

# **MASTERSON YAKLAŞIMINA GENEL BAKIŞ**



Tahir ÖZAKKAŞ M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 100

*Masterson Yaklaşımına Genel Bakış*

Tahir Özakkaş, MD, PhD

ISBN: 978-605-4817-02-3

Copyright© Psikoterapi Enstitüsü

Bu yazı, yazarın Masterson Günleri III etkinliğinde yaptığı sunumdan uyarlanmıştır. Tüm hakları saklıdır. Yayıncının izni olmaksızın tümüyle veya kısmen yayımlanamaz, kısmen de olsa çoğaltılamaz ve elektronik ortamlarda yayımlanamaz.

Birinci baskı: Haziran 2012

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma hazırlayan: Sevgi Çorabatur & Menekşe Arık

Baskı: İklim Ofset

Nişanca Mah. Arpacı Hayrettin Sok. No:21 Eyüp/İstanbul

Tel: 0212 577 77 45

www.iklimmatbaa.com

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK  
ORGANİZASYON VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Caddesi No285

Darica-İZMİR

Tel : 0262 653 6699 Fax : 0262 653 5345

Merkez: Bağdat Caddesi No: 540/8 Bostancı-İSTANBUL /

TÜRKİYE

Tel : 0216 464 3119 Fax : 0216 464 3102

www.psikoterapi.com - www.psikoterapi.org - www.hipnoz.com

## İÇİNDEKİLER

GİRİŞ .....	1
BAĞLANMA, NÖROBİYOLOJİK ARAŞTIRMA VE KENDİLİK BOZUKLUĞU .....	10
KENDİLİK .....	35
GERÇEK KENDİLİK.....	41
MASTERSON YAKLAŞIMINDA BORDERLINE KENDİLİK BOZUKLUĞU .....	51
MASTERSON YAKLAŞIMINDA NARSİSİSTİK KENDİLİK BOZUKLUĞU .....	61
MASTERSON YAKLAŞIMINDA ŞİZOİD KENDİLİK BOZUKLUĞU .....	73







## GİRİŞ

**T**erk Depresyonu kuramını oluşturan James F. Masterson, insanın ruhsal yapısının üç ana ögeden oluştuğunu belirtmiştir. Bunlar sırasıyla **genetik**, **çevre** ve **kader**dir. İnsanoğlu genetik materyali ile dünyaya gelmekte bu genetik materyal çevre dediğimiz anne ve bakıcıların etkisi altında şekillenmekte, hayat boyunca kontrol edemediği birtakım dışsal faktörlerin etkisi altında olumsuz veya olumlu uyarılara veya uyarılara muhatap kalmaktadır. İşte Masterson'un görüşüne göre bazı insanlar doğuştan genetik olumlu veya olumsuz materyalle doğmaktadır. Olumlu materyali olanlar hayata şanslı başlarken çevre ve kaderin onlara sürprizler hazırlaması sonucu bu genetik materyali olumlu olarak kullanamamakta, çeşitli kendilik bozuklukları geliştirebilmektedir. Bunun yanında olumsuz genetik materyalle donatılmış olarak dünyaya gelmiş olan bireyler çevre ve kaderin kendisine sağladığı güzel fırsatları değerlendirerek sağlıklı kendilik yapıları geliştirebilmiştir. Dolayısıyla insanın ruhsal yapısının ve kendilik gelişiminin bu üç bileşenin karşılıklı ortak etkileşimi ile ortaya çıktığı açık ve net olarak gözükmektedir.

