

H. Kohut'un Kendilik Psikolojisi Yaklaşımı Çerçevesinde Narsistik Kendilik Bozukluğu Belirtileri Gösteren T. Bey'in Psikoterapi Sürecine Bakış

Davut CEYLAN¹, Vakkas ÖZBEK²

Özet

Heinz Kohut tarafından ortaya atılan kendilik psikolojisi kuramında kendilik bir üst örgütlenme biçimi olarak kabul edilmekte ve her bireyin doğarken bir çekirdek kendilik ile dünyaya geldiği belirtilmektedir. Kendilik psikolojisi kuramı açısından erken çocukluk ile ergenlik dönemlerindeki aynalanma, içselleştirme ve ayrılma süreçlerindeki yetersizliklerin kendilik patolojilerine yol açtığı belirtilmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyin çekirdek kendiliği ile temas halinde olan kendilik nesnelere aynalama işlevi, kendiliğin oluşumu sürecinde hayati bir öneme sahiptir. Kendilik nesnelere yetersiz işlev görmesi bireyde gelişimsel duraklama olarak nitelenen narsistik kişilik bozukluğuna yol açmaktadır. Bu çerçevede ele aldığımız otuzlu yaşlardaki T. Bey vakası, kendilik psikolojisi açısından incelenmiştir. Hayatındaki değersizlik duygusu, cansızlık ve sosyal uyumsuzluk şikâyetlerini dile getiren T. Bey; çocukluk dönemini akrabalarından uzakta bir büyükşehirde küçük ve yalnız bir ailenin rijit ortamında geçirmiştir. Ortaokul, lise ve üniversite yıllarını ise sosyal hayatla teması olmayan bir dini grubun içinde yaşamış; grup öğretilerini hayatının merkezine yerleştirdiğini ifade etmiştir. T. Bey'in çocukluk dönemindeki yetersiz aynalanma nedeniyle kendiliğin ihtiraslar kutbunun gelişmediği görülmektedir. Öte yandan kendiliğin diğer kutbu olan idealize edilmiş ebeveyn imagosu kutbunun telafisi yoluna girildiği anlaşılmaktadır. Bu bağlamda dinî cemaat içindeki ruhani liderin 'büyük kurtarıcı' imgesiyle yaşanan özdeşim, T. Bey'de narsistik bir kişiliği doğurarak sosyal uyum sorunlarına neden olduğu değerlendirilmiştir. Yetişkinlik döneminde idealize imgeden uzaklaşma deneyiminin ise değersizlik, anlamsızlık, boşluk hislerine neden olduğunu düşündürmektedir.

Anahtar kelimeler: *Kendilik, Narsizm, İhtiraslar, İdealler, Aynalanma, Büyüklenmeci kendilik.*

An Overview of the Psychotherapy Process of Mr. T., Who Showed the Symptoms of Narcissistic Self-disorder Within the Framework of H. Kohut's Approach to Self-Psychology

Abstract

In the theory of self-psychology developed by Heinz Kohut, the self is accepted as a form of upper organization and states that each individual is born with a core self at birth. In terms of self-psychology theory; It is stated that shortcomings in mirroring, internalization and separation processes in early childhood and adolescence lead to self-pathologies. In other words, the mirroring function of self-objects in contact with the core self of the individual has a vital importance in the formation of the self. Inadequate functioning of self-objects leads to narcissistic personality disorder, which is characterized as halted development. In this context, the case of Mr. T., who was in his thirties, was examined in terms of self-psychology. Expressing his complaints of worthlessness, lifelessness and social incompatibility in his life, Mr. T. said; spent his childhood in a big city far from his relatives, in the rigid environment of a small and lonely family. During his secondary school, high school and university years, he lived in a religious group that had no contact with social life. He said that he put the group teachings at the center of his life. It is seen that the pole of ambitions does not develop due to insufficient mirroring in childhood. In this context; An effort has been made to compensate for the self by developing the 'idealized pole of the parental imago' which is the other pole of the self. It is evaluated that narcissism, created by the identification with the great savior image of the leader in the religious community, causes social adjustment problems, feelings of worthlessness and meaninglessness.

Keywords: *Self, Narcissism, Mirroring, Ideals, Ambitions, Grandiose self.*

¹ Üsküdar Üniversitesi Doktora Öğrencisi. 05079780397, Email: davutceylan006@gmail.com

² Psikolog Uzm. Milli Eğitim Bakanlığı 05052677487, Email: phoenix_wako@hotmail.com

