

Kendilik Psikolojisinde Terapi Teknikleri ve Klinik Etkileşim: Güdülenme Sistemleri

Tahir ÖZAKKAŞ, M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 297

Kendilik ve Öznelerarasılık Serisi: 17

Kendilik Psikolojisinde Terapi Teknikleri ve Klinik Etkileşim: GÜDÜLENME SİSTEMLERİ

Uz. Dr. Tahir Özakkaş

ISBN 978-625-7309-07-3

Birinci Baskı: Mart 2021

Editör: Tahir Özakkaş

Yayıma Hazırlayan: Psikoterapi Enstitüsü Yayın Ekibi

Dizgi ve Kapak Tasarım: Yasemin Gümüş

Baskı: ENT Matbaa Yayın Reklam San. ve Tic. Anonim Şirketi
Merkez Efendi Mh. Mevlana Cd. Tercüman Sit. A-8 Blok No:118 No:54 K:13
Zeytinburnu – İSTANBUL

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ. GENEL MERKEZİ

Asmalı Mescit Mah. İstiklal Cad. Galatasaray Han, “*Terapi İş Merkezi
Beyoğlu*” Dış Kapı No: 120 D:42, Beyoğlu / İSTANBUL
Tel: 0212 243 2397

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK ORG. VE DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ. DARICA ŞUBESİ

Bayramoğlu Mah. Fatih Sultan Mehmet Cad. “*Terapi İş Merkezi Bayramoğlu*”
Dış Kapı No: 285 D:29, Darica / KOCAELİ
Tel: 0262 653 6699

PSİKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ LTD. ŞTİ. ANKARA ŞUBESİ

Aşağı Öveçler Mah. 1324 Cad. “*Terapi İş Merkezi Ankara*” No:57/1,
Çankaya / ANKARA Tel: 0312 473 53 76

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, ulusal konferanslar, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Bu kitap 2 günlük 09-10 Nisan 2016 tarihlerinde Psikoterapi Enstitüsü bünyesinde gerçekleşen “Kendilik Psikolojisinde Terapi Teknikleri ve Klinik Etkileşim: GÜDÜLENME Sistemleri” atölye çalışmasının deşifresi olma özelliğiyle özgün bir niteliktedir. Atölye çalışmasına psikoterapinin kısa tarihi ile giriş yapılmış, geçmişten günümüze dönemden döneme çığır açan yaklaşımlar ele alındıktan sonra GÜDÜLENME Kuramı ve Joe Lichtenberg ayrıntılı olarak ele alınmış, Lichtenberg'in GÜDÜLENME Sistemleri bağlamında terapi süreci irdelenmiş, GÜDÜLENME Sistemlerinin işlenmesiyle devam edilmiştir. Son olarak Lichtenberg'in Skype üzerinden derse katılımıyla kendisinin en bilgililerinden istifade edilmiştir.

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

Uz. Dr. Tahir ÖZAKKAŞ
Psikoterapi Enstitüsü Başkanı

İÇİNDEKİLER

1. GÜN / 9 Nisan 2016

1. BÖLÜM

Giriş ve Psikoterapinin Kısa Tarihi	3
Ego Psikolojisine Giriş	6
Hucum Terapisi Nedir?.....	7
Nesne İlişkileri	7
Duygulanım: Her Şeyin Başlangıcı	8
Masterson Yaklaşımı	11
Kendilik Psikolojisi ve Kohut.....	12
Gelişimsel Duraklama ve Kendilik Nesnesi İşlevi	16
Gıyabında İçer Bakış	20
Kendilik Psikolojisinin Çağdaş Yaklaşımları	25
Daniel Stern, Deneyime ve Gözleme Dayalı Çalışmalar	30
Yedi Güdülenme Sistemi ve Güdülenme Kuramı	36
Fizyolojik Düzenleme Güdülenme Sistemi	36
Bağlanma Güdülenme Sistemi	38
İlişkilenme Güdülenme Sistemi	42
Keşfetme-Ortaya Koyma Güdülenme Sistemi.....	46

2. BÖLÜM

Güdülenme Kuramı ve Joe Lichtenberg	54
Bakım Verme Güdülenme Sistemi	59
Kaçınma Güdülenme Sistemi	65
Duyusal Güdülenme Sistemi	77