**Genetik.** Genetik çalışmalar son yıllarda çok artmıştır. Bu çalışmalara bir örnek olarak; Yeni Zelanda'da yapılan bir çalışmada özellikle X kromozomu üzerinde monoaminooksidaz A maddesinin miktarıyla ilgili olarak düşük gen aktivitesi ve dolayısıyla düşük miktarda monoaminooksidaz A geliştiren bireylerle, yüksek gen aktivitesi ve buna bağlı olarak yüksek miktarda monoaminooksidaz geliştiren bireyler arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Monoaminooksidaz A aktivasyonu düşük genlere sahip olan ve bu genetik materyalle doğmuş olan çocuklar takip edildiğinde ergenlik döneminde sürekli kavga etme, kabadayılık etme, hırsızlık, işkence yapma ve barbarlık konusunda daha yüksek kapasiteye sahipken, yüksek monoaminooksidaz A aktivitesine sahip olan bireylerde bu oranların düşük olduğu görülmüştür. Bu da göstermektedir ki; doğuştan X kromozomu üzerinde bulunan seratonin ve dopamin içeren nörotransmitterlerin bozulmasını ve kataliz etmesini sağlayan, ayrıca biyokimyasal atıkları düzenleyen bu enzimin yani monoaminooksidaz A'nın düşük seviyede üretilmiş olması duygulanımların kontrolünü zorlaştırmakta, düzenleme (regülasyon) sistemlerini bozmaktadır. Dolayısıyla hem kendilik bozukluklarının temelini oluşturan davranış bozuklukları hem de kişilik bozukluklarının geliştirilmesine neden olabilmektedir. Fakat bu yapının; kendilik bozukluklarının veya kişilik bozukluklarının ortaya çıkabilmesi için çevre diye isimlendirilen; bakıcılık fonksiyonlarını üstlenen anne veya anne yerine geçen kişilerin olumsuz etkilerinin olması, çocuğun bu duygulanım düzenlemesinin doğuştan gelen bozukluk kapasitesini tamamlayıcı etki göstermemeleri, buna bağlı olarak da bu bozukluğun kalıcı hale dönüşmesine aracılık etmesi gerekmektedir. Öyle görünüyor ki genetik yükü yüklenmiş bir şekilde bu dünyaya gelen bireyler şanslı genetik materyalle geldiklerinde kendilik kapasitelerini geliştirmeleri, sağlıklı ruhsal sisteme sahip olmaları çevreye-

le beraber olumlu etkileşimle mümkün olurken bu kapasitesi bozuk olanlar şanssız bir şekilde hayata adım atmaktadırlar. Fakat bundan şu anlaşılmalıdır: Genlerimiz bozuk o halde biz kendilik bozukluğuna sahibiz. Kesinlikle böyle bir indirgemeci bir tavırla yaklaşılmalıdır.

Genlerimiz tıp fakültelerinde öğrendiğimiz gibi -özellikle beynin yapılanması- değişmeyen, doğuştan gelen ve standart şeyler değildir. Beynimiz genetik materyalle yüklü bir şekilde gelişirken ve belirlenirken çevreyle olan etkileşimiyle dinamik bir şekilde yeni nöronal bağlantılar kurmakta, yeni nöronal gelişimleri oluşturmaktadır. Dolayısıyla gen=kendilik ve kişilik yapısı demek değildir. Ama ana belirleyici etkilerden sadece bir tanesidir. İşte bu şekilde olumlu gen materyali ile yüklü -sadece bir tanesinin tespitiyle- monoaminooksidaz A aktivitesi yüksek olan bireyler duygulanım düzenlemesi daha kolay çözülebilmekte, sistemleri daha rahat kontrol edebilmektedir. Bu çocukların sağlıklı çevrede yetiştirilmesi durumunda bu kapasiteleri az olan bireylere göre çok daha uyumlu kendilik kapasitesi geliştirdikleri gözlenmiştir.

Masterson'un açıklamasına göre 1972'de Yeni Zelanda'da 442 beyaz erkeğin üzerinde yapılan çalışmalarda düşük aktiviteli monoaminooksidaz A olan ihmal veya istismar edilmiş 55 erkek çocuğun ergenlik döneminde çok ciddi bozukluklar geliştirdikleri ve yüksek aktiviteli monoaminooksidaz A olan bireylere göre yetişkinlik döneminde bir suçtan dolayı iki kat fazla hükümlü oldukları tespit edilmiştir.

**Çevre.** Masterson'un da belirttiği gibi insanın kendilik gelişiminin ikinci ayağında çevre vardır. Çevre ruhsal yapımızın gelişimsel döneminde bizi belirleyen bizim kendilik yapımızın oluşmasında ana etken olan anne veya bakıcıdır. Çocuk ve anne ara-

sındaki ilişki üzerinde yapılan çalışmalar çevrenin insan ruhuna etkilerini incelemiş, araştırmış ve bize çeşitli sonuçlar bildirmiştir.

