

# **KENDİLİĞİN CANLANMASI**

YAŞAMIN İLK YILI, KLİNİK ZENGİNLEŞTİRME, GEZİNER ZİHİN

*Joseph D. Lichtenberg,  
Frank M. Lachmann,  
James L. Fosshage*

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 259  
Kendilik ve Öznelerarasılık Serisi: 14

## **KENDİLİĞİN CANLANMASI**

Joseph D. Lichtenberg, Frank M. Lachmann, James L. Fosshage

Özgün Adı:

**Enlivening the Self**

First published 2016 by Routledge

*Routledge is an imprint of the Taylor & Francis Group, an Informa business*

© 2016 Joseph D. Lichtenberg, Frank M. Lachmann, James L. Fosshage  
All Rights Reserved. Authorised translation from the English language edition  
published by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group.

Türkçe yayın hakları Psikoterapi Enstitüsü'ne aittir.

ISBN 978-605-9137-99-7

Birinci Baskı: Eylül 2018

Editör: Tahir Özakkaş

Çeviri: Betül Yorgunlar, Tuba Dursun Tuncel, Tuğba Seda Çolak, Gonca  
Günakan, Dilan Hilal Altürk, Erkan Şengül, Funda Emi Çolakoğlu, Baransal  
Varhan

Dizgi ve Kapak Tasarım: Yasemin Gümüş

Baskı: Acar Matbaacılık Prom. ve Yayın. San. ve Tic. Ltd. Şti.  
Osmangazi Mahallesi Mehmet Deniz Kopuz Caddesi No: 20/1  
Esenyurt – İSTANBUL

**PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK  
ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.**

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Caddesi No:285  
Darıca / KOCAELİ Tel: 0262 653 6699

**PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ LTD. ŞTİ. BEYOĞLU ŞUBESİ**

Asmalı Mescit Mah. İstiklal Cad. No:120 Galatasaray İşhanı Kat: 5  
Beyoğlu / İSTANBUL Tel: 0212 243 2397

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

# Sunuş

Psikoterapi Enstitüsü olarak, öncelikle ruh sağlığı profesyonellerinin ya da ruh sağlığı ile ilgilenen kişilerin ihtiyaç duyacağı teorik bilgileri ve pratik/uygulamaya yönelik deneyimleri paylaşan özgün ve çeviri yayınlar ile literatüre katkıda bulunmayı hedefliyoruz. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Psikoterapi Enstitüsü'nün çalışmaları kapsamında gerçekleştirilen atölye çalışmaları, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Birlikte kaleme aldıkları bu dördüncü kitapta, Lichtenberg, Lachmann ve Fosshage hem güdülenme sistemleri ve kendilik deneyimine dair önceki katkılarını pekiştiriyor hem de kendilik algısının gelişimine yepyeni bir bakış açısı sunuyor. Hayatın ilk yılında ortaya çıkan on iki kapasiteyi hayat boyu canlılığı besleyen kaynaklar olarak klinik örneklerle zenginleştiriyorlar. Zihnin herhangi bir göreve odaklanmış olmadığı yani “gezindiği” zamanların kendiliğin canlanmasına etkilerini inceledikleri son bölümde ise kendilik gelişimine getirdikleri heyecan verici yeni perspektife şahit oluyoruz.

Konuya ilgi duyan okuyucuların yanı sıra klinisyenler, psikoterapistler ve araştırmacılar için başvuru kitabı niteliği taşıyan bu yayını sizlerle buluşturmaktan kıvanç duyuyoruz.

**Tahir ÖZAKKAŞ**

Psikoterapi Enstitüsü Başkanı



# *Kendiliğın Canlanması*

Psikanalizde canlandırmanın kendilik algısında barındığı düşünül-  
mekte olup, bu kendilik algısı yaşanmış deneyimlerden çıkarak şekil-  
lenir. *Kendiliğın Canlanması: Yaşamın İlk Yılı, Klinik Zenginleştirme  
ve Gezinen Zihin*, kendilik deneyiminin yaşam döngüsü boyunca can-  
landırılmasını ve zenginleştirilmesini anlatır, aktif deneyimin pek çok  
temel işlevsel kapasiteden faydalanarak nasıl ortaya çıktığını ve bu ka-  
pasitelerin bir araya gelerek güdülenme sistemlerini yani duygulanım,  
niyet ve hedeflerin dinamik bir şekilde örgütlenmiş kümelenmesini  
nasıl desteklediğini gösterir.

Kitap üç bölüme ayrılmıştır:

Bebeklik – **Joseph D. Lichtenberg**,

Yaşamın ilk yılına dair kapsamlı gözlem ve araştırma incelemeleri  
sunmaktadır. Bu incelemelere dayanarak; yapan, başlatan ve karşı-  
lık veren, aktive eden ve alan olarak kendiliğın on iki temel niteli-  
ğini ve kapasitesini tanımlamaktadır.

İrdeleyici Terapi – **James L. Fosshage**

Terapötik değışimin gelişimle iç içe olduğı noktaya bakmaktadır.  
Kendilik anlayışını zenginleştirmek için pek çok kaynak vardır ve  
Frank M. Lachmann, mizahın ve on iki niteliğın ve kapasitenin te-  
rapötik süreçte oynadığı role özellikle dikkat etmektedir.

Gezinen zihin – **Frank M. Lachmann**, “**zihnin gezinmesinin**”  
**şimdiyi geçmiş ve geleceğe bağlayan kendilik algısının dolay-  
sızlığı** ile ilgili oluşuna dair nörobilim ve gözlemi ele almaktadır.

Kitap boyunca yazarların argümanları, klinik uygulamalara yönelik  
zengin klinik kısa hikayeler ve önerilerle örneklendirilmiştir. Bu kitap,  
psikanalizde stajyerler, psikiyatri asistanları ve psikanaliz enstitülerin-

deki adaylar da dâhil olmak üzere psikanalistler ve ayrıca klinik ve danışmanlık psikoloji programlarında lisansüstü öğrenim gören öğrenciler için vazgeçilmez bir kaynak olacaktır.

**Joseph D. Lichtenberg, MD**, Psychoanalytic Inquiry Genel Yayın Yönetmeni, Çağdaş Psikoterapi ve Psikanaliz Enstitüsü Fahri Direktörü, Psikanalitik Kendilik Psikolojisi Uluslararası Konseyi geçmiş Başkanı ve Amerikan Psikanaliz Derneği Program Komitesi üyesi.

**Frank M. Lachmann, PhD**, Psikanalitik Öznellik İncelemeleri Enstitüsü kurucu üyesidir; Viyana Kendilik Psikolojisi Cemiyeti, William A. White Institute ve Amerikan Psikanaliz Derneği Onur Üyesi ve NYU Psikoterapi ve Psikanaliz Doktora Sonrası Programı Klinik Yardımcı Doçent.

