

Ebeveyn Kaybı Ve Kardeş Doğumunun Kendilik Psikolojisi Üzerine Etkisi

Sema Yurduşen
Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Özet

Bu çalışmada psikojenik madde kullanımı ve öfke problemleri olarak yaşanan zorlukların kişinin kendilik psikolojisi açısından ele alınması amaçlanmıştır. Çalışma Kohut'un kendilik-psikolojisi kuramı ve Mitchell'in kardeşlerin self üzerindeki rolü üzerine düşünceleri temelinde bir vaka üzerinden ele alınmıştır. Ayrıca böyle bir vaka ile karşılaşıldığında Kohut'un aktarım kuramı çerçevesinde terapistin rolünün ne olması gerektiği üzerinde durulmuştur.

Anahtar kelimeler: Kayıp, kardeş, kendilik, aktarım.

Ebeveyn Kaybı ve Kardeş Doğumunun Kendilik Psikolojisi Üzerine Etkisi

Sağlıklı kendiliğin temelleri yaşamın oldukça erken dönemlerinde oluşur. Bu sağlıklı gelişimde engellenme ya da takılmalar olduğunda çocuk yaşamının geri kalan kısımlarında türlü zorluklarla karşı karşıya kalır. Psikanalitik yaklaşım, bireyin kendilik gelişimini farklı açılardan ele alır. Klasik Freudyen bakış açısı bunu bilinçdışı oluşun biyolojik/yapısal çerçeve içinde ele alır. Bu teoriye göre, bireyin doğuştan getirdiği libidinal arzuları (id) sosyal yaşamın gerçekleri (süperego) ile karşılaştığında, birey farklı düzeylerde çatışmalar yaşar. Freud, güçlü bir ego ve sağlıklı bir kişiliğe ulaşabilmek için kişinin bu libidinal ve yıkıcı arzuları ile dış dünyanın gerçekleri arasında bir denge bulmasının gerekliliğinden söz eder (Mitchell & Black, 1995/2012).

Freud'un belirttiği, doğuştan getirilen ve hemen doyurulmak istenen içgüdüler, takip eden ego ve obje ilişkileri teorisyenleri tarafından hemen doyurulmak istenen besleyici ilişki olarak değerlendirilmiştir. Diğer bir deyişle, Freud'un *biyolojik* olarak doyurulması gerektiğini düşündüğü içgüdüler sonraki teorisyenler tarafından daha çok *ilişkisel* olarak doyurulabilecek bir şey olarak açıklanır (Mitchell & Black, 1995/2012).

Nesne-ilişkileri teorisyenlerinden biri olan Kernberg, sağlıklı kendilik gelişimini açıklamada yapısal bir model önermiştir (akt. Christopher, Bickhard & Lambeth, 2001). İçselleştirilmiş nesne ilişkilerini açıklamada 'duygusal hafıza' terimini kullanan Kernberg, çocuklukta diğerleri ile ilişkilerimizde üç farklı deneyimden söz eder. Ona göre her nesne ilişkisi, kişinin kişilik gelişimini belirleyen kendilik temsili, diğerinin (nesnenin) temsili ve bunun duygusal değerini içerir. Kernberg, her ilişkinin duygusal bir değeri olduğuna ve bu duygusal hafızaların kişinin kendisi ve diğerleri ile ilgili temsillerini oluşturduğuna inanır. Hayatın başlarında, 6 ay ile 36 aylar arasında, çocuk kendisi ile diğerleri (bakım veren olarak nesne) arasındaki ayrımı fark etme becerisini geliştirmeye başlar. Bu aşamada çocuk önce kendiliğinin ve nesnenin iyi ve kötü yanlarını ayırır, Zamanla bu birbirine zıt parçaları aynı bireyde inşa etmeyi öğrenir ve sağlıklı kendiliğini oluşturur. Eğer çocuk bu entegrasyonu oluşturmada başarısız olursa Kernberg'in belirttiği sınır durum kişilik örgütlenmesi geliştirir. Çocuğun yapacağı entegrasyon, birincil bakım veren nesne ile olan ilişkisinin duygusal değerine bağlıdır.

Diğer çağdaş teoristlerden Heinz Kohut da sağlıklı gelişimi yaşamın erken dönemleriyle ilişkilendirir. Fakat Kohut, sağlıklı gelişimi Freud gibi yaşamın ilk aylarında ebeveynler tarafından doyurulması gereken *libidinal arzulara* ya da Kernberg gibi *içselleştirilmiş nesne ilişkilerine* bağlamaktan çok çocukluk dönemi boyunca bireyin ebeveynine yönelik libidinal yatırımları ile ilişkilendirir (1987a). Kohut'a göre *kendilik* erken çocukluk döneminde önemli diğerleri ile girilen *karşılıklı etkileşim* etrafında şekillenir ve çocuğun nesne sevgisi ve yatırımı ile diğerleri ile güçlü bir şekilde ilişkiye girme ihtiyacı içinde gelişir. Kohut sağlıklı kendilik gelişiminde seven diğerlerinin (kendilik-nesneleri) farkındalığına vurgu yapar. '*Kendilik*, başkaları tarafından da fark edilen *ben* diye tanımlanabilecek bir alandaki tutarlılık ve aynılığın zaman içindeki devamıdır', der Kohut (1987a, p.18). Bu sebeple Kohut, dengeli bir egoya ulaşmak için temel arzuların ya da güdülerden vazgeçmek ya da ben ve nesnenin bölünmüş parçalarını içselleştirme aracılığıyla bütünleştirmek yerine, kendi içinde değerleri ve tutarlılığı olan bir kişi gibi hissedebilmek için bu güdülerin ve diğer ilişkisel ihtiyaçların ebeveynler aracılığı ile doyurulması yani *aynalanması* gerektiğinden söz eder.

