

KÖPEK GİBİ BÜYÜTÜLMÜŞ ÇOCUK

BİR ÇOCUK PSİKİYATRİSTİNİN
NOT DEFTERİNDEN KALICI
BİR BESTSELLER

ONLARDAN;
SEVMEK,
KAYBETMEK
VE
İYİLEŞMEK
ÜZERİNE
ÖĞRENECEĞİMİZ
ÇOK ŞEY VAR.

BRUCE D. PERRY, M.D., PH.D.
& MAIA SZALAVITZ

okuyanus

Bruce D. Perry, M.D.,
Ph.D. & Maia Szalavitz

KÖPEK GİBİ BÜYÜTÜLMÜŞ ÇOCUK

İngilizceden Çeviren: Elif Söğüt

okuyan us

"Bruce Perry kadar parlak zekâlı, iyi kalpli ve cömert ruhlu bir çocuk savunucusuna daha hiç rastlamadım. Bu kitap insanlığın karanlık yönünü deneyimlemiş çocuklar için attığı adımların kahramanlığını ve öngörülerinin özünü yakalıyor."
–James Garbarino, Ph.D.,
Kaybolmuş Çocuklar: Neden Çocuklarımız Şiddete Başvuruyor ve Onları Nasıl Kurtarabiliriz'in yazarı.

"*Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk*
Bruce Perry'nin en büyük başarısı...
Türümüzün en derin sırrını çözme imkânı veriyor. Neden bazı çocuklar birer kahraman olurken diğerleri cani sosyopatlara dönüşürler? Çocukluk travmasının ne olduğunu ve onun kalp kırıcı sonuçlarını anlamak isteyen herkes bu kitabı okumalı."
–Andrew Vachss, *Maske Pazarı* adlı kitabın çok satan yazarı ve PROTECT adlı Ulusal Çocukları Koruma Derneği'nin kurucusu ve ulusal danışma kurulu üyesi.

"Yaraları saran, zeki bir bilim insanının anlattığı sevgi dolu hikâyelerle dolu bu kitap, çocukların nasıl iyileştiğini anlamaya çalışan herkesin ilgisini çekecek."
–Lynn Ponton, M.D. *Riskin Romantizmi* adlı kitabın yazarı.

"On yıldan fazladır Bruce Perry'ye hayranım ve ona saygı duyuyorum. Kendisini kaotik ve tacizin olduğu ortamlarda yetişen çocuklara yardıma adamış olması az bir şey değil. Bu kitap bizim, erken deneyimlerin çocukların hayatlarındaki kritik etkisini anlamamız için çok önemli bir araç ve bize, ihmalkârlık yüzünden zarar görmüşlere yardım etmemiz konusunda yol göstériyor. Problemli gençlerle uğraşan herkes (sosyal hizmet görevlilerinden hâkimlere, gündüz bakımevlerinde çalışanlardan lise öğretmenlerine, ebeveynlerden politikacılara) bu kitap sayesinde çok daha derin bakış açısı kazanabilir."
–Rob Reiner

"Bu üzücü fakat aynı zamanda da insani kitapta, Perry ve Szalavitz travmatize olmuş çocukların çok güncel ve sürükleyici hikâyelerini anlatıyorlar. Bir kere başlayınca kitabı elimden bırakamadım."
–Sarah Blaffer Hrdy, *Tabiat Ana: Analık İçgüdüleri ve Bunların İnsan Türünü Nasıl Şekillendirdiği*'nin yazarı

"Yıllardır, Bruce Perry'nin çalışmaları, büyük takdirlerimizi hak ediyor. Bu kitap bilim ve insanlığın harika bir karışımını bize sunuyor."
–Joel A. Dvoskin, Ph. D. ABPP,
Arizona Üniversitesi Tıp Fakültesi ve
Amerikan Psikoloji-Hukuk Derneği Başkanı

Bruce D. Perry: Clan Barbara, Jay, Emily, Maddie, Elizabeth, Katie, Martha ve Robbie'ye...

Arlis Dykema Perry (1955-1974) anısına...

Maia Szalavitz: Annem, Nora Staffanell'e...

İÇİNDEKİLER

Yazarın Notu	11
Giriş	13
Bölüm 1 / Tina'nın Dünyası	21
Bölüm 2 / Senin İyiliğin İçin	49
Bölüm 3 / Cennete Giden Yol	79
Bölüm 4 / Dokunulmaya Aç	105
Bölüm 5 / En Soğuk Yürek	125
Bölüm 6 / Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk	153
Bölüm 7 / Şeytan Paniği	187
Bölüm 8 / Kuzgun	213
Bölüm 9 / "Anne Yalan Söylüyor. Anne Canımı Acıtıyor. Lütfen Polisi Arayın."	241
Bölüm 10 / Çocukların İyiliği	253
Bölüm 11 / İyileştiren Topluluklar	271
Ekler	289
Sözlük	295

Yazarın Notu

Bu kitapta anlatılan tüm hikâyeler gerçekten yaşanmıştır. Fakat özel hayatları anlatılan kişileri korumak için kimlikleri ortaya çıkaracak küçük detayları değiştirdik. Onların kimliklerini ortaya çıkaracağı durumlarda, çocukların isimleri ile beraber yetişkin aile üyelerinin isimleri de değiştirildi. Asterisk ile belirtilenlerin dışındaki tüm yetişkin isimleri kişilerin gerçek isimleridir. Bu gerekli değişiklikler dışında her vakanın önemli noktaları, nasıl gerçekleştiyseler o şekilde aktarılmaya çalışılmıştır. Örneğin, konuşmalar hatırlandığı ve/veya notlarda, ses kaydedici ve videolarda kaydedildiği gibi aktarılmıştır.

Bu kitapta anlattığımız hikâyelerin anlatabileceklerimizin çok küçük bir kısmı olması üzücü bir gerçektir. Son on yıl içinde Çocuk Travması Akademisi'ndeki klinik grubumuz anne veya babasının cinayetine tanık olmuş 100'den fazla çocuğa tedavi uyguladı. Değişik kurumlarda veya anne/babanın elinde, çok erken yaşta ciddi derecede ihmalkârlığa maruz kalmış yüzlerce çocukla çalıştık. Umuyoruz ki bu kitapta hikâyeleri anlatılan çocukların ve onlarla benzer kaderleri paylaşan birçok diğer çocuğun ruhu ve gücü bu kitabın sayfalarına yansımıştır.

GİRİŞ

Bugün hayal etmesi zor olsa da, benim tıp fakültesine başladığım 1980'lerin ilk yıllarında araştırmacılar psikolojik travmanın nelere yol açabileceğine fazla önem vermezlerdi. Daha da az önem verilen bir konu, travmanın çocuklara nasıl zarar verebileceğiydi. Çocukların doğal olarak esnek ve dirençli olduğuna inanılır, bir şekilde kendilerini toparlayacakları düşünülürdü.

Ben çocuk psikiyatristi ve nörolog olduğumda bu yanlış inancı reddetmek gibi bir hedefim yoktu. Fakat daha sonra genç bir araştırmacı olarak stresli deneyimlerin özellikle erken yaşlardaki genç hayvanların beyinlerini değiştirebileceğini laboratuvarda gözlemlemeye başladım. Farklı hayvan çalışmaları, küçük çaplı streslerin bile, beynin mimarisi ve kimyasında dolayısıyla da davranışlarda, kalıcı izler bırakabileceğini gösterdi. Ben de "Neden aynısı insanlar için de gerçek olmasın?" diye düşünmeye başladım.

Problemli çocuklarla çalışmaya başladığımda, bu soru bana daha da önemli görünmeye başladı. Kısa bir süre sonra hastalarımın büyük bir çoğunluğunun hayatlarının kaos, yoksunluk ve/veya şiddetle dolu olduğunu gördüm. Bu çocuklar "bir şekilde kendilerini toparlayamıyorlardı". Eğer öyle yapabilselerdi, çocuk psikiyatri kliniklerine getirilmezlerdi. Eğer psikiyatrik problemleri olan yetişkinler olsaydılar, birçok psikiyatristin post-travmatik stres bozukluğu (PTSB) tanısını koyacağı (tecavüze uğramak ve cinayete tanık olmak gibi) farklı travmatik olaylar yaşamış insanlar olurlardı.

Fakat bu çocuklar, tramvatik geçmişleri şu anki durumları ile ilgisizmiş gibi düşünülüp, sanki "rastlantısal" olarak depresyon ve dikkat sorunları gibi ilaç tedavisi gerektiren semptomlara sahiplermiş gibi tedavi ediliyorlardı.

Elbette, PTSB tanısı psikiyatriye 1980'lerde girmişti. En başta yalnızca çarpışmalarda çok kötü deneyimler yaşamış askerlerin, küçük bir kısmında görülen, az rastlanan bir olgu olduğu düşünüldü. Fakat daha sonra travmatik olay hakkında sürekli tekrarlanan düşünceler, geri dönüşler, uyku bozukluğu, gerçeklik hissinin kayboluşu, aşırı endişe gibi aynı semptomların, tecavüz mağdurları, doğal afet kazazedeleri, yaşamı tehdit eden kazalar yaşamış veya bunlara tanık olmuş kişilerde de görüldüğü tespit edildi. Şu an PTSB'nin Amerikan nüfusunun %7'sini etkilediği düşünülüyor ve günümüzde birçok insan travmanın uzun süreli ve ciddi etkilerinden haberdar. 9/11 terörist saldırılarından Katrina kasırgasının kötü sonuçlarına, felaketlerin beyinde silinmez izler bıraktığının farkındayız. Benim ve diğer birçok kişinin araştırmaları bu tip olayların çocukları, yetişkinlerden çok daha fazla etkilediğini gösterdi.

Tüm iş yaşamımı travmanın çocukları nasıl etkilediğini anlamaya ve bununla baş etmek için yaratıcı yollar bulmaya adadım. Wako, Teksas'taki Branch Davidian cemaati yangınından sağ çıkanlardan acı ve ilgisizlik içinde kıvranan Doğu Avrupa yetimlerine, soykırım mağdurlarına varana dek hayal edilebilecek tüm felaketleri yaşamış çocuklarla çalıştım. Mahkemelerde verilen, korkmuş ve şiddet görmüş çocukların ifadelerine dayanılarak oluşturulan, "Şeytan Ayini Tacizleri" suçlamaları konusunda yardım ettim. Anne veya babasının öldürülmesine şahit olmuş, yıllarını kilitli kafeslerin, dolapların içinde geçirmiş çocuklara yardım etmek için elimden gelenin en iyisini yaptım.

Çocukların büyük bir çoğunluğu benim hastalarım kadar ciddi acılara maruz kalmaz. Fakat çocukluğunda hiç travma yaşamamış olan bir çocuğa ender rastlanır. Çok karamsar olmayan

bir tahminle, 18 yaşına gelmiş Amerikalı gençlerin %40'ı, hayatları boyunca en az bir travmatik olay yaşamışlardır.

Bu anne veya babanın veya bir kardeşin ölümü, sürekli şiddet, ihmalkârlık, cinsel taciz, büyük bir kaza veya doğal afet deneyimi, aile içi şiddet veya farklı bir başka şiddet olayı olabilir.

Birleşik Devletler çocuk koruma organlarına yalnızca 2004'te çocuk tacizi ve ihmalkârlıkla ilgili, tahmini 3 milyon resmi şikâyet yapılmış, bunların 874.000'i doğrulanmıştır. Elbette, tacize uğramış ve ciddi boyutta ihmalkârlığa maruz kalmış çocuk sayısı bu belirtilenlerden çok daha fazladır çünkü çoğu vaka raporlanmaz ve bazı orijinal vakalarda, resmi cezaları uygulayabilmek için gerekli ortam oluşamayabilir. Kapsamı çok geniş tutulmuş bir anket, 17 yaş altı her sekiz çocuktan birinin anne veya babası tarafından son bir yılda fiziksel veya ruhsal şiddete maruz kaldığını, yetişkin kadınların %27'sinin, erkeklerinse %16'sının çocukluklarında, cinsel tacize maruz kaldıklarını belirtmiştir. 1995'te yapılan ulusal bir ankette, annelerin %6'sı, babaların %3'ü, çocuklarına fiziksel şiddet uyguladıklarını itiraf etmiştir.

Tüm bunlara ek olarak, 10 milyona yakın Amerikalı çocuğun aile içi şiddete maruz kaldığı ve 15 yaşın altında olan Amerikalı çocukların %4'ünün anne veya babalarını kaybettiği tahmin edilmektedir. Ayrıca her yıl 800.000 çocuk yetimhanelerde kalmakta ve daha milyonlarcası doğal afet ve trafik kazası mağduru olmaktadır.

Tüm bu çocukların söz konusu deneyimlerden dolayı ciddi bir şekilde zarar göreceğini ima etmemekle beraber, en iyi tahminler, herhangi bir zamanda, sekiz milyon Amerikalı çocuğun ciddi, teşhis edilebilir, travma bağlantılı psikiyatrik bir sorun yaşadığını göstermektedir. Milyonlarcası ise daha az ciddi fakat yine de üzücü sonuçlar yaşamaktadır.

Kabaca taciz edilen çocukların üçte biri teşhis edilebilir bir psikolojik problem yaşayacaktır. Kalp hastalığı, obezite, kanser gibi tamamıyla "fiziksel" görünümlü hastalıkların bile travmatize

olmuş çocukları etkilediği yönündeki araştırmalar halen devam etmektedir. Bu travmatik olaylar sırasında veya sonrasında, yetişkinlerin çocuklara karşı gösterdiği tutum bu olayların sonuçlarını olumlu ve olumsuz olarak etkilemektedir.

Yıllar boyunca kendi yaptığım çalışmalarla birlikte yapılan diğer araştırmalar, travmanın çocuklara ne yaptığını anlamamızı zenginleştirmiş ve onlara bu travmaların üstesinden gelebilmek için yaratıcı çözümler bulmamızı sağlamıştır. 1996 yılında, hayatlarını büyük risk altındaki çocukların ve ailelerinin yaşam kalitelerini yükseltmeye adamış bir grup disiplinlerarası profesyonelden oluşan Çocuk Travma Merkezi'ni kurdum. Klinik çalışmalarımıza hâlâ devam ediyoruz ve daha öğrenecek çok şeyimiz var. Fakat bizim esas amacımız, var olan bilgilerimizle hastalarımıza en iyi tedaviyi uygulamak. Anne veya babalar veya çocuğun bakımını üstlenen diğer kişiler olsun, emniyet görevlileri veya hâkimler, kamu görevlileri, doktorlar, yasaları düzenleyenler veya politikacılar olsun, bu kişileri, travmanın etkilerini en aza indirmek ve tedavinin olumlu sonuçlarını en yüksek seviyeye çıkarmak için eğitiyoruz. Bu konular üzerine çalışırlarken en iyi pratikleri uygulayabilmeleri için devlet kurumları ve diğer bağlantılı kurumlara danışmanlık hizmeti veriyoruz. Meslektaşlarım ve ben tüm dünyayı gezerek anne babalar, eğitimciler, doktorlar, çocuk koruma memurları, hukuksal süreçleri uygulayan kişiler, bu konuda endişeleri olan kurumsal liderlerle konuşuyoruz.

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk'ta bana travmanın çocuklar üzerindeki etkisi hakkında en önemli dersleri öğreten çocuklarla tanışacaksınız. Ve sağlıklı yaşamlara kavuşabilmeleri için, bu çocukların anne babalarından, doktorlardan, onların bakımını üstlenenlerden ve devletten nasıl bir yardıma ihtiyaç duyduklarını öğreneceksiniz. Travmanın bu çocuklarda nasıl bir iz bıraktığını, kişiliklerini, fiziksel ve duygusal gelişmelerini nasıl etkilediğini göreceksiniz. Kendisinin taciz deneyimlerine dayanarak, bana

travmanın çocukların beyinleri üzerinde nasıl bir etkisi olduğunu gösteren ilk hastam Tina'yı tanıyacaksınız. Henüz üç yaşındayken tanık koruma programına alınan, bana çocuğun kendi terapisini kontrol etmesinin önemini öğreten Sandy adlı küçük, cesur bir kızı tanıyacaksınız. Bana çocukların ciddi bir yoksunluğu nasıl alt edebileceğini gösteren büyüleyici bir çocuk olan Justin'i tanıyacaksınız. Birbirlerine yardımın durumlarını çok daha da iyiye götürdüğü Branch Davidian çocukları, sevildiğini ve güvende olduğunu hissetmeden vücudu büyümeyen Laura, "terapistler"i ilkokul birinci sınıf arkadaşları olan Rus bir yetim, benim ve meslektaşlarımın, yapboza yeni bir parça daha koymamızı sağlayarak, travmatize olmuş çocuklara ve onların ailelerine uyguladığımız tedavileri daha iyi aşamalara taşımamıza yardım ettiler.

İşimiz dolayısıyla insanların hayatlarına, en yalnız, üzgün, korkmuş ve yaralı oldukları zaman giriyoruz. Fakat bu size yanlış bir mesaj vermesin. Burada okuyacağınız hikâyeler çoğunlukla başarı hikâyeleri olacak. Bunlar umudun, hayatta kalabilmenin, zaferin hikâyeleridir. Onlarla ilginç bir şekilde, insanlığın en iyi yanlarıyla insanların en zalim yanlarının yıkıp yaktığı, bu üzücü ruhsal kayıp durumlarında karşılaştık.

Sonuçta çocukların yaşadıkları bu fiziksel, psikolojik ve duygusal travmaları alt edip edememelerini belirleyen unsur, çevrelerindeki insanların, özellikle de onların güvenebileceği yetişkinlerin bu çocukların yanlarında cesaret ve sevgiyle durup onlara destek verip vermediğidir. Ateş insanı hem ısıtır hem yakar, su insanı susuzluktan da kurtarır, boğar da rüzgâr insana serinlikte verebilir, zarar da. Aynı şey insan ilişkileri için de geçerlidir. Biz hem yaratırız hem yok edebiliriz, hem besleyebilir hem terörize edebiliriz, hem travmatize edebiliriz hem de birbirimizi iyileştirebiliriz.

Bu kitap vasıtasıyla tanıyacağınız harika çocukların hikâyeleri insan ilişkilerinin doğası ve gücünü anlamamıza yardımcı olabilir. Her insan insani değildir. Kişiler insani olmayı öğrenmeli-

dir. Bu süreç (ve bu sürecin bazen nasıl kötü gittiği) bu kitabın bir başka eksenini oluşturmaktadır. Buradaki hikâyeler insanda empatinin nasıl oluştuğu ile birlikte bunun tersi zalimlik ve kayıtsızlığa yol açan şartların ne olduğunu anlamamız konusunda bize yol gösterecektir. Bu hikâyeler çocukların beyinlerinin nasıl geliştiğini ve çevrelerindeki yetişkinler tarafından nasıl belli kalıplara sokulduğunu bize gösterecektir. Ayrıca bu hikâyeler cehalet, fakirlik, şiddet, cinsel taciz, kaos ve kayıtsızlığın yeni gelişen beyinlerde ve küçük çocukların karakter oluşumunda ne gibi etkileri olduğunu ortaya serer.

Öteden beri insan doğasını ve nasıl bazı insanların sorumlu, üretken, iyi insanlar olurken başka bir kısmının diğer insanlara zarar veren cinsten olduğunu anlamaya çalıştım. Çalışmalarım bana ahlaki gelişimin, kötülüğün köklerinin, genetik eğilimlerin ve çevresel etkilerin daha sonraki seçimlerimizi belirleyen hayati kararları ve sonunda kim olduğumuzu nasıl şekillendirdiği hakkında çok şey öğretti. Önceden taciz görmenin zarar verici davranışlar için birer "özür" olduğuna inanmıyorum. Fakat erken çocuklukta gelişen karmaşık ve farklı ilişkilerin seçimlerimizi şekillendirdiğini ve en iyi kararları almamıza engel oluşturabileceğini biliyorum.

Çalışmalarım beni, zihin ve beynin kesiştiği, kararları verdiğimiz ve yaşam deneyimlerinin etkilerinin bizi yaşayan herhangi bir canlı değil gerçek birer insan olmamızı belirleyen noktaya götürdü. *Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk*'ta o noktada öğrendiklerimin bir kısmını sizinle paylaşıyorum. Tüm acılarına ve korkularına karşın bu kitapta hikâyeleri anlatılan çocuklar çok büyük bir cesaret ve insanlık sergilediler ve bana umut verdiler. Onlardan kayıp, sevgi ve iyileşme konusunda çok şey öğrendim.

Bu çocuklar sayesinde öğrendiklerimin aslında hepimiz için büyük ders niteliğinde olduğunu düşünüyorum. Çünkü travmanın ne olduğunu anlamamız için hafızanın ne olduğunu bilmemiz gerekiyor. Çocukların iyileşme süreçlerini doğru değerlendi-

rebilmemiz için onların sevmeyi nasıl öğrendiklerini, zorluklarla nasıl mücadele ettiklerini ve stresin onları nasıl etkilediğini anlamamız gerekiyor. Şiddet ve tehdidin zararlı etkilerinin sevme ve çalışma kapasitelerini nasıl etkilediğini fark ederek kendimizi daha iyi tanıyabilir, çevremizdekilere özellikle de çocuklara daha fazla sevgi gösterebiliriz.

BÖLÜM 1

Tina'nın Dünyası

Tina benim ilk çocuk hastamdı ve onu tanıdığımda henüz 7 yaşındaydı. Chicago Üniversitesi Çocuk Psikolojisi Kliniği'nde yeni doktorundan ne bekleyeceğini bilemeyerek beni beklerken annesi ve kardeşlerine sarılmıştı. Zayıf ve kırılgan görünüyordu. Onu ofisime davet edip kapıyı kapattığımda, güzelce saçları örülmüş Afrikan-Amerikalı küçük kızın mı, yoksa ondan çok daha büyük gözüken, birbirine karışmış kıvırcık saçlı, beyaz adamın mı daha heyecanlı olduğunu ayırt etmek zordu. Tina bir süre karşımdaki koltuğa oturdu, beni süzdü ve inceledi. Daha sonra gelip kucağıma oturdu ve bana sarıldı.

Çok etkilenmiştim. Aman Allah'ım, ne kadar da tatlı, sevgi dolu bir kızdı. Aptallık etmiştim. Daha sonra Tina eğildi, elleriyle iki bacağımın arasını okşadı ve fermuarımı açmaya çalıştı. Bu aşamada artık hiç de heyecanlı değildim. Üzgündüm. Ellerini tuttum, fermuarımın üzerinden çektim ve onu kucağımdan kaldırdım.

Onu gördüğüm sabahın öncesinde Tina'nın "form"unda neler yazdığını okumuştum. Bu form kliniğimizde görevli elemanla annesinin telefonda yaptığı ve Tina hakkında çok az bilgi içeren bir görüşme sonucu doldurulmuştu. Tina, annesi Sara ve iki küçük kardeşi ile birlikte yaşıyordu. Sara'nın çocuk psikiyatri kliniğini aramasının sebebi okulundaki yetkililerin Tina'yı psikiyatristlerin görmesi gerektiğini düşünmeleriydi. Tina sınıf arkadaşlarına karşı "saldırgan ve uygunsuz" davranışlarda bulunuyordu. Arkadaşlarına vuruyor, onlarla konuşurken cinsel içerikli sözler

kullanıyor ve onlarla cinsellik içeren oyunlar oynuyordu. Sınıfta dersi dinlemiyor ve verilen yönergeleri almıyordu.

Formda yazan ve konumuzla ilgili en önemli gerçek ise Tina'nın 4 yaşından 6 yaşına kadar cinsel tacize uğramış olmasıydı. Bunu yapan kişi bakıcısının 16 yaşındaki oğluydu. Bu çocuk hem Tina'yı hem onun erkek kardeşi Michael'ı anneleri işteyken taciz etmişti. Tina'nın annesi çocuklarını tek başına yetiştiriyordu. Yoksul ve devletten artık hiçbir yardım alamayan Sara o sırada bir markette asgari ücretle çalışıyordu. Ancak bakıcı olarak tuttuğu komşusunun saat ücretini ödeyebilecek durumdaydı. Fakat bu komşu kadın çoğunlukla kendi işlerini halledebilmek için çocukları oğluyla yalnız bırakıyordu. Bu çocuk hasta ruhluydu. Çocukları bağlayıp onlara tecavüz ediyordu. Bazen bunu yapmak için farklı objeler kullanıyordu. Eğer annelerine söylerlerse onları öldürmekle tehdit ediyordu. Sonunda kendi annesi onu yakaladı ve tacizler son buldu.

Sara, bir daha komşusunun çocuklara bakmasına izin vermedi. Fakat artık olan olmuştu. Genç çocuk yargılandı ve hapishaneye değil terapiye gönderildi. Biz ise bir yıl sonra şu noktadaydık: Tina'nın ciddi problemleri vardı. Annenin maddi manevi tüm kaynakları sınırlıydı ve ben taciz edilmiş çocuklar hakkında hiçbir şey bilmiyordum.

Onu kucağımdan kaldırıp, "Hadi biraz boyama yapalım," dedim. Hayal kırıklığına uğramış gibi gözüküyordu. Beni üzmüş müydü? Ona kızacak mıydım? Heyecanla koyu kahverengi gözleriyle suratımı inceliyor, hareketlerimi takip ediyor, aramızdaki ilişkinin nasıl bir şey olduğunu anlayabilmek için sesimin tonundan çıkaracağı sözel olmayan herhangi bir ipucu arıyordu. Benim bu davranışlarım onun erkeklerle daha önceden kurduğu ilişki modelini hiç andırmıyordu. Erkekleri yalnızca cinsel tacizciler olarak tanımıştı. Sevgi dolu bir baba, ona gülümseyen bir dede, iyi bir amca/dayı veya koruyucu bir ağabeyden yoksun kalmıştı. Tanıdığı yetişkin erkekler ya annesinin uygunsuz erkek arkadaş-

ları ya da kendi tacizcisi olmuştu. Deneyimleri ona erkeklerin ya ondan ya da annesinden seks istediğini öğretmişti. Bu yüzden Tina'ya göre benim de istediğim bu olmalıydı.

Peki, ben ne yapmalıydım? Yılların deneyimi ile insanın hafızasında büyük yer etmiş inanç ve davranışları haftada bir saat terapiyle nasıl düzeltebilirsiniz? Deneyimlerim ve eğitimimle elde ettiklerim beni bu küçük kıza yardım edebilmek için hazırlamamıştı. Onu anlamıyordum. Herkesin hatta genç kızların ve kadınların da ondan seks istediğini mi düşünüyordu?

Arkadaş edinebilmek için hep bunu mu yapmasını gerektiğini düşünüyordu? Okuldaki dürtüsel ve saldırgan davranışlarına yol açan bu muydu? Onu reddettiğimi mi düşünüyordu, bu onu nasıl etkileyecekti?

Yıl 1987 idi. Ülkedeki en iyi tıp eğitimlerinden birinin verildiği Chicago Üniversitesi Çocuk ve Yetişkin Psikiyatri Bölümü'nde eğitimimin son iki yılına başlıyordum. Neredeyse on yıla varan lisansüstü eğitim almıştım. Yüksek lisans ve doktoramı tamamlamış, üç yıllık tıp ve genel psikiyatri çalışmamı bitirmiştim. Beynin stresle başa çıkmasını inceleyen temel bir nörokimya laboratuvarının başındaydım. Beyin hücreleri, beyin sistemleri ve onların karmaşık ilişkileri ve kimyası hakkında her şeyi öğrenmiştim. Yıllarımı insan hafızasını anlamaya çalışarak geçirmiştim. Ve yıllar süren tüm bu çabalardan sonra yapabildiğim tek şey Tina'yla oturup, ona bir kutu pastel boyası verip eline bir boyama kitabı sıkıştırmaktı.

"Bunu boyayabilir miyim?" diye sordu usulca. Bu yabancı olduğu durumda ne yapacağını bilemiyor gibiydi. Ona "Tabii ki," diyerek cevap verdim.

"Elbisesini kırmızıya mı maviye mi boyayayım?" diye sordum.

"Kırmızı," diye cevap verdi.

"Tamam." Benim onayımı almak için boyadığı sayfayı yukarı doğru kaldırıp bana gösterdi. "Çok güzel," dedim. Gülümsedi.

Bundan sonraki kırk dakika yerde oturup, birbirimizden pastel boya ödünç alıp, yeni tanıştığımız birbirimize alışmaya çalışarak sessizce boyama yaptık.

Terapi zamanı sona erdiğinde Tina'yı bekleme odasına götürdüm. Annesi elinde yeni doğmuş bir bebekle, dört yaşındaki oğluyla konuşuyordu. Sara bana teşekkür etti ve gelecek hafta tekrar buluşacağımız saati belirledik. Onlar gittiğinde bu küçük kıza yardım edebilmek için benden daha deneyimli bir doktora danışmam gerektiğini biliyordum.

Ruh sağlığı söz konusu olduğunda danışmanlık yanlış anlaşılmalara yol açan bir terim olabilmektedir. Henüz bir stajyerken kan almayı, santral venöz kateter takmayı veya bir kodu uygulamayı öğrenirken, bazen bana bir şeyler öğreten, bazen beni aşağılayan, bazen de bana yardım eden daha iyi doktorlar hep vardı. Genelde hep hızlı ve (genelde de olumsuz) geri bildirimler alırdım. "Birini izle, birine uygula, birine öğret" modelini uyguladığımız halde benden yaşça daha büyük ve daha deneyimli bir doktor, hastalarla iletişimimde bana gerektiğinde yardım edebilmek için her zaman yanımdaydı.

Ama psikiyatri eğitimimde hiç de öyle olmadı. Stajyerken bir hasta ve onun ailesi ile birlikte olduğumda hemen hemen her zaman yalnız çalışıyordum. Hastayla randevumdan (hatta bazen birkaç randevudan) sonra danışmanımla buluşup konuyu tartışıyorduk. Eğitimi sırasında herhangi bir çocuk psikiyatristinin genelde danışabileceği birkaç danışmanı olur. Genelde aynı konuyu birkaç danışmana sunar ve onların fikirlerinin birbirlerini tamamlayacağını umarak farklı görüşleri dinlemiş olurdum. Bu belli olan güçlü yanlarıyla birlikte yakında keşfedeceğim ciddi eksiklikleri de olan ilginç bir süreçti.

