



RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA YAZISI

# Case-level Investigation of TAT and Rorschach Responses of Male Bodybuilders

## Vücut Geliştiren Erkeklerin TAT ve Rorschach Tepkilerinin Olgu Düzeyinde İncelenmesi Bingül Harmancı<sup>1</sup>

### Abstract:

Bodybuilding has many features associated with masculinity such as muscular appearance, strength, performance and endurance. The aim of this study is to psychically evaluate how men construct masculinity through their bodies, which they reconstruct by bodybuilding, their body images and narcissistic personality structures and pre-Oedipal father designs. The research was carried out with male subjects who have been actively involved in bodybuilding since adolescence in the TRNC, who voluntarily agreed to participate in the study. Rorschach and TAT were applied to the cases participating in the study after in-depth stories were taken with the semi-structured interview form created by the researcher. The findings of the study suggest that the subjects' inadequacy in perceiving the test material in its entirety and their deficiencies regarding self-images. It can be counted among the main findings that the identification of the cases is immature and defensive, and they cannot cope with separation anxiety. It is among the main findings that the cases could not establish the oedipal triangle and had difficulty in establishing a relationship between men and women. As a result, when the responses of both bodybuilder male subjects to Rorschach and TAT were examined, their identification was childish and defensive, It is noteworthy that they defined the mother as a person who oppresses and controls. It is thought that to involve female bodybuilders in the sample in similar studies in the future can reveal what it means for bodybuilders to build a new body, as well as their perceptions about their bodies.

**Keywords:** Masculinity, Bodybuilding, Narcissistic Trait, TAT, Rorschach

\* This study is produced from from Dr Bingül Harmancı's PhD thesis written at Near East University Institute of Social Sciences under the supervision of Assoc. Prof. Dr. Zihniye Okray"

<sup>1</sup>PhD, Near East University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Nicosia-TRNC, bingul.subasi@neu.edu.tr, Orcid; 0000-0003-3633-622X

**Address of Correspondence/Yazışma Adresi:** Bingül Subaşı, Near East University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Nicosia-TRNC, E-mail: bingul.subasi@neu.edu.tr

**Date of Received/Geliş Tarihi:** 01.12.2022, **Date of Revision/Düzelme Tarihi:** 06.03.2023, **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 29.04.2023, **Date of Online Publication/Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 17.06.2023

**Citing/Referans Gösterimi:** Harmancı, B. (2023). Investigation of TAT and Rorschach Responses of Male Bodybuilders, *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 5(2): 173-179

© 2023 The Author(s). Published by Cyprus Mental Health Institute / Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology (www.ktppdergisi.com). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 license which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

**Öz:**

Vücut geliştime kaslı görünüş, güç, performans, dayanıklılık gibi erkeklikle özdeşleşen birçok özelliğe sahiptir. Bu çalışmanın amacı erkeklerin bedenleri aracılığı ile vücut geliştirerek yeniden inşa ettikleri bedenleri aracılığı ile erkekliği nasıl yapılandırdığını, bu kişilerin beden imgeleri ve narsisistik kişilik yapılanmalarının ve pre-Ödipal baba tasarımları psişik açıdan değerlendirilmesidir. Araştırma KKTC’de ergenlik döneminden itibaren aktif olarak vücut geliştirme sporu ile uğraşan gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden erkek olgularla yürütülmüştür. Araştırmaya katılan olgulara araştırmacı tarafından oluşturulan yarı-yapılandırılmış görüşme formu, Rorschach ve TAT uygulanmıştır. Çalışma bulguları, olguların test materyalini kendi bütünlüğü içinde algılamalarındaki yetersizlik, kendilik imgeleri ile ilgili eksikliklerini düşündürmektedir. Olguların özdeşimlerinin immature ve savunmacı tarzda olduğu, ayrılık kaygısı ile baş edemedikleri temel bulgular arasında sayılabilir. Olgular babayı korkunç ya da pasif olduğuna gönderme yaparak tanımlamıştır. Olguların TAT öyküleri genel olarak incelendiğinde, nesne ilişkilerinde sorun yaşadıkları ayrıca narsisistik yatırımlarının olumsuz olduğu dikkat çekici bulgular arasındadır. Olguların, ödipal üçgeni kuramadıkları, kadın ve erkek arasında ilişki kurmakta güçlük yaşadıkları temel bulgular arasındadır. Sonuç olarak vücut geliştiren her iki erkek olgunun Rorschach ve TAT’ne vermiş oldukları yanıtlar incelendiğinde yetişkin kişilerden farklı olarak özdeşimlerinin çocuksu ve savunmacı tarzda olduğu, baba ile özdeşim kuramadığını, erkeksi özdeşimler konusunda sorun yaşadıklarını, ayrılık kaygısı ile baş edemedikleri, narsisistik yatırımlarının olumsuz olduğu, anneyi baskı yapan, kontrol eden bir kişi olarak tanımlamış oldukları dikkat çekicidir. Daha sonraki benzer çalışmalarda kadın vücut geliştiricilerin de örnekleme dahil edilmesinin, vücut geliştiren kadınlar açısından yeni bir beden inşa etmenin onlar için ne anlam ifade ettiğini ayrıca bedenleriyle ilgili algılarını da ortaya koyabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Erkeklik, Vücut Geliştirme, Narsisistik Özellik, TAT, Rorschach

**Giriş**

Kadın yada erkek olduğunun farkında olmak cins kavramı ile tanımlanmaktadır. Bu farkındalığın hissedilmesi yada eyleme geçirilmesi ise cinsiyet kavramı ile tanımlanmaktadır (Parman, 2002, s. 29). Cinsiyet kavramı, kişinin sahip olduğu biyolojik özelliklerini cinsel kimlik olarak, toplumsal ilişkiler çerçevesinde oluşan cinsiyet kavramını ise toplumsal cinsiyet kavramı olarak tanımlanmaktadır (Türk, 2007).