Psikanalitik literatür, gelişimsel olarak birincil narsisizmden nesne sevgisine doğru giden bir gelişim çizgisi kabul eder. Önceleri Freud (1914), erken bebeklik döneminde görülen doğal bebeksi kendilik-sevgisini birincil narsisizm olarak tanımlamış ve buradan sağlıklı narsisizme gelişimsel olarak geçişten söz etmiştir. Kohut (1987c) da benzeri şekilde bu olguyu, her bir parça gelişimsel deneyimin (ses çıkarma, yutma, farketme gibi), nesne ilişkileri aracılığıyla, bakım verenlerle ilişkinin empatik kapasitesine bağlı olarak bütün bir kendiliğe ulaşması ile açıklar. Fakat Kohut, bu gelişimsel hattı iki bağımsız yönde ele alır. Ona göre, hem nesne sevgisi hem de narsisizm, birbirinden bağımsız olarak birincil nesne sevgisinden ve birincil narsisizmden kaynağını alır. Kohut ‘birçok nesne ilişkisinin narsistik amaçlarla kullanılacağı gibi birçok narsistik gelişimin de nesne sevgisine hizmet edeceğini’ iler sürer (Kohutb, p.27). Diğer bir deyişle insanlar yaşamları boyunca hem kendilerine hem de diğerlerine aynı anda yatırım yaparlar. Bütün ve uyumlu bir kendilik, her iki gelişimsel çizgide nesne sevgisine aracılık eden empati ile oluşur. Sağlıklı anne-çocuk ilişkisinde olduğu gibi taraflar sadece birbirlerinden farklılıkları için değil aynı zamanda birbirlerinin ihtiyaçlarını tamamladıkları için de sevilirler.

Kohut’un sağlıklı kendiliği narsistik pozisyonundan gerçekliğe destekleyici bir çevrede küçük engellenmeler yoluyla gelişir. Bu aşamalı dönüşümün gerçekleşmesi başarısız olduğunda ve çocuk desteklenmeden ani yükselmeler ve inişler yaşadığında, çocuğun kendiliği parçalanır ve hayata karşı coşku ve hevesinde azalmalar oluşur. Kohut, ‘yaşamın erken dönemlerindeki ilişkilerde oluşan bu şiddetli ve erken yaşanan kritik engellemelerin, sonradan problemlere sebep olduğunu’ söyler (1987d, p.57). Kohut, sorunlu insanı, yaşama karşı keyif, merak ve ilgiden yoksun, ve yetersizlik hisleri ile dolu bir kişi’ olarak görür. Ona göre, sorunlu insan en basit haliyle ‘trajik’ tir (Kohut,1977, p.132-133).

35 yaşındaki K., terapi odasına ilk kez girdiğinde, oldukça dağılmış, depresif, şüpheli ve hareketlerinde yavaşlamış bir haldeydi. Paçaları çamurlu pantolonu ve yırtık spor ayakkabıları ile beraber kıpkırmızı gözlere ve dağınık saçlara sahipti. Kendisi ile ilgili ilk izlenim, ‘kendisini kaybetmiş biri’ ni düşündürüyordu. Depresyonuna eşlik eden neredeyse 15 yıla varan sigara kullanımı, çeşitli psikojenik madde kullanımı vardı. Duyularını ‘mutsuzluk, utangaçlık’ ve ‘başarısız biri olmak’ şeklinde tanımlıyordu. ‘Basit şeyleri de kendimi çok zorlamadan halledeyim istiyorum’ diyordu. Zorluklarının üstesinden gelebilmek için psikiyatrik ilaçlar da (örneğin, Zyprexa, Concerta, Ritalin) denemişti ve bunları da düzensiz ya da aşırı kullanarak kötüye kullanmıştı. Sık sık intihar etmeyi düşünüyordu ve bir seferinde, üç yıl kadar önce yüksek dozda anti-depresan kullanarak intihara kalkışmıştı. Terapi sırasında sık sık ‘nasıl olsa öleceğiz, yaşamının anlamı ne?!!’ gibi sorular soruyordu. Görünen o ki, K. hayat hakkında oldukça umutsuzdu ve canlı, üretken bir yaşam için hiç bir arzusu yoktu. Bu duygularının yanında ‘herkesin sanki bir özelliği varmış, benim yokmuş gibi!’ hislerine ve düşüncelerine sahipti. Sık sık eğer insanlar kendisini daha yakından tanırsa eninde sonunda ‘kendisini sevmeyeceklermiş’ gibi hissediyordu. Arkadaşları kendisine şaka yaptığında oldukça sinirleniyor ve ‘benim mi bir tarafım eksik?!’ diye sorguluyordu. Bir şeyler hakkında eksik olma hissi kendisini çok sinirlendiriyor ve sürekli olarak haklılığını göstermeye çabalıyordu. Fakat, ne düşündüğünü söylemeye başladığı anda kendisini ‘aptalmış’ gibi hissediyordu. Açıkçası K., insanlarla yakınlık arıyor ancak bunu bulamadığında çok öfkeleniyordu. Bu şekilde hissettiği zaman ise bu duygulara dayanması çok zor oluyor; ya kütüphane, yemekhane gibi uygunsuz yerlerde öfke patlamaları yaşıyor ya da bu histen kurtulmak için psikojenik maddelere sarılıyordu. Madde kullandığı zamanki deneyimini ‘algın açılıyor..., mutlu oluyorsun...,bir şeyi çok istemişsin de olmuş gibi..., utanmak kalkıyor..., çok rahat oluyorsun’ şeklinde tanımlıyordu. Sık sık bir şeyle ilgili eksik hissediyor ve ya psikojenik madde kullanıyor ya da muhalif davranarak Kohut’un da (1987c, p. 32) dediği gibi ‘canlı, gerçek ve değerli hissetmeye’ çabalıyordu. Adaletsizlik karşısında ne kadar alçalmış hissederse okadar

daha fazla madde kullanıyor ya da öfkeli çatışmalara giriyordu. Görünen o ki, K., Kohut'un self bütünlüğünü kaybetmiş, 'sorunlu' insanıydı, basitçe 'trajik'ti (1977).