¹ ORCID: 0000-0003-1751-5521

² ORCID: 0000-0002-7455-1556

Başvuru : 8 Kasım 2023

Kabul : 22 Aralık 2023

DOI: 10.56955/bpd.1388060

Giriş

"Kendilik Psikolojisi" Heinz Kohut tarafından geliştirilmiş çağdaş psikanalitik kuramlardandır. Kohut (1971), kuramı ilk ortaya koyduğunda kendiliği (self), "Ego" içinde yer alan bir alt tasarım (self-representation), kişinin kendini algılayış biçimi ve kendisiyle ilgili imgeler bütünü olarak düşünmüştür. Sonraki yıllarda kuramında yaptığı değişikliklerle kendilik kavramını bir üst örgütlenme; "kişiliğin çekirdeği, algıların ve girişimlerin merkezi" olarak nitelendirir. Bireyin hırsları, tutkuları, idealleri ve eğilimleri bu birimde yer almaktadır. Kohut tüm psikopatoloji alanını bu eksenle açıklamayı hedefler (Kohut, 1977). Kendilik nesnelere (self objects) ise kendiliğin bir parçası ya da uzantısı olarak algılanan nesnelere. Kendilik nesnelere; anne-baba, daha geniş anlamıyla da bireyin yaşamında önem taşıyan kişilerdir (Türkçapar, 1995). Kendilik nesnelere, bireyin kendiliği üzerinde doğrudan etkili olan ve kendilik çekirdeğine hayat veren nesnelere.

Kohut (1984), bir bebeğin doğduktan sonra biyolojik olarak yaşayabilmesi için su ve havaya ihtiyaç duyması kadar bakım verenleriyle (kendilik nesnelereyle) ilişkisel deneyimlere ihtiyaç duyduğunu ifade etmiştir. Kendiliğin oluşmasını ve süreklilik içinde bir yapı olmasını sağlayan bu deneyimlere Kohut (1971) kendiliknesnesi deneyimleri, çocuğun bu deneyimlere yönelik ihtiyaçlarına ise kendiliknesnesi ihtiyaçları adını vermiştir.

Kohut (1971), narsistik kişilik bozukluklarında görülen temel kendilik nesnesi aktarımlarını [üklüleştirme aktarımı (idealizing transference) ve ayna aktarımı (mirror transference)] incelemiş ve iki kutuplu (bipolar) kendilik kuramını ortaya koymuştur. Birinci kutup: Büyükleme kendilik (grandiose self); çocuğun büyükleme eğilimini ve teşhirciliğini içerir. Çocuk, sergilediği davranışlar karşısında çevresinden beğenilmeyi, görünür olmayı/onaylanmayı ve takdir edilme bekler. Ana-babanın uygun aynalamaları ve dönütleri sayesinde kendiliğin kutuplarından biri olan büyükleme kendilik kutbunda ihtiraslar vardır. Bedensel ve zihinsel aktivitelerden zevk alma, görülme, hayran olunma, başkalarının gurur duyulma ve kendine saygı ayarlayabilme kapasitesi bu kutbun işlevleri arasındadır. İkinci kutup ise; Üklüleştirilmiş/idealize edilmiş ebeveyn imagosudur (idealized parental imago). Çocuk, idealize ettiği güçlü ebeveynine dayanır, hayran olur ve yakınlık duyar. Güçlü, kusursuz olarak algıladığı bu nesnenin bir parçası olur, onun kanatları altında kendisini güçlü ve güvenli hisseder. Çocuğun idealize edilmiş tüm güçlü kendilik nesnesi ihtiyacı kırılmalarla (ana-babanın hastalanması ya da ölmesi gibi) kesintiye uğramazsa, üklüleştirilmiş ana-baba işlevleri içselleştirilir ve ikinci kutup olan üklüler (Ideals) kutbu oluşur. Bu kutbun işlevleri arasında ise ideallere, değerlere sahip olma ve bunların gerçekleşmesine çalışma, arzularını, hırslarını kontrol edebilme ve gerilim durumlarında kendisini yatıştırabilmesi yer alır. Lessem (2005), sağlıklı bir gelişim sürecinde, bu ihtiyacın karşılanmasıyla ebeveyn değerleri içselleştirilir ve idealler kutbunun oluşumu ile dürtü kontrolü sağlanmış olur. Bu idealler, çocuğun kendiliğinin diğer kutbunda gelişen hırs ve emellerini organize ederek bir hedefe doğru yönelimini sağlar.

Kohut daha sonra 1984'te bu iki kutup arasına yetenek ve becerileri de eklemiştir. Birey ihtiraslar kutbu tarafından itilirken, idealler kutbu tarafından çekilmekte olup bu iki kutup arasındaki karşılıklı ilişki gelişim yayı ile resmedilmektedir. Yetenek ve becerileri bu gerilim yayı harekete geçirir ve bireyin potansiyellerinin gerçekleşmesini sağlar (Wolf, 1988). Yetenek ve becerilerin başarılı bir şekilde kullanımı bütünlük hissi yaratır. Kendilik, bütün ve tam olarak yaşanır (Terbaş, 2004).

Kendilik psikolojisinin önemli ve temel bir kavramı da empatidir. Kendilik nesnesi işlevinin gerçekleşmesi empatik durum ile sağlanmaktadır. Terapistin danışana empatik duruşu güven ortamını oluşturup, gelişimsel duraklamaya uğramış kendilik nesnesi ihtiyaçlarının terapideki aktarımlarla yeniden aktifleşmesini sağlar (Rowe ve Mac Isaac, 1991; Wolf, 1988). Bu sürecin canlanmasına da "kendilik nesnesi aktarımı" denilmektedir (Kohut, 1977). Bu aktarım sayesinde, danışan kendilik nesnesi ihtiyaçlarını terapistte aktarmaya başlar ve aralarında narsistik bir bağ kurulur (Siegel, 1996).