Anne veya bakıcı bebeği nasıl etkilemektedir? Bilindiği gibi bebek çeşitli potansiyellerle dünyaya gelmişse de bu potansiyelleri yalnız başına hayata taşıyıp kendiliğini oluşturabilecek imkâna ve donanımına sahip değildir. İçindeki potansiyelleri hayata taşıyabilmesi ancak bu potansiyelleri karşılıklı 'yansıtımlı özdeşim' sistemleriyle regüle edecek bir bakıcıya ihtiyaç duymaktadır. İşte bu bakıcı veya anne, bebeğin bu ihtiyaçlarına senkron bir şekilde, eşduyumsal bir şekilde tepki verir de bebeğin bu gelişimlerine kucak açarsa, bebeğin bu gelişmelerini aynalarsa, bebeğin bu gelişmelerine uygun zamanda, uygun miktarda eko verirse sağlıklı bir gelişimden bahsetmek mümkündür.

## MAHLER

Peki, bebeğin gelişmesiyle ilgili yapılan çalışmalar nelerdir? Bebeklerle ilgili yapılan ciddi çalışmalar Mahler'le başlamıştır. Mahler, Stern, Bowlby, Ainsworth gibi çalışmacılar bebeğin hem gelişimsel psikolojisi açısından gelişimini hem de bağlanması açısından ötekiyle nasıl bağlandığını araştıran çalışmacılardır. Mahler yaptığı çalışmalarda çocuklar üzerinde gözlemler yapmıştır. Bu gözlemler sonucunda çocukların dört evreden geçtiğini tespit etmiştir. Bu evreleri:

0 - 2 ay arasını Otistik Evre,

3 ile 18 aylık süreyi Sembiyotik Evre,

18 - 36'ncı ayı Ayrılma - Bireyleşme Evresi, ondan sonraki süreci de Tam Kendiliğin Gelişim Evresi olarak tanımlamıştır. 18 - 36'ncü aylar arasında, ayrılma - bireyleşme süreçlerini de kendi

altında dört ayrı evreye ayırmıştır ki bunlar: farklılaşma, alıştırma nesne sürekliliği ve nesnenin gelişmesi evreleridir.

### **STERN**

Stern, Mahler'in bu çalışmalarını daha objektif kanıtlara dayanarak yaptığı çalışmalarla sürdürmüş, Mahler'in otistik sembiyotik evrelerini gözlemlemediğini, Mahler'in çalışmalarında eksikliğin bu yönde olduğunu ifade ederken bebeğin dört evreden oluşan gelişiminden bahsetmiştir.

0-2 aylık evreyi Görünen Kendilik,

2 ile 6 aylık dönemi Çekirdek Kendilik,

7 ile 9 ay arası dönemi Özneler Arası Kendilik,

15 ile 18. ayları Sözlü Kendilik olarak tanımladığı dört evreye ayırmıştır. Stern çocuğun doğumdan itibaren anneden ayrı olduğunu idrak ettiğini vurgulamış ancak her zaman için duygusal ayrılma konusunda o kadar net olmadığını belirtmiştir. Ayrıca annenin de çocuğu nasıl gördüğünün ve çocuk hakkında nasıl düşündüğünün de çocuğun gelişimi açısından önemli olduğunu ileri sürmüştür. Bu bağlamda hem Mahler hem Stern çocuğun gelişiminde annenin rolü üzerinde doğrudan etkilerini ifade etmişlerdir.

### **BOWLBY**

Bağlanma araştırmaları açısından bakıldığında Bowlby'nin çalışmaları çığır açıcı niteliktedir. Bowlby; doğumdan itibaren çocuğun anneye hiçbir şekilde bağlılığının olmadığını, bu bağlılık sürecinin çocuğun gelişiminin ilk 10 aylık evresinde ortaya çıktığını ve yavaş yavaş geliştiğini belirtmiştir. Bowlby'nin gözlemleri ve çalışmaları ilk etapta hastaneye yatırılan veya yuvaya giden çocukların üzerindeki ayrılma tepkilerinin nasıl olduğunu ince-

lemeyle başlamıştır. Annelerinden ayrılmak zorunda kalan, hastalıkları nedeniyle hastaneye yatırılan veya yuvaya yatırılan çocuklarda üç dönemi içeren tepkisel bir sürekliliğin olduğunu gözlemlemiştir. Bu tepkilerin;