K. babasını 12 yaşında kaybetmişti. Her ne kadar babasını soğuk ve ciddi hatırlasa da onun, şimdi kendisinin de iyi oynadığı, iyi futbol oynamasıyla gururlandığını hatırlıyordu. Babası da şimdi kendisinin yaptığı gibi iyi goller atıyordu. K., babasını kendi varlığının güçlü ve kuvvetli bir uzantısı olarak değerlendiriyordu. Fakat dengeli bir kendilik değeri geliştirebilmesi için babasının kılavuzluğuna ve değerlerine ihtiyaç duyduğu bir dönemde babasının aniden ölümü, kendi varlığının parçalanmasına ve kendisini diğerlerinden yalıtmasına sebep olmuştu. Her ne kadar babasının ölümünden önce parlak bir öğrenci ise de bu kayıptan sonra okuldaki derslerinde ve arkadaşları ile ilişkilerinde zorluklar yaşamaya başlamıştı. Kendisini 'ezik-mağlup (loser)' olarak deneyimliyor ve diğerleri ile yakın ilişki geliştiremiyordu. Seanslarda, sık sık özellikle ergenlik döneminde babasının yokluğunu ve onun kılavuzluğuna ne kadar çaresizce ihtiyaç duymuş olduğunu duygusal bir şekilde ifade ediyordu. Acımasız arkadaşlarının karşısında kimliğinin kaynağı olarak babasının gücüne ihtiyaç duyuyordu. K., bu kaybı acı bir şekilde yaşamakta ve babasının yokluğunu yok sayarak başa çıkmaktaydı. Önce sosyal çevresinden, yani okuldan, gerçek anlamda kaçmaya başlamış sonra dolaylı yollardan psikojenik maddeler kullanarak çevresinden uzaklaşmayı öğrenmişti.

Kohut, (1987c, p.41) 'nesnenin kendiliğinin bir parçası olarak deneyimlendiği gelişim aşamasında kayıp yaşayan insanlar daha sonra sevdikleri birinin yoksunluğundan değil, daha çok, kendi psikolojik donanımlarındaki eksiklikten acı çekerler, hayatları boyunca içlerindeki boşluğu doldurmak için nesnelere ararlar' demektedir. Bir çocuk idealleştirdiği bir ebeveynini, kendi amaç ve değerlerini oluşturmadan kaybettiğinde aynı zamanda bu dışsal figürü kendi değerler sistemine dönüştürmekte de sorun yaşadığında bu amaca hizmet edecek kişilerin peşinden gider. 'Kendi değerlerini ve amaçlarını doğrulayan, onaylayan birine aç gibi görünürler' (p.41). Kohut dengeye ulaşmış bir kendilik-değerinin süper egonun biçimlenmesinden önce oluştuğunu ancak bazen bu oluşumun gizil döneme kadar sürebileceğini, çünkü yeni oluşturulmuş süper egonun bu zamana kadar hala tamamlanmadığını ve kırılma olduğunu söyler. K., babasını gözlerinin önünde travmatik bir biçimde kaybettiğinde 12 yaşındaydı. Süper egonun hala kırılma durumunda olduğu düşünülen K., babasının değerlerini ve onaylarını kademeli olarak içselleştirmeden, onun ani yok oluşuyla yüz yüze kalmıştı. Bu yüzden de bir şekilde zayıf bir kendilik değeri ile baş başa kalmıştı.

Kohut'a göre, K.'nin babası kendi iradesi ve amaçları için değil K.'nin kendilik-değerini yükseltmek ve devam ettirmek için önemliydi. Bu idealleştirmeden sağlıklı idealleştirmeye geçiş, diğer bir deyişle narsistik yatırımdan nesne sevgisine geçiş, yumuşak engellenmeler gerektiriyordu, ani ve bütünüyle bir kayıp değil.

K.'nin deneyiminde, babasının ölümünden sonra, annesi iki çocuğunun sorumlusu olarak bu kaybı telafi edememiş olmalıdır. Anne büyük ihtimalle K.'nin eksik kalan kendiliğine uygun karşılığı verememiş, bu idealize edilen güçlü baba figürünü kendi varlığı ile taşıyıp dönüştürememiştir. Kendisini, babasının gücüne, güvenilirliğine ve desteğine ihtiyacı olan birisi olarak hisseden K. ise, bu ihtiyacını ve yoksunluğunu inkâr etmiş, aradığı gücü ve güvenliği kendisi bulmaya çalışmıştı. Zamanla yetersizlik hisleri ile önce okuldan sonra arkadaşlarından kaçmaya en sonunda ise kendi eksiklik hissinden çeşitli psikojenik maddeler alarak kaçmaya çalışmıştır. Madde kullanımının yanında, kendisini özel, canlı ve bütün bir insan olarak hissedebilmek için birçok çatışma içeren durumlara girişmektedir. Bir seferinde okulun uygulamalarına karşı giriştiği protestoların birinde yaşadığı deneyimi 'üzerimdeki ölü toprağı kalktı' diyerek anlatmıştır.

Kohut'un kendilikle ilgili görüşleri açısından değerlendirildiğinde K.'nin kendilik bütünlüğünü tamamlayamamış bir yapıda olduğu düşünülmektedir. Ancak özellikle ilk çocukluk dönemi yaşantısı incelendiğinde K.'nin ebeveynlerinin gözünde oldukça özel bir konumda olduğu ve özellikle annesi tarafından ihtiyaçlarının hassasiyetle karşılandığı gözlenmektedir. Diğer bir deyişle, ailenin ilk çocuğu olan K., onların yaşamının merkezinde oturmaktaydı. İhtiyaçlarına karşı çok hassas olan ailesi büyük ihtimalle bu ihtiyaçlarını ifade bile etmeden karşılıyorlardı. Örneğin, K., bebekken annesinin onun atletlerini hassas cildini tahriş etmesin diye tersten giydirmiş olduğunu belirtmişti. Görünen o ki, ebeveynlerinin gözünde çok özeldi ve dış dünyanın zorluklarına karşı özenle korunuyordu. Dolayısıyla K.'nin iç dünyası ebeveynlerinin sevgisi ve empatik duruşu ile dış dünyaya açılabilirdi. Öyleyse, neden böylesine sevilen bir çocuğun kendiliği, babasını 12 yaşında kaybettiğinde böyle sarsılmış olabilir? Kohut'un (1987c) dediği gibi 'bir nesne ilişkisinin sadece varlığı ya da yokluğu ilişkinin doğası ve bireyin narsistik durumu hakkında fazla bir şey söylemez'. Kohut, 'narsistik olarak yatırım yapılan bir ilişki kişinin narsistik amaçlarına hizmet ettiği sürece önemlidir' (p. 30) demiştir. Eğer anne çocuğu kanatlarının altında çok uzun süre tutarsa ve birden bırakırsa, o zaman bu durum travmatik olarak yaşanır (1987d, p.49). Bu yüzden babasının kaybindan sonra K.'nin annesi onu bu kaybı ve yası inkâr etmesine sebep olacak kadar kanatları altında tutmuş olmalıydı. K., annesinin elinden geleni yaptığını, her türlü ihtiyacını karşıladığını anlatmasına rağmen, seanslara kadar bu kaybı ile ilgili annesiyle konuşamamıştı. Bu yüzden, annesi, büyük ihtimalle K.'nin ihtiyacı olan dönüşümü sağlamakta yetersiz kalmıştı. K.'nin ihtiyacı annesinin desteği ile yaşına uygun bir şekilde çevresine yavaş yavaş uyum sağlamak ve hayata karşı kendi ideallerini geliştirmesine yardımcı olmaktı. Annesi'nin onun fiziksel ihtiyaçlarını fazlasıyla karşılaması (örneğin büyüdüğü halde hala okula götürmesi) ancak duygusal ihtiyaçlarına karşılık verememesi (yaşadıkları kaybı hiç konuşmamış olmaları) onu oldukça gerilim içine sokmuş olmalıydı. Bu yüzden, annesinin varlığı ile her şeye yeter pozisyondan yeni hedef ve idealler oluşturarak hayatın gerçek taleplerine karşılık veriyor pozisyonuna geçmek, K. için önemli bir problem olmaktadır.