İÇİNDEKİLER

3. BÖLÜM

Lichtenberg Güdülenme Sistemleri Kuramına Göre Terapi Sürecinin İrdelenmesi	99
--	----

4. BÖLÜM

Lichtenberg Güdülenme Sistemleri	146
--	-----

2. GÜN / 10 Nisan 2016

1. BÖLÜM

Güdülenme Sistemleri	191
----------------------------	-----

2. BÖLÜM

Güdülenme Sistemleri (Devam)	248
------------------------------------	-----

3. BÖLÜM

Güdülenme Sistemleri (Devam)	295
------------------------------------	-----

4. BÖLÜM

Lichtenberg İle Skype Üzerinden Bağlantı Yapılıyor	330
--	-----

Dizin	356
-------------	-----

1. GÜN

– 09 NİSAN 2016 –

Giriş ve Psikoterapinin Kısa Tarihi

Tahir Özakkaş: Evet arkadaşlar, hayırlı sabahlar, herkes hoş geldi. Şöyle bir slaytımızı kapatalım önce biraz sohbet edelim. Şuraya çikolatamızı kimse yemesin diye önümüze alalım. Sağlam kafa sağlam vücutta bulunur değil mi Kursiyer S.?

Kursiyer: Evet hocam.

Tahir Özakkaş: Öyle demişler.

(Kursiyerler ile Tahir ÖZAKKAŞ arasında eğitimden bir gün önce ziyarete gelen Ankarada Adli Psikiyatri yüksek lisansı alanında görev yapan ve doktora yapan hocalar hakkında konuşmalar geçiyor. Üniversitede görev yapan hocaların Tahir ÖZAKKAŞ'ın tavsiye edeceği öğrencileri yüksek lisansa kabul konusunda kolaylık sağlayacağı, Ankara'daki kursiyerlerden istekli olanların başvuru yapmaları konusunda teşvik edici konuşmalar yapılıyor. Ayrıca görevli hocaların eğer mümkün olursa Adli Psikiyatri Enstitüsü açma yetkisi almayı planladıklarını ifade ediyor.)

Evet, Őu slaytları aldınız değil mi? M¼mk¼n olduğu kadar slaytlara baŐvurmayacaęım ama zaman zaman baŐvurma durumum s¼z konusu olabilir. G¼d¼lenme sistemi ile ilgili Őu slayta, daha sonra ikinci kağıda bakacağız. Fotokopisini almayan arkadaşlar buradan alsın.

Ruhsal yapılar ile ilgili gerçekten bir bilimsel inceleme, araştırma Freud ile baŐladıęı kabul ediliyor. Batı biliminin içerisinde psikolojik analiz ve inceleme, ruhsal yapıyı inceleme sizlerin de gayet iyi bildiği gibi Freud ile baŐlıyor. Freud ruhsal yapıyı işte yapısal olarak id, ego, s¼perego; topografik y¼nden bilinçli olarak, bilinç öncesi, bilinçdışı alan gibi birtakım dinamik, ekonomik ayrımlara tabi tutarak bir inceleme yaptı. En önemli getirmiş olduğu yapılardan bir tanesi, iddialardan bir tanesi çocuk cinselliğiydi. Bebeklikten itibaren çocuklar cinsel haz peŐinde koŐarlar, d¼rt¼leri vardır. Bu d¼rt¼leri nedeniyle kendilerini ortaya koymak isterler. Sosyal yapı da bunu yasaklar. Bu yasaklama nedeniyle çıkan çatıŐmadan da semptomlar oluŐur der. D¼rt¼ çatışma semptomu. Bebeklerin daha sonra nevrotik tablolar olarak eriŐkin halde karşımıza gelmesinin nedeni ise çocukluk d¼neminde kız çocuklarının babaları tarafından veya yakınları tarafından cinsel tecav¼z veya tacize maruz kalmalarıdır dedi. Nevrotik semptom ile gelen t¼m hastalar babaları tarafından tecav¼ze veya tacize uęramıŐ kız çocuklarıdır, ilk iddiası buydu Freud'un. Bunu biliyorsunuz.