1-karşı çıkma,

2- yeniden birleşme arzusu,

3- umutsuzluk ve kopma olmak üzere toplam üç dönemden oluştuğunu tespit etmiştir. Bowlby'nin çalışmaları kendi gözlemlerine dayanarak intrapsişik hipotezler öne sürmesinden değil daha ziyade sıkı bir şekilde gözlem düzeyinde kalmayı sağlayarak daha objektif kriterlere dayanarak bir çalışma yapmış olmasındandır. Dolayısıyla Bowlby'nin çalışmaları her yerde tekrarlanabilecek objektif ve nesnel kriterlere sahiptir.

### **AINSWORTH**

Bowlby'nin çalışmaları onun öğrencisi ve takipçisi olan Ainsworth tarafından daha da geliştirilmiş ve yeni metodolojik araştırmalar yapılmıştır. Bu ikinci evre çalışmalarda, bağlanma stilleri ile ilgili çalışmalarda Ainsworth Uganda'da ve Maryland'de anne-çocuk etkileşimlerine dair doğal ortamda gözlemler yapmıştır. Sonrasında bu gözlemlerini laboratuara taşıyarak bir bebeğin ayrılmaya karşı vermiş olduğu cevabın ne olabileceğine dair bir araştırma deseni geliştirmiştir. Bu desende bağlanma sürecinin organizasyonunu sınıflandırmak amacıyla yönelik olarak bir yaşındaki çocukların bir laboratuarda ebeveynlerinden ayrılma ve ayrıldıktan sonra onlarla tekrar yeniden karşılaşma ve birleşmeye verdikleri tepkileri incelemiştir. Ainsworth önceleri daha büyük yaşta olan çocukların -ebeveynlerinden önemli ayrılıkları yaşamış olmasıyla ilişkilendirilmekte olan- olumsuz yeniden birleşme tepkilerini, hiç daha önce ayrışma yaşamamış olan henüz on iki

aylık olan bebekler üzerinde nasıl bir etki olabileceğini incelemek için araştırmıştır.

Bilindiği gibi daha ileri yaşlardaki çocuklar eğer ebeveynleriyle bir ayrılma stresi yaşamışlar ve ayrılmayı tecrübe etmişlerse bu çocuklarla yapılan çalışmalarda, ayrılmaya karşı daha önceden yaşamış oldukları acılar nedeniyle tepkilerinin belirli bir anlam içeriği olabileceği, tecrübe ettikleri şeye bağlı olabileceği konusunda bir kanaat var idi. Bu araştırmada incelenmek istenen konular:

- 1- Sadece çocukların ayrılma tecrübelerinden dolayı gösterdikleri tepkilere bağlı olarak mı ayrılma stresi veya ayrılma reaksiyonları veriliyordu?
- 2- Yanısıra anne ve çocuk arasında bebeğin gelişim süreci içerisinde doğum anından itibaren belki de doğumdan itibaren başlayan, çocukla ilintili bağlanma stillerinin henüz ayrılma tecrübesi yaşanmadan da çocuklar üzerine bir etkisi var mıydı?

Bu nedenle, henüz herhangi bir ayrılma stresi veya deneyimi yaşamamış olan henüz on iki aylık yeni yürümeye başlayan bebeklerin laboratuvar ortamında annelerinden ayrıldıklarında ve bir yabancı odaya girdiğinde ve odadan çıktığında ve geri geldiğindeki tepkilerinin ne olabileceği üzerine kurgulamış olan bir araştırma deseni geliştirmiştir. Yabancı durum adı verilen bu araştırma deseninde, daha önce herhangi bir ayrılma tecrübesi yaşamamış olan çocukların annenin çocuklarıyla olan yaklaşım tarzı arasındaki farklılıkları belirleyen farklı kategoriler olabileceğine dair sonuçlar elde edilmiştir.