**James L. Fosshage, PhD**, Uluslararası Psikanalitik Kendilik Psikolojisi Derneği (IAPSP) Kurucu Başkanı; Ulusal Psikoterapi Enstitüsü Kurucu Ortak, Yönetim Kurulu Müdürü ve Öğretim Üyesi; Psikanalitik Öznellik İncelemeleri Enstitüsü Kurucu Öğretim Üyesi; New York Üniversitesi Psikoterapi ve Psikanaliz Doktora Sonrası Programı Psikoloji Klinik Profesörü (Web sitesi: [www.jamesfosshage.net](http://www.jamesfosshage.net).)

# İçindekiler

## BÖLÜM I YAŞAMIN İLK YILI

Yaşamın İlk Yılı .....	3
Fail Kendilik Anlayışının Oluşturulup Geliştirilmesi .....	4
Bayan H.....	7
Kendilik Algısının Ortaya Çıkışı.....	15
Yaşanan Tecrübenin İmgeci Yönü.....	23
Diğerleri ile Kendilik Algısı.....	42
Fail Kendilik ve Zihinsel İşleme .....	59
Fail Kendiliğin Kökenleri Üzerine Düşünceler ve Tedavi .....	81

## BÖLÜM II KLİNİK KILAVUZLAR

Klinik Kılavuzlar .....	93
Soğuk bir köy .....	95
50-50?!? .....	117
Değerlendirmeler .....	122

## BÖLÜM III GEZİNEREN ZİHİN

Gezinen Zihin.....	127
Görevdeki Zihin .....	128
Gezinen Zihin.....	131
İşkolik Bir Zihin.....	137

Serbest Çağrışım .....	139
Meditasyon .....	140
İyi Roman Okuma .....	141
Zihin Gezginliği ve Yaratıcı Analist.....	143
Dikkati Dağılan Zihin ya da Yolunu Şaşırın Zihin Gezginliği .....	145
Marco'nun Tedavisi: Bir Çocukta DEHB.....	153
Marco'nun Hikayesi .....	156
Özet .....	160
Son Olarak.....	161
SON SÖZ.....	165
Bir Meta Teoriye Doğru – Diyagramatik Bir Tasvir .....	165
DİZİN.....	181
KAYNAKLAR.....	185

# Önsöz

Bu kitap, canlanmış hissetmekle ilgili. İnsanlarda canlanmışlık hissi psikolojik olarak kendilik algısıyla bağlantılıdır. Canlı bir kendilik algısı eylemi yapan kişi olmanın gerektirdiği yaşanmış tecrübelerden oluşur. Eylemi yapan, başlatan ve karşılık veren kişi olmanın gerektirdiği yaşanmış tecrübe, vücudun fiziksel ve psikolojik deneyimi ve bunun başkalarını ve cansız nesnelere canlandırmak açısından ilişkisel bağlantısından canlılık kazanır. Canlanmış öz faillik, yani eylemi yapan olma durumu, algılama, bilişsellik, hafıza, duygular ve tekrarlamalı farkındalık gibi temel fonksiyonel kapasiteleri içerir. Bu temel fonksiyonel kapasiteler güdülenme sistemlerinin desteğiyle bir araya gelir. Bu güdülenme sistemleri etkiler, niyetler ve hedeflerin dinamik şekilde bir araya geldiği organize gruplardır.

Üçümüz, yani Joe Lichtenberg, Frank Lachmann ve Jim Fosshage, Kohut'un kendilik psikolojisiyle ilgili kavramsallaştırmalarını farklı açılardan genişleterek ele alan dört kitabın ortak yazarıyız. Çalışmamızın merkezini ise güdülenme teorisinin genişletilmesi oluşturuyor. Mevcut çalışmada, gelişme aşamasında tam olarak neler olduğu konusu üzerinde özellikle durarak ve olayların nasıl ters gidebileceği noktasını göz ardı etmeden bu genişlemeyi devam ettirdik.

Yedi güdülenme sistemini ayrıntılarıyla açıklamak bundan önceki yayınlarımızın ana odağını oluşturuyordu. Bu kitabın üç makalesi önemli bir yenilik sunuyor. Bunun sonunda nihai olarak iki farklı deneyim modu üzerinde duracağız, bunlar kişinin özel bir güdülenme görevine odaklandığı zamanki kendilik algısı ve kişinin zihin gezindiği zamanki kendilik algısı ki bu bizim içi yeni bir konu. Bizim görüşümüze göre, her bir deneyim modu kendilik algısının canlanmasına katkıda bulunuyor. Bunun dışında, her mod tekrarlama yoluyla kendilik algısının canlanmasına katkıda bulunuyor ve bu yaşam boyunca devamlılık algısını destekliyor. Bir önceki kitabımızda (*Psikanaliz ve Güdülenme Sistemleri: Yeni Bakış* - Lichtenberg, Lachmann, & Fosshage, 2011) kendilik algısı, kimlik ve bireylik kavramlarının devamlılığını açıklamak için fraktal-

ları (zaman içerisinde ve çeşitli dereceler dahilinde benzerlik gösteren örüntülerin tekrarı) matematiksel ve filozofik bağlamda ele aldık. Şimdi buna kendilik algısının devamlılığı için son derece önemli bir tecrübe olan zihnin gezinmesini de ekledik.

Fakat öncelikle kendiliğin canlanmasıyla ne demek istediğimizi ve bunun bebeklikten itibaren nasıl ortaya çıktığını ele almamız gerek. Bu amaçla ilk makalemizde yaşamın ilk yılında canlılığın gelişmesi için gerekli olan deneyimleri ve olayları ayrıntılarıyla ele aldık. Burada da tüm yazılarımızda olduğu gibi yaşam döngüsü içerisinde normal, sağlıklı ve uyum sağlayıcı gelişmenin temelini olabildiğince açıklamaya çalışarak gelişimsel araştırma ve gözlemler, klinik tecrübeler ve sinirbiliminin bulgularını inceledik. Mutluluk, verimlilik ve öz değer artmasına yol açan uyum sağlayıcı yaşanmış deneyimler, kendiliğin dengesindeki kaymalar ve etkileşimli düzenleme açısından bakarak, psikopatolojiyle tezat oluşturuyoruz. Her bölümde, uyum sağlayıcı yaşanmış deneyimin üzerinde durarak, uyum sağlayıcı ve uyum bozucu yaşanmış deneyimler arasında incelemelerde bulunduk.