Sözcük olarak ele alındığında erkek sözcüğü güç, iktidar anlamına gelen ‘erk’ kelimesinden türemiştir. Erkeklik sadece cinsel kimlik olarak erkek olmayı ifade etmemektedir. Aynı zamanda davranışların, tavırların, simgeleştirmelerin, ve anlatımların içsel süreçlerde birleşmesidir. Böyle bir durumda erkek çocuğun cins kimliği ve cinsiyet kimliğinin gelişim sürecinde babanın rölü göz ardı edilemez. Bir başka deyişle erkek olmak baba ile erkek çocuk arasında, çocuğun dünyaya gelişi ile başlayan ve ergenlik döneminin bitimine kadar yaşantılanan bir süreçtir (Parman, 2002).

Erkeklik kimliğinin oluşumunda beden önemli bir etkidir. Bir başka deyişle erkeklik bedeninin göstermiş olduğu hareketler aracılığı ile inşa edilir ve tanınır. Spor bedeninin ve bedensel uygulamaların gösterilebileceği alanlardan bir tanesi olabilmekle birlikte toplumsal cinsiyet kimliğinin de sergilenmesine olanak sağlayabilmektedir. Vücut geliştirme bedensel uygulamaların gösterilebileceği spor dallarından bir tanesidir (Karaçam, 2015). Vücut geliştiren erkekler kaslarını geliştirip, büyütürken daha iri, daha büyük bir bedene sahip olmayı arzulamaktadırlar. Kaslı ve iri bir görünüme sahip olmak onlar için, bir yandan estetik olarak, diğer yandan da güç sembolü olarak yorumlanmaktadır. Bir başka deyişle bu kişiler erkekliği beden üzerinden inşa

etmekte, erkekliği bedenleri üzerinden tanımlamaktadırlar (Harmancı & Okray, 2021a).

Vücut geliştirme sporuyla uğraşan bireyler daha kaslı, daha büyük ve güçlü fiziksel yapıya sahip olmak ayrıca daha estetik vücut biçimi oluşturma amacıyla bu spora yönelmektedir. Vücut geliştirme erkeklikle özdeşleşen, kaslı olma, fiziksel görünümün büyümesi, güçlü ve yetkin olma gibi birçok özelliği içeren spor etkinliklerinden bir tanesidir (Harmancı & Okray, 2021b) Birçok çalışma vücut geliştirme sporu ile ilgilenen kişilerin dış görünüşlerine önem verdiğini ve iyi bir fiziksel görünüme sahip olmak için uğraştıklarını göstermektedir (Tazegül & Güven, 2015). Vücut geliştirenlerin temel amacı kas boyutunu ortaya çıkaran simetrik fiziksel görünüme sahip olmaktır (Ploeg vd., 2001).

Vücut geliştiren kişiler daha az yağ ve daha fazla kas kütlesine sahip olmak için çaba sarfettiklerinde ve mevcut kas kütlesini artırmak için yoğun bir uğraş içerisine girmektedirler. Vücut geliştirme bu yönüyle erkek egemliğinde olan spor dallarından biridir (Cafri & vd., 2005). Vücut geliştime kaslı görünüş, güç, performans, dayanıklılık gibi erkeklikle özdeşleşen birçok özelliğe sahiptir (Harmancı & Okray, 2021a). Erkeklik inşasında bedeninin rolü yadsınmaz. Beden erkeksi hissetmeyi sağlayan bir etkidir (Karaçam, 2015).

Vücut geliştirme kişilerin kaslarını geliştirmek ve kas kitlesini artırarak bedenlerine şekil vermeye çalıştıkları (Stoviks, 2006), görünüme odaklı spor dallarından biridir. Bir başka deyişle, vücut geliştirmede özellikle kaslı fiziksel görünüş üzerinde odaklanılmaktadır (Hallsworth, Wade, Tiggeman, 2005). Sporcular, bu spor dalıyla kas boyutunu sergilemek (Ploeg & vd., 2001), daha fazla kas ve daha az yağ kitlesine sahip olabilmek ya da mevcut kas

kitesini artırmak amacıyla uğraşmaktadır (Cafri & vd., 2005). Vücut geliştirme estetik niteliği dolayısı ile diğer ağırlık kaldırma disiplinlerinden farklılaşmaktadır (Mosley, 2009). Alanyazın tarandığında daha önce erkekliği bu açıdan ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Erkeklikle ilgili çalışmaların daha fazla sosyolojik açıdan erkekliği ele aldığı psişik dünyaları ile ilgili çalışmaların olmadığı dikkat çekmiştir. Bu eksiklikten dolayı, bu çalışmada erkeklerin bedenleri aracılığı ile vücut geliştirerek yeniden inşa ettikleri bedenler aracılığı ile erkekliği nasıl yapılandırdığını, bu kişilerin beden imgeleri ve, narsisistik kişilik yapılarının ve pre-Ödipal baba tasarımları psişik açıdan değerlendirilmiştir.

## Yöntem

Bu çalışma, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu tarafından 2018/137 karar numarası ile 6 Nisan 2018 tarihinde onaylanmıştır. Araştırma KKTC’de ergenlik döneminden bu yana aktif olarak vücut geliştirme sporu ile uğraşan gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden erkek olgularla yürütülmüştür. Araştırmaya katılan olgulara araştırmacı tarafından oluşturulan yarı-yapılandırılmış görüşme formu ile olguların derinlemesine öyküleri alındıktan sonra Rorschach ve Tematik Algı Testi (TAT) uygulanmıştır. Tamamlayıcı tanı ve özellikler için yardımcı olan TAT protokolleri Rorschach Testinden sonra uygulanmıştır. Bu çalışmada vücut geliştiren iki olgu ile yapılan protokoller değerlendirilmiştir.