En başta Tina konusunu benim ilk danışmanım olan Dr. Robert Stine'a sundum. Kendisi psikanalist olabilmek için eğitimini sürdüren genç, ciddi bir entelektüeldi. Muntazam bir sakalı vardı

ve hep aynı takımı giyiyormuş izlenimi veren siyah bir ceket, siyah bir kravat ve beyaz bir gömlek giyiyordu. Benden çok daha zekiymiş gibi duruyordu. Psikiyatrinin bilimsel dilini benden çok daha iyi kullanıyordu: "nesne ilişkileri" , "içe atılmış anne imgesi", "karşı aktarım", "oral fiksasyon". Ve ne yaparsa yapsın, onun gözlerinin içine bakar, gerektiği gibi ciddi durmaya özen gösterir, "Ah, evet! Tamam. Bu dediğinizi aklımdan çıkarmayacağım," diyerek söylediklerinin bana yardımı dokunduğunu ima etmeye çalışırdım. Fakat içimden, "Bu neden bahsediyor?" diye düşünürdüm.

Tina'nın semptomlarını, geçmişini, ailesini, okuldan gelen şikâyetleri ve onunla ilk buluşmamızın ayrıntılarını anlatan kısa ve resmi bir sunum yaptım. Dr. Stine notlar aldı. Bitirdiğimde bana "Sence nesi var?" diye sordu.

Hiçbir fikrim yoktu. "Tam olarak emin değilim," dedim. Tıp eğitimi, genç bir doktora, olduğundan daha da bilgisiz görünmesini öğretir. Ve ben bilgisizdim. Dr. Stine bunu fark etti ve psikiyatrik bozukluklar için teşhis rehberi olan Teşhis ve İstatistik El Kitabı'nı (DSM) kullanmamızı tavsiye etti.

O sıralarda bu kitabın ismi DSM III idi. Her on yılda bir, bu kitap psikiyatrik bozukluklar hakkında son araştırma bulguları ve yeni fikirleri içerecek şekilde yenileniyordu. Bu süreç objektif kurallara göre işliyordu fakat sosyopolitik ve bilim dışı etkilere de çok açık bir süreçti bu.

Örneğin, bir zamanlar bir "bozukluk" olarak adlandırılan homoseksüellik, DSM'de artık öyle nitelendirilmez. Fakat DSM'deki esas problem, bu kitabın farklı semptomlara göre sınıflandırılmış bir psikolojik bozukluklar kataloğu olmasıydı. Bu sanki bir bilgisayarın iç mekanizması hakkında hiçbir şey bilmeyen bir kurulun yalnızca onun çıkardığı seslere göre sana onu nasıl teşhis ve tedavi edeceğini söyleyen bir el kitabı gibi bir şeydi. Kendi araştırmalarım ve eğitimim ise bana bu iç mekanizmanın (bizim bağlamımızda beynin) çok karışık bir mekanizma olduğunu söy-

lüyordu. Sonuçta bana öyle geliyordu ki, aynı semptomlar farklı birçok problemden kaynaklanıyor olabilirdi. Ama DSM bu gerçeğe kapalı idi.

"Demek o dikkatsiz, disiplin problemi var, dürtüsel, uyumsuz, saldırgan ve her şeye karşı geliyor. Bu durumda Dikkat Dağınıklığı Bozukluğu'nun teşhis özelliklerini taşıyor," diye cevap verdi Dr. Stine.

"Evet, sanırım öyle," diye cevap verdim. Ama bu bana hiç doğru gelmiyordu. Tina, bu teşhis klişelerini aşan çok daha farklı ve çok daha yoğun başka şeyler yaşıyordu. Beyin üzerine yaptığım çalışmalardan özellikle dikkatimizi odaklamamıza ve kontrol etmemize yarayan sistemlerin karmaşık işleyen bir yapısı olduğunu biliyordum. Ayrıca bunları etkileyen birçok çevresel ve genetik faktörün söz konusu olduğunu da biliyordum. Tina'nın tacize uğradığı için "uyumsuzluk" gösterdiği düşünüldüğünde onu "saldırgan" diye nitelemek gerçeği çarpıtmak olmuyor muydu? Peki, onun arkadaşlarla ve yetişkinlerle toplum içinde cinsel ilişkide bulunmanın normal bir şey olduğunu düşünmesine yol açan kafa karışıklığına ne demeliydi? Onun konuşma geriliğine ne diyecektik? Ve eğer Dikkat Eksikliği Bozukluğu (DEB) varsa, onun gibi birisini tedavi etmenin ne demek olduğunu anlamaya çalışan biri için cinsel taciz önemli olabilir miydi?

Ama bu soruları Dr. Stine'a sormadım. Onun dediklerinin bana yardımı dokunabilirmiş gibi kafamı salladım yalnızca.

Dr. Stine, "Git DEB'nin ne olduğunu psikofarmakolojide oku. Bu konu hakkında konuşmaya haftaya devam edebiliriz," dedi bana.

Dr. Stine'ın ofisinden kafam karışmış bir halde ve hayal kırıklığına uğramış olarak çıktım. Çocuk psikiyatristi olmak bu muydu? Yetişkin (genel) psikiyatrisi eğitimi almıştım ve danışmanlık uygulaması ve teşhis yöntemimizin yetersizliğini biliyordum fakat gördüğüm çocukların süregiden problemlerini bilmiyordum.

Onlar kliniğimize "onarılmak" için gönderilmiş, gelişmeleri ertelenmiş, büyük manevi yaraları olan, marjinal sosyal çevrelerden gelen çocuklardı. Kanımca elimizde bulunan araçlarla onları "onaramazdık". Nasıl olur da ayda birkaç saat ve bir reçete değişikliği Tina'nın hayata bakışını ve davranışlarını değiştirebilirdi? Dr. Stine gerçekten Ritalin'in veya herhangi başka bir DEB ilacının Tina'nın problemlerine son vereceğini düşünüyor muydu?

Neyse ki başka bir danışmanım daha vardı: psikiyatri alanında gerçek bir dev olan akıllı ve harika bir adam Dr. Jarl Dyrud. Benim gibi o da Kuzey Dakotalıydı ve daha en baştan çok iyi anlaşacağımız belliydi. Dr. Stine gibi Dr. Dyrud da analitik metot ile eğitim almıştı. Fakat Dr. Dyrud'un insanları anlayarak ve onlara yardım etmeye çalışarak geçirdiği gerçek bir yaşam tecrübesi vardı. Perspektifinin oluşmasına yalnızca Freud'un teorilerinin değil, bu deneyimlerin de katkısı olmasına izin vermişti.

Ona Tina'yı anlatırken beni dikkatle dinledi. Bitirdiğimde gülümseyerek bana Tina ile boyama yapmanın hoşuma gidip gitmediğini sordu.

Bir dakika düşünüp bunun hoşuma gittiğini söyledim.

Dr. Dyrud bunun iyi bir başlangıç olduğunu belirtip, bana biraz daha anlatmamı söyledi. Ben de, Tina'nın semptomlarını yani yetişkinlerin onun hakkındaki şikâyetlerini sıralamaya başladım.

"Hayır, hayır semptomlarından değil, Tina'nın kendisinden bahset bana," dedi Dr. Dyrud.

"Ne demek istiyorsunuz?"

"Nerede yaşıyor? Yaşadığı ev nasıl bir yer? Kaçta uyuyor? Gün içinde neler yapıyor? Bana bunlardan bahset."

Ona bunları bilmediğimi itiraf ettim. Dr. Dyrud bana, "Onunla biraz daha vakit geçir. Semptomlarını değil, kendisini tanı. Yaşamı hakkında bilgi al," diyerek tavsiyede bulundu.

Ben ve Tina, bundan sonraki birkaç seansı boyama yaparak, basit oyunlar oynayarak, onun neleri yapmaktan hoşlandığını

konuşarak geçirdik. Tina gibi çocuklara büyüyünce ne olmak istiyorsun gibi bir soru sorduğumda, evlerinde ve komşu çevrelerde şiddete ve gerçek ölümlere tanıklık ettikleri için büyümek olgusu çok da kesin gözükmediğinden cevaplarına "eğer büyürsem" diye başlarlar. Sohbetlerimizde Tina bana sık sık değişen zevkleri olan diğer yaşıtları gibi bazen öğretmen bazen de kuaför olmak istediğinden söz ederdi.

Bu belirli hedeflerin bazı noktalarını konuşurken, Tina'ya geleceğin başımıza gelen tahmin edilemez bir olaylar zinciri değil planladığımız, tahmin edebildiğimiz ve hatta değiştirebileceğimiz bir olgu olduğunu anlatmam belli bir zaman aldı.

Ayrıca Tina'nın annesiyle evde ve okuldaki davranışları konusunda konuştum. Elbette günlük bir rutin olarak okul vardı. Ne yazık ki Tina ve kardeşinin okuldan çıkma saatiyle annelerinin eve gelmesi arasında birkaç saat vardı. Annelerine her şeyin yolunda gittiğini söylemek için birkaç kez Sara'nın işyerini arıyorlardı. Ayrıca, herhangi acil bir durumda çevrelerinde yardımlarına koşabilecek komşular vardı. Sara bakıcı tutarak yine bir taciz riski almak istemiyordu. Bu yüzden çocuklar evde yalnız başlarına oturup televizyon seyrediyorlardı. Sara bazen cinsel içerikli oyunlar oynadıklarını da itiraf etti.

Sara kesinlikle ilgisiz kötü bir anne değildi. Fakat üç çocuğu doyurmak için çalışmak bazen kendisi için yorucu, yıpratıcı ve moral bozucu olabiliyordu. Yalnızca Sara değil, herhangi bir ebeveyne, travmatize olmuş bu çocukların duygusal ihtiyaçları ile uğraşırken tüm bunlar fazla gelebilir. Ailenin birlikte oyun oynamak için değil, birlikte olabilmek için bile fazla zamanları kalmıyordu. Ciddi ekonomik sorunları olan ailelerin hepsinde olduğu gibi evsizlik, iş kaybı, büyük bir borçlanma gibi daha büyük bir felaketin önüne geçebilmek için hemen hemen her an başa çıkılması gereken maddi, duygusal veya sağlıkla ilgili bir ihtiyaç oluyordu.

Tina ile çalışmam devam ettiği sürece Sara beni ilk gördüğünde her zaman gülümsedi. Bu bir saatlik terapi Sara'nın çocukları ile birlikte olmaktan başka bir şey yapmasını gerektirmeyen tek saatti. Tina odama koşarken ben erkek kardeşi (o da farklı bir doktorla, farklı bir saatte terapi görüyordu) ile oynar ve küçük bebeğe gülümserdim. Bekleme odasında kendilerini meşgul edecek bir şeyle oyalandıklarından emin olduktan sonra odamdaki küçük iskemlesine oturmuş olan Tina'nın yanına giderdim.

Raflarımdan çekip çıkararak masama dizdiği oyunlar, boyama kitapları ve oyuncaklara bakarak bana, "Bugün ne yapsak acaba?" diye sorardı. O heyecanla yüzüme bakarken ben çok zor karar verebiliyormuşum gibi yapardım.

Daha sonra gözümü belli bir oyuna diker ve "Hımm! Operasyon oynamaya ne dersin?" diye sorardım. Bir kahkaha atar ve "Evet," derdi. Oyunlarımızı o yönlendirirdi. Ben de yavaş yavaş ona bir şey yapmaya karar vermeden önce beklemek ve düşünmek gibi kavramları tanıttım. Ara ara, bir an durup benimle belli bir korkusunu, umudunu veya hayatıyla ilgili bir gerçeği paylaşırdı. Daha fazla detay alabilmek için ona sorular sorardım. Sonra da, o, dikkatimizi yine oyuna çekerdi. Ve haftalar geçtikçe, azar azar da olsa Tina'yı tanımaya başladım.

Sonbaharın sonlarına doğru Tina terapiye birkaç hafta boyunca geç geldi. Görüşme süresi yalnızca bir saat olduğu için bazen konuşmak için yalnızca 20 dakikamız oluyordu. Ne yazık ki, bundan Dr. Stine'a söz etmek gibi bir hata yaptım. Kaşlarını kaldırıp bana gözlerini dikti. Hayal kırıklığına uğramış gözüküyordu.

"Sence neler dönüyor?"

"Emin değilim. Fakat anne epey yorgun gözüküyor."

"Buradaki direnci fark etmiş olmalısın?"

"Hıı! Tamam." Neden bahsediyordu bu adam? Tina'nın bir şekilde terapiye gelmek istemediğini ve annesini gelmemek için

zorladığını mı ima ediyordu? "Tina'nın mı annenin mi direncinden bahsediyorsunuz?" diye sordum.

"Bu kadın yüzünden çocuklar bir şekilde zarar gördü. Senin bu kızla ilgilenmen onun hoşuna gitmiyor olabilir. Onun böyle manevi olarak yaralı kalmasını istiyor olabilir."

"Hıı!" diye cevap verdim. Ne diyeceğimi bilemiyordum. Analistlerin terapiye geç kalmayı değişikliğe gösterilen bir "direnç" şeklinde algıladığını biliyordum fakat bizim durumumuzda bu yargı çok absürt kaçıyordu. Tina'nın annesi benim anlayabildiğim kadarıyla çocuğuna yardım alabilmek için elinden gelen her şeyi yapıyordu. Kliniğe gelmekte zorlanıyordu çünkü yolda zorlu Chicago kışında sürekli geç gelen, toplam üç otobüs değiştirmek zorundaydı. Onlara bakacak kimse olmadığı için diğer iki çocuğu da onunla birlikte gelmek zorundaydı. Bazen otobüs parası için borç istemek zorunda kalıyordu. Bana bu çok zor koşullarda elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışıyor gibi geliyordu.

Bundan kısa bir süre sonra, dondurucu bir gecede, binadan çıktığımda Tina ve ailesinin durakta otobüs beklediğini gördüm. Kar hafifçe yağarken onlar öylece karanlıkta duruyorlardı.

Sara kucağında bebekle ayakta dururken, Tina ve erkek kardeşi banka oturmuş sokak lambasının ışığıyla ısınmaya çalışıyorlardı. İki kardeş birbirlerine iyice sokulmuş, el ele tutuşmuş, ayaklarını ileri geri sallıyorlardı. Ayakları yere değmiyordu ve birlikte sürekli aynı ayak sallama hareketini yapıyorlardı. Saat 18.45'ti ve hava buz gibi soğuktu. Daha en az bir saat eve varamayacaklardı. Arabamı onların beni göremeyeceği bir köşeye çekip otobüsün bir an önce gelmesini umarak onları izlemeye başladım.

Sıcak arabamda onları seyrederken kendimi suçlu hissediyordum. Onları arabamla evlerine götürmem gerektiğini düşündüm. Fakat psikiyatri dünyası sınırlar konusunda çok hassastır. Hasta ve doktoru arasında geçilmez duvarlar, ilişkiyi keskin çizgilerle belirleyen sınırlar olmalıdır. Bu kural bana anlamlı gelirdi fakat nörotik orta sınıf yetişkinlerle çalışmalarımda ortaya çıkan bir-

çok terapötik olgu gibi, şu anki duruma hiç de uyuyormuş gibi gözükmüyordu.

Sonunda otobüs geldi. Ben de rahat bir nefes aldım.

Bir sonraki seans sonrası arabama gitmeden önce epey bekledim. Kendi kendime yapacak evrak işlerim olduğunu söylüyordum ama aslında ailenin yine soğukta beklemesini istemiyordum. Soğuk havada birini alıp araba ile evine bırakmak gibi insani bir davranışın neresi yanlış ki diye düşünüyordum. Gerçekten terapötik sürece ket vurabilir miydi? Fikrim sürekli değişiyordu fakat gönlüm iyiliğin tarafındaydı. Gerçek, samimi, iyi bir davranışın genelde "terapi"ye hâkim olan, duygusal olarak kurgulanmış, sahte bir davranıştan daha etkili olacağını düşünüyordum.

Chicago'da kışın tam ortasındaydık ve hava acı verici bir biçimde soğuktu. Sonunda kendi kendime aileyi yine görürsem onları arabama davet edeceğimi söyledim. Yapılması gereken şey buydu. Aralık ayında bir gece işten çıktığımda onları yine otobüs durağının orada gördüm. Onlara kendilerini eve kadar arabamla götürebileceğimi söyledim. Sara en başta yolda markete uğraması gerektiğini söyleyerek teklifimi reddetti. Madem bu işe başlamıştım, sonuna kadar gitmeliyim diye düşündüm. Onları markete kadar götürebileceğimi söyledim. Biraz tereddüt ettikten sonra hepsi Toyota Corolla'ma bindiler.

Sağlık Merkezi'nden kilometreler sonra Sara köşedeki bir marketi işaret etti. Kucağında uyuyan bebeğiyle markete tüm çocukları götürüp götürmeme konusunda kararsızmış gibi yüzüme baktı.

Kararlılıkla, "Bebeği bana bırakabilirsin. Biz burada bekliyoruz," dedim.

Markette hemen hemen 10 dakika kaldı. Biz de radyo dinledik. Tina şarkıya eşlik etti. Ben ise bebeğin uyanmaması için dua ediyordum. Yavaş yavaş onu sallıyor, Tina'nın annesinin tekrarladığı ninniyi söylüyordum. Sara iki ağır torbayla marketten çıktı.

"Bunları al ve sakın hiçbir şeye dokunma," diyerek arka koltukta oturan Tina'ya torbaları verdi.

Oturdukları binaya geldiğimizde Sara'nın kucağında bebek, çantası ve iki ağır torba ile karla dolu kaldırımdan yürümesini izledim. Tina annesinin elinden torbalardan birini aldı fakat torba ona ağır gelmişti, karlı yolda kaydı. Arabadan inip Tina ve Sara'nın elindeki torbaları alarak yardım etmeye çalıştım.

"Hayır, hayır. Biz hallederiz," diyerek itiraz etti.

"Halledebileceğinizi biliyorum. Ama bu akşam yardım edebilirim," dedim. Gözlerindeki bakıştan bu durumu nasıl yorumlaması gerektiğinden emin olamadığını anlıyordum. Bunun iyi bir şey mi yoksa şüphelenilmesi gereken bir şey mi olduğunu anlamaya çalışıyordu. Utanmıştı. Ben de utanmıştım. Ama yardım etmek yapılması gereken en doğru hareket gibi gözüküyordu.

Hep birlikte dairelerine giden merdivenleri çıktık. Tina'nın annesi çantasından anahtarları çıkardı, üç yerinden kilitlenmiş kapıyı bebeğini uyandırmadan açtı. İçimden yorucu bir işi olan, çevresinde ona yardım edebilecek hiçbir akrabası olmayan, tek başına üç çocuğa bakan bu yoksul kadının işinin ne kadar zor olduğunu düşündüm. Onları rahatsız etmek istemeyerek elimde torbalarla kapının eşiğinde durdum.

Sara, "Onları masanın üzerine bırakabilirsiniz," diyerek bebeğini duvarın yanındaki şilteye bıraktı. İki adımda mutfak masasının yanındaydım. Torbaları bırakıp odaya bir göz attım. Renkli bir televizyona bakan bir koltuk ve üzerinde kirli bardaklar olan bir sehpa vardı. Birbirine uymayan sandalyelerin ortasında duran masada bir parça ekmek ve bir kavanoz fıstık ezmesi duruyordu.

Bir tarafında özenle katlanmış bir battaniye ve yastıkların durduğu çift katlı bir şilte yerde duruyordu. Gazete ve giysiler etrafa dağılmıştı. Duvarda bir Martin Luther King Jr. resmi ve bunun yanında Tina ve erkek kardeşinin iki güzel okul portresi asılıydı.

Diğer bir duvarda ise Sara ve bebeğin birbirlerine sarılmış güzel bir resmi asılıydı. Daireleri sıcaktı.

Sara ne yapacağını pek bilmeyerek, "Bizi eve bıraktığınız için teşekkürler," dedi. Ben de bunun hiç sorun olmadığını söyledim. İkimiz içinde rahatsız edici bir durumdu.

Daireden çıkarken onlara, "Haftaya görüşmek üzere," dediğimde Tina bana el salladı. O ve erkek kardeşi marketten alınanları torbalardan çıkarıp yerleştirmeye çalışıyorlardı. Bana onlardan çok daha iyi konumda olan çocuklardan daha terbiyeliymiş gibi geldiler. Öyle olmak zorundalar diye düşündüm.

Evime dönüş yolunda Chicago'nun en fakir semtlerinden geçtim. Kendimi suçlu hissediyordum. Bana sunulan fırsatlar, kaynaklar, hediyeler ve şansımdan dolayı, uzun çalışma saatlerim ve hakkım olan takdiri görmediğimde şikâyet ettiğim için kendimi suçlu hissediyordum. Ayrıca Tina hakkında artık çok daha fazla şey bildiğimi hissediyordum. O benimkinden çok daha farklı bir dünyada büyümüştü. Ve bunlar bir şekilde onu benimle görüşmeye getiren sebeplerle bağlantılıydı. Tam olarak nasıl olduğundan emin olmamakla beraber, yaşadığı çevrenin onun duygusal, davranışsal, sosyal ve fiziksel sağlığını şekillendirdiğini biliyordum.

Sonrasında herhangi birine bir hastamı ve ailesini evlerine bıraktığımı söylemeye korkuyordum. Daha da kötüsü bir markette durup onların alışverişine yardım etmemdi. Fakat bir yanım da bunu hiç umursamıyordu. Doğru olanı yaptığımı biliyordum. Genç bir anneyi, iki küçük çocuğu ve bebeği ile öyle soğukta bırakamazdım.

İki hafta bekledim ve Dr. Dyrud ile randevumuzda ona söyledim. Tina'nın bana yaptığı gibi yüzüne bakıp nasıl bir tepki vereceğini kestirmeye çalışarak ona, "Soğukta bekliyorlardı, ben de onları evlerine bıraktım," dedim. Ben kuralları nasıl çiğnediğimi anlatırken o bir kahkaha attı.

Bitirdiğimde ellerini kavuşturup, "Harika, her hastamıza bir ev ziyareti yapmalıyız," dedi. Gülümsedi ve arkasına yaslandı. "Hadi, anlatsana."

Şok olmuştum. Bir anda Dr. Dyrud'un gülümsemesi ve yüzündeki ifade benim iki haftalık suçluluk duygumu alıp götürmüştü. Bana neler öğrendiğimi sorduğunda o dairede geçirdiğim bu zaman diliminde Tina ve ailesinin yaşadığı zorluklar hakkında herhangi bir seansta veya görüşmede öğrenebileceğimden çok daha fazla şey öğrendiğimi söyledim.

Çocuk psikiyatrisi uzmanlığımın o ilk yılında Sara ve ailesi kliniğe otobüsle 20 dakika uzaklıkta bir daireye taşındılar. Artık seanslara gecikmiyorlardı. "Direnç" falan yoktu artık. Haftada bir kere buluşmaya devam ettik.

Dr. Dyrud'un bilgeliği ve danışmanlığı benim özgür düşüncemin gelişmesine yardım etti. Bana ilham veren diğer hocalar, doktorlar ve araştırmacılar gibi merakı, araştırmayı ardından da bunların üzerine düşünmeyi cesaretlendiriyor ve en önemlisi de bana kalıplaşmış inançları sorgulamam için cesaret veriyordu. Her mentorumdan ayrı ayrı öğrendiklerimi birleştirerek duygusal ve davranışsal problemlerin beyinde oluşan bir bozukluğun semptomları olduğu yönünde bir terapötik yaklaşım geliştirmeye başladım.

1987 yılında çocuk psikiyatrisi henüz, nörokimyayı içine almıyordu. Aslında klinik pratiği etkilemek bir yana, beyin ve beynin gelişimi üzerine gittikçe genişleyen araştırmaların 1980'lerde başlayıp, 1990'larda "beyin yılları" patlaması henüz gerçekleşmemişti bile. Aksine birçok psikolog ve psikiyatrist insan davranışını açıklamak için biyolojik verileri kullanmaya karşıydı. Böyle bir yaklaşım her şeyin sebebini genlerle açıklayan, davranışı biyolojik karşılıklarına indirgeyen, özgür irade ve yaratıcılıkla birlikte yoksulluk gibi çevresel faktörleri de hiçe sayan mekanik ve insani olmayan bir yöntem gibi görülüyordu. Evrimsel teoriler, statükocu zihniyeti rasyonelleştiren insan davranışını hayvansal dürtü-

lerle açıklayan gerici, ırkçı ve cinsiyetçi teoriler gibi görülerek bu kötü algıdan nasibini alıyordu

Çocuk psikiyatrisine yeni başladığım için bağımsız düşünme kapasiteme çok güvenemiyor, gördüklerimi doğru değerlendirip değerlendiremediğimden emin olamıyordum. Kendilerini kanıtlamış diğer psikiyatristler, yıldız doktorlar, mentorlarım başka şeylerden konuşup farklı teoriler öğretirken, benim düşüncelerim nasıl doğru olabilirdi?

Neyse ki Dr. Dyrud ve birkaç diğer mentorum Tina ve diğer hastalarım hakkındaki klinik düşünce sürecime nörokimyayı da eklemem için beni cesaretlendirdi. Tina'nın beyninin içinde neler olup bitiyordu? Onun beyninde nasıl bir fark vardı ki, yaşıtlarından daha dikkatsiz ve içgüdüsel davranıyordu? Henüz küçücükken yaşadığı o anormal ve cinsel deneyimler sırasında sürekli gelişen beyninde neler olmuştu? Yoksulluğun stresi onu etkilemiş miydi? Neden konuşma zorluğu çekiyordu? Dr. Dyrud parmağını başına doğrultup, "Cevap buralarda bir yerde," dedi.

"Neuroscience" kavramı ile ilk tanışmam üniversite birinci sınıfta olmuştu. Üniversitedeki ilk danışmanım dünyaca ünlü nöroendokrinolog Dr. Seymour Levine bundan sonraki düşüncelerimi şekillendiren, erken yaşlarda stresin beynin gelişimine etkilerini araştıran çığır açıcı bir çalışma yapıyordu. Onun çalışması bana, erken yaşta yaşanan deneyimlerin kelimenin gerçek anlamıyla beyinde nasıl ömür boyu silinemez izler bırakabileceğini gösterdi.

Levine fareler üzerinde, önemli strese bağlı hormon sistemlerinin gelişimini incelediği bir seri deney yapmıştı. Grubunun çalışması erken yaşlarda kısa zamanlı stresin bu önemli sistemlerin fonksiyonu ve biyolojisini dramatik bir şekilde değiştirebileceğini göstermişti. Biyoloji genlerden oluşan değiştirilemez bir kader programı değildir. Evrimsel teorilerin tahmin ettiği üzere çevresel faktörlere açıktır. Yavru fareler için çok stresli bir durum olan onların insan eliyle tutulduğu bazı deneylerde stres yalnızca

birkaç dakika sürüyordu. Fakat beynin gelişiminde çok önemli bir süreçte bu kısa stres deneyimi bile stres hormon sistemlerinde yetişkinliğe kadar sürecek olan ciddi değişikliklere yol açtı.

Bu alanda resmi eğitimime başladığımdan beri erken yaşlarda yaşanan deneyimlerin, değiştirici etkisinin farkındaydım. Önceki bilgilerimi hep bu bilgi ışığında değerlendirdim. Laboratuvarda çalışırken düşüncelerim sık sık Tina ve çalıştığım diğer çocuklara giderdi. Kendimi problemi anlamaya zorlardım. Ne biliyordum? Hangi bilgi eksikti? Bilinen ve bilinmeyen arasında bir bağ kurabilir miydim? Benimle görüşmek bu çocukların hayatında bir fark yaratıyor muydu? Hastalarım hakkında düşünürken onların semptomlarını da değerlendirirdim:. Neden özellikle bu çocukta özellikle de bu problemler? Nasıl bir yardım bunu değiştirebilir? Davranışları, ben ve benim gibi bilim insanlarının beynin işleyişi hakkında öğrendikleri ile anlaşılabilir mi? Örneğin, bağlanmanın nörobiyolojisi (ebeveyn ve çocuk arasındaki bağ) bir anne ve oğlu arasındaki problemi çözebilir mi? Hastanın anne ve babası ile ilgili düşüncelerini diğer ilişkilerine, özellikle de terapistiyle olan ilişkisine yansıttığı (yansıtma gibi Freudyen teoriler) beynin fonksiyonunu inceleyerek açıklanabilir miydi?

Bir bağlantı olmalıydı diye düşünüyordum. Belki de bunun ne olduğunu tanımlayamadığımız veya henüz anlayamadığımız için beyinde neler olup bittiği ile her insani fenomen ve semptom arasında bir bağ olmalıydı. Sonuçta insan beyni bütün duyguların, düşüncelerin ve davranışların kaynaklandığı yerdi. Özel görevleri olan kalp, ciğerler ve pankreas gibi organların aksine beynin binlerce fonksiyonu vardır. Aklınıza güzel bir fikir geldiğinde, âşık olduğunuzda, merdivenlerden düştüğünüzde, merdivenleri çıkarken durup düşündüğünüzde, çocuğunuzun gülümsemesine bayıldığınızda, bir şakaya güldüğünüzde, acıktığınızda veya kendinizi tok hissettiğinizde tüm bu deneyimleriniz ve bu deneyimlere verdiğiniz tepkiler beyinde gerçekleşir. Kısacası, Tina'nın

konuşma ile ilgili problemleri, dikkat sorunu, ani davranışları ve sağlıklı ilişkileri hep onun beyniyle ilgili durumlardı.

Fakat beyninin hangi kısmıyla ilgili durumlardı bunlar ve benim bunu anlamam onun tedavisini nasıl etkileyecekti? Tina'nın beyninin hangi bölümü kötü yönetiliyordu veya az gelişmişti, nöral ağları mı, nörotaşıyıcı sistemleri mi?

Tüm bu bilgiler Tina'nın terapisiyle ilgili bana nasıl yardımcı olabilirdi? Bu soruların hepsine cevap verebilmek için daha önceden öğrendiklerimle işe başlamalıydım.

Beynin etkileyici fonksiyonları, bir o kadar etkileyici küçük yapı sistemlerinden doğar. Beyinde 100 milyar nöron (beyin hücresi) vardır. Her bir nöron için "glia" adında bir o kadar önemli 10 kadar destekleyici hücre bulunur. Gelişme sürecinde (ana rahmindeki ilk hareketlenmelerden erken yetişkinliğe kadar) tüm bu karmaşık hücreler (ve daha farklı tipte olanları da vardır) uzmanlaşmış ağlar olarak organize olmak durumundadır. Bu sayısız iç içe geçmiş ve hayli uzmanlaşmış sistemlerin oluşmasıyla sonuçlanır. Birbirine bağlanmış nöronlardan oluşan bu ağlar beynin mimarisini oluşturur.