Yukarıda sözü edilen değerlendirmelere rağmen, her ne kadar baba kaybının oluşturduğu travma K.'nin kendiliği üzerinde sarsıcı bir etki yaratmış olsa bile, ben babasının ölümünden çok önce yaşanan başka bir travmanın babasının ölümünün etkisini artırdığını düşünüyorum. Bu travma, kendisi 3 yaşındayken erkek *kardeşinin doğumudur*. K., kardeşinin doğumuyla narsistik kalesinden indirilmiş ve bir daha da asla kalenin kralı olamamıştır. Henüz 3 yaşındayken annesinin gözünde tek kişi olmadığını fark etmek zorunda kalmıştır.

Mitchell (1940/2003, p.36) 'kardeşin varlığının öznenin sadece kendi ölümü şeklinde deneyimlendiğini' belirtir. Kardeş doğumuyla çocuk '*ben ne olacağım peki?*' gibi sorular sorar ve bu kardeş travmasının üstesinden gelemese bu deneyimini varlığına tehdit olarak algılar. Mitchell (1940/2003, p. 93), var olmanın sonlanmasına dair bu birincil korkunun annenin çocuğunu ayrı, eşsiz bir birey olarak kabul etmemesi durumunda oldukça tehdit edici olduğunu ekler. Bu kardeş ilişkisinden başka teorisyenler de söz etmiştir. Örneğin, 'Piggle' isimli kitabında Winnicott (1977), 2,5 yaşındaki bir kız çocuğunun kız kardeşi doğduktan sonra nasıl rahatsızlık yaşadığından söz eder. K. da kardeşi doğana kadar, ebeveynlerinin gözünde eşsiz ve emsalsizdi. Hayatın hakimiydi. Seanslar sırasında K.'nin sözünü ettiği erken dönem hatıralarından biri, kardeşinin doğumuydu. Bu kadar erken yaşında (3 yaş) oluşan bir anıyı hatırlıyor olmasına şaşırırsa da bu anıya ilişkin hiç bir duygu getirememişti. Bu olayı sadece bir *durum* olarak hatırlıyordu. Herhangi bir kıskançlık, sevgi, nefret vs. hiç bir duygu hatırlayamıyordu. Bu uzaklık, bu deneyimin ne kadar travmatik olduğunu düşündürmektedir. Daha sonra K.'nin hissettiği '*onlar (annesini ve erkek kardeşi) her zaman daha yakındılar*' olmuştu. K.'nin hissettiği artık evrenin

merkezi olmadığı hissi onun annesinden uzaklaşmasına ve canlı hissedebilmek için enerjisini babasına yatırım yapmaya kullanmasına sebep olmuş olmalıydı. Babayla yoğun özdeşim kurmuş, onun gücünü ve kuvvetini değerli ve canlı hissedebilmek için almıştı. Ancak, babasını beklenmedik ve çaresiz bir şekilde gözlerinin önünde kaybettiğinde sadece babasını değil kendiliğinin ona atfettiği parçasını (gücü ve kuvveti) da kaybetmişti. K.'nın babasının pozisyonu (K.'yı canlı hissettirmesi) annesinin yerinde ve yeterli desteği ile telafi edilememişti. Bu yüzden K.'nın eksik ya da kayıp kendilik deneyimi yaşamının geri kalanında şimdiye kadar sürmüştü. Mitchell önemli bir yakının kaybının *var olmama* hissini yeniden ürettiğini söyler. Bu yüzden K.'nın öyküsünde de, babasının ölümü kendi gücünü, kuvvetini, vs. kaybetmesine sebep olmuş olsa da daha derinlerde bir yerde kardeşinin doğumuyla yaşadığı kayıp kendilik hislerinin tazelenmesine sebep olmuş olmalıydı.

Bu yüzden Mitchell (1940/2003)'in de belirttiği gibi, babasının ani ölümünü takiben K.'nın ölüm hakkında düşünmesi ya da ölü gibi davranması (yaşamak için hiç bir şey yapmaması) kendiliğinin tamamen yok olduğu hissine yol açmış olabilir. K., yakın aile üyelerinin (anne ve erkek kardeşinin) sağlıkları hakkında oldukça hassastı ve onları tehlikelere karşı sürekli uyararak korumaya çalışmaktaydı. Sık sık anne ve kardeşinin ölümü hakkında düşünüyor ve onları bu kayıptan korumak için görünen bir tehlike olmasa da çok dikkatli olmaları konusunda uyarıyordu. Kendisi, kardeşinin doğumu ve babasının ölümü sonrası kendiliğini kaybetmenin ne demek olduğunu bildiğinden, anne ya da kardeşinin ölümünün kendi yok oluş hissini bir kez daha şiddetlendireceğini hissediyor olmalıydı.