Bireylerin çocukluk çağında yaşadığı örselenmenin zamanı ve doğasına bağlı olarak, narsistik ihtiyaçlardan biri diğerine ağır basar ve terapi ortamında o aktarım ortaya çıkar (Siegel, 1996). Fakat terapist doğrudan danışanın bu ihtiyaçlarını doyurmaz. Terapistin oynadığı rol, ortaya çıkan bu ihtiyaçların görüldüğünü danışana yansıtmak ve bu ihtiyaçlarını ona açıklayarak kendisinin de anlamasını sağlamaktır (Goldberg, 1978). Karşılıklı interaktif bir süreçte oluşan güven ortamında, danışanın en arkaik ve kendisini utandıran ihtiyaçları anlaşılabilir, konuşulabilir ve geçmiş travmalar anlamlandırılabilir. Süreç içinde gelişimsel duraklamaya uğramış kendilik gelişimi bu müdahale ile kaldığı yerden devam edebilir (Siegel, 1996).

T. Bey Vakası ve Başvuru Nedeni

32 yaşında evli bir erkek olan T. Bey, 1 yıldır Sakarya'da öğretmenlik yapmaktadır. Daha öncesinde Van'da 5 yıl öğretmen olarak çalıştığını ifade etmiştir. T. beyin anne ve babası hayatta olup şu anda Balıkesir'de beraber yaşamaktadırlar. Babası memur emeklisi, annesi ise ev hanımıdır. Kendisinden küçük 2 kardeşi vardır. Onlar da memur olarak çalışmaktadırlar. İlkokul 4. sınıfa kadar köyde eğitim görmüş, sonrasındaki tüm yaşamı büyük şehirlerde geçmiştir. Dindar bir ailede ve dindar bir çevrede yaşamış ve dini sorumluluklarını da olabildiğince yerine getirdiğini söylemiştir. Ortaokul yıllarından üniversite sonrasına kadar yaklaşık 16 yıllık yaşamı, dışı kapalı bir dini cemaatin içinde ve cemaat normları çerçevesindeki faaliyetlerde yer alarak geçmiştir. Daha önce herhangi bir psikoterapiste gitmediğini ve yakın zamana kadar da psikoloji bilimine inanmadığını söylemiştir.

Başvuru nedenleri: hayattan keyif alamama, ne yapacağını bilememe, kendisini cansız, güçsüz ve değersiz bir varlık gibi algılama olarak ifade etmiştir. Bir dönem yaşamın yegâne gayesi olarak gördüğü değerleri küçümsemekte ve yaşamını sürdürebilmek için gerekli olan mücadeleyi yürütemediğini düşünmektedir. Ayrıca sosyal ilişkilerinde zorluk yaşadığını, çalışma ortamındaki kişilerle ortak bir nokta bulamadığını, onlarla "*kendiliğinden bir sohbet*" geliştiremediğini, bu nedenle de iş ortamındaki insanların kendisinden rahatsız olduğunu söylemektedir.

Genel görünümü: Psikomotor aktivitenin yavaş ve sınırlı olduğu gözlenmiştir. Duygulanımı belirgin olmayıp yüzünde donuk bir ifade izlenmiştir. Konuşması sorulara açıklık getirecek düzeyde sade ve nettir. İletişimde bir çekingenlik izlenmemiştir. Bilinci açık ve yer, zaman kişi yönelimi normaldir. Beden duruşunda bezginlik ve hareketsizliği andıran bir dağılma hali görünmekte olup el, kol ve ayak koordinasyonunda hafif düzeyde bir disosiasyon gözlenmiştir. Çevresi tarafından da hareketsizlik ve bezginlik gibi söylemlere maruz kaldığını ifade etmiştir.

Çocukluk Dönemi Aile Yaşantısı

T. Bey, ilkokul 4. sınıfa kadar köy okulunda okuduktan sonra 5. sınıfta büyük şehirde diğer kardeşleriyle birlikte bir mahalle okuluna başlar. Derslerinde başarılı olduğunu, öğretmenin gözünde bu şekilde değer kazandığını ifade etmektedir. Annesini çalışkan, dirayetli ve çocuklarını yetiştirmek için gayret eden biri olarak tanımlamıştır. Babası da bazen döven ama genelde koruyup kollayan güçlü biridir. Ergenlik dönemine kadar okulda ya da sokakta maruz kaldığı olaylara karşı babasını yanında hissettiğini ve ona güvendiğini ifade etmiştir. Aile içinde ise anne ve babasının birbirine mesafeli olduklarını, ortak bir etkinlik içine hiç girmediklerini söylemiştir. Ailenin düşük de olsa sabit bir geliri vardır. Babasının akrabalara mesafeli duruşu nedeniyle akraba çevresi de oluşmamıştır. Bu çerçevede T. Bey'in küçük ve yalnız bir ailenin rijit/sert ortamında çocukluğunu geçirdiği anlaşılmaktadır.