Beyin kabaca dört ana bölümden oluşur: Beyin kökü, ara beyin, limbik sistem ve korteks. Beyin, üzerine sürekli artan karmaşık eklemelerin yapıldığı, eski bir ev gibi, içeriden dışarıya doğru yapılanmıştır. Beyin kökü ve arabeynin en aşağıdaki ve en merkezi kısımları, en basit sistemlerdir. İlk onlar oluşur ve çocuk büyürken ilk onlar gelişir. Daha yukarıya ve dışarıya doğru gittikçe işler limbik sistemle birlikte iyice karışmaya başlar. Beyin mimarisinin en inanılmaz parçası olan korteks daha da karışıktır. Alt beynimizdeki yapılanma kertenkeleler kadar ilkel canlılarınkine benzer nitelikte olmakla birlikte, orta bölgeler kedi ve köpek gibi memeli canlıların beyin yapılarına benzerdir. Beynimizin dış bölgeleri ise maymunların beyin yapısını andırmaktadır. Beynin insanlara en özgü bölümü olan ön korteksin bile yapısının %96'sı, bir şempanzenin beyin yapısı ile ortak özellikler taşır!

Beynimizin dört bölümü alttan üste ve içeriden dışarıya hiyerarşik bir düzenden oluşur. Bunu beş tane kâğıt para kullanarak hayalinizde canlandırabiliriz. Bu beş adet kâğıt parayı ikiye katlayıp, avucunuzun içine alıp otostopçu işareti yapabilirsiniz. Daha sonra elinizi başparmağınız aşağıya bakacak şekilde ters çevirin. Başparmağınız beyin kökünü, başparmağınızın ucu beyin kökünün omurilik ile birleştiği noktayı, başparmağınızın şişman kısmı arabeyni, avucunuzun içinde parmaklarınızla kapladığınız katlanmış kâğıt paralar ise limbik sistemi sembolize etsin; limbik sistemi örten eliniz ve parmaklarınız ise korteksi sembolize eder.

İnsan beynine baktığınızda limbik sistemin tamamıyla içeride kaldığını görürsünüz, onu kâğıt paralar gibi dışarıdan göremezsiniz. Şimdi yukarıda ve önde olan küçük parmağınız ise ön korteksi sembolize etmektedir.

Birbirleriyle bağlantılı olmakla birlikte, bu dört ana bölge farklı fonksiyonları kontrol eder. Örneğin, beyin kökü vücut ısımız, kalp atışımız, terleme ve kan basıncı gibi merkezi düzenleyici fonksiyonlardan sorumludur.

Arabeyin ve limbik sistem korku, nefret, sevgi ve sevinç gibi davranışlarımızı yönlendiren duygularımızı kontrol eder. Beynin en üst kısmı korteks ise soyut düşünme, konuşma ve dil, planlama ve karar verme gibi en karmaşık ve en insana özgü işlevleri kontrol eder. Bu işlevlerin hepsi bir konser verir gibi çalışırlar. Bir senfoni orkestrası gibi hepsinin özelleşmiş ayrı görevleri olmakla birlikte, tek başına hiçbirisi duyduğumuz "müzik"ten sorumlu değildir.

Tina'nın semptomları beyninin her bir bölümünde anormalliklere işaret ediyordu. Uyku ve dikkat problemleri (beyin kökü), küçük kas sistemi ve koordinasyon zorlukları (arabeyin ve korteks), açıkça gözlenebilen sosyal ve ilişkisel gecikmeler ve eksiklikler (limbik ve korteks), konuşma ve dil problemleri (korteks).

Süreklilik gösteren bu problemlerin dağılımı önemli bir göstergeydi. Benim araştırmam (ve daha yüzlerce kişinin araştırması) Tina'nın tüm problemlerinin, kişilere stres ve tehditle baş etmeye yardımcı olan anahtar konumunda bir grup nöral sistemle bağlantılı olabileceğini gösteriyordu. Rastlantı eseri bunlar laboratuvarda tam da üzerinde çalıştığım sistemlerdi.

Bu sistemlerin benim için "şüpheli" konumunda olmasının iki sebebi vardı. İlk olarak bundan önceki çalışmaların, insan ve hayvanlarda bu sistemlerin tahrik olma, uyku, dikkat, iştah, duygudurum ve güdüsel döngüler gibi Tina'nın problemli olduğu tüm alanlarda etkili olduğunu kanıtlamış olmalarıydı. İkinci sebep ise bu önemli ağların hepsinin beynin alt bölümünde ortaya çıkıp daha sonra beynin tüm diğer bölümlerine direkt sinyaller göndermeleriydi. Bu mimari, bu sistemlere özel bir görev yüklüyordu. Bunlar tüm duyularımızdan aldığımız sinyal ve bilgileri beyne dağıtıyorlardı.

Bu kapasite tehdide etkili olarak cevap verebilmek için gerekliydi. Örneğin, tehdit içeren bir canlı yaklaştığında bir hayvan onun kokusu ve sesine onu gördüğünde olduğu gibi hızlı bir şekilde tepki verebilmeliydi.

Tüm bunlara ek olarak, bir avuç içi kadar nöral sistemden biri olan strese tepki veren bu sistemler eğer kötü yönetilir veya anormallik sergilerlerse, tıpkı benim Tina'da gözlemlediğim gibi beynin dört ana bölümünde birden fonksiyon bozukluğuna sebep olurlar.

Yıllardır yaptığım temel nörokimya çalışmaları bu sistemlerin nasıl çalıştığının ayrıntılarını içeriyordu. Beyinde nöronlar, sinapsis denilen nöron'dan nörona iletişim sonucu açığa çıkan nörotaşıyıcılar adlı kimyasal iletenler vasıtasıyla bir hücreden diğerine mesaj taşırlar. Bu kimyasal iletenler anahtarınızın yalnızca kendi kapınızın üzerindeki kilide uyması gibi bir sonraki nöranda belirli doğru şekillenmiş alıcıyla birleşirler. Hem büyüleyici bir biçimde karışık hem de zarif ve basit bir biçimde bu

sinaptik bağlantılar bir nörondan diğerine ve bir diğerine giden ağ zincirlerini oluşturarak beynin düşünme, hissetme, hareket etme, algılama, duyumsama gibi birçok fonksiyonunun oluşmasını sağlarlar. Bu işlem ilaçların bizi nasıl etkilediğini de açıklar. Birçok psikoaktif ilaç kopyalanmış anahtar görevini görerek belli nörotaşıyıcıların belli kilitlere uymasını sağlayarak beyni, çeşitli kapıları açıp kapamak için kandırmış olurlar.

Doktora çalışmamı öncü bir sinirbilimci ve psikiyatrist olan Dr. Solomon Snyder'i eğiten Dr. David U'Prichard'ın laboratuvarında yaptım. (Dr. Snyder'ın grubu yaptıkları birçok işin dışında, eroin ve morfin uyuşturucularının aktive olduğu alıcıyı bulmalarıyla ünlüydü.)

Dr. U'Prichard ile çalışırken nöropinefrin (nöroadrenalin olarak da bilinen) ve epinefrin (adrenalin olarak da bilinen) sistemleri üzerine araştırmalar yaptım. Bu nörotaşıyıcılar stresi etkilerler. Klasik "savaş veya kaç" tepkisi locus coeruleus (renginden dolayı "mavi nokta" olarak adlandırılan) olarak da bilinen nöropinefrin nöronlarının merkezinde başlar. Bu nöronlar beynin her bir bölgesine sinyaller göndererek onun stresli durumlara tepki vermesine yardımcı olur.

Dr. U'Prichard ile olan bazı çalışmalarım aynı türden olup, genetik bazı farklılıkları olan iki farklı fare cinsini kapsıyordu. Bu fareler sıradan durumlarda aynı şekilde hareket ediyorlardı. Fakat en ufak bir stresli durum, bir cinsin tamamıyla kötüleşmesine sebep oluyordu. Sakin durumlarda bu fareler labirentlerde gezinebilmeyi öğrenebiliyorlardı. Bununla birlikte onlara en ufak bir stres verdiğinizde her şey kötüleşiyordu. Diğer fareler ise bu durumdan etkilenmiyorlardı. Beyinlerini incelediğimizde stres-reaktif farelerin gelişimlerinin erken yıllarında adrenalin ve noroadrenalin sistemlerinde çok fazla aktivite tespit ettik. Bu küçük değişiklik alıcı sayılarında ciddi bir anormalliğe yol açıyor ve sonunda bu farelerin ömürleri boyunca strese gösterdiği tepkilerin değişmesine yol açıyordu.

Tina'nın genetik olarak strese "çok hassas" olduğu yönünde hiçbir kanıta sahip değildim. Bunun yanında Tina'nın yaşadığı tehditkâr durum ve gördüğü tacizin şüphesiz onun tehdidi algılayan ve strese tepki veren nöral sisteminde sürekli ve yoğun aktivasyona sebebiyet verdiğini biliyordum. Levine'in, yaşamın erken döneminde en ufak bir stresin bile hayat boyu kalıcı etkilere sebep olduğunu gösteren çalışmasını hatırladım. Tina'ya yapılan taciz çok daha uzun sürmüştü (2 yıl boyunca haftanın en az bir günü) ve bu durum ekonomik sorunları olan, sürekli bir kriz halindeki aile ortamı ile birleşmişti. Bana öyle geliyordu ki, olumsuz semptomların oluşmasına genlerle birlikte çevresel faktörler de sebebiyet veriyorsa stresli bir çevrenin zaten genetik olarak hassas bir bünyeye sahip birine etkisi çok daha büyük oluyordu.

Hem Tina ile hem de laboratuvarda çalışmalarıma devam ederken, beyninin henüz gelişme çağında olduğu küçük bir yaşta, stres tepki sistemlerinin sürekli aktive edilmesinin Tina'nın durumunda, büyük bir ihtimalle hayvan modellerinde gözlemlediklerime benzer bir biçimde, beyindeki alıcılarda ciddi bir değişikliğe, hassasiyete ve fonksiyon bozukluğuna yol açtığına inanmaya başladım. Sonunda, Tina'nın semptomlarının gelişim travmasının sonuçları olduğunu düşünmeye başladım. Dikkat sorunları ve güdüsel davranışları onun geçmişte tacizi ile başa çıkmasını sağlayan fakat şimdi okuldaki saldırgan davranışları ve sınıftaki dikkatsizliğine sebep olan stres tepki nöral ağlarının organizasyonunda bir değişimden kaynaklanıyor olabilirdi.

Doğru gibi gözüküyordu. Stres sistemi çok fazla aktive olmuş biri tehdidin gelebileceği, öğretmenler ve sınıf arkadaşları gibi insanların yüzlerine aşırı dikkat gösterirken okuldaki dersler gibi daha sıradan işleri umursamayabilirdi. Tina her yere birinin ona tekrar saldıracağının sinyallerini aramak için bakıyordu. Herhangi birinin en ufak potansiyel bir saldırganlık sinyaline fazla tepki vermesine yol açan, potansiyel tehdide karşı yükselen bir farkın-

dalık geliştirmiş olması Tina'nın kavga çıkarmaya diğerlerinden daha müsait olmasını açıklıyordu. Bu, Tina'nın dikkatsizlik sorunlarının tacizi ile hiçbir bağlantısı olmadığını söyleyen açıklamalardan çok daha anlamlıydı.

Onun kliniğe ilk geldiğinde doldurulan formuna baktım ve o gün kalp atış hızının 112 olduğunu gördüm. Onun yaşında bir kızın normal kalp atış hızı 100'ün altında olmalıydı. Yüksek kalp atış hızı, sürekli aktive edilmiş stres tepkisinin bir göstergesi olabilirdi. Bu da, problemlerinin beyninin tacize direkt bir tepkisi olduğu fikrimi kanıtlıyordu. Eğer Tina'yı şimdi teşhis edecek olsam onun dikkat dağınıklığı bozukluğuna (DEB) değil, post travmatik stres bozukluğuna (PTSB) sahip olduğunu söylerdim.

Tina ile çalıştığım üç yıl boyunca onun gösterdiği açıkça gözlenebilir gelişimden çok mutluydum. Artık okulda "uygunsuz" davranışları olduğunu söyleyen raporlar yoktu. Ödevlerini yapıyor, derslerine giriyor ve çocuklarla kavga etmiyordu. Çok sessiz konuşmasından kaynaklanan, annesi ve öğretmenlerinin telaffuzunu düzeltmesini engelleyen konuşma problemi azalmıştı. Yüksek sesle konuşmayı öğrendikçe ve kendisiyle daha fazla konuşulunca sözcüklerin doğru hâllerini duyuyor ve konuşması düzeliyordu.

Ayrıca hızla daha az güdüsel hareket ediyor ve dikkatini toplayabiliyordu, öyle ki Dr. Stine ile yaptığım ilk görüşme dışında danışmanlarımla ilaç tedavisi hakkında konuşmadık bile.

Tina, seanslarda oyunlarımızı yönlendiriyordu fakat ben de onun yaşamında daha kendine güvenli olabilmesi, daha rasyonel ve uygun davranışlarda bulunabilmesine yardım etmek için elime geçen her fırsatı kullanıyordum.

Hepimiz bazen sözel olarak bazen de örnek davranışlarla çevremizdekilerden güdülerimizi kontrol etmeyi ve karar vermeyi öğreniriz. Oysa Tina böyle bir ortamda büyümemişti. Çevresindeki herkes başlarına gelenlere tepkisel yaklaşıyordu. Dolayısıyla Tina da aynı şeyi yapıyordu. Görüşmelerimizde ciddi anlamda

ihtiyaç duyduğu bölünmeyen bir ilgiyi üzerinde hissediyordu. Oynadığımız oyunlar sayesinde onu hayata hazırlayacak öğrenmediği bazı dersleri öğrenmişti. Örneğin, Tina'yı ilk tanıdığımda oynadığımız bir oyunda, sırasının gelmesini beklemesi gerektiğinin farkında değildi. Başlamadan önce beklemesi gerektiğini bilmiyordu. Hiç düşünmeden hareket ediyordu. Oynadığımız basit oyunlarda daha uygun davranışları modelledim ve sürekli olarak ona aklına ilk gelen şeyi yapmadan önce durması ve düşünmesi gerektiğini öğrettim. Okuldaki harika gelişimine bakarak ona gerçekten yardım edebildiğimi düşündüm.

Oysa ne yazık ki, klinikten yeni bir işe başlamak için ayrılmamdan iki hafta önce artık 10 yaşında olan Tina'nın okulda kendisinden büyük bir erkek çocuğa oral seks yaparken yakalandığını öğrendim. Ne yazık ki ona öğrettiklerim davranışlarını değiştirmemiş, yalnızca onun cinsel içerikli davranışlarını daha iyi saklamasına ve başının belaya girmemesi için güdülerini kontrol etmesine yardım etmişti. Görünüşte herkesi artık iyi davranışlar sergilediğine ikna etmiş gözüküyordu. Oysa gerçekte geçirdiği travmanın etkisinden kurtulamamıştı.

Bu haberi duyduğumda hayal kırıklığına uğradım. Kafam karışmıştı. Çok çalışmıştım ve o da gerçekten iyiye gidiyor gibi gözüküyordu. Pozitif terapötik bir çaba gibi görünen çalışmamın, bir anda yok olup gitmesi zoruma gidiyordu. Ne olmuştu? Veya çalışmalarımızda ne olmamıştı ki, Tina değişmemişti?

Tina'nın erken çocukluk travması ve düzensiz ev hayatının, beyni üzerindeki etkilerini düşünmeye devam ediyordum. Kısa bir zamanda kliniksel zihinsel sağlık çalışmamı genişletmem gerektiğini fark ettim. Tina için başarısız olmuş, ona yetersiz gelmiş tedavimin cevaplarının beynin nasıl çalıştığı, nasıl geliştiği ve çevresindeki dünyayı nasıl algılayıp organize ettiğinin anlaşılmasında saklı olduğunu düşünüyordum. Bu cevapların, sabitmiş gibi algılanan, genetik olarak kodlanmış, ara ara "dengesizlik"le-

rinin düzeltilmesi için ilaç tedavisinin uygulandığı beyinde değil, tüm karmaşıklığıyla var olan beyinde olduğunu düşünüyordum.

Karmaşık bilinçdışının karşı koyma ve dirençleriyle kaynayan bir beyinde değil, karmaşık sosyal dünyaya cevap verebilecek şekilde evrimleşmiş bir beyinde. Kısacası, bunun etrafındaki insanların etkisine çok açık evrimle şekillenmiş genetik özelliklerin şekillendirdiği bir beyin olduğunu düşünüyordum.

Tina stres sistemini daha iyi kontrol edebilmeyi öğrendi, güdüsel davranışlarını artık daha iyi kontrol ediyor olması bunun bir kanıtıydı. Fakat Tina'nın en önemli problemi sağlıksız ve anormal cinsel davranışlarıydı. Onun bazı semptomları çok hızlı çalışan stres tepkileri değiştirilerek düzeltilebiliyordu fakat bu onun hafızasını silemezdi. Ben de daha iyi performans gösterebilmem için hafızayı daha iyi tanımam gerektiğini düşünmeye başladım.

Peki, nedir hafıza? Çoğumuz onu isimler, yüzler, telefon numaraları ile bağlantılı olarak düşünürüz fakat aslında hafıza bundan çok daha fazlasıdır. Biyolojik sistemlerin en temel özelliğidir. Hafıza, deneyimi zaman içinde taşıma kapasitesidir. Egzersiz yaptığınızda gördüğünüz değişiklikler gibi kasların bile hafızası vardır. Fakat en önemlisi hafıza beynin ne yaptığı, bizi nasıl oluşturduğu ve geçmişimizin geleceğimizi belirlemesini nasıl sağladığıdır. Hafızanın bizi biz yaptığını söylemek yanlış olmaz. Tina'nın önünde duran engelin büyük bir kısmı ise hafızasında yer etmiş taciziydi.

Tina'nın erkeklerle aşırı cinsel içerikli ilişkilerinin, tacizinden kaynaklandığı aşikârdı. Ben de hafızayı ve iki ana nöral aktivite aynı anda ve süreklilik göstererek tekrarlandığında, beynin nasıl bir ilişkilendirme kurduğunu araştırmaya başladım. Örneğin, bir itfaiye arabasının görüntüsüyle birlikte ona eşlik eden siren sesinden kaynaklanan bir nöral aktivite sürekli tekrar edilirse, bir zamanlar ayrı olan bu nöral zincirler (görsel ve işitsel bağlantılı nöral ağlar) yeni sinaptik bağlantılar yaratacak ve birbirleriyle

bağlantılı tek bir ağ oluşturacaktır. Bu görsel ve işitsel ağlar arasındaki yeni bağlantı grupları bir kez oluştuğunda, ağın yalnızca bir tarafı uyarıldığında bile (örneğin, siren sesinin duyulması) zincirin görsel bölümü de etkin hale gelecek ve kişi hemen hemen aynı anda gözünde bir itfaiye arabasını canlandıracaktır.

İlişkilendirmenin bu en önemli özelliği beynin en evrensel işlevidir. Biz ilişkilendirme sayesinde duyma, görme, dokunma ve koklamayla bize gelen duyusal sinyalleri bir araya getirip tüm insanı, yeri, nesneyi veya hareketi oluştururuz. İlişkilendirme hafıza ve dile kaynaklık eder.

Elbette bilincimiz boşluklarla doludur. Bu da iyi bir şeydir. Beynimiz işlevlerine devam edebilmek için sıradan ve beklenilen şeyleri filtreler. Örneğin, araba kullanırken araba ve yollarla ilgili geçmiş deneyimlerinizi kullanarak duyularınızla algıladığınız her şeye odaklanmaya kalksaydınız büyük bir ihtimalle yorgun düşüp kaza yapardınız. Herhangi bir şey öğrenirken aslında beyniniz o an ki deneyiminizi kaydedilmiş benzer geçmiş duyu ve durumları andıran deneyim kalıplarıyla karşılaştırarak, "Bu yeni mi?", "Bu dikkat etmem gereken bir şey mi?" diye sorular sorar.

Böylece araba ile yolda ilerlerken beyninizin denge sistemi size belli bir pozisyonda olduğunuzu söyler. Fakat büyük bir ihtimalle beyniniz bu durumda yeni kayıtlar yapmıyordur. Beyniniz daha önce arabada oturduğunuz pozisyonları kaydetmiştir. Bu durumla ilişkilendirilmiş nöral aktivite kalıbının değişmesine gerek yoktur. Yeni hiçbir şey yoktur. Aynı şeyi daha önce de yaptınız, oradaydınız. Bu tanıdık bir durumdur. Daha önceden bildiğiniz uzun yollarda araba kullanıp daha sonra arabayı sürerken ne yaptığınızı kesinlikle hatırlamamanızın sebebi budur.

Bu önemlidir çünkü kaydedilmiş tüm bu deneyimler şu an aldığınız herhangi bir bilgiyi anlamlandırmak için kullandığınız nöral ağları, hafıza kalıplarını oluşturmuştur. Bu kalıplar beyinde farklı seviyelerde oluşmuştur ve bilgi en başta en ilkel en alt bölgelere geldiğinden bunların birçoğu bilinç düzeyine çıkmaz.

Örneğin, küçük Tina erkeklerle ilişkilerini yönlendiren ve benimle ilk buluştuğunda bana karşı davranışını şekillendiren kalıbın kesinlikle farkında değildi. Ayrıca, sanırım hepimiz, bizi korkutan şeyin ne olduğunu daha tam anlamadan zıpladığımız deneyimleri yaşamışızdır. Bu gerçekleşir çünkü beynimizin stres tepki sistemleri potansiyel tehditler hakkında bilgi taşır ve onlara en kısa zamanda tepki verebilecek biçimde şekillenmiştir. Bu da genellikle korteksin nasıl bir yol izleyeceğini tespit etmesinde önce anlamına gelir.

Eğer Tina gibi biz de yüksek düzeyde stresli deneyimler yaşamışsak bu deneyimleri hatırlatan olaylar da aynı bu deneyimler gibi etkili olabilir ve bilinç dışı süreçler tarafından benzer reaksiyonları doğurabilir.

Bu ayrıca erken yaşta yaşanan deneyimlerin etkilerinin sonraki yaşlarda yaşanan deneyimlerin etkilerine göre çok daha kuvvetli olacağı anlamına gelir. Beyin dünyayı belli şablonlar bulmaya çalışarak anlamlandırmaya çalışır. Tutarlı ve tekrarlanan şablonlar bulduğunda onları birleştirir ve onları "normal" ve "beklenilen" olarak etiketler. Daha sonra da onlara bilinçli bir dikkat göstermez. Örneğin, henüz küçücükken ilk defa oturma pozisyonuna getirildiğinizde poponuzun hissettiği tüm yeni duyumlara açıksınızdır. Beyniniz normal bir oturmanın verdiği baskıyı duyumsamayı öğrenmiştir. Dik oturabilmek için ağırlığınızı nasıl dengelemeniz gerektiğini hissetmeye başlamış ve sonunda oturmayı öğrenmişsinizdir. Şimdi eğer koltuk rahatsız veya minder farklı değilse oturduğunuzda dik durmaya veya koltuğa yaptığınız baskıya hiç dikkat etmezsiniz. Araba kullanırken bu aklınıza bile gelmez.

Yaptığınız otoyolun yanlış şeridinde giden bir kamyon gibi yolunda gitmeyen, yeni bir şeyleri kollamaktır. Bu yüzden algımız normal farz edilen olaylar yönünde değil hızlı tepki verebilmemiz için yolunda gitmeyen şeyler üzerine yoğunlaşır. Yeni

deneyimler ya tehlike ya da fırsat anlamına geldiği için nöral sistemimiz yeniliklere tepki verebilmek üzere evrimleşmiştir.

Hem hafızanın hem nöral dokunun ve gelişimin, en temel özelliği belli bir şablona uyan, tekrarlayan aktivite sonucu değişmesidir. Bu yüzden beyninizde sürekli tekrarlanarak aktive olan sistemler değişirken, hiç aktive olmayan sistemler değişmez. Bu "kullanıma bağlı" gelişim nöral dokunun en önemli özelliğidir. Çok basit bir kavram gibi gözükmekle birlikte, çok büyük ve geniş çaplı etkileri vardır.

Bu kavramı anlamanın Tina gibi çocukları anlamada anahtar niteliğinde olduğuna inanmaya başlamıştım. Hayatının çok erken bir evresinde tacize uğradığı için çok talihsiz bir grup ilişkilendirme geliştirmişti. Onun erken yaşta erkeklerle ve erkek tacizcisi ile yaşadığı ilk deneyimler onun kafasındaki erkek kavramını ve onlara karşı nasıl davranması gerektiğini şekillendirmişti.

Yaşamın ilk yıllarında çevremizdekilerle yaşadığımız deneyimler dünyayı kavrayışımızı da belirler. Her gün sonsuz sayıda bilgi ile karşılaştığı düşünülürse, beynin dünyanın nasıl bir yer olduğunu kavrayabilmek için bu şablonları kullanması gerekir. Eğer erken deneyimlerimiz çarpık gelişmişse buna bağlı olarak davranışlarımızda da bozukluklar görülecektir. Tina'nın dünyasında, ondan yaşça büyük erkekler korkutucu, sürekli bir şeyler talep eden, annesini ve onu seks yapmaya zorlayan varlıklardı. Onlarla ilişkili koku, görüntü ve sesler, yaşamı anlamlandırmak için kullandığı "hafıza kalıpları"nı oluşturmak üzere bir araya gelmişti.

Bu yüzden ofisime ilk geldiği gün yetişkin bir erkekle yalnız başına kaldığında benim de seks istediğimi düşünmesi tamamıyla doğaldı. Okulda, diğer çocuklarla seks oyunları oynarken veya çıplaklığını sergilerken nasıl davranması gerektiği hakkında bildiklerini modelliyordu. Bilinçli olarak bunun üzerine düşünmüyordu. Bu davranışlar yanlış ilişkilendirmelerinin sonucu bozulmuş cinsellik algısının birer parçasıydılar.

Ne yazık ki, haftada yalnızca bir saatle bu ilişkilendirmeleri bozmak mümkün değildi. Ona farklı bir yetişkin erkeğin davranışlarını modelleyebilirdim, cinsel aktivitenin uygun olmadığı durumları gösterebilirdim fakat bu kadar az bir zaman diliminde genç beynine henüz çocuk yaşta sürekli tekrarlanarak, bir kalıp gibi kazınmış deneyimlerin yerine yenilerini koyamazdım. Tina ve onun gibi hayatları ve hafızaları erken yaşta bir travma ile zarar gören diğer hastalarıma yardım edebilmek için, tedavilerime insan beyninin nasıl çalıştığı, değiştiği ve bu öğrenme sürecine hangi sistemlerin eşlik ettiği hakkında daha pek çok bilgiyi eklemlemem gerekiyordu.

BÖLÜM 2

Senin İyiliğin İçin

"Yardımınıza ihtiyacım var." Arayan Illinois, Cook kasabasındaki Halk Güvenliği Ofisi'nden avukat Stan Walker'dı. Ben çocuk psikiyatrisi eğitimimi bitirmiş, Chicago Üniversitesi'nde yardımcı profesör olarak görev yapıyordum. Klinikte çalışmaya devam ediyor ve kendi laboratuvarımı yönetiyordum. 1990 yılıydı.

"Haftaya mahkemeye sevk edilecek yeni bir dava aldım," dedi bana. Bir cinayet vakasıydı. Sandy adında üç yaşındaki bir kız kendi annesinin cinayetine tanık olmuştu. Şimdi, olaydan hemen hemen bir yıl sonra savcılık kızın davada tanık olmasını istiyordu. Benden küçük kızı mahkemeye hazırlaması için yardım isterken, "Bunun onun için oldukça yıpratıcı olabileceğini düşünüyorum," diye devam etti Stan.

"Oldukça yıpratıcı mı?" diye düşündüm kendi kendime, "Olabileceğini mi?"

Stan yasal organlar tarafından mahkemelerde çocukları temsil etmek için görevlendirilmiş bir avukattı (Chicago'nun bulunduğu). Cook kasabasındaki Halk Güvenliği Ofisi'nin, çocukları çocuk koruma sistemlerinde temsil edebilmeleri için tam zamanlı elemanları vardı. Bunun dışındaki hemen hemen her şehirde, bu görev için çocuk hukuku hakkında bilgi ve deneyimi olsun ya da olmasın, bir avukat görevlendirilirdi. Cook kasabası, bu davalarla sürekli olarak ilgilenirlerse bu avukatların, çocuklarla deneyimlerinin artacağını, çocukların maruz kaldığı olumsuz davranışlar hakkında daha fazla bilgi edineceklerini ve dolayısıyla da, temsil ettikleri çocuklara daha iyi hizmet verebileceklerini umut ederek

onlara bu tam zamanlı iş vermişti. (Ne yazık ki çocuk koruma sistemlerinin diğer tüm bileşenleri gibi dava sayıları çok fazlaydı ve ofise yeterli maddi destek verilmiyordu.)

Çocuğu daha iyi tanıyan birinin onu hazırlamak için daha uygun olacağını düşünerek, "Terapisti kim?" diye sordum.

"Bir terapisti yok," dedi. Bu iyi bir haber değildi.

"Terapisti yok mu? Peki, nerede yaşıyor?"

"Tam olarak bilmiyoruz. Ölümle tehdit edildiği için şu an çocuk ve aile hizmetleri departmanı bulunduğu yeri gizli tutuyor. Çocuk sanığın kim olduğunu biliyor ve kimliğini bize açıkladı. Adam bir çeteye mensup ve onu öldüreceğine dair söz vermiş." Duyduklarım gittikçe daha kötü şeylerdi.

"Üç yaşında bir çocuğun adamın kim olduğuna dair güvenilir bir tespit yaptığını mı söylüyorsun?" Daha önce bahsettiğim anlatım hafızasının içindeki boşluklardan dolayı tanıklık durumlarının mahkemede itirazlara çok açık bir konu olduğunu biliyordum. Hele de 4 yaşındaki bir çocuk tarafından 3 yaşında yaşadığı bir olay hakkında yapılacaksa... Eğer savcılar yardım almıyorlarsa, iyi bir savunma avukatı Sandy'nin tanıklığını kolaylıkla etkisiz hale getirebilirdi.

"Onu daha önceden tanıyormuş," dedi Stan. Olaydan hemen sonra daha kimse sormadan onun yaptığını söyledi. Sonra da onu bir fotoğrafından tanıdı.

Küçük kızın tanıklığına belki de hiç gerek olamayabileceğini düşünerek daha fazla kanıt olup olmadığını sordum. Eğer daha fazla kanıt varsa tanıklığın çocukta bir travma etkisi daha yapacağını öne sürerek avukata, savcıyı tanıklık yaptırmaktan vazgeçirmek için yardım edebileceğimi düşünüyordum.

Stan daha fazla kanıt olduğunu söyledi. Katilin olay yerinde bulunduğuna dair birkaç fiziksel kanıt vardı. Kızın annesinin kanı, adamın giysilerinin üzerinde bulunmuştu. Olaydan sonra ülkeyi terk etmiş olmasına rağmen, tutuklandığında ayakkabılarında hâlâ kan izleri vardı.