Buna ek olarak, Mitchell (1940/2003), bir çocuğun kendi ölümlülüğü hakkındaki bilgisinin onun kendi çocuğu aracılığı ile yaşama arzusunu vurguladığını da belirtir. K.'nın da adını 'hayal çocuk' koyduğu, kendi çocuğu olmasına ilişkin fantezileri vardı. Bu fanteziye göre, onun kendi çocuğu akıllı, eğitilmiş ama *ne olmak istiyorsa onu olabilmekte özgür bir çocuk* olacaktır. Bu fantezisine karşılık akıllı ve eğitilmiş olan K., annesinin reddi ile karşılaşmamak için hiç bir zaman kendi arzularının peşinden gitmemiştir. Kardeşinin varlığında annesine karşı eşsiz pozisyonunu koruyabilmek için her zaman annesine karşı yaptığı gibi, şimdi derin pişmanlık hisleri duyduğu, diğerlerini memnun etme yoluna gitmiştir. K.'nın kardeşi ise kendi arzusunun peşinden gitmiş, arkadaşları ile oluşturduğu bisiklet grubu ile farklı ülkeleri gezerek yazı yazıp hayattan zevk almaktadır ve K. buna çok özenmektedir.

Mitchell'in teorisi yorumlandığında, K.'nın uyumlu olma ve karşıt durma davranışlarının, annesinin onayını kaybetmemek için hiç bir zaman gösteremediği öfkesini, yani aslında kendisi ve kardeşi arasında yaşanan rekabeti de temsil ettiği düşünülmektedir. K. kardeşini annesinin onun kişiliğine üstü kapalı bir biçimde inşa ettiği şekilde sevmeye çalışmıştır. Bu yüzden hiç bir zaman kardeşinin annesinin gözündeki özel konumunu kıskandığını gösterememiştir. Aksine her zaman eşitlikten yana olduğunu ifade etmektedir. Üstü örtük bir biçimde erkek kardeşinin kendi arzusunun peşinden gidişini, örn. kendi istediği için edebi yazılar yazmasını kıskanmış, ancak başaramaması ihtimali sonucu annesinin olası ilgisini kaybetmemek için kardeşi ile bu ya da başka bir konuda rekabete bile girmemiştir. K.'nın yöntemi annesinin beklentilerine uyum gösterme ancak kendine yabancılaşma şeklinde olmuştur. Kısacası babasının kaybının ardından annesinin iki çocuğunu ayrı bireyler olarak idare edememesi, aksine annenin K.'nın küçük kardeşi ile yaklaşması (geceleri kardeşinin yanında uyuması, K.'nın ise saatlerce yalnız uyuyamamasında olduğu gibi) onun *'bende bir eksik mi var'* hislerini güçlendirmektedir. K., 'psikolojik yapılanmasında, dışsal bir kaynakla doyurulabilecek, bazı eksiklikler' hissetmekteydi (Kohut, 1987, p.103). Annesi onun kendilik bütünlüğündeki boşluğu empatik varlığı ile tamamlamakta başarısız olmuştur.

Özetle K.'nın, kendilik değeri ile ilgili yaşadığı tatmin edici olmayan hisleri onun ya çeşitli maddeler kullanmasına ya da sosyal çevresinde uygunsuz çatışmalara girişmesine neden olmaktadır. Arkadaşlarına ya da hocalarına karşı çok öfkeli ve düşmanca hisler içine giriyor, adaletsizliğe (annesiyile ilişkisinde deneyimlediği ama ifade etmekten çekindiği adaletsizlik hissinde olduğu gibi) tahammül edemiyordu. Ayrıca, karşıtlık hislerini terapide de benim sözlerim ya da tutumlarımla reddedildiğini, anlaşılmadığını hissettiğinde sergiliyordu.

Terapi üzerine etkiler

K.'nın psikojenik maddeler kullanması ya da öfke patlamaları onun narsistik yaralanması ya da kendilik bütünlüğünün kaybı ile ilgili anlaşılabilir. K. psikojenik madde kullanmadığında dayanamadığı bir *sıradan* olma hissi yaşadığını belirtiyordu.

Çalışmalarında kardeşler ya da akranlar aracılığıyla yaşanan kendilik kaybına odaklanan Mitchell (1940/2003), çocuğun eşsizliğini kaybettiğini kabul etmeksizin kardeşlere ya da akranlara öfke hissedileceğini ifade eder. Edward (2011) da kıskançlığın, hasetin ve yarışmanın gelişimsel olarak gerekli ve adaptif olduğunu belirtir. Bu nefreti sevgiye dönüştürmek için çocuk diğerleriyle bir sıralama içinde olduğunu, kardeşlerinden bir 'diğeri' olarak ayrı olduğunu ama aynı zamanda diğerleri gibi sıradan olduğunu anlamalıdır. Mitchell bu sıralamayı annenin yasası olarak tanımlar. Sonuçta 'ben de herkes gibiyim ve herkes de benim gibi'. Mitchell sağlıklı bir kendiliğe ulaşabilmek için kişinin önce 'kendi eşsizliğinin kaybının yasını tutmasının sonra da sıradan olmanın hafifliğini keşfetmesinin' gerektiğini belirtir. Bu süreçle kişi sağlıklı gelişim için çok önemli olan kendisini başkalarının gözünden görmeyi başaracaktır. Kohut, bunu *annenin gözündeki parıltı* olarak tanımlar (1987b, p.38). Diğer bir deyişle, annenin sadece anlayışının kendisini bir kişi yaptığını belirtir.

Fakat, asıl kritik olan, bu yasın tutulmasından önce annenin küçük engellenmeler sırasında çocuğun yanında olup onu desteklemesi ve çocuğun benliğini onarmasıdır. Anne çocuğun benliğine yönelik merak duygusu içinde olmalı ve ona uygun yerlerde geri bildirim vermelidir. Daha da ötesi, çocuk kendi benliğini inşa edene kadar ortaya çıkan benliğinden memnun olmalıdır. Mitchell (1940/2003, p.70) bunu *annenin birincil kabulü*, Kohut (1987d, p.64) ise *aynalama* deneyimi olarak açıklar.