Ortaokulda imam hatip okuluna gitmek istemiştir. Ortaokul 6. sınıfta dini bir gruba ait yurttaki 1 yıl kaldığını ve sadece ders çalışıp, dini sohbetlere katılarak namaza başladığını söylemiştir. O yıllara ait anımsadıklarında; yurttaki yoğun ders çalışma temposunu sevdiğini, bundan haz aldığını ve başarılı olduğu için bu yolla görünür olabildiğini ifade etmiştir. Bu bağlamda T. Bey'in ilkokul ve ortaokul yıllarında az sayıdaki arkadaş çevresiyle ancak "*çalışkan öğrenci*" sıfatıyla ilişki kurabildiği anlaşılmaktadır.

14 yaşında iken arkadaşının isteğiyle başka bir dinî gruba tanışmıştır. Buradaki grup ortamında çok kitap okuyanların daha fazla değer gördüğünü, bu çerçevede T. bey de yoğun şekilde kitap okuduğunu ve sorulan soruları cevaplayarak akranlarından hep önde olma gayretinde olduğunu; bu çabalarının nedeni üzerinde düşündüğünde ise öğrenmeye olan yatkınlığının etkisiyle "*çalışkan/bilgili kişi*" kimliğini kazanmaya çalıştığını söylemiş, ortaokul ve lise yıllarının tümüyle böyle geçtiğini ifade etmiştir. Başka bir sosyal çevresi olmadığından vaktinin büyük kısmını bu ortamda geçirmekte olan T. bey, her gün devam eden konuşmalar ve sohbetlere katılmıştır. Sonraki zamanlarda içinde bulunduğu grubun -kendi ifadesiyle- "*tanrısal bir irade tarafından*" yönetildiği inancını benimsemiştir. O nedenle de hakikati bulduğunu ve '*çalışkan öğrenci*' olmak yerine yegâne gayesinin bu amaçlar çerçevesinde yaşamak olduğu kanaatine vardığını ifade etmiştir.

Sonuç olarak; T. beyin küçük ve yalnız bir ailenin rijit/sert ortamında doğup büyüdüğü ve büyükkenmecilik eğilimleri olan bir gruba aidiyet bağı kurduğu anlaşılmaktadır. Yaşamında var olabilmek için ilk zamanlar uğraş verdiği "*çalışkan öğrenci*" imajının yerini zamanla '*grup normlarına sadakat*' in aldığı söylenebilir.

Ergenlik ve Yetişkinlik Dönemi Yaşantısı

Lise yıllarında kültürel kodlarına zıt seküler bir okula kaydolmak zorunda kalmıştır. Yoğun yabancılık hissettiği bu okulda herkes sapkın, yanlış bir hayat yaşadığı için en önemli görevi grubun yüklediği misyon çerçevesinde onlara doğruyu göstermek olduğunu fakat yabancı olduğu bu farklı çevrede kimseyle iletişim kurmadığını ve okuldan sonraki tüm zamanlarını dini grubun içinde geçirdiğini ifade etmiştir. Derslerden sonraki teneffüs aralarında sınıftan çıkmadan grubun telkinleri çerçevesinde kitaplar okuduğunu, okuldaki öğretmen ve öğrencileri ise hiç önemsemediğini çünkü onların hepsinin doğrudan habersiz boş ve ahlaksız insanlar olarak düşündüğünü ifade etmiştir.

Akranları atari salonunda oyun oynama ve kız arkadaş edinme ile uğraşırken T. bey grubun evinde kitap okuyarak günlerini geçirmiştir. Bu inanç çerçevesinde günah olması nedeniyle ergenlik yıllarında kız arkadaş edinme teşebbüsünde bulunmamıştır. Sınıfında veya bir başka yerde de kadınlardan uzak durduğunu, konuşmadığını ve herhangi bir kadınla da yakınlaşma içine girmediğini ifade etmiştir. Ayrıca inancı gereği evlilik dışı tüm cinsel yakınlaşmaların büyük suçlar olarak bu dünyada ve ahirette büyük acıları beraberinde getireceğini, bunun yaşamın doğallığına aykırı işler olduğunu ifade etmiştir. Öte yandan insanın kendi arzuları için değil ideal bir amaç için yaşaması gerektiğini, kişisel fikir ve arzusunun bir değerinin olmadığını, ancak grubun talep ve görüşlerinin hakikati gösterebileceğini söylemiştir. Bu anlamda olgun bir insanın başkaları için kendi arzu ve duygularından vazgeçmesi gerektiğini kendisinin de birçok defa öfkelerini içe attığını, aşağılanmalara karşı tepkisiz kaldığını söylemiştir.

