kuzenim) gitmezdi" şeklindedir. Yine ailenin kuzenin ölümü sırasındaki yaklaşımı psikoza sokabilecek denli zehirlidir: "Hep derdin kuzenim evlenmesin diye, bak işte hiç evlenmeyecek". Bu türden bildirimler, çocuğun tümgüçlülüğünü, ilkel büyükenmeciliğini iyiden iyiye pekiştiren tutumlardır. Çevresi, kültürümüzde sık rastlanır bir şekilde kuzenin ölümünü çocuğun sindirebileceği hale getiremiyor çünkü muhtemelen kendileri duyguyla baş etmede güçlük çekmişlerdir. Travmatik yaşantı ile yüklenen Bayan A'nın, ne bunu aynalayarak sindirmesine yardım edecek bir annesi ne de sırtını dayayabileceğine güvendiği bir babası olabilmiş. Bu nedenle daha güçlü ve idealize edilen, empatik kendiliknesnesi işlevi gören, onu gören, duyan kuzenin ölümü ile parçalanma/dağılma/birarada kalamama korkusu ağırlaşmıştır. Yasının uzaması, empatik insani kendiliknesnesi çevresinin travmatik ve ani biçimde kaybolmasının yanı sıra sözü edilen bu tutumlarla da ilişkilidir. Tamamlanmamış yasının izleri, evleneceği zaman ortaya çıkan Bay C düş ve düşlemlerinde gözlenmektedir. Bu düşler, idealize ettiği kuzenin işlevlerine duyduğu özlemle ve onunla yeniden birleşerek onarıma arzusuyla açıklanabilir.

Kohut, çocuklarda optimal düzeyde travma ya da engellenme yaratan durumların ruhsal yapıda kırılma oluşturmayıp, yapıyı geliştirdiğini/sağlamlaştırdığını belirtir. Optimal travma ya da kayıplarda çocuk, kaybedilen nesnenin kendisi için gördüğü işlevi kendi içinde yapılaştırarak o işlevi görmeye başlar (Tolpin ve Kohut 1979). Kohut bu sürece dönüştürmeli (transmuting) içselleştirme adını vermiştir. Optimal olmayan travmatik durumlar ise yerine konulamaz bir biçimde kendiliknesnesi bağında bir kırılma ve kendiliknesnesinin özel ve biricik işlevlerinde kayıplar olarak yaşanır. Bayan A 8 yaşında olduğu için ve henüz kendiliği bütün/koheziv olmadığı için yasin normal evreleri

olan kopma, kırılma esnasında şok; kaybın gerçekliği arttıkça tükenme ve dağılma hissi; kaybedilen kendiliknesnesinin sağladığı işlevleri yeni yapının içine dahil ederek onarıma ve ruhsallığı yeniden yapılandırma evrelerini yaşayamamıştır. Hagman'a göre (1996), yasin başarılı çözümlenmesi iki etken tarafından belirlenir: Çekirdek kendiliğin yapısal bütünlüğü, kohezyonu ve dayanıklılığı; yeterli şekilde empatik, destekleyici ve telâfi edici kendiliknesnesinin varlığı. Optimal yanıt veren kendiliknesnesleri, yani ötekiler, yasin kolaylaştırılmasında, kendilik yapısının onarımında ve yeniden yapılandırılmasında önemli rol oynarlar. Bayan A'da bu süreçler olması gerektiği gibi işlememiştir. Bir çocuk ve bir erişkin olarak görülmedikçe duyulmadıkça parçalara ayrılmış, belki başlangıçta kendisini avutabiliyorken (ör. odaya çekilip "zavallı A, zavallı A" diyerek) artık hiç avutamaz olmuştur çünkü duygulanım düzenlemesini sağlayan, dönüştürerek içselleştirdiği, kendiliğine mâlettği kendiliknesnesi deneyimleri eksik kalmıştır.