## Ölçüm Araçları

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu: Katılımcıların yaş, eğitim durumu, vücut geliştirme sporu ile uğraşma süresi, vücut geliştirme sporuna ne zaman başladığı, babaları ile olan ilişkileri, sosyal yaşamlarında örnek aldığı kişi/kişilerin kim/kimler olduğu, vücut geliştirmede kendine örnek aldığı kişi/kişilerin kim/kimler olduğuna ilişkin sorularla psişik yatırımlarının dinamik formülasyonlarına bakılmıştır. Görüşmeler yaklaşık 50 dakika sürmüştür.

Tematik Algı Testi (TAT): Morgan ve Murry tarafından 1935’te yayınlan projektif bir tesettir. Bu testi alan kişiden her kart için başı ve sonu olan, resimde neler olduğunu anlatan ve aynı zamanda kahramanların duygularını, önceden neler olup bittiğini ve çözümün ne olabileceğini de içeren bir hikaye anlatması istenir (Anzieu, Chabert, 2004). TAT’nin kullanım amacı kişilerin baskın dürtülerini, duygularını, komplekslerini ve çatışmalarını belirleyebilmek, bilinçdışı olan eğilimlerini anlayabilmektir. TAT kartlarının gizil ve görünür içerik olmak üzere iki tür içeriği vardır. Bu çalışmada narsisizm ve kastrasyona yönelik yatırımları ortaya koyan 1. Kart, çatışmalı çift ilişkisine, aşk acısı, ayrılma terk edilme ile ilgili duygulara vurgu yapan 4. Kart, anne oğul ilişkisine vurgu yapan 6BM, baba oğul ilişkisine vurgu yapan 7BM, hem cinsi ile aktif ve pasif saldırganlığı ortaya koyan 8BM, aşk, terk edilme ve tekrar birleşmeyi gösteren 10. Kart, ilişkideki saldırganlık ve cinselliğe vurgu yapan 13 MF ve boş kart olan 16. kart kullanılacaktır. Bu kartların ortak özellikleri Ödipal karmaşa, suçluluk duyguları, kastrasyon, saldırganlık dürtülerini içermeleridir (Okroy, 2011, Anzieu, Chabert, 2004).

Rorschach Testi: Hermann Rorschach’ın 1921 yılında yayınladığı Psikodiagnostik adlı kitabı ile kullanılmaya başlayan projektif bir tekniktir (Tunaboyle-İkiz, 2005,

Anzieu, Chabert, 2004). Rorschach Testi üzerinde mürekkep lekesi olan 10 karttan oluşmaktadır. Rorschach testinin psikanalitik yorumları detaylı psikopatolojik bilginin yanında, hastanın süreçleri ve savunma düzenekleri ile ilgili de bilgi vermektedir. Rorschach testinde ilk olarak bilinçli bir süreç olan görülen malzeme algılanması ve kişinin hafızasında ona en uygun biçimleri akla getirmesi vardır. Bu sürecin ardından bilinçdışı ve bireysel bir süreç olan algılanan malzemenin fantazi dünyasında yorumlanması, sembolik olarak açıklanması ve sözel ifadesi gelmektedir. Sözü edilen iki boyutun da Rorschach testinde açıklanması gerekmektedir (Tunaboyle-İkiz, 2005). Bu çalışma kapsamında baba, otorite ve benlik tasarımları ile ilgili bilgi veren I. IV., V., VI. ve X. kartlar kullanılmıştır.

## Bulgular

35 yaşında 17 yıldır vücut geliştirme sporu ile uğraşan Olgu-1’e Rorschach ve TAT. protokollerini ardışık bir sıra ile ortalama 60 dakikalık bir sürede tamamlamıştır. Rorschach testi protokolü incelendiğinde alınan sonuçlar aşağıdaki gibidir.

## OLGU-1

### Rorschach ve TAT Uygulamasından Elde Edilen Bulgular

Olgu 32 yanıtla testi tamamlamıştır. Bir protokolden beklenen kadar yanıt sayısı vermiştir. Yanıtların lokalizasyonuna bakıldığı zaman olgunun dış gerçekliği bölerek kontrol altına alma çabası içerisinde olduğu izlenimini vermiştir. 32 yanıtın sadece 10’u (G:%31.25) global (bütün) yanıtlardan oluşmaktadır. Global yanıtlarının 6’sı basit G’leri, 4’ü ise eklenmiş G’lerden oluşmaktadır. Olgu %41 oranında detay, %15.6 oranında küçük detay, %6.25 oranında beyaz detay yanıtı vermiştir. Tüm vermiş olduğu küçük detay, detay detay ve beyaz detay yanıtlarının oranı %62.5’tir. Detay yanıtlarının yüzdesi test materyali ile birlikte olgunun dürtüsel dünyasının harekete geçtiğini ve dış dünyadan gelen uyarıları yoğun olarak hissederek bunlara karşı koyamayacağı kaygısı ile gördüğü materyali detaylara bölerek kontrol etme yönünde davrandığını göstermektedir. Global yanıtların 6 tanesi basit G’leri, 4 tanesi ise eklenmiş G’leri içermektedir. Olgunun vermiş olduğu global yanıtlar detay yanıtları ile birlikte değerlendirildiğinde, dürtüsel dünyasının harekete geçmesi ile birlikte dış dünyanın uyarılarına karşı kendini koruma çabası içine girerek detaylar yardımı ile kontrol altına alma, kaygısını azaltma ve kendini koruma çabası içerisine girmektedir. Olgunun vermiş olduğu F yanıtlarına bakıldığı zaman, F+’nin 15, F-’nin 8, CF’nin 3, EF’nin ise 1 tane olduğu belirlenmiştir. F’lerin %75 olması olgunun gerçeği değerlendirme yetisinin olduğunu göstermektedir. Olgu ile ilgili diğer bir bulgu ise renk yanıtlarının detay yanıtları ile birlikte verilmesidir. Olgu dürtünün ortaya çıktığı yerde bununla baş edememesi ve detaya bölerek başa çıkma çabası olarak değerlendirilebilir. Olgu tüm kartları eline alarak ve döndürerek yanıtlamıştır. Kartaları eline alarak yanıtlaması ilişki kurduğu ancak kartların döndürülmesi kaygı belirtisi olarak değerlendirilmiştir.