"O zaman Sandy neden tanıklık etmek zorunda?" diye sordum. Bu kıza yardım etmem gerektiğini düşünmeye başlamıştım.

"Bizimde anlamaya çalıştığımız şeylerden biri de bu. Onu kapalı devre görüntüyle tanıklık ettirene veya mahkemede tanıklık edebilmesi için hazır hâle getirene kadar mahkemenin ertelenmesini umuyoruz.

Cinayetin ayrıntılarını, o sırada kızın aldığı yaraların tedavi edilmesi için nasıl hastaneye götürüldüğünü ve o olay sonrasından şu zamana kadar yaşadığı evlatlık verilme tecrübelerini anlatmaya başladı.

Onu dinlerken bu işe dahil olup olmamam gerektiğini düşünüyordum. Her zaman olduğu gibi çok çok meşguldüm. Ayrıca mahkemelerde hiç rahat değildim ve avukatlardan nefret ediyordum. Fakat Stan konuştukça duyduklarıma iyice inanamaz hâle geliyordum. Bu kıza yardım etmesi gereken kişilerin çocuklarda travmanın etkileri konusunda hiçbir bilgileri yoktu. Bu konu hakkında bilgisi olan en azından bir kişinin onun hayatına girmesi gerektiğini düşünüyordum.

"Peki, olanların üzerinden bir kere daha geçelim," dedim, "3 yaşındaki bir çocuk annesinin tecavüz edilip öldürülmesine şahit oluyor ve boğazı iki kez kesilip, ölüme terk ediliyor. Dairelerinde annesinin cansız vücuduyla 11 saat boyunca yalnız başına kalıyor. Sonra hastaneye götürülüyor. Burada boynundaki kesikler tedavi ediliyor. Hastanedeki görevliler çocuğun ruhsal sağlık hizmeti almasını tavsiye ediyorlar. Fakat hastaneden çıktıktan sonra bir aileye evlatlık veriliyor. Çocuk Koruma Hizmetleri görevlisi çocuğun bir ruhsal sağlık hizmeti almasını gerekli görmüyor. Bu yüzden de doktorlar tavsiye ettiği hâlde ona hiçbir yardım sağlamıyor. Dokuz ay boyunca bu çocuk evlatlık verildiği bir aileden bir diğerine hiçbir ruhsal yardım veya psikiyatrik bir tedavi görmeden taşınıp duruyor. Ve çocuğun geçmişi hakkındaki ayrın-

tılar evlatlık verildiği her aileden çocuk sanıktan gizlendiği için saklanıyor öyle mi?"

Sesimde hiçbir şüpheye yer bırakmayan kızgınlığı ve hikâyenin bu kadar açıkça anlatıldığında ne kadar kötü gözüktüğünü fark ederek, "Evet, sanırım hepsi doğru," dedi.

"Ve sen cinayet davasının başlamasından 10 gün önce durumun farkına varıyorsun?"

"Evet," dedi suçunu bilen birinin ifadesiyle.

"Sizin ofisiniz bu kızdan tam olarak ne zaman haberdar oldu?" diye sordum ısrarla.

"Olaydan hemen sonra."

"Ofisinizden hiç kimse bu kızın bir ruhsal sağlık desteği alması gerektiğini düşünmedi mi?"

"Dosyalara ancak sıra geldiğinde bakabiliyoruz. Bu şekilde bekleyen daha yüzlerce dosya var." Şaşırmamıştım. Yüksek riskli aileler ve çocuklarla çalışan devlet kurumlarının çok fazla iş yükü vardı. Garip bir şekilde, çocuk ruhsal sağlığı üzerine klinik eğitimim sırasında kliniğimize gelen çocukların %30'u, bu sistemlerden birinde olduğu halde, çocuk koruma sistemi, özel eğitim veya çocuk hukuk sistemi üzerine hiç bilgilendirilmemiştim. Hizmetlerin bölümlendirilmesi, verilen eğitimler karmakarışıktı. Ve şahit olduğum gibi bu yüzden, çocuklar çok zarar görüyordu.

"Onu nerede ve ne zaman görebilirim?" diye sordum. Kendimi tutamıyordum. Sandy ile bir sonraki gün mahkemede bir ofiste buluşacaktık.

Stan'in yardım için *beni* aramasına şaşırmıştım. O yılın başında bana meydan okuyan bir mektup göndermişti. Bana, danışmanlık yaptığım bir tedavi merkezindeki çocukları "kontrol" altına alabilmek için Klonidin adlı ilacı neden kullandığımı açıklamamı söylüyordu. Bu merkezdeki çocukların psikiyatri hizmetini ben veriyordum. Mektupta, eğer neyin peşinde olduğumu bir an önce açıklayamazsam bu "deneysel" tedaviyi bırakmam isteni-

yordu. Devlet tarafından görevlendirilmiş Avukat Stan Walker tarafından imzalanmıştı.

Mektubunu alır almaz ilaç tedavisini kesmenin neden bir hata olacağını açıklamak için onunla hemen iletişime geçtim. Bu merkezdeki çocuklar eyaletin en zorlu vakalarındandı. Yüzden fazla erkek çocuk, evlatlık verildikleri ailelerde ciddi davranışsal ve psikiyatrik problem nedeniyle "yapamadıkları" için bu programa kaydedilmişlerdi. Bu merkez 7 yaşından 17 yaşa kadar erkek çocukları kabul ettiği halde merkezdeki çocuklar ortalama 10 yaşındaydı ve 10 "ev" değiştirmişlerdi. Bu da buradaki çocukların çoğunun, en az 10 ebeveyn adayı tarafından baş edilemez olarak nitelendiği anlamına geliyordu. Hareketlenmeleri çok kolay, sakinleştirilmeleri çok zor olan bu çocuklar karşılaştıkları her terapist, öğretmen veya yeni anne baba adayı için problem olmuşlardı. Sonunda, evlatlık verildikleri evlerden, okullardan, bakım evlerinden ve hatta terapilerden bile kovulmuşlardı. Son durak bu merkezdi.

Raporların üstünden geçtikten sonra, bu merkezde yaşayan veya bu merkezde bulunmuş 200 çocuğun her birinin (istisnasız olarak) geçmişinde ciddi bir travma veya taciz deneyimlediğini tespit ettim. Büyük bir çoğunluğu en az 6 ciddi travma geçirmişti. Tüm bu çocuklar kaos, tehdit ve travmanın içine doğmuşlar ve bunları deneyimleyerek büyümüşlerdi.

Her biri merkeze gelmeden önce ve merkezde kaldıkları süre boyunca birkaç defa değerlendirmeden geçmişlerdi. Her biri (aynı Tina gibi) dikkat dağınıklığı, hiperaktivite bozukluğu, davranış bozukluğu gibi DSM'nin onlarca farklı tanısal etiketleriyle değerlendirilmişlerdi. Fakat şok edici bir biçimde bu çocukların hiçbiri "travmatize olmuş" veya "stresli" olarak değerlendirilmemişlerdi. Tina'nın durumuna çok benzer bir şekilde geçirdikleri travma teşhislerine yansımamıştı. Uzun süre aile içi şiddet görmelerine, anne veya babayı vahşi bir cinayete kurban verdikleri veya kötü bir hastalıktan kaybettikleri için aile ilişkilerinin sekte-

ye uğramasına, fiziksel ve cinsel taciz geçmişlerine rağmen, çok azı post-travmatik stres bozukluğuyla (PTSB) teşhis edilmişlerdi.

Post-travmatik stres bozukluğu DSM teşhis sistemine 1980'lerde girmiş yeni bir kavramdı. Vietnam'da savaşmış askerlerde görülen bir sendroma verilen addı. Bu askerler görevlerinden döndükten sonra yoğun endişe, uyku problemleri ve hafızada savaşta gerçekleşen olaylara geri dönüşler şeklinde ortaya çıkan deneyimler yaşıyorlardı. Bu kişiler sürekli tetikte gibiydiler ve en küçük çaplı tehdide karşı saldırganca bir tutum sergiliyorlardı. Birçoğu korkunç rüyalar görüyor ve yüksek seslere silah sesleriymiş gibi tepki veriyordu. Hâlâ Güneydoğu Asya'daki ormanlarda gibiydiler.

Genel psikiyatri eğitimim sırasında PTSB'den mustarip veteran askerlerle çalışmıştım. O zaman bile birçok psikiyatrist tecavüz ve doğal afet gibi travmatik olaylar yaşamış yetişkinlerde bile PTSB'nin ne kadar yaygın olduğunun farkına varmaya başlamıştı.

Bana özellikle çarpıcı gelen, PTSB'li yetişkinleri yaralayan deneyimlerin kısa süreli olmalarına rağmen, (genellikle en fazla birkaç saat sürmüşlerdi) etkilerinin bu yetişkinlerin davranışlarında yıllar (hatta on yıllar) sonra bile gözlemlenebilmesiydi. Bu bana Seymour Levine'in farelerde birkaç dakikalık stresin beyinlerini ömür boyu değiştirdiğini gözlemlediği deneyi hatırlattı. Bunun üzerine, tamamen travmatik bir olayın bir çocuğun üzerinde yapacağı etkinin ne kadar daha güçlü olabileceğini düşündüm.

Daha sonra psikiyatride genel stajyer olarak, PTSB'li veteranlarda stres tepki sistemlerinin özelliklerini inceledim. Ben ve diğer bilim insanları bu veteranların stres tepki sistemlerinin aşırı reaktif (bilim insanlarının "hassaslaşmış" diye andığı) olduklarını keşfettik. Bu en ufak bir stres uyaranı ile karşılaştıklarında buna büyük bir tehditle karşılaşmış gibi tepki verdikleri anlamına geliyordu. Bazı vakalarda stres tepkisiyle ilişkili beyin sistemi öyle

aktive olmuştu ki, sonunda "yanarak" normalde ileteceği diğer fonksiyonları kontrol edecek kabiliyetlerini kaybetmişlerdi. Sonuç olarak, beynin duygu durumlarını, sosyal ilişkileri ve soyut algıyı kontrol eden kapasitesi risk altına girmişti.

Çocuklarla bu merkezde çalıştığım sırada laboratuvarda, stres bağlantılı nörotaşıyıcı sistemlerinin gelişimlerini incelemeye devam ediyordum. Artık yalnızca adrenalin ve noroadrenalin değil, onlarla bağlantılı başka sistemlere de örneğin, enkafalinler ve endorfinler diye bilinen serotonin, dopamin ve endojen uyuşturucuları kullananlara da bakıyordum. Serotonin genellikle Prozac ve Zoloft gibi antidepresan ilaçlarının içeriğini oluşturan madde olarak bilinir. Dopamin, kokain ve amfetamin uyuşturucu ilaçları ile bağlantılı zevk ve motivasyonu tetikleyen bir kimyasal olarak bilinir. Endojen uyuşturucuları eroin, morfin ve benzer ilaçların etkisine açık olup, beynin doğal ağrı kesicileridir. Tüm bu kimyasallar strese verilen tepkide önemli rol oynarlar. Adrenalin ve noroadrenalinler beyni kaç veya savaş durumuna hazırlar, dopamin yeterlilik duygusu sağlayarak, kişinin hedeflerini başarması için güç sağlar.

Serotoninin özelliklerini karakterize etmek daha zordur fakat uyuşturucuların stres ve tehdide verilen tepkiye dahil olan acıyı azaltıp rahatlattıkları bilinir.

Tina'nın dikkat ve güdülerle bağlantılı semptomlarının fazla uyarılmış stres sistemiyle alakalı olduğunu fark ettikten sonra stres sistemini sakinleştiren ilaç tedavilerinin onun gibilere yardım edebileceğini düşünmeye başladım. Klonidin, kan basınçları genelde normal seyredip, stres altında bir anda hipertansiyon durumuna sıçrayan kişilere uygulanan eski ve genelde güvenilir bir ilaçtı. Klonidin bu reaksiyonu "sakinleştirmeye" yarıyordu. Daha önceki bir çalışma, bu ilaç tedavisinin, yetişkin savaş veteranlarının PTSB bağlantılı aşırı uyarılmış semptomlarını azaltmaya yardımcı olduğunu göstermişti. Merkezdeki birçok çocuğun sergilediği semptomların aşırı aktif ve reaktif stres sistemi ile doğrudan

bağlantılı olduğunu bildiğimden üzerlerinde Klonidin denemeye karar vermiştim.

Ve birçoğu için bu olumlu sonuç verdi. İlacı almaya başlamalarından birkaç hafta sonra kalp atışları normale döndü, uyku düzenlerinde iyileşme oldu. Dikkatlerini daha iyi odaklayabildiler. Güdüsel davranışlarında azalma görüldü. Daha da iyisi birbirleriyle ilişkilerinde ve notlarında iyileşme gözlemlendi. Tabii ki bunlar, benim için hiç de şaşırtıcı değildi. Bu ilaç tedavisi, stres sistemlerindeki aşırı aktiviteyi azaltarak onların tehdit sinyalleri karşısında dikkatlerinin dağılmasını önlüyordu. Böylece çocuklar akademik çalışmalara ve sosyal ipuçlarına daha fazla dikkat göstererek bu iki konuda gelişme gösterdiler.

Stan Walker'ın mektubunu alır almaz ona tüm bunları açıkladığım bir mektup yazmıştım. Tamamıyla ikna olmuş gözüken Stan kendisine travma ve çocuklar üzerine daha fazla bilgi göndermemi istedi. Ona söylediğim üzere ne yazık ki o zamanlarda bu konu üzerine yazılmış fazla bir şey yoktu. Ona bu eski raporları ve kendi yazdığım bazı makaleleri gönderdim. Sonrasında, bu son telefon konuşmasına kadar ondan haber almamıştım.

Bir sonraki gün, Sandy ile buluşmaya hazırlanırken tanık olduğu cinayeti onun görüş açısıyla hayal etmeye çalıştım.

Dokuz ay önce kanlara bulanmış bir şekilde, annesinin cinayete kurban gitmiş çıplak bedenine sarılmış mırıldanırken bulunmuştu. O sırada henüz 4 yaşında bile değildi. Kafasındaki tüm o görüntülerle bu zamana kadar nasıl yaşamıştı? Onu tanıklığa, yetişkinler için bile korkutucu bir deneyim olan büyük çaplı bir sorgulamaya nasıl hazırlayabilirdim? Tüm bunlara nasıl tepki verirdi?

Ayrıca yaşadıklarıyla psikolojik olarak nasıl başa çıkabilmişti? Beyni onu bu travmatik deneyimden nasıl korumuştu? Tüm bunlara ek olarak, nasıl olur da yalnızca problemli çocuklarla ilgilenmek üzere eğitim almış bir insan değil, sağduyu sahibi

herhangi biri onun tüm bu yaşadıklarından sonra yardım alması gerektiğini akıl edememişti?

Ne yazık ki, o dönemde (şu ana kadar da büyük çoğunlukla devam eden) çocuklar ve travma hakkındaki genel kanı çocukların kendi kendilerine, kendilerini toparlayacağı yönündeydi. O sıralarda, cinayet ve kaza mahallerine ilk müdahalede bulunan kişilere travmayla başa çıkma konusunda yardım edecek bir ekip kurma aşamasında olan bir meslektaşımla bir cinayet mahallini gezmiştik. Polisler, acil yardım ekipleri, itfaiyeciler meslekleri dolayısıyla içler acısı cinayet ve kaza manzaralarına tanık oluyorlardı. Haklı olarak, meslektaşım bu profesyonellere yardım etmek için ortaya koyduğu hizmetten gurur duyuyordu. Koltuğun, kurbanın kanıyla kaplı olduğu duvarlarda kan lekelerinin göründüğü olay mahallini gezerken üç küçük çocuğun bir köşede zombiler gibi durduğunu gördüm.

"Çocuklara ne olacak?" diye sordum üzerlerinde kan izleri bulunan çocuklara bakarak. Arkadaşım gözlerini onlara dikti, biraz düşündü ve bana dönerek, "Çocuklar esnektir. Onlara bir şey olmaz," dedi. Hâlâ genç ve büyüklere saygılı biri olarak, görüşünü onaylıyormuş gibi kafamı salladım fakat içimden böyle düşünüyor olamaz diyordum.

Gerçek şudur ki, çocuklar yetişkinlerle karşılaştırıldığında travmadan çok daha fazla etkilenirler. Bu, Seymour Levine ve daha birçoklarının çalışması tarafından kanıtlanmıştı. Çocuklar esnek doğmazlar. Esnek yapılırlar. Erken yaşlarda gelişim aşamasındaki bir beyin deneyimlere en açık olduğu dönemdedir. Olumlu veya olumsuz her deneyimden etkilenir. (Bu yüzden çocuklukta konuşmayı, hareket edip yürümeyi ve onlarca diğer şeyi bu kadar çabuk öğreniriz.) Bu kitapta çok daha ayrıntılı bir şekilde göreceğimiz gibi çocuklar erken yaşta deneyimledikleri stres kalıpları dolayısıyla esnek hale gelirler.

Sonuç olarak, çocukken travma bizi hızla ve kolayca değiştirir. Etkileri bu konuda eğitimi olmayan kişilerce kolayca görü-

lemese de, travmanın çocuklara ne yapabileceğini bildiğinizde, sonuçlarını her yerde görmeye başlarsınız.

O sırada laboratuvarım strese dayanıklılık ve esneklikle bağlantılı olduğunu bildiğim nörobiyolojik mekanizmalar üzerine çalışıyordu. Benim beyinde incelediğim sistemleri, uyaran ilaçların önemli etkilerini araştırıyorduk. İnsan zihnini ve onun travmaya tepkisini anlamada çok büyük rolleri olan bu etkilere tolerans ve hassaslaşma deniyordu.

Hassaslaşmada, bir uyaran kalıbı gelecekte oluşacak aynı tip bir uyarana karşı aşırı hassasiyete yol açıyordu. Vietnam veteranları ve genetik olarak strese aşırı hassas olan veya erken dönemlerinde strese aşırı hassasiyet geliştirmiş farelerde gözlemlenen buydu. Beyin aşırı hassaslaştığında, küçük stres uyaranları bile büyük tepkilere yol açabilir. Öte yandan, tolerans kişinin deneyime olan tepkisini uzun süreli olarak durdurur. İki faktör de hafızanın doğru işlemesi için önemlidir, eğer tolerans geliştirmeseydik tanıdık durumlar bize sürekli olarak yeniymiş gibi geleceklerdi. Beyin eski bir bilgisayar gibi saklama kapasitesini aşacaktı. Aynı şekilde, eğer bazı olaylara karşı hassasiyet geliştirmeseydik bunlara tepkilerimizi daha iyi bir konuma getiremezdik.

İlginç bir şekilde, iki etki de aynı ilaçtan aynı dozda alınarak sağlanabilir. Fakat bu ilaçların kullanım şekli değiştiği anda farklı sonuçlar alınır. Örneğin, dopamin ve opioid sistemleri üzerinde etkili olan kokain veya eroin gibi ilaçlar bir fare veya insana küçük fakat sık dozlarda verilirse, ilaçlar etkilerini kaybederler. Bu kısmen ilaç bağımlılığın ne olduğunu da açıklar. Bağımlının aynı şekilde "güzel" olabilmesi için sürekli daha fazla uyuşturucuya ihtiyacı olacaktır. Buna karşın, bir hayvana aynı günlük miktarda ilacı büyük ve seyrek dozlarda verirseniz ilacın etkisi artar. İki hafta içinde, ilk gün orta seviyede bir reaksiyon doğuran bir doz, on dördüncü günde büyük ve uzun süreli bir aşırı reaksiyona sebep olabilir.

Bir ilaca hassasiyet geliştirmek bazı durumlarda felce, hatta ölüme sebebiyet veren, başka türlü açıklanamayan uyuşturucu aşırı dozlarına sebep olabilir. Üzücü bir biçimde, bağımlıların uyuşturucusuz yapamamaları, istedikleri aşamaya gelebilmeleri için tolerans geliştirmelerine sebep olurken, aynı zamanda kokain kullanımıyla ilişkili paranoya gibi belli istenmeyen durumlara hassasiyet geliştirmelerine de olanak verir.

Daha da önemlisi strese karşı esneklik veya zayıflık, kişinin erken deneyimi söz konusu olduğunda nöral sisteminin tolerans mı, hassasiyet mi geliştirdiğine bağlıdır. Bu etkiler Tina ve Sandy gibi çocuklar söz konusu olduğunda anlamamızın çok önemli olduğu, stres ve travma arasındaki farkı açıklamamıza yardım edebilir. Örneğin, spor salonlarında duymaya alışık olduğumuz "ya kullan ya kaybet" sözü boşuna söylenmemiştir. Bu ilke "kullanıma bağlı" diye de nitelendirilir. Aynı şekilde, beyinde bir sistem ne kadar aktive edilirse o kadar fazla sinaptik bağlantı (üretecek) yapılandıracaktır.

Kastaki değişikler çeşitli hafızalar oluşturur çünkü belirli bir kalıba uyan, tekrarlayan aktiviteler kas hücrelerine "sen bu seviyede çalışacaksın" mesajını gönderir ki, onlar da o seviyede çalışabilmek için gerekli moleküler değişiklikleri yapabilsinler. Kası değiştirebilmek için ise tekrar edilecek aktivitenin yine belli bir kalıba uyması gerekmektedir. Birbirine yakın zamanlarda üç set otuz kere, elli kiloluk ağırlık kaldırmak bizim daha güçlü kaslara sahip olmamızı sağlar. Fakat siz elli kiloluk ağırlığı otuz kere gün içinde rastgele saatlerde kaldırırsanız kasa giden sinyal tutarsız, kaotik ve yetersiz olduğundan kas hücresinin güçlenmesini sağlayamazsınız. Patern olmadan aynı tekrar sayısı ve aynı kilo çok daha az etkili bir sonuç doğuracaktır. Etkili bir "hafıza" yaratarak gücü arttırmak için deneyimin paternli olması ve tekrar etmesi gerekmektedir.

Aynı şey nöronlar, nöral sistemler ve beyin içinde geçerlidir. Deneyimin kalıpları önemlidir. Hücresel bazda başka hiçbir

doku, belli bir kalıba bağlı tekrarlayan sinyallere verdiği tepki sonucu değişmeye bu kadar uygun değildir. Bu, hafızanın oluşmasını sağlayan moleküler bir hediyedir. Yememizi, yazmamızı, sevişmemizi, basketbol oynamamızı ve insanın yapabildiği diğer her şeyi yapabilmesini sağlayan sinaptik bağlantıları üretir. Bunlar, beynin çalışmasını sağlayan birbirleriyle bağlantılı ağlardır.

Oysa kasların veya beynin çalışmasını sağlayarak onların "streslenmesini" sağlarız. Biyolojik sistemler dengeyle var olurlar. İşlevlerine devam edebilmek için o anki aktivite düzeylerine uygun bir seviyede kalmaları gerekir. Bu önemli dengeyi sağlayan düzenek beyindir. Yaşanan deneyim stres kaynağı, sistemdeki etkisi ise strestir. Örneğin, spor salonundaki egzersiz sırasında terlediğinizde bu stres sizin susamanızı sağlayacaktır çünkü beyniniz size kaybettiğiniz sıvıyı yerine koymanız çağrısında bulunmaktadır. Aynı şekilde, bir çocuk yeni bir sözcük öğrendiğinde tekrarlanan uyaranın aynı doğru hatırlamayı yaratabilmesi için kortekse uygulanan ufak bir stres söz konusu olur. Stres olmadan sistem, dikkat edilmesi gereken yeni bir şey olduğunun farkında olmaz. Başka bir deyişle stres her zaman kötü bir şey değildir.

Aslında orta şiddette, tahmin edilen ve belli bir kalıba bağlı ise, bir sistemi daha güçlü hâle getirip daha fazla işlevi yerine getirmesini sağlayan şey strestir. Bundan dolayı, o anın kuvvetli bir kasının gücü, geçmişte maruz kaldığı ortalama seviyede stresten kaynaklanır. Aynı şey beynin stres tepki sistemleri için de geçerlidir. Ortalama tahmin edilen bir stres, stres tepki sistemlerimizi aktive eder. Bu da esnek bir stres tepki kapasitesinin oluşmasını sağlar. Geçmişin ortalama bir kalıba bağlı bir stresi, bizim şu anda daha güçlü bir stres tepki sistemine sahip olmamızı sağlar.

Hikâyenin tamamı bundan ibaret değildir. Spor salonuna ilk ziyaretinizde, 100 kilo kaldırmaya kalkıp bunu başarırsanız kasınızı güçlendirmek yerine onu yırtarak kendinize zarar verirsiniz. Deneyimin şekli ve yoğunluğu çok önemlidir. İster sırt kaslarınız, ister travmatik stresle karşılaşmış beyninizin stres ağları

olsun, eğer bir sistem aşırı yüklendiyse (kapasitesinin üzerinde çalıştıysa) sonuç, tamamen bir kötüye gitme, organizasyonel ve işlevsel bozukluk olabilir.

Orta seviyede ve bir kalıba bağlı geçmiş bir deneyimin güçlendirici etkileri bir kişi için travmatik olurken diğer bir kişi için önemsenmeyecek kadar küçük olabilir.

Bir vücutçunun egzersiz yapmayan bir insanın kıpırdatamayacağı ağırlıkları kaldırabilmesi gibi bazı beyinler de bazılarını mahvedebilecek travmatik stresle baş edebilir. Bu gibi durumlarda, çevresel faktörler, zamanlama ve diğer kişilerin tepkisi çok önemli rol oynar. İki yaşındaki bir çocuk için, çocuğunu tek başına yetiştiren bir ebeveyninin ölümü, elli yaşında evli ve çocuklu bir adamın bir ebeveynini kaybetmesinden çok daha travmatiktir.

Tina ve merkezdeki çocukların genç yaşlarında deneyimledikleri stres kapasitelerinin çok üzerindeydi. Stres sistemlerinde, orta seviyede tahmin edilebilir ve güçlendirici bir aktivasyonun yerine, genç yaşamlarında derin etkiler bırakan, tahmin edilemeyen, uzun süreli aşırı deneyimler yaşamışlardı. Aynı şeyin Sandy için de geçerli olmaması için bir sebep düşünemiyordum.

Kendisiyle buluşmadan önce onun hakkında alabildiğim tüm bilgileri almaya çalıştım. Onu evlatlık edinen bir önceki aileyle, ondan sorumlu kamu görevlisiyle ve uzak akrabaları ile konuştum. Ciddi uyku sorunlarının olduğunu ve sürekli endişe problemleri yaşadığını öğrendim. En ufak bir sese karşı çok büyük tepki verdiğini öğrendim. Aynı Vietnam veteranları gibi en ufak bir gürültüde yerinden sıçrıyordu. Ayrıca, kimsenin onu etkisinden kurtaramadığı, uzun gündüz düşleri görüyordu. Geçmişini bilmeyen bir doktor ona sara veya farklı başka bir hastalık teşhisi koyabilirdi. Bu gündüz düşleri sırasında çok ağır uyuyordu.

Ayrıca Sandy'nin zaman zaman kızgınlık ve bağırma nöbetleri geçirdiğini öğrendim. Evlatlık verildiği aile bu davranışlara neyin yol açtığını kesinlikle bilmiyordu. Fakat farklı bir grup "garip"

bir hareket daha yaptığını söyledi. Sandy metal çatal bıçak kullanmak istemiyordu. Hiç şaşırtıcı olmayan bir biçimde, özellikle bıçaklardan korkuyordu; süt içmeyi veya süt şişelerine bakmayı reddediyordu. Kapı zili çaldığında hemen saklanıyordu. Bazen öyle iyi saklanıyordu ki, yaşadığı ailenin onu bulması yaklaşık 20 dakika sürüyordu. Ayrıca, zaman zaman bir yatağın altına, bir koltuğun arkasına, mutfak küvetinin altındaki bir dolabın içine saklanıyor, sallana sallana ağlıyordu.

Sandy'nin yalnızca ani tepkileri bana onun stres tepki sistemlerinin hassaslaşmış olduğunu söylüyordu. Tanıklık yapmak onu o gecenin acı anılarına götürecekti. Kendisini gözlemleyip, bunu tolere edip edemeyeceğini iyice anlamalıydım. İstemediğim hâlde, onunla ilk görüşmemde hafızasında geri dönüşlerle, tepkisini ölçmeye karar verdim. Şimdinin az bir acının onu sonraki zamanların daha fazla acısından koruyacağını düşünerek kendimi rahatlattım.

Sandy ile ilk olarak tipik, steril bir kamu binasının küçük bir odasında görüştüm. Küçük boy mobilyalar, oyuncaklar, pastel boyalar ve boyama kitapları ile dolu, çocuklarını sevebileceği şekilde düzenlenmeye çalışılmış bir odaydı. Duvarlarda da birkaç çizgi film karakteri resmi vardı fakat seramik zeminler ve koyu renk boyalı duvarlar esas "sistem"in nasıl bir şey olduğuna dair ipuçları veriyordu. İçeri girdiğimde Sandy etrafında birkaç oyuncak bebekle yerde oturuyordu. Boyama yapıyordu. Onu gördüğümde gözüme ilk çarpan şey ne kadar ufak tefek olduğuydu. Yanılmıyorsam bir metreden biraz kısa görünüyordu. Büyük kahverengi gözleri ve uzun, kalın, kıvırcık saçları vardı. Boynunda, kulaklarından boğazının ortasına kadar uzanan iki taraftan da gözüken yaralar vardı. Fakat izler umduğumdan çok daha az belirgindi, plastik cerrahlar iyi iş çıkarmıştı. Stan'le içeriye girdiğimde elindeki her şeyi bırakıp donmuş gibi gözlerini bana dikti.

Stan beni tanıttı. "Sandy, bu sana sözünü ettiğim doktor. Şimdi seninle konuşacak. Tamam mı?" diye sordu endişeli bir tavırla. Sandy bir milimetre bile kıpırdamadı. Yorgun görüntüsünde hiç değişiklik yoktu. Bunun üzerine Stan en başta bana sonra ona bakarak yüzünde büyük bir gülümseme, en neşeli anaokulu öğretmeni sesiyle, "Tamam o zaman, sizi burada baş başa bırakıyorum," dedi. Dışarıya çıkarken ona bir deliye bakar gibi baktım. Sorduğu soruya Sandy'nin gösterdiği tepkisizlik karşısında sergilediği kayıtsızlık beni şaşkına çevirmişti. Sandy'ye tekrar baktığımda onun yüzünde de bendeki ifadenin aynısı olduğunu gördüm. Başımı sallayıp, omuzlarımı yukarı kaldırıp gülümsedim. Aynadaki yansımammış gibi Sandy de aynı şeyi yaptı.

