

# Klinik ve Terapi Sürecinin Kendilik Psikolojisi Açısından Değerlendirilmesi: Bir Ergen Olgu Sunumu

Elvan KARACAN\*, Cüneyt İŞCAN\*\*, Şahnur ŞENER\*\*\*

### ÖZET

Günümüzde psikoterapi alanında farklı kuramlar ve uygulamalar kullanılabilmektedir. Bir terapi süreci tek bir kurama bağlı olarak sürdürülebileceği gibi eklektik bir yaklaşım da tercih edilebilmekte ve kuramsal olarak değişik açılardan ele alınabilmektedir. Ergen terapisinde de olgunun klinik tablosu ve terapi süreci farklı temellere dayandırılabilir. Bu yazıda Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi bölümünde yaklaşık 2 yıl psikoterapisi yürütülmüş bir olgunun klinik tablosu ve terapi süreci aktarılacaktır. Olgu kendilik psikolojisi kuramı açısından tartışılacaktır.

**Anahtar Sözcükler:** Ergen, psikoterapi, kendilik, kendilik psikolojisi

KLİNİK PSİKİYATRİ 1998;1:51-55

### SUMMARY

#### Evaluation of Clinic and Therapy Course in the Aspect of Self Psychology: an Adolescent Case Study

Nowadays different theories and practices could be used in psychotherapeutic approach. Although one therapy course could be performed according to only one theory, eclectic techniques could also be preferred. In adolescent therapy clinical features and therapy could be based on different theories. This paper is related to clinical aspect and therapy course of an adolescent case whose psychotherapy was performed for 2 years in Gazi University

\* Dr., \*\*\*Prof. Dr., Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi Anabilim Dalı,

\*\* Uzm. Dr., Erişkin Psikiyatrist, ANKARA

Faculty of Medicine Child Psychiatry department. This case will be discussed according to theory of self psychology .

**Key Words:** Adolescent, psychotherapy, self, self psychology

### GİRİŞ

Kendilik psikolojisi 1970'li yıllarda Heinz Kohut tarafından geliştirilmiş psikanalitik bir kuramdır. Başlangıçta narsisistik gelişimi ve narsisistik kişilik bozukluklarını anlamaya yönelik olarak geliştirilmiş olan bu kuram daha sonraları başka psikopatolojileri de ele alacak şekilde genişletilmiştir (İşcan 1995). Kohut'un kendilik kuramı Anna Orsntein tarafından çocukluk psikopatolojilerine uyarlanmıştır (Ornstein 1981).

Kohut'un modelinde ruhsal yapının temel ögesi kendiliktir. İnsanın doğuştan itibaren kendilik yapısı vardır. Bu yapı başlangıçta gelişmemiştir. Kendiliğin gelişimi için diğer insanlara gereksinim vardır. Bu gereksinim somut bir şekilde kendilik-kendilik nesnesi dokusu içinde ortaya çıkar ve karşılanır. Bu süreç içinde çocuğun hem o an için gereksinimleri karşılanmış olur hem de çocuk zaman içinde bu işlevleri içselleştirerek bu gereksinimlerini, kendilik nesnesine giderek daha az gerek duyarak, kendi başına gidermesini öğrenir (dönüştürerek içselleştirme). Kohut bebekle kendilik nesnesi arasındaki ilişkiyi ruhsal gelişimin temeli olarak görür (Kohut 1971, İşcan 1995).

Kohut'un tanımladığı kendiliğin iki kutbu vardır: 1. Üstün göstermeci kendilik: Bu yapı çocuğun kendini sergileme, gösterme ve kendini üstün görme gereksinimini içerir. 2. Ülküleştirilmiş anababa imgesi: Bu yapı, çocuğun içselleştirdiği anababanın (kendilik nesnelere) ülküleştirilmiş gücünü, yetkisini kendisine kattığı yanıdır (Kohut 1988). Buna koşul olarak çocuğun gelişiminde iki tür kendilik ilişkisinden söz etmek mümkündür: 1. Aynalanma gereksinimi, 2. Ülküleştirme eğilimi.