Kursiyer: Watsons ile bir tartıŐma vardı.

Tahir ¼zakkaŐ: Direk buydu iddiası ve travma teorisiydi bunun adı. Fakat daha sonra yapılan psikanalitik araŐtırmalarda hem arkadaşlarını hem de kendi vakalarının ¼zerinde incelen-

diğinde her vakada böyle travmatik bir anının çıkmadığı, bazı-
larının hastalar tarafından uydurulduğu ifade edilince ilerleyen
analizlerde Freud'un ana teorisinin bel kemiği yıkıldı. Freud
orada travma teorisinden fantezi teorisine geçti. Dedik travma
olabilir, olmayabilir de ama hastanın kafasında böyle bir en-
sestiyöz hikaye ve fantezi vardır. Fantezinden dolayı nevrotik
tablolar çıkar dedi. Peki fantezi dediği şey nedir kız çocuğunun
babasına olan aşkı, babasının da onun ile ilgili cinsel istisma-
rı veya yönelmesi ile ilgili kız çocuğunun kafasındaki fantezi
kız tarafından daha sonra gerçekmiş gibi deneyimleyerek bu-
nun ile ilgili çatışmayı çözmek için semptom oluşturur. Semp-
tomların arka planda kız çocuğunun babası ile ilintili fantazi
geliştirilmesi, bu fanteziyi güya babası tarafından tecavüze
uğruyor şeklinde algıya dönüşmesi, bu algı nedeniyle de kız
çocuğunun semptom geliştirilmesi şeklinde bir iddiası vardı.
Ruhsal yapının bu şekilde id, ego, süperego ve dinamik süreç
olarak, topografik süreç olarak iddia edilmesi ve patolojinin
önce tramvaya daha sonrada fantaziye dayandırılması ilerle-
yen dönemlerde gittikçe değişime neden oldu.

Bütüncül psikoterapi eğitiminde ilk aydan başlayarak an-
lattığım hikaye ve bugüne kadar gelen hikaye aslında psika-
nalitik veya ruhsal tedavi sürecinin aşamalarıydı. İlk ay ruhsal
aygıtı id, ego, süperego olarak anlatırken ikinci ay Ego Psi-
kolojisi'ne geçtik, Hartmann'a geçtik, Chris'e geçtik, Rapa-
port'a geçtik hatırlarsanız. Anna Freud'a geçtik hatırlarsanız.
Dedik ki bütün hikayenin arkasında idin dürtüsel yapısının ha-
yata taşınması, cinsel arzuların tatmini şeklindeki bir anlayış
ki o anlayış travmadan fanteziye evrilerek geçmiştir Freud'un
kendi iç dünyasında. Her şeyin idden ibaret olmadığı, her şe-

yin dürtülerin tatmin olmasından ve bunu engelleyen sosyal çevrenin çatışma yaratmasından değil; egonun kendisinin de doğuştan getirmiş olduğu birtakım yetiler ve yönelimleri olduğunu görüyoruz. En önemli yönelmesi de bulunduğu çevreye adaptasyon yeteneği olan, uyumluluk yeteneği olan, var olabilmek için sağladığı doğru uygunluk sürecine giren bir egodan bahsettiğimizde idin analizinden ziyade egonun analizinin yapılması gerekir diyen Anna Freud, Freud'un kızı ve daha sonra Hartmann ile beraber bilimsel bir alana yönelen ego psikolojisi ile karşılaştık.

Ego Psikolojisine Giriş

Buradaki mesele neydi? Ego psikolojisinin iddiası; terapiye gelen kişi ister travmadan olsun, ister fanteziden olsun, dürtüleri ile ilgili bir farkındalık meydana getirdiğinizde veya iç dünyasındaki patolojik arzu ve istekleri zihne geldiğinde bunu istemiyor. Kişinin kendi iç dünyasındaki dürtülerinden haberdar olmak istemiyor. Fakat bu dürtüleri de tatmin etmek istiyor. İşte haberdar olmak istemeyen tatmini de doğrudan yapmak istemeyen iç dünyamız ego denen aygıt ile birtakım savunmalar üretiyor. Savunma düzeneklerinin amacı; iç dünyamızdaki dürtülerin tatmininin nasıl engelleriz ve engellediğimiz dürtüleri de çaktırmadan nasıl boşaltırız konularıdır.