Bilişsel süreçlere bakıldığında Olgu ‘in 32 yanıt verdiği ve yanıtlarının içeriğine bakıldığında düşünce süreçlerinde özellikle A (hayvan) yanıtları ve X. Kartta anatomi yanıtları, verilen yanıtların neredeyse %50’sini karşılamaktadır. Bu da olgunun özdeşimlerinin daha

immature olduğunu, IX. ve X. Karta vermiş olduğu toplam 15 yanıtın 6'sının anatomi yanıtlarından oluşması olgunun dağılma eğilimi içerisinde olduğunu, ayrılık kaygısı ile baş edemediğini gösteren temel bulgular arasında sayılabilir. IX. Kart pregenital anne kavramına gönderme yaptığı bilinen en zor kart olarak değerlendirilen karttır. Bu karta verilen anatomi yanıtları bedenine içine gönderme yapan F- cevaplarını içermektedir. X. Karta verilen anatomi yanıtları F+ yanıtları olmasına rağmen bu kartta da dağılma endişesi görülmektedir. Olgunun otorite figürünü temsil eden IV. ve VI. Kartlara verdiği yanıtlara bakıldığında bütün protokol boyunca red yanıtının çıktığı tek kart VI. Karttır. VI. Karta verdiği nacak (balta) yanıtı kastratif bir sürece gönderme yaparak IV. Kartta G (bütün) yarasa yanıtını vermesi, ve bu kartta çevirmelerin çok fazla olması olgunun erkeksi özdeşimler konusunda sorun yaşadığını düşündürtebilir.

Olgu 1, TAT' de narsisizm ve nesne kaybına gönderme yapan 1. Kartta kemanla ilişki kuramamıştır. Ailesi tarafından yönlendirilmiş olduğu müzikte başarılı olamayacağından bahsetmektedir. Ayrıca olumsuz bir nesne tasarımı ile hikayeyi tamamlamıştır. Ödipal üçgenin kurulması beklenen 2. Kartta annesi mi? Karısı mı? Olduğunu karıştırmaması sonra da aynı kişi için kızı demesi ödipal üçgenin zorlanarak kurulduğunu, 4. kartta vermiş olduğu yanıtta ise kadın erkek arasında ilişki kurmakta ve cinsler arasında fark kurmakta zorlandığını, ilk sahne düşlemine gönderme yapan 5. kartta annenin intrusif olduğu, anne ile oğul arasında ilişkiyi veren 6BM kartında anne ilişkisinde öfekinin açıkca ortaya çıktığı bunun yanında, 8BM kartında baba ile kurulan ilişkide 'kesiliyor mu? bilmiyorum' diyerek imgesel babanın kastre edici olduğunu, cinselliğin ancak yaşlılıkta görülebileceğinden ve 13MF kartında bir kadınla geçirilen ilişkinin pişmanlık verici olduğundan bahsediyor. Kendi arzusunu niteleyen 16. Kartta, kendi arzusunun yeni bir hayat ve yeni bir sayfa arzusu olduğunu dile getiriyor. Bu da bize olgunun özellikle erken çocukluk döneminde yaşadığı süreçlerin hayatına etki ettiğini, belki de vücudunu farklı, hoş giden, beğenilen bir şekilde dönüştürmesinin ödünleme çabası olduğunu göstermektedir. Kartlar genel olarak değerlendirildiğinde, dış gerçekliğe gönderme yapan A1 serisinin, Rorschach protokolü ile uyumlu olduğunu, ihtiyaç olarak da ilişkiye yatırım yapma arzusunda olduğu B1 kategorisinde, narsisitik yatırımları ise CN kategorisinde görülmektedir. Kendini yineleme kompulsyonu olarak vücudunu geliştirdiği bu da çocukluk döneminde öğrendiği prototip yaşantıların yetişkinlik hayatına yansıtıldığını göstermektedir.

## OLGU-2

36 yaşında, 18 yıldır vücut geliştirme sporu ile uğraşan Olgu-2'ye Rorschach ve T.AT. protokollerini ardışık bir sıra ile ortalama 65 dakikalık bir sürede tamamlamıştır.