K.'nın deneyiminde anne bunu özellikle ikinci çocuğun doğumunda ve eşini kaybettiğinde yapamamıştır. Anne K.'yı kendi uzantısı olarak kabul etmiş, onun narsistik dengesini kurabilmesi için gereken duygusal desteği sağlayamamıştır. Hayatına şimdi yaptığı gibi fazlaca müdahil olmuş ancak hislerine karşı empatik ve anlayışlı olamamıştır. Hershberg (2011) bunu annenin aklında kendini bulmakta başarısızlık, dolayısıyla boş ve alakasız hissetmek olarak açıklar. K. kendi arzuları için değil ama annesinin onay ve dikkatini alabilmek için mühendislik okumuştur ve şimdi de bu alanda yüksek lisans yapmaktadır. '*Profesör olsam, kendim için yapmıyor olacağım*' demektedir. Bununla tutarlı olarak, annesi K.'nın evine zaman zaman temizlik için gelmekte, kendisini daha sık aramasını istemektedir. Bu yüzden, K., bir kendiliği olduğunu hissedebilmek ya da bunu bulabilmek için onun beklentilerini karşılamakta, annesini arayamadığında ya da evi çok kirli olduğunda 'kötü, yetersiz, vb. biri' gibi hissetmektedir. K., bu tutumu hayatındaki bu ilk ilişkisinden diğer ilişkilerine de genellemekte, kendisinden bekleneni yaptığı ama karşılığında övgüyü göremediği zamanlar, bir çeşit *kendini* gösterme yöntemi olarak çok sinirlenmektedir. K., terapi sırasında yavaş yavaş sürekli diğerlerinin beklentilerini karşıladığını, kendi arzularından uzaklaştığını ve kendiliği ile ilgili tatmin olmadığı zaman ya diğerleri ile kavga ettiğini ya da psikojenik madde kullanarak onlardan uzaklaştığını fark etmiştir. K.'nın ilk ihtiyacı olan *annesinin*

ortaya çıkan kendiliğine yönelik birincil kabulüdür.

Terapötik Müdahaleler

Babasını, onun değerlerini içselleştiremeden ona hala ihtiyacı olan dönemde kaybettiği ve annesi de bu eksikliği uygun şekilde telafi edemediği için, K. bu boşluğu doldurma yolu olarak psikojenik maddeleri kullanma yoluna gitmiştir. Bu aşamada terapistin rolü onun narsistik yatırımının yarım kaldığı noktadan devamını sağlayabilmek için kendilik-nesnesi olabilmek olmuştur.

Kohut (1987e) anne-çocuk ilişkisinde çocuğun bütünlüklü bir kendiliğe sahip olması için ebeveynin kendilik-nesnesi oluşunda olduğu gibi terapistin de seanslardaki kendilik-nesnesi aktarımlarından söz eder. Bunun için, terapistin empatik kapasitesi önemli rol oynar. Empati hem psikanalitik sorgulama hem de terapötik karşılık verebilme rolü oynar (Kohut, 1981). Kohut (1981), 'iyi bir analistin, çocukluk çağı deneyimlerini seans sırasında oluşan aktarım dinamikleri çerçevesinde, duyguların yoğunluğunun ve çocukluk çağı arzularının ve ihtiyaçlarının ifadesini engelleyen ikincil çatışmaların anlaşılabilirdiği sıcak bir tutum içerisinde yeniden inşa ettiğini' söyler.

Kohut, üç çeşit kendilik-nesnesi aktarımından söz eder. Kaynaşma aktarımı (*idealization-merger transference*), ikizlilik ya da diğer-ben aktarımı (*twinsip or alter-ego transference*) ve ayna aktarımı (*mirror transference*). *Kaynaşma aktarımında* diğer kişi (terapist-anne) kişinin (hasta-bebek) uzantısı olarak değerlendirilir. Bu deneyim Freud'un birincil narsisizm dönemine karşılık gelir. Terapist hastanın kendi aklında ne olduğunu bilen biri gibi algılanır. Hastanın terapistini bu şekilde deneyimleyebilmesi için, terapist kendisini hastanın yerine koyabilmeli, hastanın anlattıklarının hastanın gözünden ne anlama geldiğini anlamalıdır. Geist (2008) bunu önemli diğerine yönelik güvenme hissi olarak açıklar. K. da babasını kaybettiğinde hissettiği, annesinden babasına transfer ettiği kılavuz ya da yol gösterici ihtiyacını seanslarda tekrar tekrar dile getirmiştir. Terapi seanslarına kadar, bilgilendirme düzeyi dışında, K., babasını kaybetmekle canının ne kadar yandığını, kimseyle paylaşmamış, hiçbir zaman yas tutmamıştır. Terapide 'ikame anne' olarak terapist, öncelikle K.'nin yas sürecinde duygusal olarak ulaşılabilir ve destekleyici olmaya çalışmıştır. Neredeyse bir yıla varan bir sürede, K. duygularını tekrar tekrar paylaşabileceği bir ortam bulabilmiştir. Onun bu deneyimine ilgi gösterip detaylıca dinleyerek, acısına rağmen, kendisini ezik ve eksik hissetmesine rağmen, yaşadıklarının onun için ne anlama geldiğini anlamaya çalışmış, hem 'birincil annelik kabulü' göstermiş hem de idealize kendilik-nesnesi tutumu sergilemiştir. Bu tutum, K.'nin çocukluk çağına yaşadığı engellenmeler sırasında ihtiyacı olan soğukkanlı, ona güç ve sakinlik sağlayan tutumla kaynaşmasına yardımcı olan idealize ebeveyn tutumunun bir örneğidir. 'Analist hastaya, çocukluğunda takıldığı narsistik gelişim dönemine yeniden dönmesini sağlayabilecek pozitif bir idealize kendilik-nesnesi olmuştur'(Cataldo, 2007). Geist (2008) idealleştiren aktarımı büyümeyi-geliştirici olarak değerlendirmektedir. Kişinin önce idealleştirdiği nesne ile kaynaşması zamanla terapist ile ilişkisinde yaşayacağı optimal engellenmelerle, bu nesne tarafından sergilenen psikolojik fonksiyonları kendisinin yeniden oluşturması' beklenir (Siegel, 1996, p.71; akt. Geist, 2008). Örneğin, K.'nin yaşadığı zorlantılı yaşantılarında (sadece giyiminden ötürü polis tarafından haksız yere sorgulandığında olduğu gibi) hissettiği öfke sırasında terapist soğukkanlılığını korumuş ve bu durumun yarattığı öfkeyi empatik bir şekilde dinleyerek, suçlayıcı olmadan duygusunu paylaşmasına yardımcı olmaya çalışmıştır. Bununla beraber, polisin dikkatini çeken sıra dışı giyim ve davranışlarının analizi ile oluşturduğu optimal engellenme ile K.'nin ulaşmayı arzuladığı tümgüçlü-idealize edilmiş figürün gerçekçi zemine çekilmesine yardımcı olmaya çalışmıştır. Önceleri terapistte kendini açmakta zorluk çeken ve anlaşılmadığı anlarda ona hiddetlenen K.,