İşte egonun bu fonksiyonları o kadar detaylandırıldı ki savunma düzenekleri ismi altında baktığımızda; ego hangi adaptif yetenekleri kullanmış, hangi savunmaları kullanmış, kişiliğin gelişimi ile ilgi olarak en zayıf en ilkel savunmalar nelerdir, adaptasyon yeteneği arttıkça bu zayıf olan savunma düzenekleri nasıl olgun hale geliyor ve olgun savunmalara

dönüşüyor şeklinde kendi kendisine soru sorduğumuzda işte Hartmann'ın ve Anna Freud'un getirmiş olduğu egonun analizi başladı. Egoyu analiz etmeden alttaki dürtülere ulaşmanız mümkün değildir. Bu sayede savunma düzeneklerinin farkına varmaya başladık.

Hucum Terapisi Nedir?

Bizim hücum tedavisinde hastaları bir eğitime tabi tutup, ego-ları ile muhattap olup bir mekanizmaları anlatıp, “Aa bu da bende var” diye farkındalığı oluşturduğumuzda bir nevi yaptığımız şey bir ego analizi. Anlatabildim mi? bu ego analizinin içinde boşanmaların neye karşı, neyi savunduğunu anlayabildiğinde içindeki hem agresif hem de libidinal birimden gelen dürtülerin nasıl engellendiğini, nasıl değiştirildiğini, nasıl çarpıtıldığını ve nasıl deşarj edildiğini mekanizmalarını öğreniyor, sistem böyle bir yapı üzerine bina ediliyordu.

Nesne İlişkileri

Ego psikolojisi bu analizinden sonra İngiltere'den Melanie Klein, Fairbairn ve nesne ilişkileri Winnicott, Jacopson dediler ki bir dakika dediler çocuk sadece dürtülerden ibaret değil, içsel tasarımlar alıyor bebekliğinden itibaren. Tasarımları da iki kutupta içselleştirir nesne tasarımları dediğimiz zihinsel tasarımlar oluşturuyor. İyi tasarımlar iyi yaşantıları, hazza dayalı yaşantılar libidinal ünit dediğimiz bir yerde merkezileştirip daha büyük dosyaları açarken, kötü yaşantılar acı yaşantıları da bir başka yerde birleştiriliyor. Bununla ilgili temel yapı da kişinin yaşamış olduğu duygulanım dediler.

Duygulanım: Her Şeyin Başlangıcı

Duygulanım bir olayın, bir yaşantının bebeğe hissettirdiği duygudur. Bu ya acı duygulardır ya da hoşnutluk duygularıdır. Hoşnutluk duygularını yaşadığı zaman bunu yaşatan bir öteki vardır, yaşayan bir kendilik vardır ve bu da kendilik kavramını, nesne kavramı ideal tasarımlar anlamındaki nesne ilişkilerinin tohumu atıldı. Evet, nesne ilişkileri dendi. Evet, bütün hikaye aslında dışarıdaki dünyanın gerçekliği değil, dışarıdaki dünyadan içeriye almış olduğumuz özellikle bebeklik döneminde ilk yaşanan deneyimlerin içselleştirilmiş nesne tasarımlarıdır. Süreç içerisinde bu nesne tasarımları yavaş yavaş entegre olup daha üst dosyaları daha entegre dosyaları meydana getirdiğinden libidinal ve agresif yaşantılar diyebileceğimiz, haz ve acıya dayalı yaşantılar ötekiyle yaşadığımız, anneyle yaşadığımız, çevreyle yaşadığımız yaşantıların, bir bütün halinde acıyı da sevgiyi de, aşkı da mutluluğu da, birlikte yaşanabileceğine dair bir olgunluk seviyesine ulaştığında sağlıklı bir insandan bahsedebiliriz ama herkesin bu şansı olmamakta. Anneyle ilk bakıcılar ile yaşanan yaşantılar hazza dayalı yaşantılar ile acıya dayalı yaşantılar çok mantıksız bir şekilde uç noktalarda dayatılmışsa bebeğe, bebek bunların kendi iç dünyasında bütünleştirme yapamadığı için hayat boyu bölme denen bir mekanizmayla saplanıp kalmakta ve hayatı iyiler ve kötüler diye iki kutupta yaşayan bir birey karşımıza çıkmakta. Aynı kişiye karşı zaman zaman melek diye hitap ettiğinde hemen tablonun öbür tarafına geçtiğinde aynı kişiye karşı şeytan olarak görülebilmekte ve mantıksal olarak hiçbir şekilde birbiriyle uyumlu olmayan bu duygusal farklılık kişinin ego ve akli mekanizmaları vasıtasıyla çeşit akıllaştırma yöntemleriyle izah edilmekte