Yabancı durum çalışmaları sonucunda çocukların bu tepkilerini güvenli ve güvensiz olarak ikiye ayırmıştır. Güvensiz olan

çocukları daha sonra kendi içlerinde kaçınmacı ve ikircikli dirençli olarak davranan iki grup olarak belirlemişlerdir. Daha sonra daha derin gözlemler yapıldığında üçüncü bir kategori olarak da düzensiz şaşkın tip ortaya çıkmıştır. Bu durumda Ainsworth'un on iki aylık bebeklerle yaptığı çalışmada dört alt gurupta bağlanma stiline olduğu görülmüştür. Birincisi, güvenli bağlanma, ikinci guruptakiler de güvensiz bağlanma ki bunlar kaçınan, ikircikli dirençli ve düzensiz şaşkın tipleridir.

### ***Yetişkin Bağlanma Görüşmesi***

Bu bağlanma stillerinin, çocukların, bebeklerin vermiş olduğu tepkilerin daha ilerideki yıllarda devam edip etmediğini araştırmaya yönelik olarak yetişkinlerdeki bağlanma stilleriyle ilgili olarak araştırmalar yapılmıştır. Özellikle 1980'li yılların ortasında Main ve Goldwyn Yetişkin Bağlanma Görüşmesi adı altında bir görüşme çizelgesi hazırlamış, bu yöntem ebeveynin bağlanmaya karşı tutumunu değerlendirmeyi amaçlayan sekiz sorudan oluşan bir çizelge şeklinde, bir görüşme şeklinde planlanmıştır. Yetişkinlerden çocukken kendi ebeveyniyle ilişkisini, ayrılma karşısındaki tutumlarını ve başkalarını anlatması istenmiştir. Yetişkin bağlanma görüşmesi sadece bu görüşmeye katılanların söyledikleri ve yazdıklarının incelenmesine dayanmıştır. Buradaki görüşmenin amacı erişkin olarak gelen kişinin bağlanmaya karşı zihnindeki durumu değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Burada da Main ve Goldwyn'ın geliştirmiş olduğu bu ölçekte ideal rasyonel söylem olarak bilinen ve dört prensibe sadık kaldığını belirten ve bu prensiplerin detayını inceleyen, konuşmanın içeriğini değerlendiren, nitelik açısından değerlendiren, nicelik açısından değerlendiren, ilgili olma açısından değerlendiren ve üslup açısından değerlendiren, söylenen materyalin dört ekseninde değerlendirilmesini içeren bir puanlama sistemi geliştirilmiştir.

Bu puanlama sistemi sonucunda erişkinlerin de üç grupta bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür. Birinci gruptakiler güvenli ve özerk bağlanma stili geliştirmiş olanlar, ikinci gruptakiler güvensiz bağlanma stili geliştirmiş olanlar ki bunlar kendi içerisinde kayıtsız ve endişeli diye ikiye ayrılmakta, üçüncü grupta da çözümsüz, düzensiz olmak üzere kategori olarak toplam dört çeşit bağlanma stili geliştirdikleri değerlendirilmiştir. İlginç olan şudur ki bağlanma stilleri olan erişkinlerin çocukları incelendiğinde bağlanma stilleri güvenli olan ebeveynlerin veya annelerin bebekleri güvenli, özerkken; kaçınmacı olan bebeklerin annelerinin kayıtsız olduğu, dirençli veya ikircikli bebeklerin annelerinin endişeli olduğu, düzensiz şaşkın bebeklerin de annelerinin de çözümsüz düzensiz olduğu tespit edilmiştir. Buradan da şöyle bir sonuç çıkarmak gayet mümkün olabilmektedir. Çocuğun bağlanma stilini geliştiren annenin veya bakıcısının patolojisidir.