Çocuk narsistik gelişim çizgisi içinde bir yandan ebeveynini ülküleştirme onu mükemmel ve tüm güçlü algılama ve kafasında yarattığı bu tüm güçlü imajın bir parçası olma, onunla kaynaşma eğilimi içindedir. Diğer yandan çocuk kendini mükemmel ve tüm güçlü olarak algılama eğilimi gösterir ve ebeveyninin de kendisini bu şekilde algılamasını ve onaylamasını ister. Kohut bunu aynalanma gereksinimi olarak kavramlaştırmıştır (Kohut 1971, İşcan 1995).

Kohut çocuğun çekirdek kendiliği içinde "çekirdek tutkular" ve "çekirdek ülküler ve değerler" in var olduğunu savunur. Uygun bir kendilik ve kendilik nesnesi ilişkisi sonucunda çocuğun başlangıçtaki çekirdek tutkular ve ülküleri gelişerek bütünlük taşıyan çekirdek kendilik (cohesive nuclear self) haline dönüşür.

Uygun kendilik-kendilik nesnesi ilişkisi sonucunda çocuklukta büyüklük duygusu ve göstermecilik, kişinin kendisini ortaya koymasına olanak sağlayan tutkulara (self assertive ambitions) dönüşür. Bu gelişim sayesinde özsaygının sürdürülmesi, hedeflere ve ülkülere yönelik olma, bedensel ve ruhsal etkinliklerden zevk alma mümkün olur. Bu alandaki gelişimsel yetersizlik düşük özsaygıya, ruhsal düzenlemelerle ilgili bozukluklara ve amaçsız olma durumuna yol açar. Böyle bir durumda kişi bedensel ve ruhsal etkinliklerden zevk alma becerisine sahip değildir. Dolayısıyla sürekli yorgunluk hali, sıkılma ve isteksizlik gibi duygular yaşanır.

Yine uygun koşullar altında - beğenilme, takdir edilme ve kendilik nesnesiyle kaynaşma gereksinimleri uygun bir şekilde karşılandığında- kişinin kendiliği içinde içselleştirilmiş değerler ve ülküler kutbu oluşur. Ülküleştirilmiş anababa imgesi kutbundaki gelişimsel yetersizlik iç gerilimi düzenleme sorunlarına yol açar. Bağımlılık, cinsel sapkınlık, suça eğilim gösterme, depresyon ve süregelen umutsuzluk kendiliğin bu kut-

buyla ilgili gelişimsel yetersizliğin ortaya çıkardığı psikopatolojilerdir.

Kendiliğin tutkular kutbuyla değerler kutbu arasındaki gerilim becerilerin gelişmesine olanak sağlar. Kohut bu yaşantıyı ikizlik (twinship) ya da diğer ben (alter ego) yaşantısı olarak tanımlamıştır. Kendiliğin bu alanı üçüncü bir kutup olarak da kabul edilir (tripolar self). Kendilik nesnesine benzeme çabası becerilerin gelişmesine olanak sağlar. Kişinin öğrenme ve yaratıcılığa yönelmesi bu kutbun sağlıklı gelişimi sonucunda olur. Bu alandaki gelişimsel yetersizlik yaratıcılık ve üretkenliğin engellenmesiyle sonuçlanır.