Bayan A'nın, terapistini idealize etmesine ve teşhirci-büyükenmeci halini küçük düşürülme, görülme korkusu olmadan getirmesine olanak tanınarak kendiliknesnesi işlevi görülmüş, böylelikle duraksamış narsistik gelişiminin devamı hedeflenmiştir. Kendilik psikolojisine göre, terapide, sınırlara dikkat ederek ve empatik dinlemeyi elden bırakmayarak çalışmak, terapistin empatik başarısızlıklarında hastada ortaya çıkan parçalanma ürünlerini (ör. perseküsyon fikirleri, hipokondriak belirtiler gibi) yakından gözlemek esastır (Kohut 1984). Bayan A'nın son işinde intiharı düşünmesi, bunu da kanser hastası yöneticisine empatik olmayan bir şekilde söylemesi, tıpkı kendisine olduğu gibi diğerlerine de empati duymakta zorluk yaşadığına işaret etmektedir. Yöneticinin iyi bir kendiliknesnesi gibi davranarak krizi ele alması rahatlatıcı bir etki sağlamıştır. Sonrasında Bayan A'nın olayı gözden geçirerek davranışını değerlendirmesi, ötekini görme ve anlama açısından bir ilerleme olarak değerlendirilmiştir. Öte yandan, özellikle o dönem görüşmelerde giderek artan öfkesi terapideki kaçınılmaz empatik hatalarla ilgili olabilir. Empatik hataların iki nedeni vardır: Birincisi, gerçekten ikiziniz olmadıkça hiç kimseye karşı mükemmel davranamazsınız. İkincisi, geçmişinden dolayı hasta zaten empatik hataya yol

açacak bir sahne hazırlayacaktır; tedavideki tüm hastalar yanlış anlaşılma konusunda ısrarcıdır. Önemli olan bunların farkına varmak, kırılmaları bulmak ve yavaş yavaş yetenekler ve becerileri de katarak yeniden yapılanmanın uygun zeminini hazırlayabilmektir.

Psikanaliz ya da psikanalitik psikoterapiler sırasında etkin hale gelen ilkel/arkaik narsisistik konuların derinlemesine çalışılmasıyla, örneğin Bayan A'da ayna aktarımı ve idealizasyon aktarımının ele alınmasıyla özgül ve özgül olmayan değişiklikler ortaya çıkacaktır. Terapistin sabırlı ve empatik yaklaşımı, düzenli süpervizyonla kendi kör noktalarını görerek hastanın patolojisini bütünüyle kavraması ve empatik hatalar üzerinde birlikte çalışmaya davet etmesi hastanın duraksamış olan narsisistik gelişiminin kaldığı yerden devam etmesini sağlayacaktır. Psikoterapinin sağladıklarından birisi, terapistle yaşanan deneyime dayanarak kendiliknesnesinin yerine başka bir kendiliknesnesi koyabilme ve onu kullanabilme kapasitesini geliştirmesidir. İkincisi, kendi üzerine düşünme kapasitesini geliştirmesidir ki bu kendine empati gösterebilme yetisini artırır. Kohut'a göre (1984) özgül olmayan değişiklik hastanın nesne sevmeye yetisindeki artış ve genişleme iken özgül değişiklikler çocuksu narsisizmin dönüşüme uğramasıyla ilişkili olarak yaratıcılık, empati, mizah ve bilgeliğin gelişmesidir.

Kendiliknesnesi işlevlerinin optimal hayalkırıklıkları/incinmeler ile dereceli bir eksilmeye uğraması bu tip içselleştirmeler için, dolayısıyla iç dünyanın yapılanması için şarttır. Ne var ki özellikle gelişimin erken aşamalarında yaşanan kayıplar ani ve tümünden olursa travmatik deneyimlere, başa çıkılmayacak kadar yüksek duygulanımsal uyarılmalara dönüşerek gelişimi sekteye uğratırlar. Bayan A'nın durumunda içine doğduğu dünya baştan annenin mahkum hissetmesi ve depresif olması nedeniyle gözünün ferinin olmadığı, babanın ise süngüsünün düşük olduğu ve küçük düştüğü bir dünyadır. İdealize etme (ülküleştirme) aktarımında hasta kendiliknesnesini (terapistini) büyük bir güç, bilgi, kuvvet ve kudret sahibi olarak görür. Bu tür aktarım, hastanın geçmişindeki ülküleştirilmiş ebeveyn imgesi eksikliğinin yarattığı gereksinimin bir yansımasıdır. Psikanalitik yönelimli çalışma bu tür bir ülküleştirmeyi taban olarak alır. Hastanın terapiye gelmesi, iç dünyasını açması ve iyileşme

umudunu bir istikrar ögesi olarak taşıması terapistine attığı güçler ile yakından ilgilidir. Bu açıdan, pek çok psikanalitik yönelimli çalışmanın açılış ve orta dönemleri ağırlıklı olarak ülküleştirme aktarımı süreçlerine sahne olur. Analitik çalışmada defalarca yaşanan bu kendiliknesnesi aktarımının kopma, kırılma ve çökmesi, daha sonra onarıma ve aktarımın eski düzeyine yükselmesi döngüsü sonucunda, hastanın iç dünyasında daha önceden varolmayan bir yapısal oluşum ortaya çıkar. Hasta dönüştürmeli içselleştirme ile psikanalistin işlevlerini kendi bünyesine katmıştır.