Yazılarımızda adet edindiğimiz üzere, bilimsel yayınlardan alınan bulgularla doğrudan yapılan gözlemleri bir arada ele aldık. Araştırmamız bebeğin eylemi yapan olarak kendini ve çevresindekileri ne zaman ve nasıl deneyimlemeye başladığıyla ilgili temel ve deneyime yakın soruların cevabı olarak sunulacaktır. Daha sonra, araştırmalar ve kendi gözlemlerimizden yararlanarak, bebeğin eylemi yapan kişi olmasıyla bağlantılı olarak ilk yıl ortaya çıkan on iki özelliği ve kapasiteyi tanımlayacağız. Önemli olan nokta şu ki, bu özellikler ve kapasiteler *tüm yaşam boyunca gösterilen çabalarla* kendilik algısının canlanmasının kaynağını oluşturmaktadır. Bireyin erken ve geç gelişimine bağlı olarak bu özellikler ve kapasiteler, araştırmayla ilgili tedaviler açısından pozitif sonuçlar alınmasına katkıda bulunuyor ya da onları daha da zorlaştırıyor. Başka yerlerde olduğu gibi burada da, olumlu ya da olumsuz açıdan kendiliğin canlanması ya da uyuşması noktasında tedavi de dâhil sonraki gelişmelerin önemli etkileri olabileceğini vurgulamak isteriz.

Daha sonra, ikinci makalemizde yaşamın birinci yılında belirlenebilen on iki özellik ve kapasiteyi ele alıyor ve irdeleyici tedaviler açısından önemleri konusunda bazı ayrıntılara değiniyoruz. Sunumumuzda

öne çıkan iki tedavi birbirinden oldukça farklı olmasına rağmen, bu iki tedavide de on iki özellik ve kapasitenin özel klinik süreçlerin aydınlatılması açısından bir köşe taşı olarak değerlendirilmesi mümkündür. Biz de konuyla ilgili yorumlarımızı vakalarla ilgili anlatıların arasına serpiştirdik. Benzer şekilde, bu on iki özellik tedavinin genel ilerleyişini veya herhangi bir ilerlemenin olmamasının nedenlerini anlamak açısından bir model oluşturabilir. Gerçekten de yaşamın ilk yılında net bir şekilde belirlenebilen bu on iki özellik ve kapasitenin yaşamın ilerleyen dönemlerindeki terapötik süreçlere katkıda bulunuyor olmaları bizim açımızdan olağanüstü bir durumdur.

Bizim bakış açımıza göre bundan daha göze çarpar olan ise üçüncü makalemizin konusunu oluşturmaktadır: Zihnin gezinmesi. Bu makalede, güdülenmeyle ilgili geniş çapta daha önce edindiğimiz bilgilere (Lichtenberg, Lachmann, & Fosshage, 2011) *herhangi bir konuya odaklanmayan* yani gezinen zihnin önemiyle ilgili son edindiğimiz anlayışımızı ekleyeceğiz. Temel konumuz failin geniş çaptaki kullanımı olduğundan, eylemin yapıcısı tasvirimizin şimdi kişinin, zihni meşgul değilken ortaya çıkan “başboş” gibi görünen düşüncelere zihinsel olarak tepki vermesi sürecini de içerecek şekilde genişlemesi paradoksal görünebilir. Ancak bu sinirbilimsel yayınların artık tam olarak uygun gördüğü bir şeydir. Bu gelip geçen düşüncelerin “başboş düşünceler” olmadığı, ancak ele aldığımız konu olan kendiliğin canlanmasına adanmış sistemin gerekli faaliyetlerini temsil ettiği ortaya çıktı. Diğer bir deyişle, zihnin gezinmesinin eylemin yapıcısı olmasıyla ilgili zihnin önemli bir fonksiyonu olduğu açıkça görülüyor. Yine bu makalede sinirbilim ve gelişimsel araştırma ile klinik olarak gözlemlenenler arasında bir denge kurmaya çalıştık. Ancak burada okuyucuyu bir konuda uyarmak gerekiyor: Yeni ele aldığımız “zihnin gezinmesi” konusu kapsamında üçüncü makalemiz nihai düşüncelerimizi değil, ilk düşüncelerimizi içeriyor.

Daha önceki çalışmalarımıza aşına olan okurlar daha önce yazdıklarımızla yeni ele almaya başladığımız zihnin gezinmesini nasıl bağdaştırdığımızı dikkat edecekler. Bu nedenle bir sonsöz kısmı ekledik ve güdülenme sistemleriyle ilgili teorimizi ve zihnin gezinmesiyle ilgili yeni ve farklı gerçekleri bu teoriyle karşılaştırarak açıklamaya çalıştık. Bu çalışmanın bir kısmı olarak, en son kitabımızın diyagramlarına tekrar göz atacağız ve bu alanda yapılan son çalışmalar ışığında onları güncelleyeceğiz.

# *Teşekkürler*

Hastalarımıza, öğrencilerimize, meslektaşlarımıza ve dostlarımıza bize öğrettikleri her şey için minnettarlığımızı ifade etmek isteriz. Özellikle çalışmalarımıza temel aldığımız bulguları ortaya çıkaran çok sayıda bebek araştırmacısına teşekkürü borç biliriz. John Kerr'e editöryel yardımları için teşekkür ederiz. Ve yine elbette Taylor & Francis'ten Kate Hawes'a kitaplarımıza verdiği destekten ötürü müteşekkiriz.

---

# BÖLÜM I

---

YAŞAMIN İLK YILI



# I. BÖLÜM

## Yaşamın İlk Yılı

Bu ilk makalede, özellikle diğerleri ile birlikte yapılanlarda eylemi yapan kişi olarak kendilik algısının erken gelişimi ve kökenleri olmak üzere bebeğin erken yaştaki deneyimine odaklanacağız. Yapan derken, hem eylemi yapan hem de anlayan, hem başlatan hem de diğerlerine ve kendine karşılık vereni kast ediyoruz.

İlerleyen sayfalarda, kişinin fail kendilik ile kesişen ve inşasına yönelik olan gelişimsel olayları tanımlayacağız. Bu gelişimsel süreçlerin sonuçları, bedensel deneyim, öznelerarası ilişkiler ve geçmişle biçimlenmiş kültürel çevre ile iç içe geçmiş bir kendilik algısıdır. Sonuç olarak, daha sonra terapiye yaklaşımımızda ve olumlu değişime etki eden temel anlayışımızda önemli bir rol oynayacak olan kendilik algısı içinde var olan 12 gelişim sürecini vurgulayacağız ki bunlar ikinci makalemizde daha derinlemesine ele alacağımız iki konudur. Fakat baştan şunu belirtelim ki, gelişen, canlanan kendiliği teşvik eden bu ilk süreçlerin etkinliği, sonraki gelişimde pozitif veya negatif olaylarla gelişebilir ya da zarar görebilir.