Kohut'un kendilik-kendilik nesnesi dokusu içinde gelişim sürecini tanımlamak amacıyla ortaya attığı diğer bir kavram dönüştürerek içselleştirme'dir. Dönüştürerek içselleştirme ülküleştirilmiş ve ayna görevi gören kendilik nesnesinden alınan işlevlerin kendiliğin bir parçası haline getirilmesi sürecidir. Bu süreçte rol oynayan en önemli etmen Kohut'a göre uygun hayal kırıklıkları (optimal frustration) bir başka deyişle eşduyum yetersizliği (empatik failure) uygun düzeylerde yaşanmasıdır. Ülküleştirilmiş kendilik nesnesinin çocuğun tüm gereksinimlerini karşılaması ve mükemmel olması olanaksızdır. Başlangıçtaki narsistik gereksinimler dış dünya ile uyumlu değildir, dolayısı ile yaşanan hayal kırıklıkları doğaldır. Bunların gerçekle uyumlu bir hale dönüşmesinde hayal kırıklıkları gereklidir. Aksi takdirde çocuğun bazı işlevleri içselleştirmesi engellenir. Narsistik gereksinimlerin yeterince karşılanmaması diğer bir deyişle hayal kırıklıklarının çok yoğun olması ise bu narsistik gereksinimlerde ilkel düzeyde saplanmaya neden olmaktadır (İşcan 1995).

Kendilik patolojisi, infantil narsistik yapılar yaşa uygun olarak psişik yapı içine katışıp yerleşmediğinde ve zaman zaman gerçeklik egosunda geçici parçalanmalar ve yarılmalar oluştuğunda ortaya çıkar.

Çocuklarda kendilik patolojisinin pek çok belirtisi, çocuğun anababadan göremediği empati nedeniyle yaşanan düş kırıklığı ve sonucunda doğan kronik narsistik öfke ile başedebilme çabaları sırasında görülmektedir (Gökler 1991).

#### OLGU

Olgu, 13 yaşında, kız, ortaokul 2. Sınıf öğrencisi. Arkadaşları ve bir öğretmeni tarafından acil servise getirilen hasta toksik doza ulaşmamış çeşitli ilaçlar almış-

tu, genel fizik durumu iyi idi. İntihar girişimi, geçen yıl fen bilgisi dersine giren ve çok sevdiği öğretmeninin bu yıl derslerine girmeyeceğini öğrenmesi üzerine yaşadığı sıkıntı sonrası gerçekleşmişti.

Yapılan ruhsal durum muayenesinde; gelişimi iyi, yaşından büyük gösteriyordu. Gergin, kızgın, üzgün bir yüz ifadesi vardı. Giyimi, kendine bakımı iyiydi. Göz iletişimi kuruyordu. Huzursuz ve sıkıntılı görünüyordu. Bilinç açık, yönelim tam, algılaması normaldi. Ses tonu tekdüze, konuşması akıcı ve amaca varıyordu. Düşünce içeriğinde çaresizlik, aileye yönelik sevgisizlik düşünceleri ve ölüm düşünceleri vardı. Tedirgin ve çökkün bir duygulanım sergiliyordu. Davranışlarında aileye yönelik öfke, öğretmene yönelik aşırı bağlanma eğilimi dikkati çekti. Öğretmeni ile ilgili yoğun bir haval kırıklığı yaşıyordu.