kişinin. Bir gün önce melek dediği kişiye bir gün sonra şeytan dediğimde yanılmışım, ben görememişim bu tarafını diyor ama aynı kişiye bir gün sonra da melek dediğinde de ben şeytan zannetmişim iyi taraflarını gerçekten o anda unutmuşum şu anda gördüm şu anda gerçekten melekmiş diye her gün veya her saat değişen bir ikilemi aklıyla izah etmeye çalışıyor. Hal böyle olunca biz aklımızın peşine, zekamızın peşine nasıl düşebiliriz ki?

Bütün hikaye şu, bizi yönlendiren şey aslında duygularımız. Duygularımız iyi dediği zaman adama iyi diyoruz, bir saat sonra duygularımız kötü dediğimiz zaman adama kötü diyoruz. Peki biraz önce iyi dedin şimdi kötü dedin o zaman öyle idi ama ne kadar inanmışım gerçekten iyiymiş veya gerçekten kötüymüş diye aklıyla rahatlıkla kandırabiliyor kendi kendine. Biz de bu insanın peşine düşüyoruz. İnsanoğlu demek ki akıl ve mantıkla giden bir varlık değil, duygularının yol göstermesiyle giden, duygularının işaretiyle giden varlık. Esas kimliğimizi ve kişiliğimizi belirleyen şey duygularınızdaki yapı. Kişinin duygusunu neyse akli onun peşinden gider. Ona bir izah tarz olur. Evet kursiyer Z.?

Kursiyer Z.: Bunu kızgınlıkla nasıl ayırabiliriz? Yani sonucunda kişi kırılabilir, darılabilir. Bölme mekanizmasını biliyoruz ama oradaki kızgınlık...

Tahir Özakkaş: Kızgınlık şöyle bir top, kimlik...(Tahir ÖZAKKAŞ eliyle gösteriyor) bu toptan balon yapar, bir tomurcuk yapar, tomurcuk yapan, topun bir parçası, o tomurcuk yapan şey M. Bey'e kızgınlığınızdır. fakat M. Bey ile ilişkimiz hala top gibidir. Kızarsınız ama mesela çocuk annesine kızar, küser, içeriye odaya gider ama annesi hep oradadır, içindedir

yine koruyacak ve kollayacak olan sevecek olan annesidir ama kırgınlık değil de bölme mekanizmasındansa gerçekten öldürülmesi gereken veya onu öldürecek olan varlıktır. Hiç iyi bir şey kalmaz içinizde. Anlatabildim mi? Mesela sevginizle tartışırsınız, kızarsınız evinizi terk edip gidersiniz ama içinizdeki derin bir hisle birkaç saat sonra dönüp geleceğinize dair duygu orada durur. Bölmede bu olmaz. Anlatabildim mi? Yani sizin içinizdeki libidinal tarafınız, içinizden der ki yani şeytana uyma, aptallık etme, tamam bir hırsın geçsin, bir dolan, sahilde iki çay iç, arkadaşlarınla sohbet et, sakinleş, gel eve. Anlatabildim mi? Bu günlük herkesin yaşadığı şey veyahut da otobüs şoförü birinci müşteri gelir, ikinci müşteri gelir, üçüncü bozuk atar, dördüncü biletsiz kaçar, beşinci para vermez, altıncı yüz lira verip bunu boz şey yatıracağım der. Yavaş yavaş ne yapar, “Tövbe estağfurullah... Tövbe estağfurullah...” ama gidip kimseyi boğazlamaz, akşama kadar doldurur, yapıyı doldurur, mesaisi bittiği zamanda oh be der, geri gider. Bölme mekanizması olan birisi, otobüs şoförü, bir on beş dakika sonra müşterinin gırtlığına sarılır veyahut da müşteri onun gırtlığına sarılır. Kızma, kırgınlık haklı yerde yapıldığı zaman sizi koruyan ve savunan bir şeydir ve bizim kaynağımızdır.