Kişisel gelişimin bir boyutu olarak, fail kendilik ve ilişkisellik arasındaki dengeye dair varsayım, son zamanların analitik teorisinde zaten geniş bir tarihe sahiptir. 1989 yılında, Lichtenberg şunları yazdı,

Çekirdek kendiliğin tutarlılığı ... failliğin değişmezliği, özellikle irade ve propriyoseptif geri bildirim üzerine kurulur. Bu tutarlılık

ğa, mekânda bir konum olarak, zamansal sıralama için bir kaynak olarak ve yoğunluktaki belirli inişler ve çıkışlar için konum olarak bir kendilik hissi eklenir. Buna göre anne, özellikle de yüzünün duygusal iletileri, iradenin, zamansal sıralamanın (ses oyunlarında), yoğunluk tırmanışlarının ve “biçim”in ayrı bir kaynağı olarak deneyimlenir. Duygulanım paylaşımı, yenidoğanların annenin yüz ifadelerini, özellikle anne bunları abarttığında taklit ettiği yaşamın ilk günlerinden itibaren yaşanan deneyimin bir parçasıdır.

(Lichtenberg, 1989, s. 36)

Bu makalede sunduğumuz gözlemler ve araştırma bulguları, bu bölümde verilen 1989 yılına ait önerileri doğrulayıcı olarak kabul edilebilir.

### **Fail Kendilik Anlayışının Oluşturulup Geliştirilmesi**

“Yapan” ile “diğerleriyle ve kendi kendine yapmak” kendini güdülenmiş, niyet ve hedefleri belli bir şekilde deneyimlemeyi gerektirir. Bu deneyimleri “fail kendilik algısı” altında özetleyebiliriz. Dahası, bu “kendiliğin” iki alan içerdiğini düşünebiliriz. Alanlardan biri, başlangıç aşamasındaki kendilik algısını içeren deneyimsel olandır. İlk olarak kendilik tecrübesinin bilinçli farkındalık ile eş anlamlı olmadığını gözlemlemek önemlidir. Yaşanan deneyim, örtülü ve açık türleri kapsar. Başkalarıyla ve kendi kendine yapılanlarda, yapan açık deneyimlerin olduğu kadar örtülü deneyimlerin (model) de sürekli etkisi altındadır.

Fail kendiliğin oluşumunda yer alan ikinci alan, kategorize eden, organize eden, dengeleyen, değiştiren, entegre eden ve yeniden sınıflandıran nöral süreçleri içerir. Bu iki temel alanın her biri –deneyimsel kendilik sistemi ve ona karşılık gelen nöral süreç kendilik sistemi– diğeri olmadan eksik bir gelişim tanımlaması sunacaktır. Nöral ağlar sisteminin kademeli olarak gelişmesi ve olgunlaşması, deneyimlemeyi mümkün kılar. Deneyim gerçekleşirken, nöral ağların harita ve şemaları oluşup sürekli revizyondan geçer ve deneyimler tekrar edildikçe ilgili nöral ağlarının bağlantıları güçlenir. Örtülü ve açık deneyim dizisi ile nöral ağlardan kaynaklanan süreç dizisi olan iki etki alanını takip edeceğiz ve her biri genel olarak kendilik algısının, özellikle fail kendi-

lik duygusunun yaratılmasını güçlendirdiği için birinin ya da diğersinin üzerinde duracağız.

Zamanında doğmuş bir bebeğin “zihni” olduğunu ileri sürmekteyiz. Bu önermeye temel olarak aldığımız kriterler şunlardır: yenidoğanlar duyguları deneyimler, algılara sahiptir, imgeler yaratır, örtülü hatıralar oluşturur ve bakımı ile ilgilenenleri ayırt edebilir. Dahası, yenidoğanların bilginin hızlı bir şekilde kategorize ve organize edilmesine olanak sağlayan süreçleri vardır. Buna ek olarak, yenidoğanlar ve küçük bebekler ailesel deneyimleri arayıp bunlara tepki verirken aynı zamanda ilgilerinin yeniliklerle tetiklenerek aktive edilmesine açık durumdadırlar. On yıldan uzun bir süre önce, Beebe ve Lachmann (2002), düşünmeye sevk eden “Erken kapasiteler ve simge öncesi tasarım” bölümünde, bebeğin şaşırtıcı derecede yetkin yaratıcılığı olan bir varlık olduğu görüşünü ileri süren, gelişimlerin zamanlaması konusunda kapsamlı araştırma kanıtları sundular (s.65). Burada “Yetkin” sözüyle kast edilen, bir bebeğin ‘yapan’ olarak geniş bir yelpazede duygu, niyet ve hedefi gerçekleştirmesine, başlatmasına ve bunlara karşılık vermesine olanak sağlayan kapasiteleri ifade eder (güdülenme sistemleri). Bu makalede ve çağdaş bebek araştırmalarında ayrıntılı biçimde ele alınmış bulgular primer narsisizm teorisine ve bebeği otistik, farklılaşmamış, büyüklükçü ve tümgüçlü gören görüşlere ters düşmektedir.

Sonraki bölümlerde, gözlemsel tanımları kendilik algısının yaratılışını, duygusal fail olarak takip eden araştırma ve teoriler ile birleştiriyoruz. Gelişimin kronolojik bir sunumunu yapmak yerine, bölümlerin her birinde erken gelişimin birçok yönünden birine odaklanıyoruz. Bu bölümü aşağıdaki sorulara verilen bir dizi cevabın etrafında oluşturacağız; bu sorular birlikte ele alınınca, hayatın ilk yılında ortaya çıkan gelişimin bütünleştirici şablonunu betimleyen sorulardır.

1. Bir yenidoğanın hayatının ilk dakikalarında fail kendilik algısının ortaya çıkışı hakkında ne fark edilebilir?
2. Hangi prenatal doğal yatkınlıklar yenidoğanın başkalarıyla ve kendi kendine yaptıklarında yapan olma deneyimini etkilemektedir?