# BAĞLANMA, NÖROBİYOLOJİK ARAŞTIRMA VE KENDİLİK BOZUKLUĞU

**D**aha önce tıp fakültesinde verilen bilgilerde beynin yapılanmasının tamamen genetik olduğu, bu genetik olan yapının da sonradan değişmeyeceği ile ilgili radikal bilgiler öğretilmekteydi. Ama bugünkü nörobiyolojik araştırmaların geldiği noktaya bakıldığında beynin yapılanmasının tamamen genetik olmadığı, doğumdan sonra dış dünya ile etkileşimle bir şekilde adaptasyon gösterdiği ve gelişiminin değişik seviyelerde ve değişik şekillerde olduğunu öğrendik. İlk yıllarda gelişen ve oluşan bu beynin daha sonraki yıllarda da etkileşime açık olduğu ve her an nöronal bir plastisite içinde kendini yenilediğini, geliştiğini öğrenmiş bulunduk.

Sağ beyin açısından bakılacak olunursa, sağ beynin de oluştuktan sonra önemli ölçüde geliştiğini, değiştiğini ve bu değişikli-

ge de ömür boyu maruz kaldığını bilmekteyiz. Nörobiyolojik beyin araştırmalarının önde gelen isimlerinden Allan Schore son yıllarda yapılan tüm çalışmaları birleştirdi ve kendi çalışmalarını da katarak yayınladı. Affect Regulation ve Affect DisRegulation isimli iki temel kitabında bebekle anne arasındaki etkileşime bağlı olarak bebeğin kendiliğinin nörobiyolojik gelişiminin nasıl olduğunu ve nerelerde olduğunu anlamaya ve göstermeye çalıştı.

Allan Schore'a göre sağ beyin duygularımızın muhafaza edildiği ve düzenlendiği merkezdir. Sağ beyin yaşamımızın ilk c yılında baskındır. Sol beyin ise ikinci yılda etkili olmaya başlar. Daha çok bilişsel, mantıksal ve bilimsel alanımızı belirler, kendini mantıkla ve kelimelerle ifade eder. Bunun karşılığında sağ beyin ise yaşamın ilk c yılında baskın olarak büyümekte ve gelişmektedir. Sözel ve mantıklı değildir, daha çok bilindısı ve sezgisel olarak kendini ifade eder. Karşıdaki insanın yüz ifadesinden, ses tonundan ve vücut postrnden yola çıkarak sezgisel olarak iletişimi devam ettirir. Eskilerin deyimiyle gal diliyle, söz diliyle değil hal diliyle iletişim kurar.

Doğumdan sonraki ilk yıllarda beyin, özellikle korteksin gelişmesiyle doğumdaki boyutunun iki buçuk katı büyüklüğe ulaşır. İnsan beyninin gelişimi bilindiği gibi doğumdan sonraki beş ve altıncı aylarda başlar ve on sekizinci ve yirmi dördüncü aylara kadar devam eder. Akson ve sinir hücresi liflerinin gelişiminin büyük kısmı ve bunların tüm davranışlarının temelinde yatan bağlantıları erken ve geç bebeklik döneminde meydana gelir. Bu dönemde sağ beynin orbitofrontal, prefrontal korteksinde duyguların kontrolü ve duygusal ilişkiler için bir merkez ortaya çıkar. Bu yüzden de o, kendiliğin nörobiyolojik merkezi olarak adlandırılır. "Bir insanda kendilik nerededir?" diye sorduğumuzda bugün için verebileceğimiz cevap "sağ beynin orbitofrontal korteksidir"

diyebiliriz. İşte sağ beyindeki bu orbitofrontal korteksin anneyle etkileşimi sonucu kendiliğın oluşumu ortaya çıkıyor ve bu kendiliğın oluşumuyla beraber bebek artık kendi duygularını düzenleyebilir hale geliyor. Eğer bu ortaya çıkmamışsa veya yapılanmamışsa bir çocuğın kendi duygularını düzenlemesi mümkün olmamaktadır. Bu nedenle ilk bakıcı ile olan etkileşim duyguların temel düzenleyicisi olur ve aynı zamanda ortaya çıkıp gelişerek olgunlaşacak olan orbito-prefrontal korteksin de temelini oluşturur.