### Rorschach ve TAT Uygulamasından Elde Edilen Bulgular

Olgu-2, 38 yanıtla testi tamamlamıştır. Bir protokolden beklenen yanıt sayısının üzerinde yanıt vermiştir. Protokolden beklenen yanıt sayısının üzerinde yanıt vermesi bilişsel süreçlerinin ve hayal gücünün üretkenliğine işaret etmektedir. Yanıtların lokalizasyonuna bakıldığı zaman olgunun dış gerçekliğe bölerek kontrol altına alma çabası içerisinde olduğu izlenimini vermiştir. 38 yanıtın sadece 15'i (G:%39.47) global (bütün) yanıtlardan oluşmaktadır. Olgu %44.73 oranında detay, %13.15 oranında küçük detay, %2.63

oranında beyaz detay yanıtı vermiştir. Tüm vermiş olduğu küçük detay, detay detay ve beyaz detay yanıtlarının oranı %60.52'dir. Detay yanıtlarının yüzdesi test materyali ile birlikte olgunun dürtüsel dünyasının harekete geçtiğini ve dış dünyadan gelen uyarıları yoğun olarak hissederek bunlara karşı koyamayacağı kaygısı ile gördüğü materyali detaylara bölerek kontrol etme yönünde davrandığını göstermektedir. Global yanıtların 13 tanesi basit G'leri, 2 tanesi ise eklenmiş G'leri içermektedir. Global yanıtların bu kadar fazla olması, olgunun yoğun olarak savunma düzeneklerini ve sıklıkla da bastırma düzeneklerini kullandığını düşündürmektedir. Olgunun vermiş olduğu global yanıtlar detay yanıtları ile birlikte değerlendirildiğinde, dürtüsel dünyasının harekete geçmesi ile birlikte dış dünyanın uyarılarına karşı kendini koruma çabası içine girerek, dış dünyanın uyarılarını bölerek detaylar yardımı ile kontrol altına alma, kaygısını azaltma ve kendini koruma çabası içerisine girmektedir. Olgunun vermiş olduğu F yanıtlarına bakıldığı zaman, F+'nın 12, F-'nin 15, CF'nin ise 7 belirlenmiştir. F'lerin %89.47 olması olgunun tamamen gerçeklik ilkesinde yaşadığını, savunma düzeneklerindeki katılığı, dürtüsellik bastırma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Olgunun vermiş olduğu F yanıtları global ve detay yanıtları ile birlikte değerlendirildiğinde, dürtülerinin harekete geçmesi ile birlikte, dürtülerini bastırabilmek için dış dünyadan gelen uyarıları bölerek detaycı bir kontrol çabasına girmektedir. Olgunun, renk yanıtlarını detay yanıtları ile birlikte verilmesi dikkat çekici diğer bir bulgudur. Bu bulgu, Olgu ile ilgili yine dürtüsellik ortaya çıkması ile birlikte, dürtüleri ile baş edememesi ve detaya bölerek başa çıkma çabası olarak değerlendirilebilir. Olgu tüm kartları eline alarak yanıtlaması ilişki kurabildiğini göstermektedir, ancak kartları dödürerek yanıtlamıştır. Kartların döndürülmesi kaygı belirtisi olarak değerlendirilmiştir.

Olgu-2'nin bilişsel süreçlerine bakıldığında, 38 yanıt verdiği ve yanıtlarının içeriğine bakıldığında ise düşünce süreçlerinde özellikle A yanıtları ve X. Kartta anatomi yanıtları verilen yanıtların %55'ini karşılamaktadır. Bu sonuç Olgunun özdeşimlerinin immature olduğunu, IX. ve X. Karta vermiş olduğu toplam 14 yanıtın 7'sinin anatomi yanıtlarından oluşması olgunun dağılma eğilimi içerisinde olduğunu, ayrılık kaygısı ile baş edemediğini gösteren temel bulgular arasında sayılabilir. En zor kart olarak nitelendirilen IX. Kart'ın pregenital anne kavramına gönderme yaptığı bilinmektedir. Bu karta verilen anatomi yanıtları bedenine içine gönderme yapan F- cevaplarını içermektedir. X. Karta verilen anatomi yanıtlarının F- ve hayvan yanıtlarının renk yanıtları olması bu kartta da dağılma endişesini göstermektedir. Olgunun üst benliğe, otorite ve güce gönderme IV. ve VI. Kartlara verdiği yanıtlara bakıldığında, IV. Kartta verdiği boynuzlu maske yanıtı ile fallik bir simge olan boynuz yanıtını verilmiş, bu yanıt kaygı yarattığı için ardından detayda kelebeğe benzeterek kaygısını kontrol etme çabasına girmiştir. VI. Karta vermiş olduğu kelebek yanıtı ile babanın pasifliğine gönderme yapmış daha sonra detayda vermiş olduğu yaratık yanıtı korkulacak bir şey olarak düşünülebilir. Her iki kartta da baba imgesinin kastratif algılandığını ve Olgunun erkeksi özdeşimler konusunda sorun yaşadığını düşündürtebilir.

Olgu 2, TAT de narsisizm ve nesne kaybına gönderme yapan 1. Kartta babanın almış olduğu kemanla ilişki kuramamış ve ilgi duymadığından bahsederek olumsuz bir narsisitik yatırımla hikayeyi tamamlamıştır. Ödipal