3. Gelişim devam ederken, imgeler nasıl kategorize edilir?
4. Yardımcı veya verici kişileri seçmeye ve engelleyici veya alıcı kişilerden kaçınmaya yönelik erken tercihler nasıl ortaya çıkıyor? Bu tercihler anlatı kapasitesinin başlangıç noktaları ile nasıl etkileşimde bulunur?
5. Kendine dokunma ve dokunulma nasıl ortaya çıkıyor? Dokunma, diyardik sisteme nasıl bir katkıda bulunuyor?
6. Niyet ve amaç deneyimlerinden oluşan (güdülenme sistemleri) hangi gruplandırmalar bebeklikte erken fark edilebilir?
7. Duygulanımlara ve bilince sahip bir yapan olma deneyimi nasıl ortaya çıkmaktadır?
8. Pozitif ve negatif duygu aktivasyon eşikleri nasıl belirlenir?
9. Bebekler temel konuşma unsurlarını nasıl edinip geliştirir?
10. Bebek-bakıcı etkileşiminin iki yönlü modunun ve ortaya çıkan çıkarımlar ile atıfların önemi nedir?
11. Sosyal açıdan yetkin bir yapan, bebeklik döneminde nasıl ortaya çıkmaktadır?
12. İnsan dışında bir ortamdaki gelen davetlere karşılık bebeğin oyuncu bir yapan olma tecrübesi nasıldır: bir top atmak, bir ayağı sarılmak?
13. Bebekler başkalarıyla olan *etkileşimleri başlatabilen* ve başkalarının başlattıklarına iştirak eden *bir yapan olma özelliğini nasıl kazanırlar*?
14. Gidişata paralel olarak güvenli bir kapasite geliştiren bebekler için çift yönlü başlatma ve işbirliğine yönelik başlangıçlarda aksamalara ve işbirliğinde başarısızlıklara yol açan yollar nelerdir?
15. Güdülenme sistemlerinin ortaya çıkmasına ve işleyişine yol açan süreçler nedir ve güdülenme sistemleri, fail kendilik duygusu ile nasıl bütünleşmiştir?
16. Fail kendiliğin niyet ve hedeflerin erken biçimlerinden, sözle

sembolik sistemin ve yaratıcılığın daha karmaşık haline ilerlemesine imkan veren nedir? Burada mecazi süreçlerin temel rolü odak noktası olacak.

17. Yapan kişi engellerle karşılaştığında, güven ve iyimserlik yoluna ya da alternatif olarak güvensizliğe ve kötümserliğe doğru ilerleyen farklı yolları nasıl anlayacağız? Burada odak noktası, Tronick'den (2002) sonra gelenekselleşen, bozulma-onarım dizileri olarak adlandırılan konu olup, buna ek olarak, Kohut'u (1977) takiben, onarımın empatik temelli bir ilişkinin eski haline getirilmesini içerdiği fikridir.
18. Alt sembolik ve imgeci sembolik işleme ile iç içe geçen ve yapanın çeşitli beklenti, niyet ve hedeflerine yönelik gidişatı etkileyen erken hafızayı nasıl anlarız?
19. Yapanın hayranlık ve beğeni deneyimleri başkalarının ve kendinin değerlendirmesinde nasıl bir rol oynar?
20. Önceki bölümlerden özetlemek gerekirse, yaşamın ilk yıllarında gelişim için çok önemli olan yaşanmış deneyimlerden hangileri daha sonra terapiyi kolaylaştıracak olan süreçlerin temelini oluşturur?

Yine, her soru ve cevap sanki prizma aracılığı ile gelişimin kendilik algısıyla ilgili özel bir yönüne bakılıyormuş gibi görülebilir. Doğrusal olmayan dinamik sistemlerin karmaşıklığına ve esnekliğine uygun olarak kronolojik bir açıklama sunmamayı seçtik. Bize göre, evrelerin geleneksel sunumu, yanlış doğrusal bir perspektif aktarır. Gelişimi, sabit evreler yerine, esnek ve biraz da öngörülemeyen birden fazla yol ve sonuç gidişatı olarak görüyoruz. Canlanmış kendilik bebeklik döneminde başlar. Fakat gidişatı doğrusal değildir.

## **Bayan H**

Her ne kadar mevcut tartışmanın temel amacı, bebek üzerinde gözlem ve araştırmalar yoluyla hayatın ilk yılındaki fail kendilik algısının gelişimi ile ilgili görüş ileri sürmek ise de, yaşamının ilk yılı uzun ve zor bir analizle yeniden yapılandırılmış yetişkin bir hastanın sunumu

ile bebeklik dönemi ile incelememize başlıyoruz. Tıpkı canlandırılmış kendilik kavramı gibi erken yaştaki ilgimiz de terapötik deneyimlerimizden kaynaklanır. Ve bu, bir yetişkinin analizinde erken gelişim döneminde yaptığını yapan olma deneyiminine yönelik merakımızı ve takdirimizi arttırabilecek tam olarak ne öğrendiğimiz konusunu gündeme getirmektedir.

Söz konusu hasta Bayan H, erken yaşta başkaları ile yapılanlarda duygusal yapan olarak başarı ve başarısızlık deneyimlerinin ele alındığı tedavi sürecinde beliren, sergilenen ve ortaya çıkan pek çok şeyden dolayı seçilmiştir. Bayan H'nin erken yaşantı deneyimlerinden kaynaklanan yatkınlık etkileri ile bir yapan olarak yaptıklarındaki yetişkin başarı ve başarısızlıkları arasında çarpıcı derecede bağlantı kurulabiliyordu.

Hayat boyu gelişim ve psikanalizdeki ilerleme, çerçeveleyen bağlamlardan büyük ölçüde etkilenmektedir. Bayan H'nin analizinin anlatımı bağlamında, bizden biri olan analist (J. L.) ilk hastasını tarafsızlık, perhiz, anonimlik ve öedipal çatışmayı vurgulayan bir eğitim kurumunda tedavi etmiştir. Süpervizör klasik yaklaşımın güçlü bir savunucusu idi ancak neyse ki preöedipal gelişimin önemi konusuna karşı açıktı. Analistin deneyimsizliği, şüpheciliği ve sınırlayıcı zorluklar ile mücadelesinden kaynaklanan tepkiselliği devam eden bir gerilim yaratacak şekilde hastanın yoğun ihtiyaçları ile birleşti.

Şimdi, bu analizin sona erdirilmesinden elli yıl sonra, ilişkisel streslerin üstü kapalı bir sahne oluşturduğu görülmektedir ki bu da muhtemelen Bayan H'nin duygusal patolojisinin görünümünün abartılı olmasına yol açtı. Her şeye rağmen, çerçeveleyen bağlam yüzünden ne kadar abartılmış ya da karikatürize edilmiş olursa olsun, bu görünümde daha sonraki araştırma ve gözlemlerle desteklenen bir sahicilik bulduk. (1964'te sunum için ve o zaman tamamlanmış olan Bayan H'nin analizini temel alarak yazılmış olan ilk makalenin "Kendiliğin erken farkındalığının değişimi üzerine" isimli olduğunu belirtmekten memnuniyet duyarız.)