zamanla terapistini idealize kendilik nesnesi olarak görmeye başlamış ve onun fikirlerine ve yorumlarına, psikolojik açıklamalarına ilgi göstermeye başlamıştır.

Diğer-ben ya da ikizlilik deneyiminde ise, terapist kişinin kendisi gibi hissedilir. Kişi üzgün olduğu zaman, güçlü ve desteklenmiş hissetmek için kendisi gibi kişilere ihtiyaç duyar. Togashi (2009) bunu, terapistin kendi durumunu hastada bulması olarak açıklamaktadır. Togashi, 'farklı bir kişi ile ikizlilik hissini oluşturabilmek için öncelikli olan konunun, benim onu (terapisti-anneyi) kendimmiş gibi algılamamdan ziyade o kişinin (terapistin-annenin) kendisini bende bulmasıdır' demektedir. Seanslarda, terapist olarak ben de sıkça K.'nın yaşadığı deneyimleri ve duyguları yaşadığımı fark ettim. Onun gibi ben de çoğu zaman insanlardan yalıtılmış, kendi yeteneklerim hakkında güvensiz ve diğerleri tarafından fark edilmek için başkalarını memnun ederek kendi arzularımdan uzaklaşmış durumdaydım. Bende doğallıkla oluşan onun duygularını anladığım hissi Kohut'un sözünü ettiği ikizlilik aktarımının oluşmasına neden olmuş ve ona kendisinin anlaşıldığı hissini uyandırmış olmalıdır. Bu tutum K.'nın duygu ve davranışlarının normal ve insani olabileceğini ve bunlar için kendisini yoğun şekilde eleştirmesini engelleyici olduğunu düşündürmektedir. K. sık sık 'burada söyleyemediğim şeyler için keşke şunu da söyleseydim, diye düşünüyorum' demiştir. K. seanslarda anlaşıldığını düşünmektedir.

Ayna aktarımında ise 'diğerlerine kendini- doğrulamak ve kendini-onaylamak açısından ihtiyaç hissedilir (p.64). Bu doğrulama, yine kişiye etkili ve önemli bir insan olduğu hissini verir. Bu his de kişiyi parçalanıp, dağılmaktan kurtarır. 'Ayna aktarımında, terapistin görevi övmek, söylenenleri geri yansıtmak ve hastanın büyülenmeci kendiliğinin onaylayıcısı olmaktır. Terapi sırasında ortaya çıkan K.'nin öfkesi, güvensizliği ve yalıtılmışlığının onun babasının kaybından sonra içine kapanmasının sonucu olarak geliştiği, bu kaybın üstesinden gelemeyişinin ise onun ilişkilerinde saldırgan bir tutum takınmasına yani büyülenmeci kendiliğine aşırı yatırım yapmasına neden olduğu gözlenmiştir. K.'nin baba kaybı sonrası, annesi tarafından aynalanma-değerli hissettirilme ihtiyacı uygun ve yeterli düzeyde karşılanamamıştır. Annesi duygusal olarak bu ihtiyaçlarına karşılık verecek durumda olmadığı ve hatta 'beceriksiz', 'pimpirikli' gibi terimler kullanarak eleştirel davrandığı için K. bu eksikliği güvensizlik olarak deneyimlemiş olmalıdır. Terapi sırasında, terapist K.'nın özellikle otorite figürlerine karşı düşmanca ya da saldırgan tutumlarına yönelik empatik durmaya çalışmıştır. Terapi sırasında, ben de onun örneğin çatışmalara girmekteki cesaretini ilgi ve dikkatle dinleyip bazen de onu yumuşakça gerçeklerle yüzleştirmeye çalıştım. Örneğin, 'cesaretini takdir ediyorum ancak adının bir suça karışmasından endişe ediyorum,...' gibi. Yapılan aynalama zamanla gerçek başarılarla odaklandığında, hastanın büyülenmeci kendiliği istekli, gerçekçi, arzulu ve bütün bir kendilik idealine dönüşür (Kohut, 1971, akt. Lee & Martin). Bu yüzleştirmeler yanında K.'nin hayatındaki problemleri ele almaya başlaması, örneğin arabasını satmayı başarması, edebi yazım kursuna katılması, kız arkadaşı ile problemlerini konuşma çabası gibi gerçek başarıların takdirinin onun aynalanma ihtiyacının sağlıklı yollarla karşılanmasını sağladığı düşünülmektedir.

Her ne kadar bu kendilik-nesnesi aktarım deneyimlerinin sırası genellikle kaynaşma (idealizasyon) ile başlayıp, ikizliliğe doğru ve oradan da aynalamaya doğru gitse de bu deneyimler kendilerini aynı anda da gösterebilirler.