Kohut'un kuramsal yaklaşımında en önemli olgunun kendiliknesnesi işlevleri olduğu söylenebilir. Kohut bu kavramla ne tam anlamıyla kendilik, ne de "öteki" (nesne) olan, ancak aynı zamanda hem kendilik hem de "öteki" olan ilişkisel bir işleve işaret etmektedir (Erten 2004). Bu tanımın gereği olarak da kavramı iki kelimeyi birleştirerek (kendiliknesnesi) kullanır. Psikanalizin gelişim kuramında, başlangıçtaki yoğun anne bağımlılığından bağımsızlığın ifadesi olan bireyleşmeye doğru ilerleyen bir çizgi vardır. Bireyleşmedeki aksamalar, insan ruhsalığında hasarlar yaratır ve psikopatolojiye yol açar. Klasik kurama göre ruhsal patolojisi olan insan, yetişkin olduğu halde bağımlılığından ve çocuksu ruhsalından vazgeçemeyendir. Kohut ise kuramında bu düşünceye paralel unsurlar taşımakla birlikte bireyleşme ve bağımlılık arasında bu denli keskin bir ayrım olduğunu düşünmez: İnsanoğlu doğumundan ölümüne kadar "öteki"ne muhtaçtır ve onu, değişik düzeylerde, işlevsel anlamda ruhsal uzantısı olarak görür. Bu durum çocukluk çağında, yetişkinliğe göre çok daha fazla böyledir ancak yetişkinlikte de kendiliknesnesi ihtiyaçları devam eder. Psikanalitik kuram ve uygulamaya önemli katkısı olan kendiliknesnesi kavramı bu türden bir bağımlılık ilişkisi kipinin ürünüdür (Erten 2004). Kendiliknesnelere, dengeli, enerjik ve bütünleşmiş kendilik duyuları yaratan yardımcılarıdır. Bu işlevler olmadığı zaman, gelişim yolundaki özne özdeğerinde düşmeler (boş ve sönmüş hissetme) ve değişik düzeylerde parçalanmalar deneyimler. Bu deneyimler, olgu üzerinden aktarılmaya çalışıldığı gibi, en hafifinden en ağırına kadar değişik düzeylerde kaygılara ve korkulara neden olurlar. Parçalanma kaygılarının nedeni empatik insani çevre gibi çocuğun (ve ileride yetişkinin) yaşamındaki önemli ötekilerin (anne, baba, ilk

bakıcılar, arkadaşlar, eş, vb) sağladığı kendiliknesnesi işlevlerinin kaybidir. Sonuç olarak, kendiliknesneleri her daim gereklidir: Empatik matrisleri ile gerek bireysel gerek sosyal açıdan oksijen biyolojik yaşam için ne denli vazgeçilmezse kendiliknesneleri de ruhsal yaşam için o denli vazgeçilmezdir.

Bugün psikanaliz Freud'un başladığı noktanın çok ötesinde, sürekli kendini sorgulayan, yenileyen dinamik bir alandır. Psikanalistler Freud'a inanmakla düşünce ufuklarını kapatmamışlar, tıpkı Kohut örneğinde olduğu gibi onu aşmanın hatta bazı yönleriyle geçersiz kılmanın yollarını aramışlardır. Olgular karşısında tıkanılan noktalarda yeni kavramsallaştırmalara gidilerek, kavramları yeni olgular ışığında yeniden tanımlayarak; bazı kavramları terk ederek ve kavramlarla olgular arasında şeffaf ilişkiler kurarak kuram sürekli revizyondan geçirilmiştir. Böylece psikanalitik

kuram daha bilimsel bir kuram haline gelmiştir. Psikanaliz "iç dünyayı" nesnesinden elde ettiği verilere dayanarak kurgularken kendi deneyimiyle bağı daha belirgin, üzerinde uzlaşılabilir, dolayısıyla sınanmaya daha açık kavramsallaştırmalara doğru ilerlemektedir (Kızıltan 2010). Bu nedenle her psikanaliz veya psikanalitik psikoterapi süreci yalnızca bir arayış değil, özünde bir araştırmadır: Her analist/psikanalitik psikoterapist yalnızca izlemesi öğretilen yöntemi izleyerek, Molière'in Kibarlık Budalası oyununun kahramanı Mösyö Jourdain'in kırk yıldır bilmeden nesir konuştuğunu birden keşfetmesi gibi, araştırma yapmakta olduğunu keşfedecektir.