Bayan H, kademeli olarak gebe kalma korkusuna dönüşen ağır bir kanser fobisi nedeniyle analitik tedavi için geldi. İlk görüşmede, anın-

da abartılmış bir gerginlik ve açıkça konuşma güçlüğünü ortaya koydu ki bu durum sonraki oturumların can sıkıcı karakteristiğı haline gelen bir güçlüktü. Konuşma doğal bir akışla gönüllü ilerlemiyor, onun yerine bilgi belirli bir soru karşısında sözcük patlaması halinde veriliyordu. Kendiliğinden ve yoğun bir şekilde ortaya çıkan tek yorumu ilk görüşmenin sonlarına doğru, hayatında bahsetmediğı önemli biri olup olmadığını sorduğumda geldi. Şöyle cevap verdi: “Hayır. Bir ikizim var. O benden 10 dakika daha küçük. Bunu unutmamasına asla izin vermedim. Ona her zaman patronluk tasladım. Ben hep zeki olandım, o da güzel olan.” Tedavinin sonraki dört buçuk yılı boyunca, bu konuda ayrıntılı bilgi verdi: O okulda daha başarılıydı; kız kardeşini en sevdiği oyuncuğunu ona vermesi için zorlamıştı; o çok hareketliydi ve kız kardeşi de tembeldi; o dikiş, yemek pişirme ve para idaresi konularında daha iyiydi ve ilk evlenen olmuştu.

Ayrıca ısrarcı sessizlikler analitik çalışmanın bu ilk yıllarına damgasını vurmuştu; bir defasında sessizlik peş peşe yedi saat sürmüştü. Bayan H'nin sessizliklerine benim tarafımda korumak zorunda olduğumu hissettiğim paralel bir sınırlama eşlik ediyordu. Ayrıca günlük etkinlikleri ve seanslar sırasında ortaya çıkan olayları birbirinden yalıtarak, daha geniş bağlamlardan yoksun olacak şekilde bu konulara takılıp kaldı. Yine de savunmacı oluşu konusunda aynı zamanda suçlu, depresif ve umutsuz hissediyordu. Bu gergin, engellenmiş, sessiz, depresif, mahcup, utangaç kadın resmi, olağan kişiliğıyle tamamen çelişiyordu. Analizin dışında, kendi tarifine ve başkalarının gözünden görüldüğü haline göre genelde konuşkan, dedikoducu, saldırgan, enerjik ve işveliydi.

Saat, ücret gibi düzenlemelerin her birini hâkimiyet mücadelesi olarak görüyordu. Karar ne olursa olsun kısaca yakınabilir veya acı içinde, mağdur sessizlikle göğüs gerer fakat duygularının ifade ettiklerini asla tartışmazdı. Prototipik etkileşime göre iyi niyetli çiftler arasında hiçbir şey tartışılmazdı ya da müzakere edilemezdi. Anlaşmazlık içinde olan bir mesele, anlık, çoğu zaman da o veya diğerk kişi hakkında acımasız, sabırsız, adil olmayan ve dogmatik bilinçsiz yargılar ile çözüme kavuştururken, konu ile ilgili daha fazla söylenebilecek ya da söylenmesi gereken bir şey olmazdı.

Beşinci yılda beklenmedik bir şekilde önemli bir dönüm noktası gerçekleşti. Şimdiye kadar korkusunu önce kanser sonra da vücudunun, annesininki gibi hassas olduğu inancı ile alakalı olan gebelik konusuna bağlayabildik. Anne Bayan H ve ikiz kardeşine hamileliği sırasında oldukça hastaymış. İkizler prematüre doğmuş ve üç ay boyunca kuvözde kalmışlar. Sonrasında, annenin iyileşme sürecinde birçok bakıcı tarafından bakılmışlar. Bir diğer konu da, tuvalet eğitimindeki erken ve prematüre çabalardan dolayı, Bayan H'nin tutma ya da bırakma işleyişini düzenleme konusundaki becerisi ile ilgili şüpheleri idi. Tedavi süresi boyunca, Bayan H her ne kadar analizden herhangi bir fayda sağladığını şiddetle reddetmiş olsa da, dışarıdaki hayatında pek çok kazanç deneyimlemiştir. Özellikle kayda değer olanlar şöyledir: Gebeliği önleyici uygulamaları bırakmış, hamile kalmış ve herhangi bir sıkıntı çekmeksizin bir kız çocuğu doğurmuştur.

Bir yılı birkaç ay geçtikten sonra, yani kızı 16 aylık olduğunda, Bayan H kızının aynı yaşta başka bir çocuk ile oynaması konusunda endişeli bir şekilde konuşmaya başladı. Beni şaşırtan nokta şuydu ki oyundaki saldırgan unsurlardan bahsederken kendini ezilen taraf ile fazlasıyla özdeşleştirmişti. Çocuğun oyuncağını kaybetmesi ya da itilip kakılması ile ilgili dokunaklı hisleri, genellikle rekabetten bahsederken takındığı tavrın tam tersiydi. Buradan çıkardığım sonuç şuydu ki hasta hafızasında, kendisinin yerine kız kardeşinin baskın olduğu döneme dair tüm farkındalığı bloke etmişti. Bunun öncesinde, Bayan H ikizini sürekli geçtiğinden bahsederdi ve bunu yapmadığı tek zaman kız kardeşinin birinci sınıfta daha iyi bir okuyucu olduğuna değindiği kısa ifade idi. Bayan H çok çalışıp, kısa sürede en iyi okuma grubuna girdiğini belirtmişti.

Yakalayıp geçmenin onun tüm erken gelişimi için ilk örnek oluşturduğu kanıtlanmıştı. On dakika erken ama bir kilo zayıf doğmuş olarak, prematüre ikiz bebekler içinde küçük olan Bayan H, kendisinden daha iri olan kız kardeşine göre gelişimde daha yavaştı. Beslenme ve erken tuvalet eğitimi çabalarında daha az başarılıydı, daha geç konuştu, kardeşinin konuşması ondan daha iyiydi ve kardeşiyle olan ilk karşılaşmalarda kaybeden o oluyordu. Üç ve dört yaşlarında, yapabilecek

duruma gelir gelmez enerjik yapısını mücadele etmek ve konuşma da dâhil olmak üzere onu her alanda geçmek için kullandı. İkiz kardeşini nasıl geçtiğini anlattığı hikâyelerde, onu düşürdüğü sıkıntılı konum Bayan H’yi kontrol edemediği bir gülme krizine sokuyordu. Kahkahanın anlamının yorumlanması, özellikle aktarılıştaki bölük pörçük görünümleri, Bayan H’nin durumu tersine çevirmekten, sinir bozucu olan kişiyi sınırlandırmaktan aldığı sadistçe zevki fark etmesini sağladı. Hasta bu durumun tersini, ikilinin zarar gören tarafı olmayı, acı veren bir aşağılama hissi olarak hissetti.