Anne ile bebek arasındaki bu etkileşimde, duygularını birbirinden ayırtıramayacak, duygularını bir diğeri ile farklılaştırımayacak kaotik ve karmaşık bir dünya içerisinde olan bebek, annenin yüzündeki ifadeyi, mimikteki en ufak değışikliğı algılayarak karşılıklı bir senkronizasyon yapar. Bununla duyguların nasıl tanımlandığını, nasıl oluştuğunu belki de aynı nöronlar vasıtasıyla algılamakta, içselleştirmekte, yardımcı bir ego fonksiyonuyla kendi düzenleyemediğı, anlayamadığı ve tanımlayamadığı duyguları annenin yüzündeki ifadeler, ses tonundaki değışimler ve vücut postürü sayesinde anlamlandırabilir hale gelmektedir. Henüz sol beyni gelişmediğı için bu kaotik dünyayı da kelimelere ve mantığa dökemeyen bebek karşısında annenin veya bakıcının görevi, sağ beyinde fırtınalar halinde ve kaotik bir şekilde duygu seline kapılan prefrontal korteksin düzenleyici işlemlerini geçici olarak almaktır. Anne ile çocuk yüz yüze (face to face) pozisyondayken bebek duygularının regülasyonunu anne vasıtasıyla almaktadır. İşte çocuğın ihtiyaçlarının geliştiğı sıralarda acı, sıkıntı, mutluluk, hüzn, keder; tüm duygusal çeşitliliğı anne fark edip yerinde, yeterince ve zamanında müdahale ile çocuğa cevap verabiliyorsa, yani onunla bir eş duyum içerisinde, onunla bir senkronizasyon içerisinde çocuğı ile etkileşebiliyorsa çocuk kaotik dün-

yayı yavaş yavaş düzenlemeye, regüle etmeye ve anlamlandırma-ya başlayacaktır. Bunun oluşabilmesi için çocuğu ile ilgili, çocuğunu hissedebilen, çocuğunu anlayabilen ve idrak edebilen bir annenin bulunması şarttır. Çocuğun bu kaotik dünyadan kurtuluşu ve kendiliğın merkezinin sağ beyinde kurulabilmesi için böyle bir anneye ihtiyaç duyulmaktadır. Annenin sıkıntılarından arınmış ve kendi iç dünyasındaki duygu durumunu düzenleyebilme kapasitesinin yüksek olması gerekmektedir. Böyle bir anne sayesinde çocuk kendi iç dünyasını düzenleyebilmekte, geçici olarak anneden ödünç aldığı bu yetilerini introjeksiyon, projeksiyon ve özdeşim döngüleriyle zamanla içselleştirmektedir. İlk iki yıl boyunca çocuğun bu duygulanımının düzenlenmesi sağ beyin sayesinde mümkün olabilmektedir. Sağ beyin korteksi doğumdan itibaren üç yıl içerisinde iki buçuk kat büyümektedir.

Duygulanım bu şekilde regüle edildikten, düzenlendikten ve kendiliğın ilk duygulanım merkezi, sezgisel merkezi nöronal bağlantılar sayesinde sağ prefrontal kortekste yerleştikten sonra bunların söze, mantığa, belki de bilime dökülmesi gerekmektedir. Sol beyin bu andan itibaren sürece katılmakta, duygular artık sözlü bir ifadeye dönüşebilmektedir. İki yaşından itibaren de bebeğın sol beyni, sol korteksi aktifleşmekte ve büyümeye devam etmektedir. Sağ beyin ile sol beyin arasındaki bu kortikal bağlantı ve beyinsel bağlantılar çocuğun dış dünya ile irtibatını devam ettirmekte, oradaki sağlıklı iletişimini, kendini ifade etmeyi, yatıştırma ve kendilik kapasitelerini de meydana getirmektedir. Eğer annede veya bakıcıda kendi duygularını kontrol etme kapasitesi yoksa, duygularını düzenleyemiyor ise, bakıcı veya anne duygulanım düzenlemesi içinde değilse bu tip bir bakıcının çocuğun ihtiyaçlarını karşılaması da mümkün olmamaktadır. Veya annenin herhangi bir nedenle fiziki veya ruhsal hastalıklar nedeniyle

ya da kayıplar nedeniyle kendi duygu durumunu düzenleyecek potansiyellerini kullanamıyor ise, bu durumda da çocuğun ihtiyaçlarına cevap verememektedir. Çocuğa senkron olamayan, çocuğun o andaki duygularını algılayıp, anlayıp, işleme kapasitesi bulunmayan bakıcılar veya anneler çocuğun ruhsal gelişimini sekteye uğratmış, gelişimsel duraklamasına neden olmuş gözükmektedir.