T. Beyin yaşamında lise tercihi, üniversite hazırlık kursu, üniversitedeki bölümü ve kalacağı eve kadar grubun normları çerçevesinde belirlendiği anlaşılmaktadır. T. bey bu süreçte edilgen biçimde yalnızca söyleneni yaptığını ve ilahi bir yönelimle olduğu için tüm bunlardan memnun olduğunu çünkü ilahi iradenin altında hareket ederek kendisine en doğru yolun gösterildiğine inandığını söylemiştir.

Üniversite yıllarının da benzer ilişkiler ağı içinde geçtiğini ve sosyal hayata karışmadan grup kimliğini devam ettirdiğini ifade etmiştir. Bu nedenle üniversite sonrası için herhangi bir hayal kurmamış, yaşamının geri kalanını burada geçireceğini düşündüğünden mezuniyetten sonraki yıllarını da dine hizmet adı altında grubun içinde sürdürmüştür. 27 yaşında iken yaşadığı bazı anlaşmazlık ve kendi tabiriyle "uyuşmazlıklar" sonucu bu yaşam alanından ayrılarak Kpss sınavıyla öğretmen olarak atanmıştır. T. bey burada da grupla bağı devam etmiş olmasına rağmen yaşamında ciddi sorunların baş gösterdiğini ifade etmektedir. Yaşadığı sorunlar genelde, sosyal uyumsuzluk, değersizlik hissi, boş zamanlarda ne yapacağını bilememe, hayattan haz alamama ve hayatta bir yerinin olmadığı duygusu gibi belirtilerdir. Kendi evinde tek kaldığı zaman ne yapacağını bilememektedir. Önceki ortamda ona çizilmiş bir yaşam biçimi artık olmadığı için kendini yalnız ve çaresiz hissetmekte ve hayatta kendini amaçsız olarak görmektedir. Sosyal çevresi de değiştiği için insanların gözünde kendisi için bir değer görmediğini ve küçümsendiğini ifade etmiştir. Bu yüzden de hayatta bir yerinin olmadığı düşüncesiyle baş etmeye çalışmıştır.

T. bey yaşadığı bu yoğun anlamsızlık ve değersizlik duygularından kurtulabilmek için yakın bir devlet üniversitesinde uzun uğraşlar sonunda bir yüksek lisans programına başlamıştır. Bu şekilde ileride daha saygın bir meslek olan akademisyenliğe geçecek ve değersizlik duygusundan kurtulacağını düşünmüştür. İleride doktora da yapacağından İngilizce için gereken puanı da almıştır. 2 yıllık zorlu sürecin sonunda tezini bitirmiş fakat savunmadan geçemeyerek tezi reddedilmiş bölümden kaydı silinmiştir. T. Bey bu olayda büyük bir çöküş yaşadığını, uzun süre kendine gelemediğini ve kendisini adeta bir hiç gibi hissettiğini söylemiştir. "Karanlık bir kuyunun içinden çıkmaya çalışırken atılan acımasız bir tekmeyle tekrar yokluğa terk edildiğini" ve insan vasfı kazanacakken bunu elinden aldıklarını, "ailesinden babasını veya annesini kaybetmek" kadar büyük bir kederi uzun süre yaşadığını söylemiştir. Bir ara bunun sorumlusunun kader olduğunu, tanrının insanlara bilerek yardım etmediğini ve acımasızca davrandığını ve esas sorumlunun o olduğunu düşünmüştür. Bu yüzden "İsa'nın çilesi" filminde geçen "beni neden terk ettin baba" repliğini anımsamakta ve ara ara bazı dini liderlerle özdeşim kurmakta bu şekilde kendisi de otoritenin zulmüne uğramış değerli kişi vasfı kazanmaktadır. Bunu kendiliğın parçalanmasına karşı bir savunma mekanizması olarak değerlendirmek mümkündür.

Sonraki aylarda ise apar topar özel bir üniversitede tekrar yüksek lisans programına başlamıştır. Anlamsızlık ve değersizlik duyguları yoğun şekilde devam etse de bölüme başlayarak bu duyguların nispeten azaldığını ve kendisi için yeni bir amaç elde ettiğini ifade etmiştir.

Dini Grubun Temel Dinamikleri (İdealize Edilmiş Grup Kimliği)

Bahsi geçen dini grup büyük oranda dış dünyaya kapalı ve T bey'in ifadesiyle 'ilahi bir irade' ile korunmaktadır. Grup hiyerarşisinde en üstteki ruhani liderin ve yakınındakilerin metafizik güçlere sahip birer kurtarıcı olduğuna inanılmaktadır. Bu kişiler dünyayı değiştirecek bir güce sahip olup günü geldiğinde bunu başaracak olan ideal kişilerdir. Onlara yaklaşılabilmek ya da rüyada bile görmek büyük bir onur sebebidir. O nedenle grup üyeleri bu onura sahip oldukları için kendilerinin seçilmiş olduklarına inanmaktadırlar. Diğerleri gibi T bey de kutsal bir irade tarafından seçilmiş ve korunmaktadır. Uyum sağlayamayan ya da grup dışında kalan insanlar "gafil, günahkâr ya da zındık" gibi isimlerle tanımlanmakta ve mutlak kötü olarak nitelenmektedirler. Bireysel farklılıklar yerine kolektif düzen yüceltilerek her türlü özerk davranışın bencillik, kibir ve heveskârlık olarak nitelenmekte olduğu ve olumsuz bir ahlak normu olarak kabul edildiği anlaşılmaktadır.