Bayan H. farklı zıt kutupları deneyimleme eğiliminin mevcut ilişkileri üzerindeki zararlı etkisini, bir uçta aşağılanıp ezilen biri, diğer uçta ise bu zorlukların üstesinden gelip bundan sadistçe zevk alan biri olmayı deneyimleyerek ancak büyük zorluklarla anlayıp kabul edebilmişti. İkiz kardeşi ile yaşadığı erken mücadeleleri tekrar deneyimleme korkusu, zorlayıcı durumlardan kaçınmasına neden oldu. İlk yıllarda olduğu kadar başarısız olabileceğinden korktu – başka bir deyişle, analizin başlarındaki “ben konuşamayanım” rolüne dönme ihtimalinden korkuyordu. Ruh hali de etkilenmişti. Annenin tepkileri ikizler arasındaki farkları kızıştırıyordu. Daha neşeli, daha az huysuz ve daha iri olan ikize daha verici olan anne, tıpkı kendisi gibi ortak depresyon ve onaylanmama karışımından oluşan zıt eğilimlere sahip hastama ise daha az vericiydi.

Bayan H’nin analizi sırasındaki sessizlikler farklı zamanlarda değişik anlamlar ifade ediyordu. Tedavinin yapıldığı dönemde yorumlayıcı uygulama açısından ele alındığında, sessizlik öncelikle savunmanın bir tezahürü olarak görülmüştü. Şimdi yapacağımız gibi güdülenme sistemleri teorisinin merceğinden baksaydık, her sessizlik tecrübesini belirli niyet ve hedefin bir ifadesi olarak kabul ederdik. Bayan H sessizliği utanç, kendine yenilme ve aşağılama duygularından uzaklaşmak için bir araç olarak kullandığında itici ve kendini koruyan amaçlara hizmet etti. Öfkeli olduğunda ve kendini tutuyorken, sessizliğini güdüleyen şey, benim sessizce tasvip etmemem ile terk edildiğine dair oluşan inancı karşısında düşmanca tepki verme ihtiyacı idi. Kötümserlik ve eylemsizlik hissettiğinde, özellikle de benden empatik bir karşılık

bulamadığında, “İkiz kardeşlerden hâlâ konuşmayı beceremeyen benim” umutsuzluğunu yeniden deneyimledi. Fakat aynı zamanda “Konuşamıyorum” rolünden faydalanarak sadistçe bir meydan okuma ile sapkın bir güç öne sürdü. Buna rağmen başka varyasyonlar da vardı. Özellikle analiz faydasını göstermeye başladığında, bazı sessizlikler daha pozitif bir nitelik kazandı. Bu sessizliklerde Bayan H enerjisini derecenin kontrollü olduğu sakin bir yerde ve diğerini kabullenerek yenilerken, meşgul olmayan zihninin öylece gezinebilmesi için kendi olmasına olanak sağlayan bir ara deneyimliyordu. Bu canlandırıcı zihin gezintisinin olduğu sessizlikler özellikle ne denli enerjik, yetenekli biri olduğu konusunda hararetle biçimde gezinip durduktan sonra oluyordu. Bu gibi durumlarda suskunluğu tetikleyen fizyolojik düzenlemeye duyulan ihtiyaç ile birlikte talepkar, eleştirel olmayan bakıcıya bağlanma duygusunun etkinleşmesiydi. Sessizlikler ayrıca planlı bir ayrılık ile mücadele ettiği zamanlarda meydana gelip, yalnızlığa adapte olmak için kendini toparlamasına araç olmuştur.

Bayan H'nin beni algılayışında kafa karıştıran bir olgu vardı. Çeşitli nedenlerle ofis dışında, benimle karşılaşabileceği zaman ve yerlerde bana doğrudan baktığı halde ısrarla ve kesinlikle beni gördüğünü reddediyordu. Ofise girip çıkarken bana direkt bakmaktan kaçınıyordu. Bu bilinçli görmezden gelmenin atında yatan temel neden benim onu değersiz bulduğumu sanması ve onun çağrışımsal üretkenlik yoksunluğuna fazladan bir dakika bile tahammül edemeyeceğime dair korkusu ve olumsuz kanaati idi. Tüm bunların yüz ifademden okunduğuna emindi. Sadece ofise girip çıkarken hızlıca bakarak herhangi bir güven ışığı elde edebilirdi. Bununla çelişkili olarak, onunla pratik bir düzenleme hakkında konuşacak olsam, söyleyeceğim şeylerin memnun edici ya da muhtemelen yaklaşmakta olan hâkimiyet mücadelesinin kaynağı olup olmadığına bakmaksızın yüzünü tamamıyla dönüp bana bakar ve sevince yakın bir rahatlama yaşardı. Konu bir yana, bizim yüz yüze bakmamız onun bilinçdışındaki sabit bir inancı kırıp geçiriyordu. Bu inanç onun onaylamayan, sinirli, depresif annelik deneyimini yeniden yaşadığımız ve sıkışıp kaldığı bu eşleşmeyi değiştirme konusunda utanç verici biçimde yetersiz olduğu idi. Buna ek olarak, annesinin ikiz kardeşi ile oluşturduğu daha başarılı eşleşmenin gözü önünde tek-

rarlayan açılımının oluşturduğu zıtlık, görsel algılamayı acı veren bir beklenti kaynağı haline getirmişti.

Analizin ilerleyen bir aşamasında, olumsuz şekilde görüleceği yönündeki olumsuz beklentisinin başka bir kaynağı, bir rüya analizinden geldi. Bu rüyada bir adam aniden bir odanın ortasında ayağa kalkıyordu. Rüya üstünde çalışmak ilk görüşme saatinde bekleme salonuna girdiğimi gördüğünde erotik anlamda uyarılmasıyla ilgili anısının geri gelmesini sağladı. Bu tecrübenin keyif veren doğası, güzel olanın ikizi olduğu düşüncesiyle –ilk seansın sonunda bahsedilen– hemen acı verici bir aşağılanma haline dönüştü; duygusal / cinsel alanda, olumsuz olarak görülen diğer tüm erken beklentilerin bir hatırlatmasıydı.