Öyküsünden ailesine karşı hırçın, uzak, reddedici davranışlar içinde olan olgunun onları kendine yakın bulmadığı, sevmediği ve bu nedenle de huzursuz olduğu öğrenildi. Özellikle annesinin özelliklerini beğenmiyor, onu zayıf, fazla yumuşak, çocukları üzerinde otorite kuramamış, kendisini anlayamayan birisi olarak tarif ediyordu. Geçen yıl fen derslerine giren, diğer öğrencilerin sert buldukları bir bayan öğretmenini ilk gördüğü günden itibaren kendisine yakın hissettiğini ve yoğun bir sevgi duyduğunu anlatıyordu. Bu duygu ve düşünceleri cümle tamamlama testinde "annem bana iyi davrandığı halde onu sevemiyorum", "keşke o benim annem olmasaydı", "annelerin en iyisi öğretmenidir" cümlelerinde de dikkati çekiyordu. Öğretmeni kararlı, dikkatli, güçlü, sinirli fakat sevmesini bilen, sezgileri güçlü mükemmel biri diye tarifliyordu. Her ders arası onu görmeye, ona yaklaşmaya çalıştığını, fırsatını buldukça sarılarak, "sizi çok seviyorum" dediğini ve bunun en büyük mutluluk olduğunu söylüyordu. Ailesine yönelik sevgisizlik, öğretmene yönelik yoğun beğeni duygularını arkadaşları ile de paylaşan olgunun okulda olgun tavırlı, akıl veren, çözüm bulmaya çalışan, arkadaş ilişkilerinde aşırı sahiplenici, kıskanç ve kırlgan, derslerde çok başarılı bir öğrenci olduğu öğrenildi. Evde ise öğretmene şiirler, yazılar yazdığı, hayaller kurduğu, annesine bu sevgisini detaylı olarak anlattığı özel günlerde öğretmene anneye aldığından daha değerli hediyeler aldığı belirtildi. İlk yılın sonunda başarı ile sınıfını geçen olgu tatil boyunca öğretmenin ve okul ortamının hasretini çektiğini hatta zaman zaman öğretmenin evine gittiğini belirtti. İkinci yıl başladığında öğretmenin dersine

girmeyeceğini öğrenmesi üzerine intihar girişimi olmuş ve hastanemize getirilmişti.

Öykü ile ilgili önemli bir nokta 1 yıl önce yaşanan babaanne kaybı idi. Olgudaki ilişki sorunları ile babaanne kaybı benzer zamana rastlamaktaydı. Olgu 7 yaşına gelene dek aile babaanne ile beraber yaşamış. Olgu, genç yaşta eşini kaybeden, üç erkek çocuğunu ve torunlarını en iyi şekilde yetiştiren babaannenin çok özel biri olduğunu belirtmişti.

Babaanne güçlü, kararlı, otoriter, tüm aileye annelik yaptığını hissettiren bir kadın olarak tarif edildi. Anne, sessiz, sakin, fazlaca yumuşak, olgu ile ilişkisinde onun tepkilerinden korkan, bu yüzden hissettiği gibi davranmayan, öğretmene olan yakınlığından çok etkilenmesine karşın duygularını gizleyen biri. Baba, olgunun bir dediğini iki etmeyen, anne gibi sınır koymakta zorlanan biri. Abi, daha aktif, bu ilişkide olguyu suçlayan ve anneyi koruyan bir konumda idi.

Olgunun bu klinik tablo ile en az bir yıl düzenli haftada bir yapılacak görüşmelerle psikoterapiye alınmasına karar verildi. Kaygı ve depresyonun ön plana geçtiği dönemde tedaviye antidepresan ilaç eklendi.

## SÜREÇ

İntihar girişimi sonrasında öğretmeni çok huzursuz olmuş, yanlış mesaj veririm kaygısı ile geri çekilmişti. Olgu görüşmelerin çoğunda öğretmenininden sözediyor ona eskisi gibi yakın olamamanın verdiği acıdan yakınıyordu. Öğretmeni ile konuşması sınırlanmıştı, onunla aynı okulda olduğunu bilmek, onu görebilmekle yetinmeye çalışıyordu.

Olgu süreç içinde öğretmene yönelik olan yaşantısına benzer bir yaşantıyı bir bayan ses sanatçısı ile de yaşadı. Sürekli onun kasetlerini dinliyor, programlarını hiç kaçırmıyordu. Onu sevmesini bilen, duygusal, güçlü, sinirli olabilen birisi olarak tanımlıyordu.

Olgu arkadaş ilişkilerinde de oldukça kıskanç ve kırlgandı. Yakın arkadaşının herşeyini ilk önce ve sadece kendisi ile paylaşmasını istiyor, aksi durumlarda "ben ona yetmiyor muyum da başkaları ile konuşuyor" şeklinde tepki veriyordu.