Nesne ilişkilerinin çok geniş bir zeminini gördük ve nesne ilişkileri hem dürtü çatışma kuramını hem de ego psikolojisini ciddi manada bastırdı ve bununla ilgili zaman zaman entegrasyon zaman zaman ayrı bir yol olarak devam etti. Dedi ki bizim duygularımız en temel şeydir; bizim duygularımızın bir tarafında öteki var, bu tarafında kendimiz varız. Yaşantılanan bir an varsa, yaşanmış bir an varsa insanın hayatında eğer bu andan bahsediyorsa birisi, mutlaka o yaşantı zihnen ve gerçek olduğunda mutlaka karşı tarafta bir ötekinin imgesi onun kar-

şısında bir kendilik imgesi vardır diyor. Şimdi demek ki eğer bir şey yaşıyorsanız an olarak yaşadığınız pozitif veya negatif duyguları deneyimleyebilmeniz için zihninizde hemen ötekini canlandıracaksınız veya gerçekten bir öteki var, kavga ettiğiniz, sevdiğiniz, aşık olduğunuz, önemseydiğiniz bir öteki var veyahut da mutlaka o yaşanan öteki varsa karşılığında kendiliğinizi konumlandırduğunuz iyi veya kötü bir kendilik tasarımı var. Bu nesne ilişkilerinin entegrasyonunu anlattık.

Nesne ilişkileri bu şekilde anlattıkça bunu terapisi ile ilgili esas konu, kişilik yapılanmalarına bölümü mekanizmasının yeteri kadar ortadan kaldırılmaması, gelişimsel bölünmenin savunma anlamındaki bölmeye dönüşmesi ciddi bir problem olmuştu. Bunda da daha sonraki kuramcılar, modern nesne ilişkileri kuramcıları Vamik Volkan olsun, Kernberg olsun veya diğerleri olsun, kişilik bozukluklarına odaklandılar. Kernberg buna borderline organizasyon ismini verdi. Yani bölmenin aktif olduğu tüm kişilik bozuklukları. Çeşitli klinik görünümleri var. Bu klinik görünümünden hepsine borderline organizasyon dedi.

Masterson Yaklaşımı

Masterson'un kendisi psikanalist değildi, psikiyatrist olarak ergenler ile başlayan yolculuğunda dinamik psikiyatri ve psikolojiye yöneldi. Nesne ilişkileri kuramcılarının önde gelen isimlerinden olan Rinsley ile ortaklık kurdu. Rinsley ile beraber nesne ilişkileri, dürtü çatışma kuramı, klinik görünümleri ve kendisinin kurama kattığı terk depresyonu bulguları ile beraber ünit kavramı, ki bu da nesne ilişkilerininin Fairbairn'den gelen kavramıydı. Fairbairn'den aldığı bu bilim kavramını haz egosu, gerçeklik egosu, nesne, kendilik ve duygulanım, bir li-

bidinal birim, diğerk tarafta ise kötü kendilik, kötü nesne, acı duygulanımlar ve gerçeklik egosunun gelişmemiş kısmı diye tanımlayacağı bölümenin iki tarafındaki temel dört çeşit kişilik bozukluğunu tanımladı. Narsist, şizoid, border ve antisosyal kişilik bozukluğu. Olgunlaşmış haldeki çatışmalarında üçlü ilişkiye dayanamayan nevrotik tablo olarak tanımladı hem Kernberg hem Vamik Volkan hem Masterson bölmenin kalktığı ama üçlü ilişkideki rekabeta dayanılamadığında bunun nevrotik bir tablo olduğuna, burada da ödipal üçgen dediğimiz anne-baba-çocuk üçgenindeki yaşantıların hikayelerinin bir tekrarından ibaret olan ödipal veya elektrik kompleksin güncel semptomları ile uğraşılması gerektiğini ifade ettiler.