üçgenin kurulması beklenen 2. Kartta, insanları önce köy halkı olarak tanımlaması daha sonra atın yanındaki adamın, hamile kadının kocası olup olmadığına karar verememesi ve kızla bağlantılarını kuramaması ödipal üçgeni kurmadığını, 4. kartta vermiş olduğu yanıtta ise adamın kadına duvar örmesi ve kadını cezalandırması kadın, erkek arasında ilişki kurmakta güçlük yaşadığını, ilk sahne düşlemine gönderme yapan 5. kartta annenin öfkeli olduğu, anne ile oğul arasında ilişkiyi veren 6BM kartında yine anne ilişkisinde öfkenin açıkca ortaya çıktığı, baskın bir anne tanımlanmıştır. bunun yanında, 8 BM kartında baba yerine anne ile ilişki kurmuş ve anneyi öldürmüştür. Ancak annenin çocuk tarafından öldürülmesinin yaratmış olduğu kaygı nedeniyle hikayeyi değiştirerek çocuğun kadını yanlışlıkla öldürdüğünden bahsetmektedir. 13MF kartında bir kadınla yaşanan ilişkide sağlıklı bir adamın kadını perişan edeceğinden bahsediyor. Kendi arzusunu niteleyen 16. Kartta, çok zorlanarak hikayeyi oluşturmuş olduğu kaygı yaşadığını düşündürmüştür. Kendini güçlü bir kahraman olan Hulk'a benzetmiş, ve çok değer verdiği şeyleri çalan kişileri bularak başını ezerek cezalandırdığından bahsetmiştir. Kendini iri, kaslı ve güçlü olan Hulk'a benzeterek özdeşim kurması dikkat çekicidir. Bu da bize olgunun özellikle erken çocukluk döneminde yaşadığı süreçlerin hayatına etki ettiğini, belki de vücudunu farklı, iri, güçlü ve kaslı bir şekle dönüştürmesinin erkeklikle özdeşim kurma çabası olduğunu düşündürmektedir. Kartlar genel olarak değerlendirildiğinde, dış gerçekliğe gönderme yapan A1 serisinin, Rorschach protokolü ile uyumlu olduğunu, ihtiyaç olarak da ilişkiye yatırım yapma arzusunda olduğu B1 kategorisinde, narsistik yatırımları ise CN kategorisinde görülmektedir. Kendini yineleme kompulsyonu olarak vücudunu geliştirdiği bu da çocukluk döneminde öğrendiği prototip yaşantıların yetişkinlik hayatına yansımaları göstermektedir.

## Tartışma

Vücut geliştiren erkekler kaslarını geliştirip, büyüterek daha iri, daha büyük bedene sahip olmayı arzulamaktadırlar. Kaslı ve iri bir görünüme sahip olmak onlar için, bir yandan estetik olarak, diğer yandan da güç sembolü olarak yorumlanmaktadır. Bir başka deyişle bu kişiler erkekliği beden üzerinden inşa etmekte, erkekliği bedenleri üzerinden tanımlamaktadırlar. Vücut geliştiren her iki erkek olgunun Rorschach ve TAT'ne vermiş oldukları yanıtlar incelendiğinde yetişkin kişilerden farklı olarak özdeşimlerinin çocuğu ve savunmacı tarzda olduğu, baba ile özdeşim kuramadığını, erkeksi özdeşimler konusunda sorun yaşadıklarını, ayrılık kaygısı ile baş edemedikleri, narsistik yatırımlarının olumsuz olduğu, anneyi baskı yapan, kontrol eden bir kişi olarak tanımlamış oldukları ve baba ile özdeşimlerinde ise sıkıntı yaşamaları dikkat çekicidir. Kaslı ayrıca yapıllı beden şekli erkek için ideal beden şekli olarak algılanmaktadır (Çoşkun, 2011). Kaslı ve zayıf olma yönündeki hazır bulunuşluk öncelikli olarak erkekleri etkileyen beden imgesi ile bir bozukluktur (Mosley, 2009). Ayrıca söz konusu beden tipi yine erkeklikle özdeşleşen güç, kuvvet, yetkinlik gibi özellikleri temsil etmektedir (Mishkind vd. 1986). Olguların bedenlerindeki kas kütlelerini artırarak, daha iri ve daha büyük olmayı amaçlamakta ve erkekliği bedenleri üzerinden tanımlamaktadırlar. Büyük olanın korkutucu olması ve iriliğin güç sembolü olarak algılanması, ideal erkek bedenini nitelendirme şekilleri, olguların erkeklik ile

bedeni ne şekilde özdeşleştirdiklerini ortaya koymaktadır (Harmancı & Okray, 2021a).

Olguların TAT ve Rorschach Testi protokoller incelendiğinde her iki olgunun da baba ile özdeşim kuramadıkları belirlenmiş ve erkeksi özdeşimlerde sorun yaşadıkları için vücut geliştirmeyi erkeklik inşa edebilecekleri bir alan olarak gördükleri düşünülmektedir. Ayrıca vücut geliştirme olgular için bedenlerine istedikleri şekli verebilecekleri, bedenlerine istedikleri şekli vererek kendi bireysel güçlerini gösterebilecekleri bir alan olarak düşünülmektedir. Bir başka çalışmada benzer şekilde vücut geliştiren erkeklerin bedenlerindeki kas kütlelerini artırarak, daha iri ve daha büyük olmayı amaçladığı ve erkekliği yine bedenleri üzerinden tanımladığı, büyük olanın korkutucu olduğu ve iriliğin güç sembolü, kaslı ayrıca yapıllı beden şekli erkek için ideal beden şekli olarak algılandığı belirlenmiştir (Harmancı & Okray, 2021a).

Çalışmanın ilgi çekici bir başka bulgusu ise her iki olgunun da TAT ve Rorschach protokollerini incelendiğinde, olguların kendilik tasarımlarında sorun yaşamadığı sonucuna varılmasıdır. Olguların kendilik tasarımlarındaki sorunu beden memnuniyetsizliği olarak yaşadığı bunun sonucu olarak ise yeni ve memnun olabilecekleri bir beden inşa etme çabasına girerek vücut geliştirme sporu ile uğraştıkları düşünülmektedir. Bu memnuniyetsizliğin doğasının ise daha büyük ve daha kaslı olma yönündeki arzuları vardır (Moosley, 2009, Pope ve ark., 2000). Ayrıca söz konusu beden tipi yine erkeklikle özdeşleşen güç, kuvvet, yetkinlik gibi özellikleri temsil etmektedir (Mishkind, vd., 1986). Erkeklerde beden imgesi bozukluğunun, kası artırma ve yağ azaltma arzusu olarak iki etkene bağlı olduğu öne sürülmektedir (Santarnecchi ve Dettore, 2012). Beden algısı, beden memnuniyeti yada memnuniyetsizliği ile ilgilidir. Bu durum algılanan, beden imgesi ile ilişkili olarak benlik algısı ile içselleştirilen beden imgesi arasındaki uyum veya uyumsuzluk sonucu ortaya çıkmaktadır (Silva, Da.Silva ve Gonçalves, 2015). Vücut geliştirme sosyo-kültürel açıdan da ideal erkek beden şeklinin inşa edilebileceği bir spor dalıdır (Andersen, vd., 1995). Vücut geliştirmenin öncelikli olarak erkek egemenliğinde olma nedeni, erkeklikle özdeşleşen beden tipi olan, gelişmiş kol kasları ve göğüs bunun yanında bele doğru sıkılaşılarak daralan geniş omuzların şekillendirilebileceği bir alan olmasıdır. Bu beden tipi aynı zamanda yine erkeklikle özdeşleşen güç, kuvvet, yetkinlik gibi özellikleri temsil etmektedir (Mishkind, vd., 1986).