Bu veriler ışığında bakıldığında, bahsi geçen grubun her şeye kadir, omnipotent yapıda olduğu anlaşılmaktadır. Bu yapının dışında kalan kişiler ise birer tehdit olarak damgalanmakta ya da dönüştürülmesi gereken insanlar olduğu varsayılmaktadır. Grup aidiyetinin temel koşulu olarak bireylerin özerkliği yerine idealize edilmiş ortak kimlikle kaynaşması, bu imgenin gölgesinde değer görmeleri beklenmektedir. Bununla beraber T. Bey'in ifadeleri çerçevesinde grup içinde açık bir zorlamaya gidilmediği ve gönüllülük temelinde bir işlerliğin olduğu anlaşılmaktadır.

Kendilik Psikolojisi Açısından Vaka Formülasyonu

T. Bey çocukluk döneminde rijit/sert, katı bir ailede büyümüştür. Ailenin gurbette ve yalnız olmasının T. bey için kendilik nesnesi işlevi görecekten bireylerden mahrum olmasına neden olduğu söylenebilir. Zira ilkököl yıllarından beri görünür olabilmek için "başarılı öğrenci" kimliğine sığınması, uyarıcı cevaplardaki yetersizlik ve ailedeki rijit yapının neden olduğu aynalanma eksikliği "yeterince uyarılmamış kendilik" olgusunu düşündürmektedir. Böylece kendiliğin büyülenmeci/teşhirci kutbunun gelişemediği söylenebilir. T. Bey'in çocukluk sonrasında ergenlik ve gençlik döneminde "bilinen anlamda bir ergenlik dönemi yaşamadım" söylemi ve "başkalarının ikaz ve uyarıları çerçevesinde" yaşam sürdürdüğünü ifade etmesi ve uzun yıllar içinde bulunduğu dinî kültürün de farklılaşmaya izin vermeyen boyun eğici ortamının da T. Bey için "yeterince uyarılmamış kendilik" olgusunu pekiştirdiğini söylemek mümkündür. Bu bağlamda Kohut'un (1977) ifade ettiği üzere T. Bey'in kendilik yapısında birincil aynalanma eksikliğine bağlı "büyüklenmeci kendilik" kutbunun yeterince gelişmediği değerlendirilmiştir.

Ergenlik dönemi ve sonrasında ise dinî cemaat içindeki ruhanî lider ile özdeşim kurduğu ve onun takipçilerini idealize ettiği görülmektedir. En tepedeki tümgüçlü ruhani liderin "kurtarıcı" şeması da dikkate alındığında T. Bey'in bu lider ve yakın takipçileriyle kaynaşma içinde olduğu anlaşılmaktadır. Bu bağlamda seçilmişlik duygusunun da etkisiyle T. Bey'in kendilik yapısının idealize edilmiş kimlik imgesi ile kaynaştığını söylemek mümkündür. İdealize edilmiş imgeye (gerek baba gerek sonradan girdiği dini cemaat) libidinal enerji yatırılarak, bu imgeyle özdeşim kurduğu ve büyüklenmeci kendilik kutbundaki yetersizliğini, idealize edilmiş lider imgesinin gölgesine girerek telafi etme yoluna girdiğini söylemek mümkündür.

Öğretmen olarak iş hayatına girdiği dönemde, ideal imgeden çevresel nedenlerle uzaklaşması -kaynaşma aktarımının zayıflamasına bağlı olarak- kendilik yetersizliğinin tekrar açığa çıkmasına ve kendisini güçsüz hissetmesine neden olmuştur. T. bey başladığı yüksek lisans çalışmasında da aslında bu kaynaşma aktarımını farklı bir formatta yeniden yapılandırmak istemiş ve eski gücüne bu şekilde ulaşmayı hedeflemiştir (ilahiyat alanının seçimi ve tez konusunun dini grup olması). Fakat bu girişimin başarısız olması "karanlık kuyulara düşmek, yokluğa terk edilmek" söyleminde ifade ettiği gibi kendilik parçalanmasına yol açmıştır. Acı çeken dini liderlerle özdeşim kurmak ya da hatayı tanrıya yüklemek (yön değiştirme) gibi kendiliği ayakta tutmaya yönelik savunmalar içine girmiştir.