Yazışma adresi: Dr. Gamze Özçürümez, Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara, gamzeozcuzumez@hotmail.com

KAYNAKLAR

- Ardalı C, Erten Y (1999) Psikanalizden Dinamik Psikoteraplere, İstanbul. Alfa Yayınları, s. 117-151.
- Çuhadaroğlu F (2001) Kendilik patolojisi belirtisi olarak kimlik kargaşası. *Türk Psikiyatri Derg*, 12: 309-314.
- Erten Y (2004) Heinz Kohut'un izini sürmek. Psikanalizin 'öteki' yüzü: Heinz Kohut, M Tanık, N Mitrani, Y Erten (Ed), İstanbul, İthaki Yayınları, s. 9-46.
- Fosshage J (1992) Self psychology: The self and its vicissitudes within a relational matrix (Çev. S Meskill). *Relational Perspectives*, N Skolnick and S Warshaw (Eds), Hillsdale NJ. Analytic Press, s. 21-42.
- Gökler B (1991) Çocuklarda kendilik gelişimi ve patolojileri: Bir derleme ve klinik örnekler. *Türk Psikiyatri Derg*, 2: 13-19.
- Hagman G (1996) The role of the other in mourning. *Psychoanal Q*, 65: 327-352.
- Kızıltan H (2010) Bilimsel Psikanaliz. <http://www.icgoru.com/content/view/46/2/lang/>
- Kohut H (1959) Introspection, empathy, and psychoanalysis. An examination of the relationship between mode of observation and theory. *J Amer Psychoanal Assn*, 7: 459-483.
- Kohut H (1971) Kendiliğin Çözümlemesi (Çev. C Atbaşoğlu, B Büyükkal, C İşcan). Metis Yayınları, İstanbul, 1998, s.88-100.
- Kohut H (1977) Kendiliğin Yeniden Yapılanması. (Çev. O Cebeci). Metis Yayınları, İstanbul, 1998; s. 109.
- Kohut H (1979) The two analyses of Mr Z. *Int J Psychoanal*, 60: 3-27.
- Kohut H (1984) How Does Analysis Cure?. The University of Chicago Press, London.
- Kohut H (1986) Forms and transformations of narcissism. *Essential Papers on Narcissism*, 1. baskı, AP Morrison (Ed), New York. New York University Press, s. 61-87.
- Kohut H, Wolf ES (1986) The disorders of the self and their treatment: An outline. *Essential Papers on Narcissism*, 1. Baskı, AP Morrison (Ed), New York. New York University Press, s. 175-196.
- Ornstein A (1981) Self-Pathology in Childhood: developmental and clinical considerations. *Psychiatr Clin North Am*, 4: 435-453.
- Sandler J (1962) Research in psycho-analysis: The Hampstead Index as an instrument of psycho-analytic research. *Int J Psychoanal*, 43: 287-291.
- Tangör A, Dilsiz A (1996) Kohut ve kendilik psikolojisi. *Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları*, 1: 367-394.
- Terbaş Ö (2004) Kendilik psikolojisi kuramına göre kendilik bozuklukları: Bir olgu sunumu. *Türk Psikiyatri Derg*, 15(1): 70-76.
- Tolpin M, Kohut H (1979) The disorders of the self: The psychopathology of the first years of life. *The Course of Life*, S Greenspan, G Pollock (Eds), Washington, DC. US Government Printing Office, s. 229-253.
- Tura SM (1996) Narsissizm sorunsalında Kohut ve Lacan. *Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları*, 1: 437-455.
- Tura SM (2000) Günümüzde Psikoterapi, İstanbul. Metis Yayınları, s. 242-295.
- Türkçapar MH (1995) Kendilik psikolojisi ve temel kavramları. *Türk Psikiyatri Derg*, 6: 125-131.
- Wallerstein R (1988) Psychoanalysis, Psychoanalytic Science, and Psychoanalytic research-1986. *J Amer Psychoanal Assn*, 36: 3-30.