Anneyi gerek öğretmene olan aşırı ilgisini anlatarak kıskandırmaya çalışıyor, gerekse uygunsuz davranışları ile sinirlendirmeye çalışıyordu. Anne ise olgunun sınır arayışlarına uygun tepkiler veremiyor, duygularını gizlemeyi tercih ediyordu.

İzlem sırasında yaşanan diğer bir olay uygunsuz erkek arkadaş ilişkisi idi. Başka bir ilde yaşayan, araba tamircisi, kendinden 10 yaş büyük bir gençle bir arkadaşlığı ile tanışmıştı. Bir kez gördüğü bu kişi ile sadece telefonla süren ilişkisini bitirirse bu kişi intihar eder buna dayanamaz ya da bana zarar verir korkusu ile sonlandırmakta zorlanıyor bazen de kendisini çok seven birisini kaybetmek istemediğini söylüyordu. Anne bu noktada da sınırlayıcı ve rahatlatıcı olamadı. Olgunluğuna terapistin kararının kendisi için çok önemli olduğunu not etmişti. Yine bu dönemde sürekli arabesk müzik dinleme ve iki kez kolunu jilet ile çizme davranışları oldu.

### TARTIŞMA

Bu öyküde olgunun öğretmenini yoğun ülküleştirme eğilimi dikkati çekmektedir. Olgun öğretmeni güçlü, otoriter, yatıştırıcı bir kişi olarak tanımlamakta, öğretmenin bu özelliklerini çok beğenmekte ve bu özelliklerin anne ve babasında bulunmadığını ifade etmektedir. Olgun öğretmenin bu özelliklerine yoğun bir bağlanma eğilimi göstermiş ve onun derslerine girmemesi üzerine intihar girişimi olmuş ve bu nedenle kliniğimize başvurmuştu. Bu klinik tabloyu kendilik psikolojisi açısından incelediğimizde bazı ilginç noktalar ortaya çıkmaktadır:

Çocuk narsisistik gelişim çizgisi içinde bir yandan ebeveynini ülküleştirme, onu mükemmel ve tümüyle güçlü algılama ve kafasında yarattığı bu güçlü imajın bir parçası olma, onunla kaynaşma eğilimi içindedir. Diğer yandan çocuk kendini mükemmel ve güçlü olarak algılama eğilimi gösterir ve ebeveyninin de kendisini bu şekilde algılamasını ve onaylamasını ister (Kohut 1988, İşcan 1995) Olgun bu süreci anne ve babası ile yaşayamamış, bu ilişkiyi babaanne ile olan ilişkisinde yakalamış olabilir. Babaannenin olgunun ilkel ülküleştirme eğilimlerini körükleyici tutumu ve anne-babanın çocuğun bu gereksinimini karşılamakta belirgin ölçüde yetersiz kaldığı görülmektedir. Öyküde narsisistik gereksinimlerin anababa kanalından karşılanamaması babaanne ölümü ile yaşanan yoğun hayal kırıklığı, anne babanın uygun tepkilerle çocuğu yatıştırıcı ve sınırlayıcı aktif bir rol üstlenememeleri dikkati çekmektedir. Bu klinik tablo olguda narsisistik gereksinimlerin yeterince karşılanmamasına bağlı ilkel düzeyde bir saplanmayı düşündürmektedir.

Çocuklarda kendilik psikolojisinin pek çok belirtisi çocuğun ana-babadan göremediği empati nedeni ile

duyduğu hayal kırıklığı ve sonucunda doğan narsisistik öfke ile başedebilme çabaları sırasında ortaya çıkmaktadır. Ana-babadaki empati eksiklikleri çocuk tarafından, yineleyen ince narsisistik örselenmeler şeklinde yaşanır ve karşılığında savunmalar (birincil olarak mazokistik ve paranoid savunmalar) oluşur. Bu öğelerin nitelikleri narsisistik öfke ile doğrudan bağlantılıdır. Bu tür yoğun öfke bir öç alma gereksinimi biçiminde açıklıkla gözlemlenebilir. Çocuklar kendi bedenleri ve işlevleri üzerinde denetleme sahibi olduklarında kendilerini örselleyen kişiler ve olaylara karşı olan öfkelerini kendilerini kullanarak dışa vurmaya çalışırlar (Ornstein 1981, Gökler 1991). Olgunun intihar girişimi, ülküleştirdiği öğretmenine yönelik yaşantısındaki hayal kırıklığının sonucu olarak yorumlanabilir. "Eğer isteseydi dersimize girerdi" cümlesi bu duygularını dile getirmektedir.