Evet, bu durumda ne oluyor acaba diye baktığımızda bakıcıda veya yetişkinde bağlanma kapasitesi veya bağlanma kategorisi kayıtsız, endişeli veya çözümsüz, düzensiz gruplardan birisine sahip ise bu durumda çocukla senkronize olma kapasitesinde bir bozukluk meydana gelecek, bu da bebeğin kendiliğinin ve prefrontal orbital korteksin gelişiminin oluşmasını engelleyecektir. Bu nedenle prefrontal kortekste ve kendilikte bağlantı eksikliği bakımından nörobiyolojik düzeyde bir duraklama meydana gelecek ve bunun sonrasında psikolojik düzeyde de kendiliğin gelişimsel duraklamasına neden olacaktır. Sağ prefrontal korteks yetersiz organizasyon biçimleri geliştirecektir. Bu organizasyon biçimleri başkalarının duygu durumlarını anlamada sınırlı kapasiteye ve empati ile yansıtma özdeşimde zorlanma şeklinde ortaya çıkan yüz ifadelerini okumada zorlanmaya neden olacaktır.

Kendi kendini düzenlemedeki bu eksiklik daha sonra özellikle biyolojik olarak primitif olan duyguların süresini ve yoğunluğunu ayarlama sınırlı bir kapasite şeklinde kendini gösterecektir. Stres altında bu tür bireyler farklı ve ayrı duyguları deneyimleyemeyecektir. Aksine, sınırlı bir kendine yansıtma kapasitesine yol açan savunmaların aktivasyonu ile birlikte karşı konulamaz bedensel ve duygusal duyuların eşlik ettiği yaygın, farklılaşmamış, kaotik durumları deneyimleyeceklerdir.

Nörobiyolojik beyin araştırmaları ve nesne ilişkileri kuramı açısından baktığımızda nörobiyolojik beyin araştırmaları; duygulanım düzenlemesi ve onun psikopatolojisinin, terapötik aktarımın ve karşıaktarımın nörobiyolojik temelini anlamada önemli katkılar sağlamıştır.

### ***Terapötik İttifak ve Terapötik Tarafsızlık***

Terapötik psikoterapilerde intrapsişik yapıyı değiştirici uzun vadeli bir başarı elde etmek için hasta ile gerçek bir ilişki olarak tanımlanan ‘terapötik işbirliği’ veya ‘terapötik ittifak’ sağlamak gerekir. Terapötik ittifakı nasıl tanımlayabiliriz? Saę beynin fonksiyonları açısından baktığımızda sanki bir bebeğin annesiyle kurmuş olduğu ilişkisindeki senkronizasyon gibi saę beynin uyumlu kılma işlemleriyle ilgilenmek gerekmektedir. Ne gibi? Bebek anneye saę beyniyle mesajlar gönderir. Anne de bebeğin saę beyniyle gönderdiği bu kaotik mesajları anlamlandırır ve değerlendirir. İşte psikoterapi seansı esnasında danışanla terapist arasında böyle bir ikili ilişki vardır. İntrapsişik değişim özellikle saę beyinden saę beyine aktarılan yansıtımaların ve özdeşimlerin sürecinden ibarettir. Hasta bilinçsiz bir şekilde kendi içinde tanımlayamadığı, denetleyemediği birtakım duygularını, dūřüncelerini saę beyinle terapistte aktarır. Terapist bu bilgiyi özümser, algılar, değerlendirir ve sindirir bir şekilde karşı tarafa verebilirse hastaya olumlu bir değişimin kapısını aralamış olur. Hasta ile seans odasında yapılan çalışmalarda hastanın bir sözlü ifadeleri vardır, yüklemeleri vardır. Fakat bunun arkasında kontrol edilemeyen, düzenlenemeyen ne olduğu hasta tarafından anlaşılamayan duygusal bir kaotik dünya vardır.

Terapist bir ebeveyn, bir bakıcı, bir anne gibi hastanın sağ beynindeki bu kaotik yapının söze gelmiş, savunmaya dökülmüş