Yetişkinlik dönemi yaşantısındaki değersizlik, yetersizlik ve ne yapacağını bilememe duygusunun da ihtiraslar kutbundaki gelişimsel duraklamadan kaynaklandığı söylenebilir. Zira yaşadığı değersizlik duygusundan kurtulmak için yüksek lisansa kayıt olmayı varlık yokluk konusu yapması ve tezin reddedilmesi sonrası uzun süre kendisini "hiç gibi hissetmek" "yokluk kuyusuna terk edilmek" gibi normalin çok üzerinde bir hüznün ve yası yaşaması, varoluşunu ötekinin onayında gördüğü için aynalanma yetersizliği tespitini güçlendirmektedir. Tezin reddedilişi aranan onayın elde edilememesi sonucu kendilik parçalanmasına neden olduğundan T. Bey derin bir yas duygusu içine girmiştir. O nedenle ülküleştirilmenin arkaik biçimi olarak kısa süreli mistik vecd haline girmiş ve tarihteki bazı dini kişiliklerle özdeşim kurarak aynı kaderi paylaştığını söylemiştir.

Psikoterapi Süreci

Danışanla yapılan terapi sürecinde empatik bir duruş sergilenmiştir. Kendilik psikolojisi kuramında 'ayna aktarımı' psikoterapi sürecinde en kritik kavramlardan biridir. Çünkü çocukluk döneminde birincil aynalanma yetersizliğine bağlı olarak kişinin deneyimlediği suçluluk, yetersizlik ya da acı veren yoğun duygular ancak danışan karşısında onaylayıcı ve kabullenici ayna işlevi gören bir nesnenin yanıt vermesiyle normalleşebilir. Bu nesne, terapi sürecindeki terapisttir.

T. Bey'in psikoterapi sürecinde kendisini anlamsız ve değersiz hissettiği süreçlerde terapist tarafından optimal düzeyde aynalama işlevi görülmüştür. Bu süreçte kendiliğin büyükmecici kutbunun aktive edilmesi hedeflenmiştir. Daha sonraki oturumlarda ise terapistle olan ilişkisinde kendisini, kendilik nesnesi gibi algılama (ikizlik aktarımı) süreçleri desteklenmiştir. Bu aktarım-karşı aktarım ilişkisi kaynaşma aktarımı (kendilik nesnesiyle bütünleşme ve tek olma gereksinimi) ile optimum düzeyde yaşanmıştır.

Terapinin bir sonraki aşamasında T. Bey'e psikodinamik yorumlarla geçmiş yaşantıları ile şimdi ve burada yaşanan duygulara yönelik farkındalık kazandırılmaya çalışılmıştır. Yapılan tüm psikoterapi oturumlarında T. Bey'in belirgin olarak ölküleştirci aktarımı aktifleşmiş ve bazen terapistle bazen de idealize ettiği imgelere yöneldiği gözlenmiştir. Bu bağlamda hem terapistle hem de diğer nesnelere yapılan yüceltmelerde T. bey'in dürtülerini ve duygularını düzenlemesi ele alınmış ve kaynaşma aktarımı halinde olduğu ölküleleştirilmiş imago (dini cemaat) yönelik optimal kırılmalar hedeflenmiştir. Bu çerçevede seanslarda kişinin idealize ettiği tümgüçlü nesne, değerli görülmekle beraber hayatın gerçekliği içindeki yerine optimal düzeyde vurgu yapılmış, seconder narsizme geçişi için yollar açılmıştır. Öte yandan libidinal enerjinin idealize edilmiş imgeden çekilip büyükmecici kendilik kutbuna yatırılması amaçlanarak danışanın büyükmecici kendilik kutbunun aktifleşmesi üzerine çalışılmıştır. Büyükmecici kutba (grandiyöz) yapılan aynalamalar da libidinal enerjinin kendine yönelmesini ve kendiliğin canlanmasını sağlamıştır. Bu bağlamda idealize imgede yaşanan optimal kırılmalar ve büyükmecici kutba yapılan yatırım dengeli seconder narsizm çerçevesinde kendilik yapılanmasını daha dengeli bir yere taşımıştır. Bu süreçte T. Bey kendilik nesnesi olan terapistinin sakinlik içindeki dengeli tutumunu dönüştürerek içselleştirdiği (transmuting internalizasyon) gözlenmiştir.

İlerleyen psikoterapi oturumlarında T. Bey'in grandiyöz duygularını ortaya koyduğu gözlenmiştir. Kendi dürtülerinden gelen arzu ve istekler ile değerler kutbu arasında ortaya çıkan gerilim ise üçüncü bir kutbu gelişmesine olanak tanımıştır. Bu yeni kutbu T. Bey'in yaşam becerilerinde kullanabileceği yaratıcı ve itici bir kaynağa dönüştürülmesi hedeflenmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerini dini bir cemaat içinde geçirmiş T. beyin kendilik psikolojisi çerçevesindeki terapi süreci ele alınmıştır. Kuramdaki aynalanma, idealize edilmiş ebeveyn imagosu, büyükmecici kendilik kavramları üzerinden danışanın formülasyonu yapılmıştır. Bu bağlamda T. Bey'in erken yaşlarında gerek aile gerekse okul yaşamı göz önüne alındığında yeterli düzeyde aynalanmadığı ve çekirdek kendiliğinin uyarılmadığı anlaşılmaktadır. Kendince entelektüel bir kişilikle görünür olma gayreti de bu eksikliğin giderilmesi olarak değerlendirilmiştir. Lisans eğitimi sonrası hazırladığı yüksek lisans tezinin reddedilmesindeki derin kırılma ve kendini hiç gibi hissetme duygularının temelinde de aradığı onayı bulamama sonucu ortaya çıkan "kendiliğin parçalanması" vardır.