Aha! Bir bağlantı! Bu iyi bir başlangıç diye düşündüm. Bunun kaçıp gitmesine izin verme. Bu küçük kıza doğru yürürsem (çok iri bir adam olarak) onun hassaslaşmış alarm sisteminin çılgına döneceğini biliyordum. Çevresindekiler zaten hiç tanıdık değildi (yeni yetişkinler, yeni bir yer, yeni bir durum) onun olabildiğince sakin kalmasını istiyordum.

Ona bakmadan, "Ben de biraz boyama yapmak istiyorum," dedim. Elimden geldiğince tahmin edilebilir hareketler yaparak onun adım adım ne yapacağımı önceden bilmesini sağlamak istiyordum. Ani hareketlere yer yok. Kendini elinden gelebildiğince küçük göster diye düşündüm kendi kendime. Yere in. Ondan epey uzağa gidip yere oturdum. Sesimi olabildiğince sakin ve rahatlatıcı bir şekle büründürdüm.

"Kırmızıyı çok severim. Bu kırmızı bir araba olmalı," dedim boyama kitabındaki bir resme işaret ederek.

Sandy yüzüme, ellerime, yavaş hareketlerime dikkatle baktı. Kullandığım sözcüklere kısmen dikkat ediyordu. Bu küçük kız hakkı olarak çok şüpheciydi. Uzun bir süre elimden geldiği kadar arkadaşça davranarak renk seçimlerim hakkında konuşup tek başıma boyama yaptım. Bir zaman sonra Sandy ritmi bozdu ve bana yaklaşarak sessizce beni farklı bir renk kullanmam için yön-

lendirdi. Ben de onun beni yönlendirmesine izin verdim. Yine bana doğru geldi. Konuşmamı kestim. On veya on beş dakika sessizce boyama yaptık.

Ona ne olduğunu sormam gerekiyordu fakat onun, benim ne için orada olduğumu bildiğini seziyordum. "Yeni" hayatındaki tüm yetişkinler bir şekilde onu o geceye götürüyorlardı.

Boynundaki iki yarayı göstererek, "Boynuna ne oldu?" diye sordum. Hiçbir şey duymamış gibi davrandı. Aynı hızla boyama yapmaya devam ediyordu. Soruyu tekrarladım. Şimdi, donmuş gibiydi. Boyama durdu. Dalmıştı ve boşluğa bakıyordu. Gözlerini kırpmıyordu. Tekrar sordum. Pastel boyasını aldı, çok düzgün çizilmiş resmini karaladı fakat cevap vermedi.

Tekrar sordum. Bundan nefret ediyordum. Onu acı anılarına doğru ittiğimi biliyordum. Sandy ayağa kalktı, içi doldurulmuş bir tavşanı kulaklarından tuttu ve bir pastel boyayla boynuna vurdu. Vururken, "Bu senin iyiliğin için ufaklık," dedi. Tekrar ve tekrar, takılmış bir kasetçalar gibi bu cümleyi tekrarladı.

Oyuncak hayvanı yere fırlattı, radyatöre koştu, tırmandı ve tekrar ve tekrar radyatörden atlamaya başladı. Ona dikkatli olmasını söylüyordum fakat bana hiçbir tepki vermiyordu. Kendine zarar vereceğini düşünerek yerimden fırlayıp onu yakaladım. Bir anda tüm ağırlığını kollarıma bıraktı. Birkaç dakika daha birlikte oturduk. Hızlı nefes alıp vermesi yavaşladı, sonra da neredeyse durdu. Yavaş monoton bir sesle bana o geceden bahsetmeye başladı.

Annesinin bir tanıdığı dairelerine gelmişti. Kapının zilini çalmıştı ve annesi de onu içeriye almıştı. "Anne bağırıyordu, kötü adam annenin canını yakıyordu," dedi. "Onu öldürmeliydim."

Katil onun boğazını da (ki kere) kesti. Sandy hemen yere düştü. Daha sonra, bilinci yerine geldiğinde, annesini "uyandırmayı" denedi. Buzdolabından sütünü aldı fakat sütü içmeye çalışırken tıkandı. Süt boynundaki kesiklerden dışarı akmıştı. Biraz süt de annesine vermek istedi. Fakat, "Anne susamamış," dedi bana.

Sandy biri gelip onu bulana kadar o apartmanda 11 saat tek başına kaldı. Annesinin telefona cevap vermemesi üzerine endişelenen bir akraba eve uğradı ve dehşet verici cinayet mahallini gördü.

Bu görüşmenin sonunda tanıklığın Sandy için mahvedici bir deneyim olacağını tahmin ediyordum. Onun yardıma ihtiyacı vardı ve tanıklık yapacaksa hazırlanmak için çok daha fazla zamana. Daha sonra ortaya çıktığı üzere Stan mahkemeyi ertelemek için çok çaba sarf etti ve başardı. "Terapiyi yapabilir misin?" diye sordu bana. Elbette hayır diyemezdim.

Cinayetin gerçekleştiği gece, Sandy'nin anlatımıyla o evde yaşamış olduğu sahneler gözümden hiç gitmiyordu. Üç yaşında bir çocuk, boğazı kesilmiş ağlıyor, annesinin çıplak, bağlanmış, kanlı ve soğuk bedeninden yardım dileniyor. Ne kadar da çaresiz, kafası karışmış ve korkmuş hissetmiş olmalıydı kendisini. Semptomları ("gidiş-gelişleri", sorularıma tam cevap vermemesi, saklanmaları, belli korkuları) beyninin, travmayı ondan uzak tutmak için tasarladığı savunma mekanizmalarıydı. Bu savunma mekanizmalarını anlamak, ona ve onun gibi diğer çocuklara yardım etmede kritik bir rol oynayacaktı.

Birçok vakada içerden gelen sinyaller öyle kuvvetli, öyle tanıdık, öyle gerçekmiş gibi gelir, bu paternin eşleştiği hafıza kalıbı öyle derinlere kazınmıştır ki, beynin bu sinyalleri görmezden gelmek dışında yapabileceği bir şey kalmaz. Bu alışkanlık adı verilen bir çeşit tolerans sistemidir.

Günlük bağlamlarımızda tanıdık kalıplara kayıtsız kalırız. Öyle ki, gün içinde (diş fırçalamak, giyinmek gibi) yaptıklarımızın çoğunu unuturuz.

Fakat tanıdık bir kalıp farklı bir bağlamda meydana gelirse bunu hatırlarız. Örneğin, bir kamp gezisinde güneş doğarken dişlerinizi fırçalıyor olabilirsiniz. Anın güzelliği öyle güçlüdür ki o anı çok özel bir an olarak hatırlarsınız. Duygular, bağlamın etkisini belirler. Güneşin doğuşunun yarattığı haz ve mutluluk "diş

fırçalama" hafıza kodunda yenidir. Bu yüzden de, özellikle o anki diş fırçalamayı daha canlı ve unutulmaz kılar.

Aynı şekilde, eğer bir deprem evinizi yıktığı sırada siz diş fırçalıyorsanız bu iki olay beyninizde sonsuza dek birbirleriyle bağlantılı olarak kalır ve ilerde bu iki olayı bu şekilde hatırlarsınız. Negatif duygular olayları pozitif duygulara göre daha hatırlanır kılar, bunun nedeni olumsuz olayları hatırlamak ve ilerde tekrarlanırlarsa onlardan kaçınmak hayatta kalabilmek için kritiktir. Bir kediyle yaşadığı kötü deneyimden sonra kedi kokusundan kaçınılması gerektiğini bilmeyen bir fare ileride çok yavru üreten bir fare olmayacaktır.

Fakat aynı şekilde bu ilişkilendirmeler travma bağlantılı semptomların da kaynağı olabilmektedirler.

Evi, dişlerini fırçalarken yıkılan bir depremzede için diş fırçasının en ufak bir görüntüsü bile o an ki korkusuna çok benzer bir korku tepkisini doğurmaya yeterli olabilir.

Sandy'nin durumunda, bir zamanlar beslenme ile ilişkilendirilmiş süt şimdi boğazındaki kesikten akan, ölü olarak yatağında yatan annesinin içmeyi reddettiği bir nesneydi. Metal bıçak artık yemek yerken kullanılan bir nesne değil, kişiye öldüren ve korkutan bir nesneydi. Ve kapı zilleri, bütün her şeyi başlatan oydu, kapının zilinin çalması katilin gelişini haber veriyordu.

Bu sıradan ve normal şeyler onu sürekli bir korku halinde tutan duruma yol açan işaretlerdi. Bu, onun başına gelenlerin detaylarını bilmeyen, garip davranışlarına neyin yol açtığını anlayamayan, onu evlatlık edinmiş anne ve babasının ve öğretmenlerinin aklını karıştırıyordu. Bir an çok tatlı olurken bir diğer an neden bu kadar saldırganlaştığını anlamıyorlardı. Garip bağırışları başka hiçbir olayla ilgiliymiş gibi gözükmüyordu. Oysa tahmin edilemez davranışlarının altında yatan neden gayet anlamlıydı. Beyni onu, geçmişte öğrendiği deneyime dayanarak korumaya çalışıyordu.

Beyin sürekli olarak yeni gelen kalıpları geçmişte kaydedilmiş ilişkilendirmelerle karşılaştırır. Bu eşleştirme işlemi; beynin en alt, en basit ve hatırlayacağınız gibi tehdide tepki veren nöral sistemin doğduğu bölümde gerçekleşir. Bilgi daha üst bölümlere doğru hareket ederken beyin bu dataya ikinci bir kere daha, daha karmaşık gözlerle bakar. Fakat beynin ilk öğrenmek istediği şey bu datanın potansiyel olarak tehlike arz eden bir duruma işaret edip etmediğidir.

Eğer deneyim tanıdık ve güvenilir bir deneyim olarak algılandıysa beynin stres sistemi aktive olmayacaktır. Bunun aksine, gelen bilgi yabancı, yeni ve farklı ise beyin stres tepkisi başlatacaktır. Bu stres sistemlerinin ne kadar geniş çapta uyarıldığı, durumun ne kadar tehditkâr görünüp görünmediği ile ilgilidir. Psikolojimizin kabullenişe değil şüpheye ayarlanmış olduğunu anlamak önemlidir. Yeni ve bilinmeyen bir aktivite kalıbıyla karşılaştığımızda alarm durumuna geçeriz. Böyle bir durumda beynin ana hedefi konu hakkında daha fazla bilgi almak, durumu incelemek ve ne kadar tehlike içerdiğine karar vermektir. İnsanlar için en tehditkâr canlılar yine insanlar olduğu için tehlike arz eden bir başka kişinin ses tonu, yüz ifadesi, vücut dili gibi sözel olmayan tehditkâr sinyallerini ayrıntılarıyla inceleriz.

Daha ileri bir değerlendirmede, beynimiz yeni bir aktivasyon kalıbının tanıdık olduğunu fakat farklı bir bağlamda gerçekleştiğini fark edebilir. Örneğin, siz kütüphanede kitap okurken bir anda birisi büyük, ağır bir kitabı masaya bıraksa ve büyük bir ses çıksa hemen kitap okumayı bırakırsınız. Uyarılma tepkinizi aktive edeceksiniz, sesin kaynağına odaklanacaksınız, onu belki sinir bozucu fakat tanıdık ve güvenilir olarak kategorize edecek, endişe edecek bir durum olmadığı kanısına varacaksınız. Eğer bunun yerine, kütüphanede büyük bir ses duysanız ve çevrenize baktığınızda diğer insanların da yüzünde korku ifadesi görseniz ve kafanızı kaldırdığınızda eli silahlı bir adamı fark etseniz, beyniniz uyarılma seviyesinden alarm seviyesine geçecektir. Daha

sonra ise büyük bir korku duyumsarsınız. Eğer birkaç dakika içinde bunun kötü bir öğrenci şakası olduğunu anlarsanız, beyniniz yavaş yavaş bu uyarılma durumundan sakin bir duruma geçecektir.

Korku tepkisi beynin tehdit algı seviyesine göre belirlenir. Çok fazla korktuğunuzda, beyninizdeki tehdit sistemleri gelen bilgiyi değerlendirmeye devam eder ve sizin canlı kalmanızı sağlayacak bütünsel bir vücut tepkisi ortaya koyar. Bu amaçla, beyninizin ve vücudunuzun doğru şeyleri yapabilmesi için birbirleri ile etkileşim hâlinde bir grup etkileyici nöral ve hormonal sistemler birlikte hareket ederler. İlk olarak, beyin ön korteksi devre dışı bırakarak gereksiz ayrıntılar hakkında kafa yormanızı engeller. Daha sonra, limbik sistemin "sosyal ipucu okuma" sistemini devreye sokarak sizin çevrenizdeki diğer insanları yardım edecekler ve tehdit oluşturacaklar şeklinde ayırmanızı sağlar. Kalp atışınız saldır veya kaç durumuna hazırlıklı olabilmek amacıyla kaslarınıza daha fazla kan ulaştırmak için hızlanır. Kas tonunuz artar ve açlık gibi hissiyatlar bir kenara bırakılır. Beyniniz bin değişik şekilde sizi korumaya hazırlanır. Sakin olduğumuz zaman beynimizin en üst potansiyelini kullanarak soyut düşünmek, plan yapmak, gelecek hayali kurmak, okumak eylemlerinde bulunarak korteksimizde yaşamak kolaydır. Fakat dikkatimizi farklı bir şey çektiğinde düşünce akışımız bozulur, daha ihtiyatlı oluruz. Beyin aktivitemizin dengesi tehdit içeren tehlikeleri ayırt edebilmeleri amacıyla duyularımızı uyarmak için subkortikal alanlara kayar. Uyarılma çizgisi korkuya doğru yükseldikçe biz mecburen daha alt seviyedeki, daha hızlı tepki veren beyin alanlarını kullanmaya başlarız. Hepten bir panik anında tepkilerimiz refleksleşir ve bilinçli kontrolümüzü kaybederiz. Hayatta kalabilmemiz için kısa zamanda çabuk tepki vermemize sebep olan korku bizi aptallaştırır. Eğer süreklilik gösterirse korku bizi olumsuz bir ruh hâline sürükler. Tehdit sistemi bizi her an bu durumda tutabilmek için

hassaslaşır. Sandy'nin birçok semptomunu bu "aşırı-uyarılma" tepkisiyle açıklamak mümkündü.

Fakat hepsini değil. Beynin tehdide karşı yalnızca bir çeşit adaptasyonu yoktur. Sandy'nin karşılaştığı durumda, o öyle ufak ve öyle savunmasızdı ki deneyimlediği tehdidin karşısında saldırması veya kaçması mümkün değildi. Beyni kalp atışını yükselterek tepki verip, kaslarını aksiyona hazırlasaydı, bu durum yaralandığında onun kanamasını daha da arttırırdı. İnanılmaz bir şekilde, beyinlerimizin bu gibi durumlarda da benimsediği, "disosiyatif tepkiler" diye bilinen travmaya bağlı başka bir grup semptomları açıklayan çeşitli adaptasyonları vardır.

Dissosiyasyon (ayrışma) çok ilkel bir reaksiyondur. En erken yaşam türleri (ve üst türlerin en genç üyeleri) kendi iradeleriyle, tehlikeli durumlardan nadiren kaçabilirler. Saldırılmaya veya yaralanmaya karşı tek tepkileri kıvrılmak, kendilerini ellerinden geldiğince küçültüp yardım için bağırmak veya bir mucize beklemektir. Tepkileri, beyin kökü ve çevresinde bulunan en ilkel beyin sistemlerinden kaynaklıdır. Kaçmakta veya saldırmakta etkisiz bebekler ve küçük çocuklar için aşırı stres verici durumlar karşısında dissosiyasyon tepkisine çok sık rastlanır. Kadınlarda erkeklerden daha fazla görülür. Eğer uzun sürerse dissosiyasyon, post-travmatik stres bozukluğu ile aynı semptomları sergiler.

Dissosiyasyon sırasında beyin, vücudu herhangi bir yaralanma için hazırlar. Kan uzuvlardan çekilir. Yaralarda kan kaybını azaltmak için kalp atışı yavaşlar. Endojen uyuşturucuları akışı (beynin doğal eroin benzeri maddesi) acıyı yok ederek, sakinlik yaratarak, acı verici olaya karşı psikolojik bir uzaklık hissi yaratır.

Aşırı-uyarılma tepkisi gibi dissosiyasyon tepkisi de farklı seviyelerde meydana gelir. Gündüz düşleri, uyku ve uyanıklık arasında geçişler gibi sıradan olaylar dissosiyasyonun orta seviyedeki hâlleridir. Hipnotik trans ise daha başka bir örnektir. En aşırı dissosiyasyon deneyimlerinde ise kişi tamamıyla içe dönüp gerçeklikten kopar. Düşünmeyle uğraşan beyin bölgeleri planlama

yapmak yerine hayatta kalmaya odaklanır. Zamanın yavaşladığı ve olanların "gerçek" olmadığına dair bir his vardır. Nefes alıp verme yavaşlar. Acı ve korku hissi neredeyse yok olur. Kişiler, yaşadıkları olay izledikleri bir film karakterinin başına geliyormuş gibi kendilerini hiçbir şey hissetmiyor olarak tanımlarlar.

En travmatik deneyimlerde bu iki ana tepkinin biri değil bir birleşimi meydana gelir. Aslında, birçok travmatik olay sırasında ortalama bir dissosiyasyon, aşırı-uyarılma tepkisinin süresini ve yoğunluğunu belirler.

Savaş sırasında "hissizleşme" ve robot gibi olma kapasitesi askerleri tamamıyla bir panik durumundan kurtarır. Fakat bazı vakalarda kalıpların biri üstün gelir. Bu kalıplar yoğunluklarına, sürelerine ve travmanın şekline bağlı olarak yeterince uzun süre tekrarlanırlarsa tepkileri kontrol eden nöral sistemlerde "kullanıma bağlı" değişiklikler meydana gelecektir. Sonuçta, bu sistemler aşırı aktifleşip hassaslaşarak travmatik olay sona erdikten çok sonra bile duygusal davranışsal ve zihinsel problemlere sebebiyet verebilir. Birçok post-travmatik psikiyatrik semptomun travmanın anılarının yol açtığı dissosiyasyon ve aşırı-uyarılma tepkilerine bağlı olarak geliştiğini anlamış durumdayız. Bu tepkiler kişilere travmayı atlatmalarında yardımcı olabilir fakat devam ederlerse yaşamın diğer alanlarında ciddi problemlere yol açarlar.

Merkezde gördüğüm çocuklar dışında, travma kaynaklı problemlere daha iyi örneklerde mevcuttur. Travmanın etkisi (ve semptomlarının sık sık yanlış değerlendirilmesi) tüm bu semptomların dikkat ve davranış problemlerine bağlı teşhisler içerdiği gerçeğine bağlıydı. Ne yazık ki, bir sınıf ortamında, hem aşırı uyarılma hem de dissosiyasyon tepkileri dikkat eksikliği bozukluğu, hiperaktivite ve karşıt olma-karşı gelme bozukluğu gibi görünür. Dissosiyasyondan mustarip çocuklar, açıkça derslere gerekli dikkati vermezler. Gündüz düşleri görüyormuş veya orada değillermiş gibidirler, gerçekten de dış dünyaya kapalıdırlar. Aşırı uyarılmış çocuklar ise, hiperaktif veya dikkatsiz gibi gözü-

kürler çünkü derslerin içeriği yerine dikkatlerini öğretmenin ses tonuna veya diğer öğrencilerin vücut dillerine verirler.

Meydan okuma veya karşı gelme olarak algılanan kaç veya saldır tepkisinin sebep olduğu saldırgan ve güdüsel davranışlar, aslında çocuğun zihnini sürekli meşgul eden geçmiş bir travmatik duruma gösterdiği tepkiden geriye kalanlardır. Vücudun stresle karşılaştığında verdiği "dona kalma" tepkisi (yoldan geçerken bir arabanın önünde, gece aniden donup kalan geyiğe benzer ani bir hareketsizlik) öğretmenlerce karşı gelme hareketi olarak algılanır çünkü çocuk gerçekten o anda öğretmeninin hiçbir dediğini yapamaz. Hepsi olmamakla birlikte, dikkat eksikliği bozukluğu, hiperaktivite ve karşıt olma-karşı gelme bozukluğu ve bu teşhislere yönelen semptomlar daha önce hiç kimsenin şüphelenmediği kadar travma bağlantılıdır.

Sandy ile terapi için ilk buluşmamız bir kilisede oldu. Hâlâ tanıklık koruma programında olan Sandy ile buluşmalarımız gizli tutulmak zorundaydı. Zira direkt olarak cinayetle ilgili olmadıkları için dışarıda olan katilin çete üyesi arkadaşları Sandy'nin peşindeydiler. Biz de Sandy ile değişik yerlerde ve farklı saatlerde buluşuyorduk. Sık sık pazar günleri kilisede buluştuk. İlk buluşmamızda oraya evlatlık verildiği aile ile gelmişti. Onlara selam verdim. Sandy beni hatırladı fakat bana gülümsemedi.

Annesini terapi yaptığımız, anaokulu sınıfı şeklinde düzenlenmiş odaya getirdim. Daha sonra birkaç pastel boya ve kâğıdı boyama yapmak üzere yere koydum. Bir veya iki dakika sonra Sandy de yanıma gelip boyama yapmaya başladı. Onu evlatlık edinen annesine bakarak, "Sandy, Bayan Sally biz oynarken kiliseye gidecek. Tamam mı?" diye sordum. Hiç bana bakmadan, "Tamam," dedi.

Yerde oturup sessizce boyama yaptık. İlk 10 dakika oyunumuz mahkemede buluştuğumuzdaki gibi sürdü. Daha sonra değişti. Sandy boyamayı bıraktı. Elimden pastel boyayı aldı. Kolumu sırtıma doğru itti ve beni yere dönük bir şekilde yere yatırdı.

"Bu ne oyunu?" diye sordum oyuncu bir havayla.

"Hayır, konuşma," diye cevap verdi. Çok ciddiydi. Katilin annesine yaptığı gibi benim dizlerimi kırıp kollarımı sırtımın arkasına koymamı istedi. Sonra da canlandırma başladı. Daha sonraki 40 dakika sınıfta gezindi, çoğunu anlayamadığım bir şeyler mırıldandı kendi kendine.

"Bu iyi, bunu yiyebilirsin," diyerek yanıma geldi ve beni plastik sebze ve meyvelerle beslemeye çalıştı. Daha sonra beni örtmek için bir battaniye bulup getirdi. Bu ilk terapi seansında yanıma geldi, üzerime yattı, beni salladı, ağzımı ve gözlerimi açtı. Daha sonra bir şeyler bulup getirmek için yine gitti ve her defasında elinde bir oyuncakla geri geldi. Kendisine yapılan saldırıyı bu terapide tekrar canlandırmadı. Bundan sonraki terapilerde de kendine yapılan saldırıyı tam anlamıyla canlandırmadı fakat sık sık sınıfta yürürken, "Bu senin iyiliğin için bebek," diye tekrarladı.

O bunları yaparken benim o ne isterse aynen onu yapmam gerekiyordu konuşma, hareket etme, araya girme, durma. Bu canlandırmayı yaparken her şeyin kontrolü onda olmalıydı. Ve anlamaya başladığım gibi bu kontrolün onun iyileşme sürecinde çok önemli bir etkisi vardı. Sonuçta, travmatik bir deneyimin tanımlayıcı noktalarından biri (kişinin ondan kaçınacak başka bir yol olmadığı için dissosiyasyona sığınmasına sebep olan en travmatik olanı) tamamen bir kontrol kaybı ve büyük bir güçsüzlük hissidir. Sonuç olarak, kontrolü yeniden ele geçirmek travmatik stresle başa çıkmanın önemli bir yanıdır. Bu daha sonradan "öğrenilmiş çaresizlik" diye adlandırılmış bir fenomen olan klasik bir araştırmada açıkça ortaya çıkar. Pennsylvania Üniversitesi'nden Martin Seligman ve meslektaşları ayrı fakat birbirleriyle bağlantılı iki kafeste bulunan iki hayvanı (bu durumda fareler) kullanarak bu deneysel paradigmayı oluşturdular. Bu kafeslerden birinde, fare yiyeceğini almak için ne zaman bir tuşa bassa en başta elektrik şoku ile karşılaştı. Bu fare için stresli bir deneyimdi. Fakat elektrik şokundan sonra yiyecek alacağını bilen fare

duruma ayak uydurur ve tolerans geliştirir. Fare şoku hissedeceği tek zamanın tuşa bastığında olduğunu bildiği için durumunun üzerinde biraz da olsa kontrolü vardır. Daha önce de tartıştığımız gibi, öngörülebilir ve kontrol edilebilir bir stres kaynağı zaman içinde sistemde daha az strese sebep olurken tolerans da artar.

Fakat ikinci kafeste, fare yiyecek alabilmek için aynı ilk kafesteki fare gibi tuşa basarken, şoku diğer fare tuşa bastığında hisseder. Bu demektir ki ikinci farenin ne zaman şok hissedeceğine dair hiçbir fikri yoktur. Bu farenin durumu hakkında hiçbir kontrolü olmadığı anlamına gelir. Böylece, bu fare strese tolerans geliştiremez, strese karşı hassaslaşmış olur. İki farenin de beyinlerinin stres sistemlerinde büyük değişiklikler oluşur: Stres kaynaklarını kontrol edebilen farelerde olumlu değişiklikler, diğerlerinde ise kötüye giden olumsuz değişiklikler. Şok üzerinde bir kontrolü olmayan hayvanlarda ülser, kilo kaybı ve bağışıklık sistemlerinde zayıflıklar gözlemlenir. Üzüntü verici bir biçimde, durumları üzerinde kontrol sahibi olmayan fareler bu durumda uzun süre tutulduktan sonra, kontrol edebilecekleri ortamlara konulduklarında dahi öyle korkmuş olurlar ki yeni kafesi inceleyerek kendileri için daha olumlu durumlar yaratamazlar. Aynı tarz demoralizasyon ve isteksizlik depresyon geçiren insanlarda da gözlemlenir. Araştırmalar gittikçe artan bir oranda, depresyon riskini çocuklukta deneyimlenen kontrol dışı stresli olayların sayısına bağlamaktadır. Bu durumda, depresyonun sık sık posttravmatik stres bozukluğuna eşlik etmesi şaşırtıcı değildir.

Kontrol-alışma ve kontrolsüzlük-hassaslaşma arasındaki bağın sonucu travmayı atlatabilmek için kurbanın güvenilir ve tahmin edilebilir bir duruma tekrar dönebilmesi gerekir. Beyinlerimiz deneyimlediği travmaya bir şekilde tolerans geliştirebilmek üzere ayarlanmış gibidir, öyle ki, travmatik deneyimi zihinsel olarak tamamıyla çaresiz olduğumuz bir durumdan biraz da olsa kontrolümüzün olduğu bir duruma çevirmeye çalışırız. Sandy de canlandırma davranışında bunu yapıyordu. Etkileşimlerimizi

seanslardaki stres seviyesini kontrol edebileceği şekilde ayarlıyordu. Bir doktorun bir ilacın doğru dozunu yan etkilerini de göz önünde tutarak ayarlaması gibi canlandırma oyunlarımızda Sandy maruz kalacağı stresin seviyesini ayarlayabiliyordu. Beyni onu, diğerinin yerini koyup daha sonra geride bırakabileceği daha öngörülebilir bir deneyimi, tolere edebileceği stresli ortamı yaratması için zorluyordu. Beyni canlandırma vasıtasıyla travmayı bir şekilde öngörülebilir bir olay haline getirmeye çalışıyordu. Daha sonra da bu olayın Sandy'nin zihninde sıkıcı bir anıya dönüşerek unutulup gideceğini umuyordum. Bunun olabilmesi için kalıplar ve tekrarlar anahtar roldeydi. Kalıba bağlı ve tekrarlı uyarıcı, tolerans geliştirilmesine yardım ederken, kaotik ve sıklığı belli olmayan uyarıcı hassaslaşmaya yol açıyordu.

Bozulan dengeye geri dönebilmek için beynimiz, hassaslaşmış travmayla ilgili anıları tekrarlanan küçük dozlarda canlandırarak daha normal bir seviyeye getirmeye çalışır. Hassaslaşmış bir sistemin tolerans geliştirmesini sağlamaya çalışır. Birçok vakada bu işe yarar. Strese sebep olmuş veya travmatik bir olayın hemen ardından sürekli bu olayı düşünürüz, bu olay rüyalarımıza girer, istemediğimiz hâlde kendimizi bu olayı düşünürken buluruz, olayı sevdiğimiz insanlara, güvendiğimiz kişilere anlatır dururuz. Çocuklar bu travmatik olayları oyunlarında, çizdikleri resimlerde, günlük etkileşimlerinde canlandırırlar. Fakat deneyim ne kadar yoğun ve yıpratıcı ise travma ile bağlantılı anıları hassaslaşmadan kurtarmak o kadar zor olur.

Benimle gerçekleştirdiği canlandırmalarda Sandy kâbusa benzer travmatik anılarına tolerans geliştirmeye çalışıyordu. Canlandırmalarının kontrolü onun elindeydi. Bu kontrol onun yaşadığı stresin seviyesini belirleyebilmesini sağlıyordu. Eğer bu ona çok yoğun gelirse oyunumuzu tekrar yönlendirebiliyordu. Sık sık da böyle yaptı. Süreci yönlendirmeyi hiç denemedim. Veya ona bir kere değerlendirme için sorduğum soru dışında başka neler hatırladığı konusunda soru sormadım.

Çalışmalarımızın ilk aylarında her seans hep sessizce başlıyordu. Elime uzanır beni odanın ortasına çeker, aşağı iterdi. Ben de yere yatar, kendimi annesinin bağlandığı pozisyona getirirdim. Odayı inceler, yanıma gelip giderdi. Sonunda gelip sırtıma yatardı. Sessizce, "Hımm, hımm!" der ve sallanırdı. O zaman, artık konuşmamam ve pozisyonumu değiştirmemem gerektiğini bilirdim. Ona sahip olmak istediği tüm kontrolü vermem gerektiğini biliyordum. Çok üzücü bir durumdu.

Travmatize olmuş çocukların tepkileri hep yanlış anlaşılır. Evlatlık edinme sürecinde bunu Sandy de yaşadı. Yeni ortamlar zaten stresli olduğundan ve travma geçirmiş çocuklar zaten kaos ve öngörülemezliğin normal karşılandığı ortamlardan geldiği için gerçekten sakin ve güvenli durumlara korkuyla tepki verirler. Kaosun kaçınılmaz olduğunu düşündükleri için bunu kontrol altına alabilmek adına rahat ve öngörülebilir olan durumları kaotik durumlara sürükleyebilirler. Bu yüzden onları evlatlık edinen ailelerde "balayı" devresi geçtikten sonra bu çocukların saldırganca davranışlar sergileyip, tanıdık bağırışlar ve sert disiplinli ortamları tekrar canlandırdıkları görülür. Herkes gibi onlar da "tanıdık" ortamlarda rahat ederler. Ünlü bir aile terapistinin belirttiği üzere "çaresizliğin kesinliğini bilinmezliğin çaresizliğine" tercih ederiz. Travma karşısında gösterilen bu tepki onlara bakan kişiler tarafından yanlış anlaşıldığında ciddi problemlere yol açar.