## Sonuç

Vücut geliştiren erkeklerin ruhsal süreçleri incelenirken projektif teknikler olan Rorschach Testi ve T.A.T kullanılmıştır. Bu çalışmada projektif teknikler kullanılmasıdaki temel amaç, vücut geliştiren erkeklerin düşlemsel boyutta baba ve babanın nasıl tasarımlandırıldığının ayrıca bu baba ile kurulan ilişkinin ruhsal süreçlerindeki yerinin incelenmesidir. Babanın hangi tasarımlar içerisinde sunulduğu Rorschach Testi ile; Ödipal üçgenin tanımlanması, baba ile olan ilişkinin kurgulanması, kimlik, kendilik tasarımları, ilk sahne düşleminin hikayeleştirilmesi, özdeşimleri ayrıca cinsler arası fark T.A.T. ile incelenmeye çalışılmıştır.

Vücut geliştiren iki olgunun da dış gerçekliği bölerek kontrol altına alma çabası içerisinde olduğu, ayrıca dürtüsel dünyalarının harekete geçmesi ile birlikte dış dünyadan gelen uyarınları yoğun olarak hissederek bunlara karşı

koyamayacakları kaygısı yaşamış oldukları, kaygılarını kontrol altına alabilmek için de gördükleri materyali detaylara bölme yönünde davrandıkları görülmüştür. Global yanıtlardan sonra detay yanıtların verilmesi görülen materyalin, olguların bilinç dışında uyandırdığı düşünlemlerle baş edebilmek için geliştirmiş oldukları savunma şeklinde değerlendirilebilir. Olguların test materyalini kendi bütünlüğü içinde algılamalarındaki yetersizlik, kendilik imgeleri ile ilgili eksikliklerini düşündürmektedir. Olguların vermiş olduğu global yanıtlar detay yanıtları ile birlikte değerlendirildiğinde, dürtüsel dünyalarının hareketine geçmesi ile birlikte dış dünyanın uyaranlarına karşı kendilerini koruma çabası içine girerek, dış dünyanın uyaranlarını bölerek detaylar yardımı ile kontrol altına alma, kaygılarını azaltma ve kendilerini koruma çabası içerisine girmektedirler. Ayrıca Olguların savunma düzeneklerindeki katılık, dürtüselliklerini bastırma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Olgular kartları yanıtlarken döndürerek yanıtlamış, kartların döndürülerek yanıtlanması kaygı belirtisi olarak değerlendirilmiştir.

Olguların özdeşimlerinin immature ve savunmacı tarzda olduğu, ayrılık kaygısı ile baş edemedikleri temel bulgular arasında sayılabilir. Olgular babayı korkunç ya da pasif olduğuna gönderme yaparak tanımlamıştır. Bu yanıtlar baba ile özdeşim kurulmadığını baba imagesinin kastratif olarak algılandığını ve Olguların erkeksi özdeşimler konusunda sorun yaşadıklarını düşündürmüştür. Kadın ve erkek arasındaki ilişki yetişkin bireylerden farklı olarak pişmanlık duygusu yaratan bir süreç olarak değerlendirilmiştir.

Tamamlayıcı tanı ve özellikler için yardımcı olan TAT protokolleri incelendiğinde ise Rorschach ile benzer bir şekilde ve Rorschach'ı destekler nitelikte bulgular tespit edilmiştir. Bunlara göre olguların TAT öyküleri genel olarak incelendiğinde, nesne ilişkilerinde sorun yaşadıkları ayrıca narsisistik yatırımlarının olumsuz olduğu dikkat çekici bulgular arasındadır. Olguların, ödipal üçgeni kuramadıkları, kadın ve erkek arasında ilişki kurmakta güçlük yaşadıkları temel bulgular arasındadır. Ayrıca olguların anneyi baskı yapan, kontrol

eden bir kişi olarak tanımlamış olmaları ve baba ile özdeşimlerinde ise sıkıntı yaşamaları dikkat çekicidir. Olguların kadın erkek ilişkisini pişmanlık, duygusu yaratacağından bahsetmeleri dikkat çekici bir başka bulgudur. Rorschach Testi ve TAT testi bulguları sonucunda vücut geliştiren erkeklerin pre-Ödipal baba tasarımlarının yetersiz olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

### Öneriler

Bu çalışma alanında bir ilk olma özelliğini taşımaktadır. Beden algısı ve erkeksiliğin farklı alanlarda nasıl inşa edildiğini ortaya koymaya çalışan araştırmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu grupla obsesif kompulsif belirtiler ile ilgili çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulduğu düşünülmekte ve sonraki çalışmalarda bu alanda çalışmalar yapılması önerilmektedir. Daha sonraki benzer çalışmalarda kadın vücut geliştiricilerin de örnekleme dahil edilmesinin, vücut geliştiren kadınlar açısından yeni bir beden inşa etmenin onlar için ne anlam ifade ettiğini ayrıca bedenleriyle ilgili algılarını da ortaya koyabileceği düşünülmektedir. Böyle bir çalışmanın da literatürü zenginleştireceği düşünülmektedir.