Özetle, yapılan 40 görüşmede terapi ortamı, K.'nin hem kardeşinin doğumu hem de babasının ölümü ile kaybettiği kendiliğinin yasını tutmasına ve tekrar canlanacak bir yol bulmasına izin verecek şekilde oluşturulmuştur. Daha önce de, söylendiği gibi, terapistin yaklaşımı, yaşadığı yıkıcı deneyimi ve sonrasında gelişen zorlantılı yaşantıları daha kolay anlatabileceği düzeye gelene kadar tekrar tekrar ilgili, sakin ve dikkatli bir şekilde dinlemek olmuştur. Süreç içinde, K. kardeşinin kendisini öfkeleniren olumsuz tutumlarından ilk defa şikâyet etmeye başlamıştır. Daha öncesinden böyle bir duygusunun olduğunun bile farkında değildir. Dolayısıyla bu öfkeyi yaşamadan ve onu sevgiye dönüştürmeden, kendisini ayrı ve eşsiz

bir birey olarak deneyimlemesi mümkün olmamıştır. Mitchell'in dediği gibi, kişi önce eşsiz kendiliğinin kaybının yasını destekleyici bir anneyle tutmalı, sonra da sıradan olmanın güzelliğini keşfetmelidir.

Uygulanan empatik yaklaşımla K., gittikçe kendi arzularını bulmaya başlamış ve okulunu kendisi için bitirmeye karar vermiştir. Benzeri şekilde, 3 yıldır birlikte olduğu, aşk ya da tutku olmadan ve daha çok istemeden dileklerini yerine getirdiği kız arkadaşı ile ilişkilerini ele almaya başlamıştır. K., gittikçe sosyalleşmiş, okulda daha önceden tanıyıp konuşmadığı kişilerle görüşmekten zevk almaya başladığını belirtmiştir. Yapılan son görüşmede ise, kendisini riske atarak katıldığı çatışmaların anlamsız gelmeye başladığından söz etmiş ve bu davranışları sergilemekten vaz geçtiğini belirtmiştir.

Görünen o ki K., beni yeni kendilik-nesnesi olarak değerlendirebilmiş, bu yolla kendilik değerini yükseltmeyi başarabilmiş, psikojenik madde kullanma isteği ya da çatışma içeren durumlara girme isteği azalmış ve yaşama karşı olumlu arzu ve ilgi geliştirmeye başlayabilmiştir.

Kaynaklar

- Cataldo, L.M. (2007). Religious Experience and the Transformation of Narcissism: Kohutian Theory and the Life of St. Francis of Assisi. *Journal of Religion and Health*, 46, 527-540.
- Christopher, J.C., Bickhard, M.H., Lambeth, G.S. (2001). Otto Kernberg's Object Relations Theory, A Metapsychological Critique. *Theory & Psychology*, 11 (5), 687-711.
- Edward, J. (2013). Sibling Discord: A Force for Growth and Conflict. *Clinical Social Work Journal*, 41,77–83.
- Freud, S. (1914). On Narcissism. *Standart Edition*, 14: 69-102. London: Hogarth Press, 1957.
- Geist, R. (2008). Mini-Analyses and Idealizing Transferences: Autobiographical Reflections on the Development of a Therapeutic Model. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 3, 320–331.
- Hershberg, S.G. (2011). Narcissus Revisited: A Link Between Mirroring and Twinship Selfobject Experiences—A Discussion of Nancy VanDerHeide's, "A Dynamic Systems View of the Transformational Process of Mirroring". *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 6, 58–66.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. International Universities Press, New York.
- Kohut, H. (1981). On empathy. In: *The Search for the Self: Selected Writings of Heinz Kohut: 1978–1981*, Vol. 4, ed. P. H. Ornstein. Madison, CT: International Universities Press, pp. 525–535.
- Kohut, H. (1987a). The Separate Developmental Lines of Narcissism and Object Love. In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.18-30)*. USK.
- Kohut, H. (1987b). Early Stages in the Formation of Self-Esteem. In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.31-46)*. USK.
- Kohut, H. (1987c). Emphatic Environment and the Grandiose Self. (In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.47-60)*. USK.
- Kohut, H. (1987d). Building Psychic Structure That Regulates Self-Esteem. In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.61-76)*. USK.
- Kohut, H. (1987e). The Admiring Selfobject and the Idealized Selfobject. In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.77-94)*. USK.
- Kohut, H. (1987f). The Acquisition of Internalized Values, Ideals, and Goals. In M. Elson. (Ed.), *The Kohut Seminars: on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adults (pp.95-109)*. USK.
- Lee, R.R., Martin, J.C. (1991). *Psychotherapy After Kohut, A Textbook of Self Psychology*. New York: Hillsdale.
- Mitchell, J. (2011). Kardeşler: Cinsellik ve Şiddet (P. Padar, Çev. & B.C. Yılmazyigit). İstanbul: Bilgi Üniv. (Original work published 1940).
- Mitchell, S.K., Black, M.K. (2012). *Freud ve Sonrası, Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi* (K. Eğrilmez, Çev.). İstanbul: Bilgi Üniv. (Original work published 1995).
- Philips, T. (2011). Mirroring and What Happens Next. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 6, 50–57.
- Winnicott, D.W. (1977). *The Piggie*. London: The Hogarth Press.
- Togashi, K. (2009). A New Dimension of Twinship Selfobject Experience and Transference. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 4, 21–39.

Summary

The Impact of Loss of a Parent and Having a Sibling on Self Psychology

Psychotherapeutic approaches have different perspectives on the difficulties of the development of the individual's self-esteem. Kohut believed that in order to establish a healthy sense of self, people need to experience idealized, grandiose and twinship experiences in the early years of life. For this, the child's idealization, grandiose and twinship self-object needs must be met by his caregivers or environment. It is the massive or premature interruption (such as loss) with his self-object relationship in the early stages of his life that makes the person problematic later. Moreover, Mitchell focuses on the loss of the self-worth through siblings or peers in childhood. She thinks that without the acceptance of the loss of uniqueness the child feels hatred toward its sibling or peers. In order to transform that hate into love the child should understand that he is in sequence with others. In other words, he should understand that he is different from his siblings as being 'other' as well as he is ordinary as others. Mitchell names this sequencing as *mother's law*.

In this article, the difficulties experienced as psychogenic substance abuse and anger problems were addressed in terms of self-psychology. This work was evaluated through Kohut's view on self-psychology and Mitchell's view on siblings' role on self via a case example. Moreover, when considering a case like this, the role of the therapist was emphasized in relation to Kohut's thoughts on transference relationship.

Keywords: Loss, Sibling, Self, Transference.