Öte yandan ergenlik yıllarından itibaren yoğun temas halinde olduğu bir dini cemaatin T. Bey'in kişiliği üzerinde önemli etkileri olduğu değerlendirilmektedir. Cemaatin ruhani lideri olan büyük kurtarıcı ile sık sık özdeşim kurduğunu ifade etmesi kendiliğinin derin bir kaynaşma aktarımı içinde olduğunu düşündürmektedir. Bu bağlamda kendiliğin ihtiraslar kutbunun zayıflamasına karşı, idealize edilmiş güç sembolü nesneyle kurduğu kaynaşma ile kendiliği güçlendirme yoluna gitmiştir. Fakat güç sembolü olan nesnelere ilişkisi (gerçekliğe temasa kapalı olan cemaat tipi sosyal yapı nedeniyle) ilkel bir bağımlılık düzeyinde kaldığı için primer narsist bir örüntünün ortaya çıktığı anlaşılmaktadır.

Grup içindeki öğretilerden biri olan "bireyselliğin lanetlenmesi (kibir)" çerçevesinde büyükmecici (grandiyöz) kendilik, haz ve ihtiraslar kutbunun gelişimi büyük oranda kapandığından terapinin ilk etabında arzularının açığa çıkmasına salık verilmiştir. Ortaya koyduğu, ürettiği her şeyi kendisinin başardığı anlamındaki aynalamalar ile yapılan kendilik nesnesi işlevi ihtiraslar kutbunu güçlendirilmiştir.

Dini ya da seküler kült gruplarda sık sık rastlanan bir olgu, grup kimliğinde kaynaşan bireylerdeki aynileşme/benzeşme olgusudur. Bu şekilde bireysel arzu ve ihtirasların yerini ortak normatif hedefler alır. Libidinal enerji idealize edilmiş ortak bir figüre yatırılarak grup üyelerinin kendilikleri bu imago ile kaynaşır. Bu bağlamda özerkliğini yitirmiş grup üyeleri

için gelişimsel duraklamaya uğramış narsistik bir kendilikten söz etmek mümkündür. Konuştuklarında kendisi yerine idealize edilmiş büyüklerinden bahsetmeleri, kendini bir hiç gibi son derece değersiz görmeleri ya da eşitlik temelinde bir ilişki yerine ebeveyn-çocuk modunda bir ilişki biçimine girmeleri kaynaşma aktarımının neden olduğu tepkiler olarak ele alınabilir. O nedenle ölküleştirilmiş imagoda sistematik yaşanan kırılmalara olanak tanınmıştır. Bu şekilde libidinal yatırımın ideallerden çekilip ihtiraslar kutbuna yatırımı hedeflenmiştir.

1,5 yıllık çalışmanın sonunda T. bey, seçilmişlik duygusunun büyük oranda azaldığını ve ilişkilerinin otantik yönelimlere döndüğünü ifade etmiştir. Yaşamına hâkim olan cansızlığın yerini spontane davranışların aldığını ve arzularını yönlendirebildiğini, ortaya koyduğu işleri içselleştirerek kendine mal ettiğini ifade etmiştir. Bunu "kendiliğin canlanması" olarak düşünmek mümkündür. Fakat zaman zaman ideal nesneyle tekrar temas kurma ihtiyacı doğduğunu ifade etmektedir. Bu durumu da ölküsel nesne açlığı biçiminde yorumlamak mümkündür ki terapinin bir süre daha devam etmesinin faydalı olacağı değerlendirilmiştir.

Kaynakça

- Goldberg, A. (Ed.). (1978). *The Psychology of the Self: A Casebook*. New York, NY: International Universities Press.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. New York, NY: International Universities Press.
- Kohut, H. (1984). *How Does Analysis Cure?* (A. Goldberg & P. Stepansky, Eds.). Chicago: University of Chicago Press.
- Kohut, H. (1977). *The Restoration of the Self*. New York, NY: International Universities Press.
- Lessem, P. A. (2005). *Self Psychology: An Introduction*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Publishers.
- Rowe, C. E. ve Mac Isaac, D. S. (1991). *Empathic Attunement: The "Technique" of Psychoanalytic Self Psychology*. Lanham, MD: Rowman & Little field Publishers.
- Siegel, A. M. (1996). *Heinz Kohut and the Psychology of the Self*. New York, NY: Routledge.
- Terbaş, Ö. (2004). Kendilik Psikolojisi Kuramına Göre Kendilik Bozukluklar: Bir Olgu Sunumu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15 (1), 70-76.
- Türkçapar, M. H. (1995). Kendilik psikolojisi ve Temel Kavramlar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 6, 125-131.
- Wolf, E. S. (1988). *Treating the Self: Elements of Clinical Self Psychology*. New York, NY: The Guilford Press.