Neyse ki bu durumda, Sandy ile çalışan insanları ondan ne beklemeleri ve ona nasıl tepki vermeleri konusunda eğitme şansım oldu. Fakat yine de terapi dışında uyku, endişe ve davranışsal problemleri devam etti. Nabız sayısı 120'nin üstündeydi. Bu rakam onun yaşında bir kız için çok yüksekti. Disosiyatif davranışlarının dışında zaman zaman merkezdeki çocuklara benzer olarak hiperaktif davranışlar sergiliyordu. Klonidin'in potansiyel olumlu etkilerini onu evlatlık edinen ailesi, ondan sorumlu kamu çalışanı ve Stan ile tartıştım. Bu ilacı kullanmamız konusunda bana destek verdiler. Bunun üzerine uykusunda iyileşmeler oldu.

Hiperaktivite krizlerinin yoğunluğu, süresi ve sıklığında azalmalar gözlendi. Onunla yaşamak ailesi ve öğretmenleri için daha kolay hâle geldi.

Terapimiz devam etti. Hemen hemen on seans sonra benim yatmamı istediği pozisyonu değiştirdi. Artık annesinin bağlandığı şekilde değil, beni yan yatırıyordu. Yine aynı şeyleri yapıyordu. Odaya göz atıp, ortada yatan bana değişik objeler getiriyor, beni beslemek için başımı tutuyordu. Sonra üzerime yatıyor, anlamadığım şeyler mırıldanıyor ve bazen de donmuş gibi durup kalıyordu. Bazen de ağlıyordu. Genelde 40 dakika süren seansın bu kısmında ben hiç sesimi çıkarmıyordum.

Fakat zamanla, canlandırması değişti. Gezip dolaşıp yeni objeler aramak ve mırıldanmak yerine daha çok sallanma hareketi yapmaya başladı. Sonunda, aylarca beni odanın ortasına getirip yatırdıktan sonra ben hep beni yatırdığı yere giderken elimden tutup beni sallanan bir sandalyeye yöneltti. Beni oturttu. Kitap raflarına yürüdü. Bir kitap alıp kucağıma oturdu. Bana, "Bana bir hikâye oku," dedi. Hikâyeyi okumaya başladığımda, "Sallan," dedi. Bundan sonra, Sandy ile o sallanan koltukta oturup, sallanıp hikâye okuduk.

Bu Sandy'nin tam olarak tedavi olduğu anlamına gelmiyordu fakat iyi bir başlangıçtı. Başından biyolojik babası, biyolojik anneannesi ve onu evlatlık edinen aile arasında yaşanan büyük bir velayet savaşı geçmesine rağmen, zamanla Sandy'nin durumunun gayet iyiye gittiğini söylemekten çok mutluluk duyuyorum. Gelişmesi, özellikle de velayet savaşı, çocukluğunun geri kalanını birlikte geçirdiği, onu en başta evlatlık edinmiş ailenin lehinde çözüldükten sonra, yavaş ama sürekli oldu. Bazen işler kötüye gitse de çoğu zaman çok iyi bir iş çıkardı. Arkadaşlar edindi, iyi notlar aldı, başkalarıyla dikkat çekici bir şekilde iyi ve olumlu ilişkiler kurdu. Genelde, seneler geçer ve onun hakkında hiçbir haber almam. Fakat sık sık Sandy'yi ve onun bana kendisiyle çalışmamız sırasında öğrettiklerini düşünürüm. Bunu yazarken

Sandy hakkında yine bilgilendirildiğimi söylemekten mutluluk duyuyorum. Şu an gayet iyi. Durumunun şartlarından dolayı onun hakkında daha fazla bilgi veremiyorum. Ama şuna emin olabilirsiniz ki, herkesin onun için istediği gibi tatmin edici ve üretken bir hayat sürüyor. Hiçbir şey beni bundan daha mutlu edemez.

BÖLÜM 3

Cennete Giden Yol

Wako Teksas'taki Davidian Branch yerleşkesinde çocuklar bir korku dünyasında yaşıyorlardı. Bebekler bile bu korku kültüründen nasibini alıyordu. Tarikat lideri David Koresh "ışıkta" kalmaya devam edeceklerse küçüklerin (bazıları sekiz aylıktı) iradelerinin katı fiziksel disiplinle kırılması gerektiğine inanıyordu. Koresh değişkendi: Bir an anlayışlı ve şefkatli, diğer bir an bir ölke abidesi. Ne zaman ortaya çıkacağı belli olmayan öfkesinden herkes nasibini alıyordu. Karmel Dağı dinî cemaati üyeleri olan Davidianlar, David'in sevgisini kazanabilmek için onun daima değişken duygudurumuna dikkat kesilip, öfkesine maruz kalmamak için genelde boşa çıkan bir çaba harcıyorlardı.

Dengesiz ruh hâli ve korku dolu kızgınlığıyla Koresh düzensiz dozlarda aşırı tehdit (iyi, şefkat dolu, ilgili bir dikkatle değişmeli olarak kullandığı) kullanmada uzmanlaşmıştı. Yerleşkedeki yaşamın her yönünü kontrol ediyordu. Her insanın hayatında en egemen ve en güçlü kişi olarak kendi statüsünü tehdit edebilecek en ufak bir ilişkiye tahammülü olmadığı için kocayı karısından, çocukları ebeveynlerinden, arkadaşı arkadaşından ayırıyordu. Herkesin sevgisi onun üzerinde birleşiyordu. Koresh her türlü ongörünün, aklın, sevginin, gücün kaynağı idi.

Korkuyla hükmünü süren bir tanrıydı. Çocuklar (hatta bazen yetişkinler) her an fiziksel saldırıya uğrayacakları veya sütü yere sıçratmak gibi küçücük bir hata yüzünden herkesin önünde aşağılanacakları korkusu içindeydiler. Cezalar "yardımcı" diye adlandırılan tahta sopayla kanlar içinde kalana kadar dövülme-

yi içeriyordu. Çocukların ayrıca açlık korkusu vardı. "Olumsuz" davranışlar sergileyen çocuklar günlerce aç bırakılabiliyor veya yalnızca patates ve ekmekten oluşan bir diyetle beslenebiliyorlardı. Bazen, gece de dahil olmak üzere tek başlarına bırakılıyorlardı. Kızlar en sonunda "David'in Gelini" olacaklarını biliyorlardı. Yaşları ona kadar inebilen genç kızlar David tarafından değişik törensel bir tarzda cinsel tacize uğruyorlardı. Eski bir üye Koresh'in daha çocuk yaşta tecavüz ettiği bu kızlardan birinin kalp atış hızını avladığı bir geyiğinkiyle karşılaştırdığını söylemişti.

Koresh'in empoze ettiği en büyük korku ise "Babilliler" korkusuydu: dışarıdan gelenler, kamu görevlileri, inanmayanlar. Koresh cemaatini sürekli olarak "son savaş" için hazırlıyordu. Branch Davidianlar, çocuklarda dahil olmak üzere, yakında gelecek olan dünyanın sonuna hazırlanıyorlardı. (Yerleşkede Koresh'in takma adı Çiftlik Kıyameti'ydi.)

Bu hazırlıklar askeri tatbikat, düzensiz uykular ve teke tek dövüşü içeriyordu. Eğer çocuklar bu tatbikatlara katılmak istemezlerse veya savaş eğitimlerinde yeterince heyecanlı değillerse, aşağılanıyorlar, hatta dövülüyorlardı. En genç üyelere bile nasıl silah kullanılması gerektiği öğretiliyordu. En kötü intihar saldırıları için eğitiliyorlar, eğer "Babilliler" tarafından yakalanırlarsa ağzın arkasındaki "yumuşak noktaya" nasıl hedef almaları gerektiği kendilerine gösteriliyordu. Söylenenlere göre "inanmayanlar" eninde sonunda onların hepsini öldürmeye gelecekti. Bu kıyamet savaşından sonra üyelere, cennette aileleriyle buluşacaklarına dair sözler veriliyor ve Koresh'in (Tanrı'nın) onların intikamını almak için dünyaya geri geleceği savunuluyordu.

Teksas'a 1992'de, Baylor Tıp Okulu (BCM) psikiyatri araştırma bölümüne başkan yardımcısı olarak geldim. Ayrıca Teksas Çocuk Hastanesi'nde (TCH) psikiyatri şefi ve Houston Veteranları Tıp Merkezi'nde Travma Tedavi Programı'nda (VAMC) yönetici olarak çalıştım. Tina, Sandy, merkezdeki diğer çocuklar ve

onlara benzer diğer hastalarımla olan deneyimlerim beni travma ve travmanın çocukların ruhsal sağlığına etkileri üzerinde yeterince bilgi sahibi olmadığımıza ikna etti.

Gelişme çağında travmanın belli çocuklarda ne gibi belli problemlere yol açtığını bilmiyorduk. Kimse bazılarının nasıl olup da geçirdikleri travmayı hasarsız atlatırken, bazılarının ruhsal hastalıkların pençesinde ciddi davranışsal problemler sergilediği gerçeğini açıklayamıyordu. Hiç kimse post-travmatik stres bozukluğu gibi bir durumun mahvedici semptomlarının nasıl meydana çıktığını, neden bazı çocukların dissosiyasyona sığınıp, bir diğer kısmının hiperaktif davranışlar sergilediğini bilmiyordu.

Bunu ortaya çıkarmanın tek yolu çocukları travmatik bir olayın hemen ertesinde incelemek gibi görünüyordu. Ne yazık ki, çocuklar bize travmayı geçirdikten hemen sonra değil olayın üzerinde yıllar geçtikten sonra getiriliyordu.

Bu problemi çözme amacıyla BCM, TCH ve VAMC ile birlikte "anında tepki" Travma Değerlendirme Takımı'nı kurdum. Umudumuz silahlı saldırılar, trafik kazaları, doğal afetler ve diğer hayati kazalara tanık olmuş çocuklara yardım ederken, çocuklardan da travmatik bir deneyimden hemen sonra onlardan ne beklememiz konusunda bir şeyler öğrenmek ve bunların daha sonra ortaya çıkacak semptomlarla bağlantılarını anlamaktı. Wako çocukları ne yazık ki bu duruma iyi bir örnek olacaklardı.

28 Şubat 1993'te Alkol Sigara ve Ateşli Silahlar Bürosu (BATF) yani "Babilliler", ateşli silahlar kanununu çiğnediği için David Koresh'i tutuklamak amacıyla Branch Davidian yerleşkesini bastı. Kendisi canlı olarak yakalanamadı. Dört BATF ajanı ve en az altı Davidian Branch üyesi baskın sırasında öldü. FBI ve onun rehine anlaşma takımı üç gün içerisinde yirmi bir çocuğun salıverilmesini sağladı. Ben ve takımım Compound'dan salıverilen ilk çocuk grubu olacağını düşündüğümüz bu çocuklara yardım için

gelmiştik. Daha sonra öğreneceğimiz acı gerçek ise bu çocukların yerleşkeden sağ çıkabilen tek çocuk grubu olacağıydı. Kuşatma 19 Nisanda toplam seksen kişinin (yirmi biri çocuk) hayatını kaybettiği bir ikinci baskın ile son bulmuştu.

Branch Davidian yerleşkesine düzenlenen ilk baskın haberini ben de herkes gibi televizyondan duydum. Haberlerden hemen sonra muhabirler beni arayıp bu olayın orada bulunan çocuklarda ne gibi etkileri olacağını sordular. Yerleşkeden salıverilenlere tam olarak ne yapılacağını bana sorduklarında, yetkililerin bu konuda onlara yardım edebilmek adına ellerinden gelen her şeyi yaptığına emin olduğumu söyledim.

Fakat bu sözler ağzımdan çıkar çıkmaz, bunun hiç de doğru olmayabileceğini düşündüm. Kamu görevlilerinin ve (özellikle de sınırlı bütçeli) kapasitelerinin çok üzerinde iş yükü olan Çocuk Koruma Servisi (CPS) sistemlerinin çok sayıda çocukla aynı anda çalışabilmek için planlamaları yoktu. Ayrıca hukuksal kararları uygulayan federal ve yerel ajanslar ile CPS arasındaki yetki zinciri Wako olayı gibi beklenmedik ve hızlı gelişen olaylarda karışabiliyordu.

Bu konu üzerine daha fazla düşündükçe Travma Değerlendirme Takımı'mızın çocukluk travması üzerine geliştirdiği uzmanlığın bu konuda etkili olup olmayacağını merak etmeye başladım. Bu çocuklarla çalışacak kişilere belli temel bilgileri verebileceğimizi, onlara belli bazı problemleri çözebilmek amacıyla telefonla danışmanlık hizmeti sunabileceğimizi ve durumu anlamalarına yardım edecek destekleyici bir rol üstlenebileceğimizi düşünüyordum. Birkaç ajansla iletişime geçtim fakat bunların hiçbiri durumdan kimin "sorumlu" olduğunu bilmiyordu. En sonunda valinin ofisi ile bağlantıya geçtim. Bir saat sonra CPS eyalet ofisi beni aradı ve benden Wako'ya gelmemi istedi. Ben bir saatlik bir danışmanlık için Wako'ya gittiğimi zannederken bu vaka hayatımda karşılaştığım en zor altı haftalık terapiye dönüştü.

Wako'ya gittiğimde tam bir karmaşayla karşılaştım. Krizle başa çıkmaya çalışan yetkililer de, çocukların bakımını üstlenmiş görevliler de tam olarak ne yapacaklarını bilmiyor gibiydiler. Yerleşkeden salıverildikleri ilk birkaç gün çocuklar tanka benzeyen araçlarla olay mahallinden uzaklaştırılmışlardı. Gündüz veya gece fark etmeksizin ulaşılır ulaşılmaz FBI ve Teksas Rangers ekibi tarafından saatlerce sorgulanmışlardı. FBI tüm iyi niyetiyle çocuklardan yerleşke hakkında alabildiği kadar çok bilgi almaya çalışıyordu. Sonuçta, yerleşkede yardım bekleyen çok fazla insan vardı ve FBI'ın en hızlı şekilde olaya müdahale edebilmesi için alabildiği kadar çok bilgi alması gerekiyordu. Tanık ifadelerine ihtiyaç vardı. Teksas Rangers ise katledilen BATF ajanlarının gelecekte görülecek davalarında kullanılmak üzere delil toplamakla görevlendirilmişti. Fakat iki grup da, bir çocuğun ailesinden koparıldıktan ve tanklara yerleştirilip, evlerinde insanların öldüğü bir baskına tanık olduktan sonra silahlı ve tanımadığı insanlar tarafından uzun uzun sorgulanmasının onun için ne kadar yıpratıcı olabileceğini düşünmemişti.

Davidian çocukları bir arada tutan bir şans olmuştu. İlk olarak Teksas Çocuk Koruma Servisi onları ayrı ayrı farklı ailelere vermeyi planlamıştı. Fakat o kadar kısa sürede onları ağırlayacak o kadar çok aile bulamamışlardı. Hepsini bir arada tutmak bu vaka için yapılabilecek en terapötik karar oldu, bu çocukların birbirlerine ihtiyacı olacaktı. Yaşadıkları deneyimden sonra kardeşleri/arkadaşları birbirinden ayırmak streslerini arttırmaktan başka bir işe yaramayacaktı.

Farklı ailelere verileceklerine çocuklar çok güzel bir ortama sahip, kampüse benzer bir yer olan Wako'daki Methodist Çocuk Evi'ne götürüldü. Orada, Teksas Rangers'ın ilk zamanlar önünde nöbet tuttuğu büyük bir evde, rotasyonla eve gidip gelen "ev annesi" ve "ev babası" diye çağrılan iki farklı karı-koca tarafından bakıldılar. Devletin ruhsal sağlık hizmeti sağlama konusunda tüm iyi niyetine rağmen, ne yazık ki bu hizmetler hiç etkili de-

ğildi. Bu konuya bir saatini ayırabilecek devlette çalışan profesyonellerden her kim varsa her biri Teksas'a çağrılıyordu. Sonuç olarak, bu ruhsal sağlık ziyaretlerinin zamanlaması ve sürekliliği tamamıyla rastlantıydı. Çocukların akılları sürekli yeni insanlarla tanışmaktan iyice karışıyordu.

İlk günlerde evdeki ortam da kaotikti. Kanunları uygulama ajanslarından yetkililer gece veya gündüz herhangi bir saatte eve gelip belli çocukları bir köşeye çekip onlarla görüşmeler yapıyorlardı. Çocukların günlük hayatlarının hiçbir belli programı olmamakla birlikte, görüştükleri insanlarda sürekli değişiyordu. O zamanlarda travmatize olmuş çocuklarla ilgili bildiğim kesin bir gerçek varsa, o da öngörülebilirlik, rutin, kontrol hissi ve onları destekleyen insanlarla düzenli ilişkilere çok ihtiyaçları olduğuydu. Davidian çocukları için bu daha da önemliydi, onlar uzun süre sürekli büyük bir felaket beklentisiyle alarm halinde yaşadıkları bir yerden geliyorlardı.

Anahtar rolündeki görevlilerle ilk buluşmamızda onlara kısaca şunu tavsiye ettim: Tutarlılık, rutin ve tanıdık ortamlar yaratın. Bu düzen yaratmak, belli sınırlar çizmek, organizasyonlar arası iletişimi kuvvetlendirmek ve ruhsal sağlık ekibini düzenli olarak orada bulunabilecek kişilerle sınırlamaktan geçiyordu. Ayrıca, onlara Rangers ve FBI için sürdürülmesi gereken görüşmeleri ancak çocuklarla görüşme yapma konusunda eğitimleri olan uzmanların yapması gerektiğini söyledim. Görüşmenin sonunda CPS bana yapılması gereken bu çalışmaları yönetip yönetemeyeceğimi sordu. Öte yandan o günün ilerleyen saatlerindeki konuşmamızdan sonra FBI ajanları da bana yapılması gereken bu görüşmeleri benim gerçekleştirip gerçekleştiremeyeceğimi sordu. O noktada, krizin birkaç gün içinde sonlanacağını düşündüğümüz için kabul ettim. Bu çocuklara yardım ederken aynı anda birçok yeni şey öğreneceğimi düşünüyordum. Etkileyici bir grup gençle tanışmak için kaldıkları eve doğru arabamla yola çıktım.

Gittiğimde Ranger'lardan biri beni kapıda karşıladı. Uzun boyu ve geniş şapkasıyla Teksas Ranger'ların tipik bir örneğiydi. Uzun saçlı, kot pantolonlu, içerideki çocuklara yardım etmek için burada olduğunu söyleyen psikiyatristten pek de etkilenmiş gözükmüyordu. Gerçekten Dr. Perry olduğumu söylememe rağmen, bana hiç de doktora benzemediğimi söyledi ve ekledi, "Bu çocukların bir deli doktoruna değil biraz sevgiye ve buradan çok uzaklara gitmeye ihtiyaçları var."

İlginç bir şekilde, bu Ranger o evde kaldıkları haftalar boyunca bu çocukların hayatına giren en pozitif figür oldu. Sakindi, çocuklarla ilişkileri iyiydi. Çocukların hayatlarında destekleyici fakat müdahaleci olmayan bir rol üstlendi. Ama işte o an benim yolumun üstündeydi. "Nasıl nabız alınır biliyor musun?" diye sordum ona. Yakınımızdaki bir koltukta yatmış, uyuyan küçük bir kızı göstererek, "Eğer bu kızın nabız atışı 100'den az ise döner ve eve giderim, " dedim ona. Onun yaşında olan ve uyuyan bir kızın normal nabız atışı dakikada 70 ile 90 arasında olmalıydı. Eğilip kızın bileğini tutmasından hemen birkaç dakika sonra yüzü endişeli bir hal aldı ve "Doktor çağırın," dedi. "Ben doktorum," dedim. "Hayır! Gerçek bir doktor! Bu çocuğun nabzı 160," diye devam etti.

Psikiyatristlerin standart tıp eğitimi almış doktorlar olduğunu söyledikten sonra ona travmanın çocuklar üzerinde bıraktığı psikolojik etkileri anlatmaya başladım. Büyük bir ihtimalle bu kızın çok yüksek nabız sayısı sürekli aktive olmuş stres-tepki sisteminin bir göstergesiydi. Ranger kaç veya saldır tepkisinin temelini anlamıştı; bu görevlerde çalışan hemen hemen herkes bu duruma aşinaydı. Ona stresli bir olay sırasında beyne kan akışını sağlayan (adrenalin ve nöradrenalin) adlı hormon ve nörotaşıyıcıların aynı zamanda kalp atış hızını da kontrol ettiğini söyledim. Strese tepki verebilmek için kalp atışındaki değişimlerin gerekli olduğu düşünüldüğünde bu çok da mantıklıydı. Başka travmatize olmuş çocuklarla çalışmalarımdan travmatik olaydan aylar hatta yıllar

sonra bile çocukların aşırı aktif stres tepkileri sergilediklerini biliyordum. O yüzden böyle yıpratıcı bir deneyimden sonra bu küçük kızın kalp atış hızının çok yüksek olduğunu iddia etmek iyi bir tahmindi. Ranger sonunda beni içeri aldı. Davidian çocuklar şubat baskınını takip eden üç gün içerisinde küçük gruplar halinde (ikili veya üçlü olarak) salıverilmişti. En küçükleri beş aylık bir bebek, en büyükleri on iki yaşında bir çocuktu. Çoğu dört ile on bir yaşları arasındaydı. On ayrı aileden geliyorlardı ve yirmi bir çocuğun on yedisi en az bir kardeşiyle birlikte salıverilmişti. Eski bazı üyeler Davidianlar arasında çocuk tacizlerinin olduğunu söylemesine rağmen, (basın ben öyle bir şey demediğim halde, benim çocuklarda taciz gibi bir durumun söz konusu olmadığımı söylediğimi iddia etmişti) çocukların hem baskın sırasında hem de baskından önceki yaşantılarında travmatize olduğu kesindi.

Salıverilen küçük bir kızın yakasına iliştirilmiş kâğıtta bu notu akrabaları okuyana kadar annesinin çoktan ölmüş olacağı yazılıydı. Diğer bir çocuğu annesi, "İşte bizi öldürecek olanlar. Cennette görüşmek üzere," diyerek FBI ajanına teslim etmişti.

Yerleşkenin yanmasından çok önce bile salıverilen çocuklar (salıverilirken en az bir ebeveynlerinin yaşadığını bildikleri halde) anne ve babaları çoktan ölmüş gibi davranıyorlardı. Çocukları ilk gördüğüm anı hatırlıyorum. Oturmuş yemek yiyorlardı. Yanlarına yaklaştığımda küçük olanlardan biri gayet sakin bir biçimde bana dönüp, "Bizi öldürmeye mi geldin?" diye sordu.

Bu çocuklar kendilerini özgürlüğe kavuşmuş gibi hissetmiyorlardı. Dışarıdaki insanlar hakkında onlara öğretilenlerden ve baskın sırasında yaşadıkları şiddetten dolayı kendilerini rehine olarak görüyorlardı. Bize karşı, evde hissettikleri korkudan daha fazla korku duyuyorlardı. Bunun nedeni yalnızca ailelerinden ayrılmaları ve tanıdık ortamlarından uzaklaşmaları değil, Koresh'in gelecek bir saldırı ile ilgili tahmininin doğru çıkması idi.

Eğer "inanmayanlar" onlar için geldiyse, demek onları ve ailelerini öldüreceğimiz tahmini de doğruydu.

Hemen, sürekli bir korku durumunda yaşamış çocuklarla birlikte olduğumuzu fark ettik. Bu çocuklara onların ihtiyaç duyacağı şekilde yardım edebilmemizin tek yolu, korkunun, beyni etkileyerek davranışları nasıl değiştirdiği konusundaki anlayışımızı uygulamaktı.

Evrimsel açıdan çok iyi bir nedeni olduğu için korku bizim en ilkel duygumuzdur. Korku olmasaydı atalarımızın çoğu yaşayamazdı. Korku, tam olarak beynin merkezinde doğar ve buradan nörokimyasal dalgalar halinde yayılarak beynin tüm diğer kısımlarını etkiler. Burada önemli rolü olan kimyasallar daha önce tartıştığımız adrenalin ve noradrenalin ile birlikte kortizol adlı önemli bir stres hormonudur. Korkuyla ilgili beynin iki önemli organı, beyindeki çoğu noradrenalin nöronlarının doğduğu yer olan locus coeruleus ve limbik sistemin bademe benzer bölümü olan amigdaladır.

Daha önce belirtildiği gibi beyin içten dışa doğru evrimleşmiştir. Aynı şekilde de gelişir. En aşağıdaki en ilkel bölüm gelişmesinin büyük bir kısmını uteroda, erken çocuklukta tamamlar. Ortabeyin ve limbik sistem yaşamın ilk üç yılında çok büyük değişimler ve gelişmeler göstererek daha sonra gelişir.

On beş-yirmi yaş aralığında çocukları olan ebeveynler planlama, kişisel kontrol ve soyut düşünmeyi kontrol eden ön korteksin gelişmesini yirmili yaşların başına kadar tam olarak tamamlamadığını öğrenince şaşırmayacaklardır.

Travmanın etkilerinin çok küçük çocuklar söz konusu olduğunda bir ömür boyu devam etmesinin nedeni, beynin yaşamın ilk yıllarında çok hızlı bir şekilde ve bölüm bölüm büyüyerek gelişmesidir. Genç beyinler sevmeyi ve dili nasıl hızlıca öğreniyorlarsa olumsuz deneyimlere de o derece açıktırlar. Hamilelik sırasında, bulunulan aya göre fetüsler nasıl belli toksinlere du-

yarlı ise, çocuklar da travmanın meydana geldiği zamana bağlı olarak olayın kalıcı etkilerine açıktırlar. Bu yüzden, travmanın deneyimlendiği zamana göre çocuklarda farklı semptomlar gözlemlenebilir. Örneğin, maruz kaldığı acı verici ve tekrarlanan bir cinsel tacizi tarif etmekten yoksun, iki-üç yaşlarında, henüz konuşamayan bir çocuk dokunulmaya karşı koyma, yakın ilişki kurarken endişe duyma gibi ilişkisel problemler yaşayabilir. Oysa aynı taciz deneyimini yaşamış on yaşında bir çocuk daha belirli, olaya özel yer, kişi ve tacizin oluş biçimiyle ilgili belli olgulara karşı bir korku geliştirmeye daha yatkındır. Bu kötü deneyimi ona hatırlatan kişi, yer ve objeleri gördükçe endişe ve korkuları artacaktır. Bunlara ek olarak daha büyük yaşta bir çocuk, korteksten kaynaklanan utanç ve suçluluk gibi daha karışık duygu durumlarını, yaşadığı olay ile özdeşleştirecektir. İki-üç yaşlarında bir çocukta henüz korteks gelişmediği için taciz bu yaşlarda yaşanıp sona erdiyse utanç, suçluluk gibi semptomların oluşması olası değildir.

Ne olursa olsun, insanlar korkutucu bir olayla yüz yüze geldiklerinde hangi yaşta olurlarsa olsunlar en başta en yüksek kortikal bölümlerini kullanım dışı bırakırlar. Her ikisi de o an bizi bulunduğumuz durumdan kurtarmakta faydalı olmayacağı için plan yapma, açlık hissetme gibi kapasitelerimiz yok olur. Ciddi bir tehditle yüzleştiğimizde genelde "düşünme", hatta konuşma kabiliyetlerimizi yitiririz. Yalnızca tepki veririz. Uzun süren korku durumlarında beyinde kronik ve hemen hemen kalıcı değişiklikler meydana gelir.

Özellikle erken yaşlarda, uzun süren terörize durumların beyinde yol açtığı değişiklikler bu insanların ileriki yaşlarında daha güdüsel, daha saldırgan, daha az düşünceli ve daha az şefkatli olmalarına sebep olur.

Bunun nedeni daha önce de belirttiğimiz gibi beyindeki sistemlerin "kullanıma bağlı" olarak değişmesidir. Aynen bir kas gibi bir beyin sistemi ne kadar çok kullanılırsa onun stres tepki

merkezi o kadar çalışmış olur ve buna bağlı olarak işlevinin değişme riski de o kadar artmış olur. Aynı zamanda, stresi kontrol eden kortikal bölümler daha az kullanıldıkça küçülür ve zayıflarlar. Bir kişiyi kronik korkuya maruz bırakmak, bir arabanın fren sistemini zayıflatırken ona daha güçlü bir motor takmak demektir. Bu "makine"nin kontrol dışına çıkmasını önleyen güvenlik sistemlerini değiştirmek anlamına gelir. Bu şekilde (aynı insanın dünyanın nasıl bir yer olduğuna dair kafasında kullanıma bağlı olarak oluşturduğu kalıplar gibi) farklı beyin sistemlerinin gücünde oluşan kullanıma bağlı değişiklikler insan davranışının kritik belirleyicileridir. Kullanıma bağlı gelişmenin önemini anlamak, Kıyamet Çiftliği'ndeki ilk baskından hemen sonra gördüğümüz travmatize olmuş çocuklara uyguladığımız tedavi için büyük önem taşıyordu.

Ne kadar garip görünse de, çalışmamın bu aşamasında ilişkilerin, iyileşme sürecinde ne kadar önemli olduğunu yeni anlıyordum. Grubumuz ve diğerleri çocuğun (travmadan önce ve sonra) ilişkilerinin doğasının, travmaya olan tepkilerini şekillendirici önemli bir rol oynadığını gözlemledi. Güvenilir, tanıdık ve duyarlı kişiler çocuğun bakımını üstlenmişlerse çocuklar daha kolay iyileşip travmatik olayın olumsuz kalıcı etkilerinden tamamıyla kurtulabiliyorlardı. İlişkilerin "travma tamponu" etkisinin beyinde meydana geldiğini biliyorduk.