### Beyannameler

#### Etik Onay ve Katılma İzni

Çalışmaya başlamadan önce Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 06.04.2018 ve YDU/SB/2018/137 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Katılımcılardan uygulama öncesinde bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

#### Yayın İzni

Uygulanamaz.

#### Veri ve Materyallerin Mevcudiyeti

Uygulanamaz.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

#### Finansman

Uygulanamaz.

#### Yazar Katkıları

BH verileri analiz etmiş ve yorumlamıştır. Tüm yazarlar makalenin son halini okumuş ve onaylamıştır.

### Kaynaklar

- Akhtar, S. ve Samuel, S. (1996). The concept of identity: Andersen, R. E., Barlett, S. J., Morgan, G. D. & Brownell, K. D. (1995). Weight loss, psychological, and nutritional patterns in competitive male body builders. *Int J Eat Disorder* (18), 49-57.
- Anzieu, D., & Chabert, C. (2011). *Projektif yöntemler*. (B. Kolbay, Çev.), İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Cafri, G., Thompson, K., Ricciardelli, L., McCabe, M., Smolak, L. & Yesalis, C. (2005). Pursuit Of The Muscular Ideal: Physical and Psychological Consequences and Putative Risk Factor. *Clinical Psychology Review*, 25, 215-239.
- Coşkun, M. N. (2011). Vücut Geliştirme Sporü ile İlgilenen Erkek Yetişkin Bireylerde Beden Algısının Yeme Davranışı ve Besin Tüketimi İle İlişkisi. (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi /Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme/Beslenme ve Diyetetik Bölümü.
- Hallsworth, L., Wade, T., Tiggeman, M. (2005). Individual Differences in Male Body Image: An Examination of Self Objectification in Recreational Bodybuilders. *Br J Health Psychol*, 10(3),453-65.

- Harmancı S. B., Okray Z. (2021a). Construction Of Masculinity Through Bodybuilding: A Qualitative Study. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 30(1), 83-91.
- Harmancı S. B., Okray Z. (2021b). Body Image, Muscle Dysmorphia and Narcissistic Characteristics of Bodybuilder Males in TRNC. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*. 3(2), 82-90.
- Karaçam, M. Ş. (2015). Vücut Geliştirme Alanında Erkeklik Kimliğinin İnşasında Besin Desteğini Yeri. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi/Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı/Ankara.
- Mosley, F. E. (2009). Bigorexia: Bodybuilding and Muscle Dysmorphia. *Eur Eat Disorders Rev*. 17, 191-98.
- Mishkind, M. E., Rodin, J., Silberstein, L. R., ve Striegel-Moore, R. H. (1986). The Embodiment of Masculinity: Cultural, Psychological, and Behavioral Dimensions. *American Behavioural Scientist*, 29, 545-562.

Mosley, F. E. (2009). Bigorexia: Bodybuilding and Muscle Dysmorphia. *Eur Eat Disorders Rev.* 17, 191-98.

Okroy, Z. (2011). Kısırlık Tanısı Almış Hastaların Projektif Testlerle Değerlendirilmesi. (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü/İstanbul.

Parman, T. (2002). Erkek Olmak yada Üçün Üçü Olmak: Oedipus Öncesi Dönemden Ergenliğin Sonuna Kadar Baba Oğul İlişkisi. *Psikanaliz Yazıları. Bağlam Yayınları.*

Ploeg, G. E, Brooks, A. G., Withers, R. T., Dolman, J., Leaney, F., Chatterton, B. E. (2001).

Body Composition Changes in Female Bodybuilders During Preparation for Competition. *Eur J Clin Nutr.* 55, 268-77.

Pope, G. C., Pope, H. G. Jr, William, M., Fay, C., Olivardia, R. & Phillips, A., K. (2005). Clinical Features of Muscle Dysmorphia Among Males With Body Dysmorphic Disorder. *Body Image*, 2, 395-400.

Santaracchi, E., Déttore, D. (2012). Muscle Dysmorphia In Different Degrees of Bodybuilding Activities: Valifdation of the Italian Version of Muscle Dysmorphia Disorder Inventory and Bodybuilder Image Grid. *Body Image*. 9, 396-403.

Silva, D. A. S., DaSilva, R. C & Gonçalves, E. C. A. (2015). Body Image among Men Who Practice Body Building: Comparison by Age, Economic Status and City Size. *Perceptual & Motor Skills: Perception*, 121(2) 537-547.

Stoviks, R. (2006). The Emancipation of Bodybuilding. *Sports in Society*, 9(3), 463-479.

Tazegül, Ü. & Güven, Ö. (2015). Vücut Geliştirme Sporcuları ile Farklı Spor Dallarındaki Elit Sporcuların Ve Spor Yapmayan Bireylerin Narsisizm Seviyelerinin Karşılaştırılması. *Journal of Academic Social Science Studies*, 33, 465-473.

Tunaboşlu-İkiz, T. (2005). Rorschach Testi'nin Psikanalitik Yorumu- II (2. Baskı). İSTANBUL/Bağlam Yayınları.

Türk, H. B. (2007). Eril Tahakküm Yeniden Düşünmek: Erkeklik Çalışmaları İçin Bir İmkan Olarak Pierre Bourdieu. (Sunulmuş Bildiri). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.