Olgunun ses sanatçısı ile yaşadığı ülküleştirme eğilimi terapi sürecinde yorumlanmış ve öğretmen olayında olduğu gibi ülküleştirmeye izin verilirken uygun yönergelerle gerçekle uyumlu bir noktaya çekilmiştir. Süreç içinde olgu pek çok önemli karar ve durumlarda (erkek arkadaş sorunu gibi) terapistle yaklaşmıştır. Yatıştırıcı ve yol gösterici tutumu ile terapistin aktif rol oynaması olgunun denetlenmesini sağlamış ve kaygısını azaltmıştır. Kohut, özsayıları değişken ve eleştiriye duyarlı hastalarla çalışırken bu hastaların terapistle yönelen narsisistik gereksinimlerini narsisistik aktarımla ya da kendilik nesnesi aktarımı olarak adlandırmış, ülküleştirme aktarımı ayna aktarımı olarak iki grupta ele almıştır (Kohut 1971).

Ülküleştirme aktarımında hasta terapisti yatıştırma kaynağı olarak yaşantılar ve dürtü düzenlenmesinde kullanılır. Ayna aktarımı ise kabullenen ve onaylanan bir kendilik nesnesine duyulan gereksinimin tedavi ortamında canlanması olarak tanımlanmıştır (İşcan 1995).

Olguda analitik terapi yapılmamış ve bu aktarımlar yoğun yaşanmamıştır, ancak uygulanan girişimleri kendilik psikolojisi açısından yorumlamak mümkündür. Olgun, terapi süreci içinde terapisti aşırı ülküleştirme eğilimi içine girmemiştir. Bunun nedeni terapistin kişisel özellikleri ve ülküleştirme eğilimlerini dengelemeye çalışmadaki özenli tutum ve girişimleri olabilir. Süreç boyunca ülküleştirme eğilimlerine izin verilirken bunun gerçekle uyumlu sınırlara çekilmesine çalışılmıştır. Terapistin kendilik nesnesi işlevini üstlenmesi eyleme vurumların önüne geçilmesi, ergenin sınır

arayışlarının karşılanması terapide önemli dönüm noktaları olmuştur. Bu sırada terapistin yaşadığı güçlüklerde alınan denetim, geri adım atılmasını engellemiştir. Bireysel terapilerin yanısıra olgunun ergen grubuna alınması, ana-babanın ebeveyn gruplarına katı-

lımları, denetim veren kişi tarafından gerçekleştirilen aile görüşmeleri terapinin olumlu ilerleyişine katkıda bulunmuştur. Bu da bir tür kendilik nesnesi işlevinin klinik çalışma grubuna yayılması olarak düşünülebilir.

#### KAYNAKLAR

Gökler B (1991) Çocuklarda kendilik gelişimi ve patolojileri: Bir derleme ve klinik örnekler. Türk Psikiyatri Dergisi, 2:1:13-19.

İşcan C (1995) Kendilik Ruhbilimi. Compos Mentis Yayınları. Ankara, Renk Ofset.

Kohut H (1971) The Analysis of the Self, New York, International Universities Press.

Kohut H (1988) The Restoration of the Self. 7. baskı, New York, Connecticut, International Universities Press.

Ornstein A (1981) Self-pathology in childhood: Developmental and clinical considerations. Psychiatr Clin North Am, 4: 435-453.