Fakat nasıl? Bir hayvanın biyolojik olarak başarılı olabilmesi için başlıca üç şeyi doğru yapması gerekiyordu: Canlı kalmalıydı, üremeliydi ve son olarak da insanlar gibi bakım gerektiren yavrular yaptığında bu yavruları onlar kendilerini koruyabilene dek besleyip korumalıydı. İnsanlarda da beynin binlerce karışık kapasitesi o veya bu şekilde bu üç işlevi yerine getirebilmek için bir araya gelmiştir. Buna rağmen, bizim gibi sosyal türlerde bu üç başlıca işlev, beynin ilişki kurarak bu ilişkileri devam ettirebilme kapasitesine bağlıdır. Tek başına bir insan, doğada başkalarına

ihtiyaç duymadan yaşayamaz. Uzak akrabalarımızla paylaşarak, gruplar halinde yaşayarak ve avlanarak, bir araya toplanarak yani ancak işbirliği ile hayatta kalabiliriz. Bu yüzden, çocukken tanıdığımız insanların varlığı bizi güvende ve rahat hissettirir; güvenilir ve tanıdık ortamlarda kalp atışımız ve kan basıncımız düşüktür, stres tepki sistemlerimiz sessizdir.

Tarih boyunca, bazı insanlar bizi güvende hissettiren en iyi arkadaşlarımızken, bazıları en kötü düşmanlarımızdır. İnsanların en büyük düşmanları yine diğer insanlardır. Bu yüzden, stres tepki sistemlerimiz diğer insanlardan gelen sosyal mesajları okuyarak onlara tepki veren sistemlerle yakından bağlantılıdır. Sonuç olarak, başkalarının ifadelerine, jestlerine, ruh durumlarına karşı çok hassasızdır. Göreceğimiz gibi diğer insanları izleyerek tehdidi algılar ve stresle başa çıkarız. Hatta beynimizde, hareket ettiğimizde ve duygularımızı ifade ettiğimizde değil bunları yapan bir insanı gördüğümüzde harekete geçen özel hücrelerimiz vardır. İnsanın sosyal hayatı, olumlu ve olumsuz sonuçlarıyla bu "ifade etme" yetisine ve bu ifadelere tepki verebilmesine bağlıdır. Örneğin, kendinizi harika hissederek gittiğiniz işinizde amiriniz berbat bir ruh halindeyse eninde sonunda siz de kendinizi kötü hissedeceksinizdir. Eğer bir öğretmen kendisini kızgın veya yılmış hissediyorsa öğrencileri de olumsuz davranışlar sergileyerek sınıftaki baskın duyguyu yansıtır. Korkmuş bir çocuğu sakinleştirebilmek için en başta kendinizi sakinleştirmeniz gerekir.

İlişkilerin ve ilişkisel ipuçlarının önemini anlamak etkili bir terapötik çalışma ve hatta etkili anne babalık, öğretmenlik ve her türlü insani çaba için çok önemlidir. Bu Davidian çocuklarla çalışmalarımızda, en büyük engeli oluşturdu. Çünkü çocuklara yardımla görevlendirilmiş CPS çalışanları, hukuksal yaptırım görevlileri ve ruhsal sağlık çalışanlarının kendileri yorgun, stresli ve âdeta bir alarm durumundaydılar.

Üstelik Koresh ve Davidian çocukları hakkında daha fazla şey öğrendikçe, bu çocuklara bize tamamıyla yabancı bir ge-

çegenden geliyorlarmış gibi yaklaşmamız gerektiğini fark etti. Hepsinin dünyaya bakış açısı onların şu an bakımını üstlenen kişilerinkinden çok farklıydı. Ne yazık ki, insanları birbirine bağlayan aynı güç aynı zamanda ortak bir düşmanı yenmemiz için işbirliği yapmamızı, büyük sevgi davranışlarında bulunmamıza izin veren güç, bize benzemeyenleri marjinalize ederek, onları canavarlaştırarak onları ait olduğumuz "klan"ın dışına itmemize yol açabiliyor. Bu ötekileştirme nefret ve şiddetin en aşırı boyutlarına kadar varabilir. Ayrıca, Koresh'in beyin yıkamalarından sonra bu çocukların bizi yabancı, inançsız (ve tehdit olarak) gördüklerini biliyordum. Bilmediğim, bu konu hakkında ne yapmam gerektiğiydi.

Wako'daki ilk günlerimde, FBI arabulucularının Wako kuşatmasına son verebilmelerine yardımcı olmak amacıyla her bir çocukla tek tek görüştüm. Çocuklar anne ve babalarının başlarını belaya sokabileceklerinin farkında olduğu için çocuk tacizinden şüphe duyulan bu tür durumlarda görüşmeler hep çok zor geçer. Davidianlar, "Babilliler" Tanrı'nın düşmanları oldukları için onları aldatmanın bir sorun olmadığı fikriyle yetiştirildikleri için bizim durumumuz daha da karmaşıktı. Onların, bize karşı dürüst olurlarsa anne ve babalarına ihanet etmekle kalmayıp, ayrıca çok ağır bir günah işlemiş olacaklarından korktuklarını biliyordum.

Korktuğum gibi, her bir çocuk bana büyük, korkunç bir sırrı varmış hissini verdi. Çiftlikte ne olacağını sorduğumda, "Göreceksiniz!" gibi kaygı verici yorumlarda bulunuyorlardı. Her çocuğa açık bir şekilde anne ve babalarının nerede oldukları sorulduğunda, "Onlar öldüler," veya "onların hepsi ölecek," diye cevap veriyorlardı. Bana David inanmayanları öldürmeye dünyaya geri gelinceye kadar anne ve babalarını tekrar göremeyeceklerini söylüyorlardı. Bu konuda bu söylediklerinden başka bir şey demiyorlardı.

Çocukların özellikle de aileleri onlara öyle yapmalarını söylemişlerse istemedikleri bir durumdan kaçınmak için yanıltıcı veya çekimser olmaları veya planlı bir şekilde yalan söylemeleri ender görülen bir durum değildir. Bununla birlikte gerçek düşünce ve duygularını yaptıkları resimlerde saklamaları çok daha zordur. Ben de boyama yapabilecek yaşta olan her çocukla otururak, bir yandan boyama yaparken bir yandan da sohbet ettim. Michael adlı on yaşında bir çocuktan istediği herhangi bir şeyin resmini çizmesini istedim. Hızlıca ağaçlı tepelerden oluşan bir manzara resminin içine çevresi sularla kaplı tek boynuzlu bir at çizdi. Gökyüzünde bulutlar, bir kale ve gökkuşağı vardı. Ona çok güzel resimler yaptığını söylediğimde, David'in at resimleri çizmesinden çok hoşlandığını söyledi. Cennetteki kaleleri resmettiğinde ve bu resimlere gruplarının sembolü David'in yıldızını koyduğunda gruptan ve grubun liderinden övücü sözler alıyordu.

Daha sonra ondan kendi portresini çizmesini istedim. Dört yaşında bir çocuğun çizebileceği bir sopa figürü çizdi. Daha da şok edicisi, ondan ailesini çizmesini istediğimde durakladı, aklı karışmış gibiydi. Sonunda sayfasının hemen hemen tamamını bomboş bırakarak sayfanın en sağ köşesine kendisinin küçücük bir resmini çizdi. Çizimleri grupta öğrendiklerini yansıtıyordu: Koresh'in değer verdiği şeylerin özenli ve ayrıntılı bir çizimi, yüce liderin egemenliği, çapraşık zayıf bir aile duygusu ve kendisinin muhtaç bir resmi.

Davidian çocuklarını daha yakından tanımaya başladıkça benzer çelişkileri onlarda da tekrar tekrar gördüm: İhmale ve ilgisizliğe kurban gitmiş yetenek ve bilgi denizleri. Örneğin, sürekli İncil'i okudukları için yaşlarına göre okumaları iyiydi. Fakat matematik bilgileri sıfırdı. Yetenekler çalışan beyin bölgeleri ve ödüllendirilmiş davranışlarla bağlantılıydı. Michael'ın durumunda boşluk, gelişme için sunulan az sayıda fırsat ve kendi için seçim yapabilme yoksunluğundan kaynaklanıyordu. Michael,

çocukların büyük çoğunluğunun sahip olduğu, neyi sevip neyi sevmedikleri ve nasıl bir insan olduklarını anlamalarına yardımcı olan en temel seçme şanslarından yoksun bırakılmıştı.

Çiftlikteki her karar (ne yemeleri gerektiğinden ne giymeleri ve nasıl düşünüp dua etmelerine varıncaya dek) çocuklar adına alınıyordu. Beyinde kendilik duygusunun oluşup gelişmesi veya gelişmemesi kişinin beyninin bu duygudan sorumlu bölümünü ne kadar çalıştırıldığına bağlıdır. Kendilik gelişimi için çocuğun kendi adına seçimler yaparak bu seçimlerin sonucunu yaşaması gerekir. Eğer size tek öğretilen şey kurallara uymanız gerektiği ise, kendinizin ne olduğu ve neyi sevdiğinizi bilebilmenizin pek bir yolu yoktur.

Bundan sonraki görüşmelerimden biri altı yaşında küçük bir kızlaydı. Ondan evinin bir resmini çizmesini istedim. Çiftliğin resmini çizdi. Daha sonra ona evde bundan sonra ne olacağını çizmesini söyledim. Aynı çiftlik binasını bu sefer alevler içinde resmetti. Binanın üstünde cennete giden merdivenlerin resmi vardı. O an (ilk baskından günler sonra) kuşatmanın potansiyel yıkıcı bir sona doğru gittiğini anladım. O süre zarfında diğer çocuklar da yangın ve patlama resimleri çiziyorlardı. Bazıları, "Sizin hepinizi patlatacağız!" ve "Herkes ölecek!" gibi şeyler bile söylediler. Bunun FBI rehine müzakere takımı ve FBI'ın liderlik takımına aktarılması gereken önemli bir bilgi olduğunu biliyordum.

Daha önce kanun yaptırım kurumları ve bizim takımımız arasındaki iletişimi kolaylaştırmak amacıyla bir grup oluşturmuştuk. FBI ile bir anlaşma yaptık. Çocukların iyileşmelerine yardım edebilmek için koyduğumuz sınırlara saygı gösterirlerse çalışmalarımız sonucunda ortaya çıkan, kuşatmaya son vermelerine yardımcı olabilecek bilgileri onlarla paylaşacaktık. Bu çizimleri gördükten ve çocukların yorumlarını duyduktan sonra, çiftliğe yapılacak başka müdahalelerin kıyamet benzeri bir senaryoyla sonuçlanabileceği yönündeki endişelerimi onlarla paylaştım. Bu kötü sonun tam olarak nasıl olacağını bilmemekle birlikte, bu,

silahların kullanılacağı bir şekilde olabilecekmiş gibi gözüküyordu. Çocukların kelimeleri, çizimleri, davranışları kuşatmanın ölümle sonuçlanacağına işaret ediyordu. Anlattıkları şeyler toplu bir intiharı işaret ediyordu. FBI'ı, bu en son savaşı başlatması için kışkırttıklarını düşünüyordum. Tekrar tekrar benle kontak içinde olan FBI görevlisi ve sonradan öğrendiğime göre benim gibi, bir başka gerginliğin teslim olma ile değil felaketle sonuçlanacağını düşünen, davranışsal bilim takımı üyeleri ile görüştüm. Fakat onlar yetki sahibi değildi. Tüm yetki taktik takımınındı ve bizi dinliyorlar fakat duymuyorlardı. Onlar bir sahtekâr ve suçlu ile uğraştıklarını düşünüyorlardı. Koresh'in müritlerinin kendilerini kurban edebilecek bir adanmışlık ve bağlılıkla, liderlerinin Tanrı'nın temsilcisi, hatta yeni İsa olduğuna inandıklarını anlamıyorlardı. En son yıkıma sebep olan olaylar dizisini şekillendiren de birbirleriyle çatışan bu iki dünya görüşü oldu.

İlk görüşmelerimi tamamladıktan sonra, Houston'da çalıştığım ana merkezden ondan fazla kişi, Wako'da klinik takımımızın çekirdeğini oluşturmak için bana katıldı. Koruma görevlileri, CPS çalışanları, Methodist Evi görevlileri ile birlikte kulübe evindeki kargaşaya son vermek için çalıştık. Düzenli bir yatma vakti, yeme vakti, okul zamanı, oyun zamanı ve çocuklara çiftlikte neler olduğunun anlatılmasından oluşan bir program tasarladık. Kuşatmanın sonunun ne olacağını tahmin edemediğimiz için çocukların televizyon seyretmesine izin vermedik.

İlk başlarda grubumuzdan bazıları çocuklarla bir an önce "terapi"ye başlamamızı istiyordu. Ben ise, düzenin sağlanmasının ve çocuklara destek verebilmek, onlarla iletişim hâlinde bulunmak, onları beslemek, onlara saygı duymak, onları dinlemek, onlarla oynamak ve genel anlamda "orada bulunma"nın bu noktada daha önemli olduğunu düşünüyordum. Çocukların deneyimi öyle tazeydi ki bir yabancıyla, özellikle de bir "Babilli" ile gele-

neksel terapötik bir seans potansiyel olarak onlar için daha stresli olacaktı.

Tesadüfen, Wako'dan beri yapılan araştırmalar travmatik bir olaydan hemen sonra yeni bir terapist veya danışmanla alelacele "sorguya çekilme"nin zorlayıcı, istenmeyen ve zarar verici etkileri olduğunu ortaya çıkarmıştır. Hatta bazı çalışmalar böyle bir "tedavi"nin ertesinde post-travmatik stres bozukluğunun kötü etkilerinin ikiye katlandığını tespit etmiştir. Kendi çalışmalarımızda da en etkili müdahalenin var olan sosyal destek ağlarını, özellikle de aileyi, şiddetli travmanın bilinen ve tahmin edilen etkileri konusunda desteklemek ve eğitmek olduğunu ve daha fazla terapötik desteği (ancak ve ancak) aile olağanüstü ve uzun süre devam eden post-travmatik semptom görürse sağlamak gerektiğini tespit ettik.

Ben çocuklara, olanları kendi hızlarında ve kendince yollarla içselleştirebilme fırsatının verilmesi kanaatindeydim. Eğer konuşmak isterlerse kendilerini rahat hissettikleri bir görevliyle konuşabilirlerdi; eğer konuşmak istemiyorlarsa güvenli bir şekilde oynayabilir ve önceki korku dolu anılarının yerine geçebilecek yeni çocukluk deneyimleri yaratabilirlerdi. Kısacası, katı bir düzen değil yalnızca bir düzen, zorlama bir şefkat değil, duygusal destek sağlamak istiyorduk.

Her gece çocuklar uyuduğunda takımımız toplanır, günün üzerinden geçer ve her çocuğun durumunu ayrı ayrı tartışırdık. Bu süreç bize terapötik deneyimlerin her gün kısa, dakikalar uzunluğunda etkileşimlerle söz konusu olduğunu gösterdi. Bu etkileşimlerin bir çizelgesini yaptığımızda, resmi herhangi bir "terapi" seansı yapmadığımız halde, her çocuğun aslında saatlerce yakın, tatmin edici terapötik bağlar kurduğunu fark ettik. Çocuk kiminle, ne zaman ve nasıl iletişim kuracağını kendi kontrol ediyordu. Grubumuzun farklı ve güçlü yanları olduğu için (bazıları dokunarak sevgisini gösteren, şefkatli, bazıları esprili, bazıları iyi birer dinleyici ve bilgi kaynağı olduğu için) çocuklar

neyi, ne zaman istediklerine karar verebiliyorlardı. Bu güçlü bir terapötik ağ kurmamıza olanak verdi.

Çocuklar kendi belirli kişilikleriyle, gelişme aşamalarıyla ve ruh hâlleriyle uyuşan görevli arkadaşlara doğru yöneldiler. Gürültüyü, patırtıyı ve şakalaşmayı sevdiğimden çocuklar o tür bir oyun aradığında beni bulurlardı. Bazılarıyla bir oyun oynar veya boyama yapar, bazılarının sorularına karşılık verir, bazılarının korkularına cevap verirdim. Diğerleriyle daha farklı rollerim vardı. Örneğin, yanıma gizlice sokulan bir erkek çocuğu vardı. Bazen, ben de onun oyununa katılır, şaşırmış gibi yapar, bazen onu gelirken gördüğümü açıkça belli eder, bazen de gerçekten o yanımda bitiverince aniden şaşırırdım. Böyle saklambaca benzer bir oyun hem eğlenceli hem de etkiliydi. Bu gibi kısa etkileşimler onda bir bağ hissi ile birlikte güvende olma duygusu da yaratıyordu. Bütün çocuklarla ayrı ayrı görüştüğüm ve diğer görevlilerin bana danıştığını gördükleri için çocuklar benim "yetkili kişi" olduğumu biliyorlardı. Yetiştiriliş tarzlarından dolayı güç belirtilerine ve kimin en güçlü olduğuna dair ipuçlarına karşı özellikle hassastılar. Koresh'in empoze ettiği patriarkal düzenden dolayı bu ipuçları belirgin bir biçimde cinsiyetçiydi.

Bu yüzden, "gruptaki egemen erkek benimle oyunlar oynuyor" fikri bu çocuğa bir güven duygusu sağlamış oluyordu. Bu egemen erkekle etkileşime geçebileceği ve onunla arkadaş olabileceği fikri, daha önce yaşadığı güçsüzlük ve korku hissinin zıttı bir biçimde bu çocuğa kontrol hissi veriyordu. Aynı şekilde, annesi hakkında endişelenen küçük bir kız bu konuyla ilgili, kadın bir görevliyle konuşuyordu. Eğer sohbet çok derinleşir veya endişe verici bir boyut alırsa çocuk yürüyüp gidebiliyor, başka bir şeyle ilgilenebiliyor veya görevli kadının yanında yalnızca oyuncaklarıyla oynayabiliyordu. Herkesin her çocuğun bütün hikâyesini bilebilmesi ve onunla bir sonraki etkileşimini doğru yönetebilmesi için, grup toplantılarımızda her çocuğun günlük iletişimlerini not ediyorduk.

Fakat bu çocukların kiminle ne konuşacaklarını seçebilme şansından daha fazlasına ihtiyaçları vardı. Rutinle gelen istikrar ortamına ihtiyaç duyuyorlardı. Saldırıdan hemen sonraki günlerde harici bir örgütlenmeden yoksun, yetişkin ve on iki yaşından büyük erkeklerin kadın ve kızlardan ayrıldığı, David Koresh ve temsilcilerinin kayıtsız şartsız yönettiği Davidian yerleşkesinin otoriter, cinsiyetçi bölünmeye tabi kültürünün aynısını yaratmışlardı.

Yaşça en büyük çocuklardan iki tanesini, biri erkek biri kız iki kardeş kendilerini "fakih" ilan ettiler. Kız fakih kızlara hükmedip onlar için karar alıyordu. Erkek fakih kimsenin bir şikâyetine maruz kalmadan hem erkeklere hem de kız fakihe hükmediyordu. Kızlar ve erkekler ayrı masalarda yemek yiyorlar, birbirlerinden ayrı oyun oynuyorlar, karşılıklı iletişimden bilerek kaçınıyorlardı. David'in "gelinleri" olma sürecindeki kızlar sarı post-it kâğıtlara David'in yıldızlarını çiziyor veya bu kâğıtlara "David Tanrı'dır" yazarak bunları kulübenin çeşitli yerlerine yapıştırıyorlardı.

Fakat en basit bir tercih durumuyla karşılaştıklarında çocukların hiçbiri ne yapacağını bilmiyordu. Sade fıstık ezmeli sandviç mi yoksa reçelli fıstık ezmeli sandviç mi istedikleri sorulduğunda kafaları karışıyor, ne diyeceklerini bilemiyorlar, üstelik kızıyorlardı. Yerleşkenin içinde tüm kararlar onlar adına alınmıştı. Nelerden hoşlanıp nasıl bir insan olduklarını keşfetmeye başlayan birçok çocuğun sahip olduğu basit konularda seçim yapabilme imkânından yoksun bırakılmış bu çocuklarda benlik duygusu gelişmemişti. Kendi adına karar verme fikri bu çocukların bilmediği bir olgu olduğu için böyle bir karar vermek onları endişeye sürüklüyordu. Bu yüzden çocuklar rehberlik ve kendi adlarına karar vermeleri için fakihlere yöneliyordu.

Bu konuyla nasıl başa çıkacağımızı bilemiyorduk. Bir yandan onların eski tanıdık ortamlarını burada da yaşatıp kendilerini "evde" hissetmelerini istiyorduk, bir yandan da yakında, dış

dünyada ihtiyaç duyacakları yeni olguları öğrenmelerini istiyorduk.

Tek seçeneğimiz deneme yanılma yolunu denemekti. Kızlar ve erkekler ayrımını bozmaya çalıştığım ilk deneme felaketti. Bir gün öğle yemeği için kızların masasına oturdum. Hemen tüm çocuklar gerilmeye başladılar. Üç veya dört yaşlarında bir kız bana onların masasında oturamayacağımı söyledi. "Neden?" diye sorduğumda ise, "Çünkü sen erkeksin," diye cevap verdi.

"Nereden biliyorsun?" diye sorarak bir espriyle gergin havayı yumuşatmaya çalıştım. Fakat küçük kızın yumuşadığı falan yoktu. Kız fakihe baktı. O da benim erkek olduğumu doğruladı. Orada oturmaya devam edince neredeyse tüm çocuklar düşmanca bir tavır takınıp bana kızmaya başladılar. Hava öyle gerildi ki bir an isyan çıkaracaklarını düşündüm. Bazıları ayağa kalkarak saldırgan bir tutum takındılar. Ben de geri çekildim. Bu olaydan sonra, onların ayrı masalarda yemek yiyip, Koresh'in empoze ettiği sebze ve meyveyi aynı yemekte yememek gibi garip beslenme kurallarını uygulamaya devam etmelerine izin verdik.

Bundan sonra biz yetişkinlerin nasıl birlikte yaşayarak birbirimizle iletişim kurduğumuzu görmelerini sağladık. Böylece zamanla bizim gibi yaşamayı seçmenin hiçbir olumsuz sonucu olmayacağını görmelerini istiyorduk.

Disiplin konusu da ayrı bir sorunumuzdu. Yerleşkede uygulanan katı disiplin kurallarından, fiziksel cezalardan, tecritten, fiziksel kısıtlamalardan özellikle kaçındık. Nadiren de olsa çocuklar fiziksel olarak saldırganlaştıklarında veya incitici sözler sarf ettiklerinde sakinleşene kadar davranışlarını yönlendirerek gerekirse özür dilemelerini sağladık. Post-travmatik tepkilerin çocukları uyarılmış ve korkmuş durumda tuttuğunu, bu yüzden de korkunun onları düşüncesizce, saldırganca hareketlere teşvik edebileceğini bildiğimizden, davranışlarını bu ilk zamanlarda kontrol etmede zorluk yaşayabileceklerini biliyorduk. Bu doğal tepkiler yüzünden onları cezalandırmak istemedik.

Çocukların Kıyamet Çiftliği'ndeki ilk baskın gibi dehşet verici bir deneyimi atlatmaya çalışırlarken olayı anımsatan şeylere de olaya nasıl tepki vermişlerse aynı şekilde reaksiyon gösterdiklerini fark ettik. Örneğin, Davidian çocukları tedirgin olduklarında veya henüz düşünmeye hazır olmadıkları olgularla yüzleştiklerinde çekimserlik, saldırganlık veya dissosiyasyon davranışlarından birini gözlemleyebiliyorduk.

Susie adlı altı yaşında bir kızla görüşmemde tanık olduğum en olağanüstü dissosiyasyon tepkisiyle karşılaştım. Susie'ye annesinin nerede olduğunu düşündüğünü sordum. Soruyu hiç duymamış gibi tepki verdi. Bir masanın altına kıvrıldı, cenin pozisyonu aldı. Ne konuştu ne de hareket etti. Rahatlatmak için ona dokunduğumda öyle tepkisizdi ki altı dakika sonra odadan çıktığımı fark etmedi bile. Onu ayrı bir odadan iki tarafı aynalı bir pencereden seyretmemden üç dakika sonra yavaş yavaş hareket etmeye başlayıp dış uyaranların tekrar farkına varmaya başladı. Bazen kızlar fakat genellikle erkekler kendilerine olay anı hakkında bir soru sorulduğunda saldırganlaşıp bir şeyler fırlatıyorlar veya sözel olarak saldırganca cevaplar verebiliyorlardı. Bazıları pastel boyaları kırıyor veya ayağa kalkarak yürüyüp gidiyorlardı.

Onlara olay anını anımsatan yalnızca sorularımız değildi. Bir gün çocuklar kulübenin dışında oyun oynarlarken bir basın helikopteri üzerimizden uçtu. Koresh, onlara FBI'ın helikopterlerle üstlerinden uçacağını, üzerlerine benzin dökerek onları ateşe vereceğini söylemişti. Saniyeler içinde bir savaş filmindeki asker takımı gibi çocuklar kayıplara karıştılar. Helikopter geçip gittiğinde kızlar ve erkekler olarak iki ayrı tek sıra oluşturarak Tanrı'nın askerleri olmakla ilgili bir şarkı söyleyerek düzenli adımlarla binaya girdiler. Hayatımda gördüğüm en tüyler ürpertici görüntüydü.

Aynı şekilde, baskından önce yerleşkenin civarında FBI'ınkine benzer beyaz bir minibüs gördüklerinde çocuklar yine kaçıp saklandılar. Bizim tahmin ettiğimiz diğer araştırmacılarında

doğruladığı gibi, post-travmatik stres bozukluğu travmatik olaydan çok sonra gelişen yeni semptomların eşlik ettiği bir durum değil, olaya tepki olarak adapte edilen başa çıkma mekanizmalarının ne yazık ki uzun süre devam etmesiydi.

Wako'daki kuşatma sırasında takımımız, Branch Davidian çocuklarıyla tam anlamıyla beraber yaşadılar. Arada bir ufak yönetim işlerimi halledebilmek ve ailevi sorumluluklarımı yerine getirebilmek amacıyla Houston'a saatler süren araba yolculukları yaptım. Çocukların bizden ayrıldıktan sonra güvenilir, sağlıklı ailelere gidebilmesi ve sürekli ruhsal sağlık yardımı alması gerekenlerin bu yardımı alabilmeleri için krizle ilgilenen diğer kurumlarla saatler süren görüşmeler yaptım. Ayrıca toplu bir intihar veya yerleşkeyi kuşatmış polislere düzenlenebilecek bir intihar saldırısı hakkında çocuklardan öğrendiklerimizi dinleyebilecek ve kullanılan taktikleri değiştirebilecek kişilerle saatler süren sinir bozucu görüşmeler yaptım. FBI'a saldırılarla dolu çizimlerden, çocukların sürekli tekrar ettiği tehditlerden bahsettim. Oyuncaklarla dolu görüşme odasına gelen her bir çocuğun nasıl hemen oyuncak bir tüfeği bulup aldığını ve namluya dolu olup olmadığını kontrol etmek için baktığını söyledim. Dört yaşında bir kız oyuncak tüfeği itip, yüzünde bir iğrenme ifadesiyle "Bu gerçek değil," demişti. Ne yazık ki, operasyonlardan sorumlu taktik takımı Koresh'i bir din adamı olarak değil, bir çatlak olarak görmeye devam etti. Tarikattaki grup dinamikleri onları nasıl bu korkunç sona ittiyse, aynı şey FBI içinde geçerliydi. İki grup da dünya görüşlerine uymayan verileri umursamıyorlardı. FBI görevlilerinden bazıları Koresh'i inanılmayacak derecede farklı bir çerçeveye oturmuştu. Onun yerleşkede nükleer bir silah hazırlığı içinde olduğunu söyleyenler bile vardı. İki grup da yalnızca kendi görüşlerine onay veren insanları dinliyordu. Davidian çocuklarıyla çalışmam (ve Wako'daki krizin boyutlarını içerden öğrenmem) bana grup etkilerinin insan hayatında ne kadar güçlü

olduğunu ve çok sosyal bir tür olan insanın beyninin bulunduğu bağlam dışında anlaşılamayacağını bana tekrar tekrar gösterdi.

On dokuz nisan sabahının erken saatlerinde Houston'dayken, tanımadığım bir FBI ajanı beni aradı. Hemen Wako'ya gelmem gerektiğini, hükümet yetkililerin kuşatmaya son vermek ve içerdeki genç insanları serbest bırakmak için bir baskın düzenlediğini söyledi. Arabamla oraya doğru giderken radyo dinliyordum. Şehrin sınırındaki tepeye geldiğimde çok kalın gri bir duman ve turuncu büyük alevler gördüm. Arabamı hemen Methodist Çocuk Evi'ne doğru sürmeye başladım. Yetişkinler ne yapacaklarını bilemez gözüküyorlardı fakat endişelerini çocuklara geçirmemeyi başarmışlardı. Hâlâ yerleşkede olan yirmi üç çocuğu, onların kardeşleri ve Koresh tarafından çekilerek FBI'a verilen video görüntüleri vasıtasıyla tanıyan arkadaşlarım yeni gelecek çocuklar için kendilerini hazırlamışlardı. Şimdi onların kayıplarına üzülüyorlardı. Ayrıca, zaten tedavi ettikleri çocukların bu ölümlerden nasıl etkileneceklerinin de farkındaydılar. Acımızı daha da çoğaltan, bu çocuklarla geliştirdiğimiz güven duygusunun bu olaydan sonra yok olup gideceği gerçeğiydi. Onlara bizim düşman olmadığımızı ve ailelerinin, kardeşlerinin ve arkadaşlarının öldürülmeyeceğini söylemiştik. Fakat şimdi meydana gelen olay Koresh'in kehanetlerinin doğru çıktığını gösteriyordu. Aynı onun söylediği gibi "kötü adamlar" yerleşkeye saldıracaktı, büyük bir yangınla gerçekleşecek sonu da doğru tahmin etmişti.

Bu çocukların devam eden travmasını şiddetlendirecekti. Koresh'in bir sonraki kehaneti, kendisinin dünyaya tüm "inanmayanlar"ı öldürmek için geri geleceğiydi. Biz de "inanmayanlar"dan olduğumuz için çocukların bize güvenmeleri zorlaşacaktı. Haberleri onlara en doğru biçimde nasıl verebileceğimizi düşündük. Olayların gidişatından dolayı bir sonraki güne kadar bekledik çünkü o zamana dek kurtulanlar hakkında bir bilgi almamıştık. Kulübenin salonunda bir toplantı planladık. Oradaki

her çocuk grubumuzdan en az bir görevliyle yakın bir ilişki içine girmişti. Planımız benim gruba ne olduğunu olabildiği kadar açık bir şekilde anlatmamdı. Onlara soruları olup olmadığını soracaktık. Bundan sonra, her çocuk veya kardeş yakın bulduğu iki veya üç görevliyle zaman geçirecekti. Klinik hayatımın en zor anlarıydı. On kadar çocuğa babalarının, kardeşlerinin, annelerinin, arkadaşlarının öldüğünü nasıl söyleyebilirsin? Ve evet aynen Koresh'in önceden söylediği gibi ölmüşlerdi. Ve evet biz size bunun olmayacağını söylemiştik. En başta, bazıları bana inanmadılar. Sevdiklerinin ölümü karşısında birçok insanın verdiği tepkiyi verdiler, tekrar ve tekrar, "Bu doğru değil," dediler, "Bu doğru olamaz." İşin en kötü tarafı olayların bu şekilde sonuçlanması gerekmediğini bilmemizdi. Davidianlar'ın son saldırıya bu şekilde karşılık verebilecekleri tahmin edilen bir gerçekti. Yaşanan can kaybı tamamen ortadan kaldırılmasa bile azaltılabilirdi. Tüm bunlara rağmen, federal hükümet felaketle sonuçlanmaya en yakın adımı attı. Ve seksen kişi yani bu çocukların hayatta tanıdıkları herkes hayatını kaybetti.