Bu şekilde nesne ilişkileri gelişip, dallanıp budaklanırken ve dünyaya daha çok egemen olan dürtü çatışma kuramının üzerinde egemen olan ve dürtü çatışma kuramının daha çok nevrotik tablolarla kendini izah etmeye çalışırken nesne ilişkileri kuramı daha ağır patolojiler dediğimiz preödipal döneme yönelik çalışmalar yürüttüler ve dürtü çatışma kuramının saf olarak getirmiş olduğu fanteziye dayalı elektrik veya ödipal kompleks biraz daha nesne ilişkileri bağlamında izah etmeye başladılar. Yani teori gittikçe değişiyor. Yani Freud'un orijinal olarak işte babaları tarafından tecavüz edildikleri için semptom geliştiren kız çocuklarından nereye geldik, içselleştirilmiş nesne ilişkilerinin bölünmesinin hangi düzeyde kapatıldığına dair olgunlaşma kapasitelerine geldik.

Kendilik Psikolojisi ve Kohut

Bu süreç devam ederken Kohut diye bir adam çıktı. Dedi ki şimdiye kadar dedi zihinsel veya tasarımsal olarak oluşmuş olan, anlatılmış olan psikanalitik literatürün yetmiş yıllık, alt-

miş yıllık literatürün hepsi sanal bir kurmacadan ibaret dedi, bunların hiçbiri gerçeklik ile ilintili değildir dedi, ama dedi psikoloji tarihi bunların üzerine bina edilmiştir ve psikoloji tarihini getirmiş olduğu kuramsal bilgi eleştiriyor ve onun yerine yeni bir kurumsal bir bakış açısını sizlere armağan ediyorum dedi. Bunun vakti geldi diyerek manifestosunu yayınladı.

Manifestosunu biliyorsunuz, üç tane temel kitabı vardır Kohut'un. Kendiliğin Yapılanması, Kendiliğin Çözümlemesi ve Psikanaliz Nasıl Sağalır? Nasıl tedavi eder? şeklindeki üç kitabı ölümünden sonra yayımlandı üçüncü kitabı biliyorsunuz. Orada Z.'nin analizi diye iki tane analizden bahseder. Z. bir vakadır daha sonra çocuğunun açıkladığı vasiyette Z.'nin kendisi olduğunu söyler. Anlatabildim mi? Birinci analizinde ve ikincil analizinden bahseder. Muhtemelen birinci analizi Heinz Kohut'un kendisinin psikanalitik eğitim sürecinden geçirmiş olduğu analitik sürecin kendi içsel yapısal değişime uğrayıp uğramadığı ile ilgili bir öz eleştiri niteliğinde ve psikanalizin iç dünyasını keşfetmek için çok yetersiz kaldığını ve kendisinin keşfedemediği anlamına gelebilecek yorumlar yapılacak birinci psikanalizin çöpe atılması gerektiğini söyler. İkinci psikanalizde muhtemelen kendi kendini yanlış oldu bir otoanaliz şeklinde ifade edebileceğimiz bir analizdir ve bu kendilik psikolojisinin kuruluşunun ayak sesleridir. Kendilik psikolojisi, Self Psychology dediğimiz yapı bu ikinci analiz ile beraber bağımsızlığı ilan eder, dürtü çatışma kuramı ile kavgaya girer ve afroz edilerek cemaatten atılır.

Cemaatten atılması ile beraber Chicago'da Kohut kendi enstitüsünü kurar. Yalnız başına yola çıkar. Muhtemelen ilk evrede sosyal hizmet uzmanlarının da alındığı grup, kendilik psikolojisi grubudur. Psikanalitik cemiyetlere kabul edilmi-

yordu o dönemlerde bildiğim kadarıyla. Psikologları, klinik psikologları, danışmanları ve tıp doktorlarını enstitüye alır ve onlara bir eğitim vermeye başlar ve bu kendilik psikolojisinin ilk ayak sesleridir.