Analiz boyunca aralıklarla meydana gelen şaşırtıcı bir belirti Bayan H'nin “esneme” dediği şeydi. Sıradan esneme gibi, bu tekrar eden olgu esneme gibi ağzının kompulsif biçimde açılmasını gerektiriyordu. Fakat sıradan esnemenin aksine buradaki başlıca özellik, ağzı açık olduğunda kendi isteğiyle kapatamayacağını düşünüyordu. Ayrıca sıradan esnemenin aksine, bu olduğunda içine hava çekmiyordu. Olgu ikimize de kaygının tezahürü gibi geldi, fakat farklı bir durum idiye açıklamadan kaçındı. Sonunda ortaya çıkan anlayışa dayanarak, bugün geriye baktığımda şunu söyleyebilirim ki sıklıkla benim tarafımda empatik yetersizlik olduğuna dair algısına tepki veriyordu. Analizin son yılında, Bayan H daha az kaygılı hale geldiğinde, açık ağız deneyimi ortadan kayboldu. Daha sonra seansların bitmesine iki ay kala ikinci başarılı hamilelik ve doğumdan sonra, büyük kızının 3 aylık bebeğe biberon verip veremeyeceğini sorduğunu söyledi. Bayan H, küçük kızın şışeyi bebeğin dudaklarında sabit şekilde tutamadığını anlatırken ve meme başının çok ileri gittiğini söylemesine fırsat kalmadan kendimi açık ağız semptomu modellerken ve ağzımı kapatamıyorken buldum. Anladığımı anlatmaya başlarken, Bayan H, aynı O şeklindeki açık ağız semptomunu deneyimledi. O zaman ablasının dediğini hatırladı. Annesi genellikle daha hızlı karşılık veren ikizi yedirirken, daha yavaş ve huysuz olanı ablası yediriyordu. Açık ağızda deneyim, hem çocuk besleyicinin pragmatik olarak beceriksizliğinin somatik bir işaretiydi hem de özellikle ilk yıllarda sık sık tekrarlanan tercihli terk edişe işaret

ediyordu. Onunla uğraşmak istemediği ve diğerini tercih ettiği inancının aktarımı ile birlikte ilerledi. Özellikle analizin başlarında, bu örtülü atfı çoğunlukla sessizliğimizin ve hâkimiyet hareketlerimizin çoğunu karakterize eden altta yatan harekette ortaya çıktı. Bu anlarda, o yapmayan veya yapmayan bebek oluyordu, ben de akli karışmış, yetersiz, analiz edilmesi daha kolay olan ile çalışmayı tercih edecek olan bakıcı oluyordum. Fakat o kendi çocukluk modelini takip etti, ben de ondan ayrı olarak kendi modelimi takip ettim, ikimiz de yenilmiş, kötümser bir duruşu kabul etmeyecektik; bu nedenle sebat etmek için başarıyla mücadele ettik.

Bayan H hakkındaki anladıklarımın fazlasına, ilgili tüm hata riskleri ile birlikte, konuşma öncesi erken dönemin yeniden yapılanmasına dayandığından dolayı, Dorothy Burlingham'ın (1949) doğrudan ikizleri gözlemediği doğrulayıcı bulgular sayesinde emin oldum. Burlingham şöyle yazar:

Erken yaştaki ikizlerin başarılarındaki farklılıkların farkında olduklarını gözlemlemek mümkündür. İkizlerden daha geride olan fark etmişti ki diğeri emekleyip çömelip ayakta durabilirken, kendisi sadece yatabiliyor ya da oturabiliyordu; diğerini izlerken üzülüyordu. Bu durum daha az aktif olan bebeğin aktif olan ile, normalde çocuklarda olan yaştan çok daha erken bir yaşta yarışmaya başlamasına neden oluyordu. Rekabetçi durum, anne ya da dadı arasındaki ilişki yoluyla yine artacaktır. Her yeni başarı için anneden doğal olarak gelen hayranlık keyif verir. Daha geride olan, sadece ikizinin başarısını değil, aynı zamanda annenin yüzünde beliren zevk ifadesini de gözlemlemiştir.

(s. 62)

Burlingham, altta kalan ikizinin memnuniyetsizliğini şöyle anlatıyor ve iki tepki belgeliyor: İlki, hükmedilen ikiz liderliği ele geçirmek için ikizinin fazla olan gücü veya etkinliğinde oluşan bir azalmadan hemen yararlanıyordu; ikinci olarak da arka planda kalan ikizler daha gelişmiş kız kardeşini veya erkek kardeşini devirmekten bariz bir zevk alıyordu.

Bayan H'nin en erken deneyimleri düşünüldüğünde, hâlihazırda üç

konu kendiliği deneyimlemeye ilişkin önemli klinik uygulamalara sahip olarak kendini ortaya koymaktadır. Her üçü de sadece Bayan H'nin durumuna değil, aynı zamanda tüm erken gelişime bağlanabilirler. Erken gelişimin bu yönlerinin her biri duygusal fail kendilik hissi üzerinde ömür boyu etkiye sahiptir. Bu gelişim çizgilerinin her biri aynı zamanda klinik çalışma için özel önem taşır.

İlk olarak, duygusal durumlarının ve ruh hallerinin harekete geçirilmesine yönelik eşikler kendilik duygusu ve terapötik yaklaşımların başarısı veya başarısızlığı üzerinde örtülü bir etki yaratmaktadır (Mesela, Bayan H'nin erken ortaya çıkan disforik durumları şüphesiz tedavisini çevreleyen "tarafsız" ve "perhize dayalı" terapötik çerçeve tarafından şiddetlenmiştir). İkinci olarak, özellikle formatif yıllarda, atıfları alan taraf olmak ve dolayısıyla diğerleri ve kendisi ile ilgili atıflar yapmak, kimlik temaları, aktarımları ve karşı aktarımları için önemlidir. (Mesela, Bayan H kendisinin zor olan ve konuşamayan, kardeşinin ise güzel ve kolay olan diye görülmesi deneyimini tekrar yaşadı.) Hem bireysel, hem de özellikle kümülatif etkileri göz önüne alındığında, sonradan ortaya çıkan empatik ilişkinin restorasyonu ile bozulma ve onarım dizisi, tedavide yapanın niyetlerinde kaçınılmaz ayrışımından ve empatik temelli veya diğer iletişimlerin düzensizliğinden kurtulma konusunda yeteneğine duyduğu güveni örtülü ve açık bir şekilde etkiler. (Mesela, Bayan H'nin, empatik başarısızlıkların yapan olarak güveni üzerindeki yıkıcı etkisine karşı gösterdiği aşırı duyarlılık tedavide sıklıkla kendini gösterdi; bir onarma biçimi olarak, olayların akışını tersine çevirme eğilimi bağlamında sergilediği psikolojik sağlamlık gibi.)

Bu yazının sonunda, benliğin erken gelişiminin klinik açıdan önemli yönlerinin listesini toplam 12 maddeye denk gelecek şekilde genişleteceğiz. Ancak önce yaşamın ilk yıllarında kendilik duygusunun ortaya çıkışı hakkında ortaya attığımız soruları ele alalım.

### **Kendilik Algısının Ortaya Çıkışı**

1- Bir yeni doğanın hayatının ilk dakikalarında fail kendilik algısının ortaya çıkışı ile ilgili ne fark edilebilir?

J. L. torunu Katie'nin yeni doğan hayatının ilk dakikalarını anlattı