Kendilik psikolojisi der ki Freud'un getirmiş olduğu yapısal kuram, oral, anal, fallik dönemler diye dönemlerin hiçbiri yoktur, id, ego, süperegö yoktur, bunların hepsi uydurmadır, agresyon ünit diye bir şey yoktur, tabula rasa diye bir şey yoktur. İnsan, doğuştan itibaren aktif hayatı belirleyen ve bu konuda büyüebilmesi için ömür boyu ötekine ihtiyaç duyan kendilik nesnesi dediğimiz, kendilik nesnesini arayan bir varlıktır dedi Kohut.

Bu ne demek? İnsanlar bu dünyaya muhtaç veya ihtiyaçlı olarak doğarlar. İnsanların büyüebilmesi, yaşayabilmesi ve olgunlaşabilmesi için mutlaka onlara destek verip, onların ihtiyaçlarını sezen, hisseden bir öteki ile birlikte büyümek zorundadırlar. Ve her yaşta bu ihtiyaç yaşa uygun olarak değişir. Herkesin mutlaka bir ötekine ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacı kendisinin devamı gibi deneyimler. Buna kendilik nesnesi denir. Önce kendilik ve nesne diye ayrı ayrı yazar, daha sonra ikinci kitabında kendilikle arasında bir araya orta tire koyar bunu bir kelime olarak yeni bir tanım olarak sunar literatüre. Kendilik nesnesi kendi olmayan ama nesne de olmayan kendilik ve nesne arasında bir geçiş görevi gören, kendiliğin devamı gibi deneyimlenen ama birtakım fonksiyonları içselleştirme suretiyle kimliğe ve kendiliğe alındığında onun fonksiyonlarını artık ihtiyaç duyulmayan ara yapıya kendilik nesnesi denir.

Ben bunu yüzmeye alışırken, ayaklarımıza taktığımız ve çocuklarımıza verdiğimiz paletlere benzetiyorum veya yüzerken batmaması için giydikleri can yeleklerini benzetiyorum.

Bir müddet sonra çocuk yüzmeyi öğrendiğinde, süratlendiğinde önce can yeleğini atıyor veya koluna tek bir şey takıyor, iki kollarına, daha sonra ona da ihtiyaç duymadığı zaman onu da atıyor ayaklarındaki paletleri atıyor ve kendisi yüzebilir hale geliyor. Ama yüzmeyi öğrenene kadar işte etraftaki dış nesnelere can yeleği gibi, kollardaki simitler gibi, ayaklardaki paletler gibi bizi yüzmeye motive eden fonksiyonlarımızı ve potansiyelimizi taşımamız için gerekiyor. Böyle bir şey olmasa, çocuğu kaldırıp suyun içine atsak boğuluyor. Kendilik nesnesi olmadığında yaşayacağı durum, bu boğulmanın aynasıdır. Anlatabildim mi? Mutlaka ömür boyu kendilik nesnesi işlevi görmesi gerekir ama bu her yaşta, işte yüzmeye böyleyken daha sonraki yıllarda ergenlik var, erişkinlik var, orta yaş var ileri yaş var... Her yaşta bir ötekinin bir şekilde bize yardımına ve desteğine ihtiyaç duyduğumuz bir alan, buna oksijen diyor. İnsanlar etrafındaki oksijen olmadan yaşayamaz diyor Kohut. Kendilik nesnesi dediğimiz şey de bizim oksijeni midir ve ömür boyu sürer şu dönemdir, bu dönemdir olmaz. Her döneme uygun kendilik nesnesi ihtiyacımız vardır, bu doğaldır, insanidir diyor ve çizgiyi Freud'un getirmiş olduğu bu agresif birim, libidinal birim, dürtü çatışma kuramını tepe taklak ediyor. Hepimiz kendisine olan sevgi ve saygı ile doğan primer narsisistik yapılarımız diyor. Primer narsisistik yapılar çok güzel şeydir, bu insanlar kendilik nesnesi işlevleri sayesinde çok çok olgun kendilik tasarımları geliştirecek, sekonder narsisistik tabloya ulaşacak. Kendisini seven, kendisini beğenen, kendisiyle barışık olan, içindeki potansiyeli hayata taşıyan, zaman zaman diğerlerine kendini kendilik nesnesi işlevi yaparak onları mutlu olmalarına katkıda bulunduğu için keyif alan, zaman