Birçok çocuk daha yangın çıkmadan grubun dışındaki akrabalarının yanında yaşamaya gitmişti. Kulübede yalnızca on bir kadar erkek ve kız çocuğu kalmıştı. Son baskın şaşırtıcı olmayan bir biçimde, birçoğunun ruhsal durumunda kötüleşmeye yol açtı. Travmatik semptomları tekrar ortaya çıktı. Koresh'in beslenme ve cinsiyet ayrımcılığı kurallarını tekrar benimsemeye başladılar. Artık çok dikkatli olmamız gerektiğini öğrenmiştik. Hâlâ kızların ve erkeklerin ayrı masalarda yemek yiyor olması ile ilgili büyük bir tartışma vardı. Ben en sonunda, masalardan birini ortadan kaldırıp ne olacağını görmemizi önerdim. Kızlardan biri neden masayı götürdüğümüzü sorduğunda ona artık bu masaya ihtiyacımız olmadığını söyledim. Verdiğim cevap onu tatmin etmiş görünüyordu. Daha fazla soru sormadı. Kulübede artık çok daha az çocuk kalmıştı. En başta erkekler masanın bir ucunda, kızlar

diğer bir ucunda yemek yemeğe başladılar. Doğal olarak bir süre sonra, yavaş yavaş birbirleriyle iletişim kurarak birlikte oturmaya başladılar. Zamanla post travmatik semptomları ve Koresh'in kurallarına bağlılıkları azalmaya başladı.

Şimdi, on dört yıl sonra Davidian çocuklarını (hiçbiri resmi olmamakla birlikte) çeşitli şekillerde takip edebiliyoruz. Olanlardan derinden, kalıcı bir şekilde etkilendiklerini biliyoruz. Çocukların yarısı hâlâ Koresh'in öğretileriyle yaşayan akrabalarının yanında yaşıyorlar. Bazıları küçüklüklerinde onlara öğretilen dinin kurallarına uygun olarak yaşamaya devam ediyorlar. Bazıları üniversitelerde okudular, kendi kariyerleri var ve ailelerini kurdular; diğerleri problemli, kaotik yaşamlar sürüyorlar.

Bu konuyla ilgili çeşitli soruşturmalar oldu, belgeseller, kitaplar yayınlandı, tartışma grupları oluşturuldu. Tüm bu ilgiye rağmen, çocuklara olan ilgi yalnızca birkaç kısa ay sürdü. Toplu ve bireysel davalar görülmeye devam etti. Bütün sistemler (FBI, ÇKS, "Ranger"lar, Houston'daki bizim grubumuz) eski iş yapış yöntemlerimize geri döndük. Uygulamalarımızda çok az değişiklik olmasına rağmen, düşünme tarzlarımızda büyük anlamda bir değişim gerçekleşti.

En terapik deneyimlerin, "terapi"de değil, ister benim gibi bir profesyonel ile bir çocuk arasında, ister korkmuş bir kız çocuğu ile halası arasında, ister sakin bir Teksas Ranger'ı ve hiperaktif bir çocuk arasında olsun doğal olarak gelişen sağlıklı ilişkilerde yaşandığını öğrendik. Davidian kıyametinden sonra en fazla iyileşme gösteren çocuklar, olayda en az stres yaşayanlar veya kulübede bizimle en çok bire bir zaman harcayanlar değildi. En fazla gelişme gösterenler ise, ister Davidian kurallarına bağlı olarak yaşasınlar, ister Koresh'i tamamıyla reddedenler olsun en sağlıklı, en sevgi dolu ailelerle birlikte yaşamaya başlayanlar oldu. Aslında, travma mağduru çocuklara uygulanacak en etkili tedavi şu şe-

kilde özetlenebilir: Çocuğun hayatındaki ilişkilerin kalitesini ve sayısını yükseltebilmek için yapılabilecek her şey. Ayrıca, bambaşka grupları (birbirleriyle çelişen amaçları olsa bile) bir araya getirmenin de ne kadar etkili olabileceğini gördüm. Onlarca federal, ulusal ve yerel birim bu çocukların bakımı için çalıştılar. Bu çocuklara yardım etmek amacıyla yakın temasta bulunmamız bizi sarf ettiğimiz çabalarımızı ortak bir noktada buluşturmaya itti. İlişkiler önemlidir. Sistemik değişikliklerin olabilmesi için ilişkilerde güvene ihtiyaç vardır, güven de sağlıklı yürüyen ilişkiler kurmakla oluşur. İnsanları programlar değil, yine insanlar değiştirir. Baskınlar felaketle sonuçlandığı halde, deneyimlediğimiz dayanışma, saygı ve işbirliği bize bir farklılık yaratabileceğimize dair umut verdi. Travmatize olmuş çocuklarla çalışmanın yeni yollarının tohumları Wako'nun küllerinden doğdu.

BÖLÜM 4

Dokunulmaya Aç

Herkes gibi doktorlar da başarıları dolayısıyla takdir edilmekten memnuniyet duyarlar. Tıp alanında şöhreti getirecek en emin yollardan biri yeni bir hastalık keşfetmek veya özellikle zor bir tıp bilmecesini çözmektir. Danışmanlık yaptığım Teksas Hastanesi'nin doktorları da 723E no'lu odada yatan küçük kızı böyle görüyorlardı. Dört yaşındaki Laura, burnuna sokulmuş bir tüp vasıtasıyla yüksek kalorili bir diyetle beslendiği halde yalnızca on bir kiloydu. Hemşirenin odasında karşılaştığım dosyaların boyu Laura'nın boyundan daha uzundu. Laura'nın hikâyesi de, Wako'dakiler gibi erken deneyime çocukların nasıl tepki verdikleri konusunda yeni şeyler öğrenmemize yardımcı oldu. Laura'nın deneyimi bize, vücut ve beynin ayrı ayrı tedavi edilemeyeceğini, bebeklerin ve küçük çocukların sağlıklı bir beyin gelişimi için nelere ihtiyaç duyduğunu, bu ihtiyaçlara cevap verilmezse çocuğun gelişiminin her yönüyle nasıl zarar göreceğini örnekledi.

Laura'nın dosyaları endokrinologlar, gastroenterologlar, beslenme uzmanları ve diğer tıp uzmanlarının ziyaretlerinin ayrıntılarını içeren binlerce sayfalık dokümanlardan oluşuyordu. Bu dosyalarda sayısız kan tahlili raporu, kromozom testleri, biyopsiler vardı. Dokümanlardan, boğazdan osiloskop sokularak Laura'nın midesinin incelendiği, anal yolla bağırsaklarına bakıldığı anlaşılıyordu. Danışman doktorlar tarafından yazılmış onlarca rapor vardı. Üstüne üstlük zavallı kıza, karnına bir tüp sokularak iç organlarının incelendiği laparoskopi yapılmıştı. Ayrıca,

doktorlar bağırsaklarından bir parça alarak Ulusal Sağlık Enstitüsü'ne analize göndermişlerdi.

Nihayet, bağırsak sindirimi bölümünde bir ay yattıktan sonra bir sosyal hizmet görevlisi, doktorlarına Laura'nın psikiyatri danışmanlığı hizmeti alması yönünde baskı yapmıştı. Gastroenteroloji doktorlarının Laura'da bir çeşit "bağırsak sarası" bulmuş olduklarını düşünmeleri gibi, psikiyatristlerin de Laura'nın durumu hakkında yepyeni bir teorisi vardı. Danışmanlığa ilk gelen psikiyatrist yeme bozuklukları konusunda uzmanlaşmıştı ve hayatında ilk defa "çocuk anoreksiya"sı ile karşılaştığını düşünüyordu. Büyülenmiş, heyecanlanmış bir şekilde konuyu diğer doktor arkadaşları ile görüşmüştü. Sonunda, akademik yayın yapma konusunda daha fazla deneyimim olduğu ve kendisi bu vakanın kesinlikle kayıtlara geçecek bir olay olduğunu düşündüğü için benden danışmanlık istemişti. Bana çocuğun gizlice müshil aldığını veya gece kalkıp egzersiz yaptığını düşündüğünü söyledi. Yoksa bu kadar kalori ile beslenip nasıl büyümezdi? Küçük bir çocukta ilk defa görülen bu rahatsız edici problem konusunda benim görüşlerimi almak istiyordu.

Ben de meraklanmıştım. Daha önce hiç çocuk anoreksiyası diye bir şey duymamıştım. Danışmanlığa başlamak için hastaneye giderken her zaman yaptığım gibi, dosyalarından çocuğun geçmişi hakkında öğrenebileceğim her şeyi öğrenmeye çalıştım. Fakat dört yıllık, yirmi farklı kez girişi yapılmış, altı ayrı uzman kliniğe ait bir metre boyunda dosyaları görünce giriş raporuna bir göz gezdirip hastaya ve annesine kendimi tanıtmak için içeriye girdim.

Küçük kızın odasında üzücü bir manzarayla karşılaştım. Laura'nın yirmi iki yaşındaki annesi Virginia, kızından üç dört metre uzakta bir koltuğa oturmuş televizyon izliyordu. Anne ve kızı iletişim halinde değildi. Bir deri bir kemik kalmış Laura, gözleri büyümüş, sessizce oturmuş bir tabak yemeğe bakıyordu. Bir yandan da beslenme tüpüyle besleniyordu. Sonradan, yeme bozuklukları

psikoloğunun Virginia'ya, yemek vakitlerinde Laura'nın yanında durmamasını söylediğini öğrenecektim. Bu, (küçük sinsi anorektik) Laura'nın, yemek vakitlerinde annesini manipüle etmesini önlemek içindi. O zamanlar, anoreksiyası olanların yemek yemedikleri zaman tüm dikkatleri üzerlerine çekmekten hoşlandığına ve bunu aile üyelerini kontrol etmek için kullandıklarına dair bir teori vardı. Onlara bu "ödül"ü vermemek iyileşmelerine yardım edecekti. Fakat benim gördüğüm çok zayıf, keyifsiz küçük bir kızla onunla hiç ilgilenmeyen bir anneydi.

Beyin aynı zamanda tarihi bir organdır. Bizim kişisel tarihimizi barındırır. Hayat deneyimlerimiz, bazen bilinçli bir şekilde farkında olduğumuz, çoğunlukla da farkında olmadığımız süreçlerle davranışlarımıza rehberlik eden hafıza kalıplarımızın kataloğunu oluşturarak bizim kim olduğumuzu şekillendirir. Bu yüzden, beyinle ilgili herhangi klinik bir problemin ne olduğunu bulmak için hastanın deneyimlerinin ayrıntılı bir tarihini edinmek çok önemlidir. Beynin büyük bir kısmı erken yaşta geliştiği için anne babalarımızın bize nasıl baktığının beynin gelişiminde dramatik bir etkisi vardır. Çocukken bize nasıl bakıldıysa biz de çocuklarımıza öyle bakmaya eğilimli olduğumuz için bir çocuğun iyi bir "beyin" tarihi kendisinin bakımını üstlenen kişinin (ister anne baba olsun ister başka birisi) çocukluk tarihine ve erken deneyimlerine bağlıdır. Laura'yı anlamam için onun ailesi hakkında bilgi edinmem gerekiyordu ve küçük kızın annesinden başka bir yakını yoktu.

Virginia'ya temel, zararsız sorular sormakla başladım. Hemen o an, Laura'nın problemlerinin genç, iyi niyetli fakat deneyimsiz annesinden kaynaklandığından şüphelenmeye başladım.

"Nerelisiniz?"

"Sanırım, Austin."

"Anne ve babanız nereli?"

"Bilmiyorum."

Virginia'nın koruyucu bakım sisteminde yetişmiş bir çocuk olduğunu öğrendim. Babası bilinmeyen, uyuşturucu bağımlısı bir anne tarafından doğumdan sonra terk edilen Virginia, çocuklara sosyal yardım sistemi için bebek ve çocukları her altı ayda bir yeni bir koruyucu aileye taşımanın normal olduğu bir zamanda büyümüştü. Böylece çocuklar belli bir kişiye fazla bağlanmayacaktı. Tabii şimdi, küçük bir çocuğun az sayıda fakat ona devamlı bakan kişilerle bağlar kurmasının onun duygusal hatta fiziksel sağlığı için kritik bir nokta olduğunu biliyoruz. Fakat o zamanlarda bu bilgi çocuk sosyal yardım sistemine sızmaya başlamış bile değildi. Diğer türlerden çok daha fazla olarak insan yavruları savunmasız ve muhtaç doğarlar. Hamilelik ve erken çocukluk, anne ve dolaylı olarak da daha büyük aile grubu için olağanüstü enerji drenajlarıdır. Fakat doğumun ciddi acılarına, hamilelik ve emzirme döneminin sayısız rahatsızlıklarına ve yeni doğan bebeklerin bitmez tükenmez taleplerine rağmen, anneler karşı konulmaz bir şekilde kendilerini yavrularını rahatlatmaya, beslemeye ve korumaya adarlar. Hatta birçoğu bunu mutlulukla yapar, yapmayanları patolojik buluruz.

Bir Marslı'ya (hatta anne baba olmayan birçoklarına) bu şekilde davranmak çok gizemli görünebilir. Anne babaları uykudan, seksten, arkadaşlardan, kişisel zamandan ve neredeyse hayatın diğer her türlü zevkinden vazgeçirerek gürültücü, çişini tutamayan, muhtaç varlıkların bitip tükenmez taleplerini yerine getirmeye iten ne olabilir? İşin sırrı bir bebeğin bakımını üstlenmenin birçok yönden tarif edilemez bir biçimde memnuniyet verici olmasında gizlidir. Beyinlerimiz çocuklarımızla özellikle de bebeklerimizle etkileşimlerimiz için bizi ödüllendirir. Onların kokuları, sakinken çıkardıkları inleme sesleri, yumuşacık tenleri ve özellikle de yüzleri bizi neşeyle doldurmak için tasarlanmıştır. "Tatlılık" diye adlandırdığımız aslında anne babaların çocuklarına bakmalarını garanti etmeye, bebeklerin ihtiyaçlarının karşılan-

masına ve anne babaların bu nankör gözüken işi memnuniyetle üstlenmesine yardımcı olan evrimsel bir adaptasyondur.

Gelişmemiz sırasında eğer her şey normal giderse özenli ve sevgi dolu bir ilgiyle bakılırız. Bir şekilde üşüdüğümüzde, acıktığımızda, susadığımızda veya korktuğumuzda, bağrışlarımız sevgi ve ilgileriyle ihtiyaçlarımızı giderecek kişileri çevremize toplar. Bu sevgi ve ilgi sayesinde gelişen beyinlerimizde iki ana nöral ağ aynı anda uyarılır. İlki insanın ilişkisel etkileşimleriyle ilintili karışık algısal sezgileridir: Annenin (veya çocuğun bakımını üstlenen kişinin) yüzü, gülüşü, sesi, dokunuşu ve kokusu. İkincisi "mutluluk"u yayan nöral ağların uyarılmasıdır. Bu "ödül sistemi", birincisi sıkıntılı durumdan rahatlamış bir şekilde kurtulmak olmak üzere iki şekilde aktive olur. Susuzluğu gidermek, açlığa son vermek, endişeyi yok etmenin hepsi rahatlamayı ve memnuniyeti getirir. Daha önce tartıştığımız gibi iki nöral aktivite yeterli tekrarla aynı anda gerçekleştiği zaman, iki patern arasında bir ilişki oluşur.

Sorumlu anne babalık durumunda, haz ve insan ilişkileri birbirlerinin içine geçmiş bir şekilde yapılanır. Bu bağ yani insan ilişkileri ile hazzın ilişkilendirilmesi, sağlıklı ilişkileri oluşturan ve birbirine bağlayan nörobiyolojik bir "yapıştırıcı" görevi görür. Sonuç olarak, sevip ve saygı duyduğumuz insanlardan aldığımız ilgi, onay ve şefkat en güçlü ödüllerdir. Aynı şekilde, deneyimlediğimiz en güçlü acı (en açık örneği sevdiğimiz bir insanın ölümü olan) bu ilgi, onay ve şefkatin kaybıdır. O yüzden en büyük entelektüel, atletik veya profesyonel zaferlerimiz eğer yanımızda onları paylaşacağımız kimse yoksa bize anlamsız gelir.

Eğer siz de çoğu çocuk gibi sevgi dolu bir aileye doğmuşsanız istikrarlı, sevgi dolu bir anne veya baba tüm ihtiyaçlarınızı karşılayarak sizi ilgiyle büyütmüştür. Acıktığınız, üşüdüğünüz veya korktuğunuzda anne babanızın biri veya ikisi birden sizi rahatlatmak için yanınıza gelir. Beyin geliştikçe sizi sevgiyle büyütenler insan ilişkileri için kullanacağınız kalıpları da oluşturmuş

olurlar. Bu durumda bağlılık, insanlar arası ilişkilerin hafızada oluşturduğu kalıptır. Bu kalıp insanlar arası ilişkilerde, en temel "dünya görüş"ünüzü oluşturur. Bu noktada, ilgili ve sevgi dolu bir şekilde mi bakıldığınız, yoksa tutarsız, süreklilik göstermeyen, ihmalkâr bir tutumla mı yetiştirildiğiniz büyük rol oynar.

Daha önce de belirtildiği gibi, beyin kullanıma bağlı olarak gelişir. Kullanılan nöral sistemler baskınlaşırken kullanılmayanlar güçsüzleşir. Çocuk büyürken beynin birçok sistemi gelişebilmek için birçok uyarana ihtiyaç duyar. Üstelik bu kullanıma bağlı gelişme bu sistemlerin en iyi şekilde işlevselleşebilmeleri için belli zamanlarda meydana gelmelidir. Eğer bu "hassas dönem" kaçırılırsa, bazı sistemler potansiyellerinin en yüksek noktasına hiçbir zaman ulaşamayabilir. Bazı durumlarda bakımsızlık ve ilgisizliğe bağlı zarar kalıcı olabilir. Örneğin, yavru bir kedinin gözü yaşamının ilk haftalarında kapalı kaldıysa, göz tamamıyla normal olduğu halde bir daha görmeyecektir. Beynin görsel devresi sistemini kurabilmek için normal bir görme deneyimine ihtiyaç duyar. Görsel bir uyarandan yoksun, kapalı gözdeki nöronlar önemli bağlantıları yapamaz, görme ve derinlik algısı için fırsat kaçmış olur. Benzer şekilde, eğer çocuk erken yaşlarda dille karşılaşmazsa, hiçbir zaman konuşamayabilir veya konuşulanları anlamayabilir. Bir çocuk ikinci bir dili ergenlikten önce öğrenmemişse, öğrendiği herhangi yeni bir dili hemen hemen her zaman aksanlı olarak konuşacaktır.

Sevgi bağının gelişimi için de dil ve görme yeteneğinde olduğu gibi "hassas bir süreç"in olup olmadığını tam bilemiyoruz. Fakat araştırmalar Virginia gibi, yaşamlarının ilk üç yılında bir veya iki kişiyle kalıcı ilişkiler geliştirmelerine fırsat verilmemelerinin, bu çocukların diğer insanlarla normal ve sevgi dolu ilişkiler kurmalarında kalıcı olumsuz etkileri olabileceğini gösteriyor. Süreklilik gösteren, fiziksel şefkat görmeyen veya sevgi bağları kurma şansları olmamış çocuklar, beyinde ödül ve haz ile insan insana ilişkileri birbirine bağlayan sistemleri kuran, tekrarlayan ve

belli kalıplara uyan uyaranları almamış olurlar. Virginia'ya olan da buydu. Çocukluğunda farklı farklı kişilerce kısa süreli olarak bakıldığı için kendi bebeğini okşamaktan, koklamaktan, onunla etkileşim halinde bulunmaktan çoğu annenin aldığı ödülü (yani zevki) almıyordu.

Beş yaşındayken Virginia sonunda çocukluğunun en kalıcı yuvası olacak evine yerleşmişti. Koruyucu ailesi sevgi dolu, ahlaklı insanlardı. Dinlerine çok bağlı birer Hıristiyan ve iyi birer anne babaydılar. Onu görgülü, terbiyeli bir kız olarak yetiştirdiler. Ona "kendine yapılmasını istemediğin şeyi başkalarına yapma" felsefesini öğrettiler. Normal davranışlar için temel, insancıl bir senaryo sağladılar. Ona hırsızlığın yanlış bir şey olduğunu öğrettiler, o da kimseden sormadan bir şey almadı. Uyuşturucunun kötü bir şey olduğunu söylediler, o da uyuşturucu kullanmadı. Ona çok çalışmasını ve okula gitmesini söylediler, o da bunu yaptı. Onu evlat edinmek istediler, Virginia da onlar tarafından evlat edinilmek istedi fakat devlet biyolojik anne ve babasının haklarını asla dondurmadı. Zaman zaman Virginia'dan sorumlu sosyal hizmet görevlileri onu biyolojik annesi ile tekrar bir araya getirmekten bahsediyorlardı, bu yüzden evlat edinme asla gerçekleşmedi. Ne yazık ki bu Virginia on sekizine bastığında devletin artık ondan "sorumlu" olmayacağı anlamına geliyordu. Sonuçta, koruyucu ailesini terk etmek zorunda kaldı. Koruyucu ailesine onunla bir daha bağlantıya geçmemeleri söylendi. Başka çocuklar için koruyucu aile olarak gelecekleri, sosyal hizmet görevlilerinin dediklerini yapmalarına bağlıydı. Kısacası, (sosyal hizmet sisteminin çocukları korumak gibi yasal yükümlülüklerini azaltmak için çıkarılmış) insanlık dışı olan çocuk sosyal hizmet kanunu yüzünden Virginia hayatı boyunca sahip olduğu tek ebeveyni de kaybetti.

O sırada liseden mezun olmuştu. Düşük gelirli bir yerleşkede, koruyucu aile yaşını geçmiş çocukların yerleştirildiği bir evde barınıyordu. Sevdiklerinden ayrı düşürülmüş, takip edebileceği,

sınırları belli kurallardan yoksun kalan ve şefkat arayan Virginia kısa bir süre sonra hamile kaldı. Çocuğunun babası onu terk etti fakat o sevecek bir bebek ve koruyucu anne babasının ona öğrettiği gibi doğru şeyi yapmak istiyordu. Doğum öncesi bakım ve riskli anneler için hazırlanmış iyi bir programa kaydoldu. Ne yazık ki, bebek doğar doğmaz o programdan faydalanma hakkını kaybetti çünkü artık hamile değildi. Doğum yaptıktan sonra artık tek başınaydı.

Hastaneden ayrıldığında Virginia'nın bebeğiyle ne yapacağı hakkında en ufak bir fikri yoktu. Kendi bebekliğinde, sevgi bağlarının aniden, zalimce kesintiye uğramasından dolayı bazılarının "anne içgüdüsü" diye adlandırdığı şeye sahip değildi. Bilişsel olarak bir bebeğe ne yapılmasını gerektiğini biliyordu: Laura'yı beslemek, onu giydirmek, onu yıkamak. Fakat duygusal olarak kaybolmuş gibiydi. Kimse bebeklerin sevgi dolu fiziksel etkileşimlere ihtiyacı olduğunu özellikle öğretmeyi düşünmemişti. O da böyle bir şey yapmasının gerekli olduğunu hissetmiyordu. Kısacası, Virginia bunları yapmaktan hiç zevk almıyordu ve bunları yapması gerektiği ona öğretilmemişti. Ne limbik ve duygusal sistemleri ne de bilişsel ve bilgi taşıyan korteksi tarafından böyle bir ileti taşınmadığı için Virginia duygusallıktan yoksun bir şekilde annelik yaptı. Bebeğine dokunarak çok vakit geçirmedi. Onu göğsüne yaslayıp kendisine sokulmuş bir şekilde değil biberonu ağzına tutarak besledi. Onu sallamadı, ona şarkı söylemedi, onunla öpüşüp, koklaşıp gözlerinin içine bakmadı, küçük ayak parmaklarını tekrar ve tekrar saymadı. Kısacası, normal bir çocukluk geçirmiş insanların yavrularına içgüdüsel olarak yaptıkları tüm o sıradan fakat olağanüstü önemli şeyleri yapmadı. Ve her memelide büyümenin gerçekleşmesi için, ihtiyaç duyulan bu fiziksel ve duygusal uyaranlar olmadan Laura kilo almayı bırakmıştı. Virginia doğru olduğunu düşündüğü şeyi yapıyordu. Fakat bunu yüreğinde hissettiği için değil, zihni ona bunların bir annenin yapması "gereken" şeyler olduğunu söylediği için yapıyordu.

Kızdığı zaman çocuğu ya sert bir şekilde cezalandırıyor veya ona kayıtsız kalıyordu. Her anne babanın baş etmek zorunda kaldığı duygusal ve fiziksel zorluklarla baş edebilmesini sağlayan, çocuk bakımının olumlu etkileşimlerinden kaynaklanan mutluluk ve zevki hissetmiyordu.

Normal ve sağlıklı doğup, böyle bir duygusal kayıtsızlık sonucu hiç büyümeyen, hatta kilo kaybeden bebekler için kullanılan terim "büyüme yetersizliği"dir. Laura'nın küçük bir çocuk olduğu seksenlerde "büyüme yetersizliği" tacize uğramış veya iyi bakılmamış, özellikle özel ilgiye maruz kalmamış çocuklarda gözlemlenen, bilinen bir sendromdu. Bu ilgi ve bakımın fazla olmadığı yetimhanelerde ve benzer diğer enstitülerde yüzyıllardır kaydedilen bir durumdu. Eğer erken teşhis edilmezse ölüme yol açabiliyordu. Kırklı yıllarda yapılmış bir araştırma özel ilgi ve bakım almadan yetişen çocukların üçte birinden fazlasının iki yaşına gelmeden öldüğünü (olağanüstü yüksek bir ölüm oranı) gösteriyordu. Böyle bir duygusal yoksunluğa rağmen yaşayabilen çocuklar (bir tanesini kitabın ilerleyen kısımlarında tanıyacağımız, yakın geçmişteki Doğu Avrupa yetimleri gibi) çeşitli davranışsal problemlere sahip olurlar, yemek biriktirirler, yabancılarla aşırı yakınlaşırken en yakınları ile ilişki kurmakta zorlanabilirler.

Virginia bebeği sekiz aylıkken onu bir doktora göstermişti ve Laura'ya doğru olarak "failure to thrive"* teşhisi konulmuştu. Ekstra besin alımı için hastaneye yatırılmıştı. Fakat teşhis Virginia'ya açıklanmamıştı. Hastaneden çıkarıldıklarından sonra Virginia'ya, annelik üzerine değil beslenme üzerine tavsiyelerde bulunulmuştu. Sosyal hizmet danışmanlığı alması önerilmiş fa-

(*) Failure to thrive: Kuvvet bularak büyüme başarısızlığı. Bebeğin veya küçük çocuğun, sosyal ve motor gelişim bozukluğu ile birlikte fizik gelişiminde geri kalması. Organik olmayan bu geri kalmanın duygusal beslenme yetersizliğine bağlı olduğu düşünülür. Kaynakça: *Açıklamalı Psikiyatri Sözlüğü*, Doç. Dr. Oğuz Arkonaç, 1999.

kat bu hiç gerçekleşmemişti. Birçok doktor bir tıp probleminin "psikolojik" veya sosyal yanını başlıca "fiziksel" yanına nazaran daha az ilginç ve daha az önemli bulduğu için konunun duygusal boyutu önemsenmemişti. Üstelik Virginia hiç de ihmalkâr bir anneye benzemiyordu. Sonuçta, ihmalkâr bir anne yeni doğmuş bebeği için bu kadar çabuk tedaviye başvurur muydu?

Ve Laura büyümedi. Birkaç ay sonra Virginia yardım bulma umuduyla Laura'yı tekrar hastaneye götürdü. Virginia'nın erken çocukluğunun süreksiz ilişkilerden oluştuğundan habersiz olan ve onu çocuğuyla gören doktorlar bu sefer Laura'nın problemlerinin beyniyle değil, sindirim sistemiyle alakalı olduğunu düşündüler. Ve Laura'nın testlerden, takip edilecek süreçlerden, özel diyetlerden, ameliyatlardan ve tüple beslenmeden oluşan dört yıl sürecek hikâyesi başladı. Virginia bebeğine sarılması, onu sallaması, onunla oynaması ve fiziksel olarak ona şefkat göstermesi gerektiğini bilmiyordu.

Bebekler, stres tepkisinin başlıca öğeleri gelişen beyinlerinin en aşağı, temel bölgelerinde yerleşmiş bir şekilde doğarlar. Bebeğin beyni bir şeylerin doğru gitmediğine dair (vücudun içinden veya dışından) sinyaller aldığında bunlar stres olarak kaydedilir. Bu sıkıntılar eğer bebeğin kaloriye ihtiyacı varsa "açlık", suya ihtiyacı varsa "susuzluk", dışsal bir tehdit algıladıysa "endişe" olarak kaydedilir. Bu sıkıntı giderilince bebek mutluluk hisseder. Bunun nedeni, stres tepki nörobiyolojimizin beynimizdeki "mutluluk/ödül" bölümü ve acı, sıkıntı ve endişeyi temsil eden bölümlerle bağlantılı olmasıdır. Sıkıntımızı gidererek yaşama şansımızı çoğaltan deneyimler bize mutluluk verirken, bu riski arttıran deneyimler bize genelde sıkıntı hissi verir.

Bebekler dokunulmayı, sallanmayı, kucakta tutulmayı otomatik olarak rahatlatıcı ve mutluluk verici bulur. Eğer iyi bir şekilde bakılırlarsa, acıktıklarında veya korktuklarında tutarlı olarak biri gelip onları doyurarak sakinleştirdiğinde hissettikleri rahatlık ve mutluluk insan ilişkileri ile ilişkilendirilir. Dolayısıyla, yukarıda

tanımlandığı gibi normal bir çocuklukta şefkat ve sevgi içeren insan ilişkileri hemen mutlulukla ilişkilendirilir. Ağlayan bebeğimize binlerce kez cevap vererek, onun gelecekte kuracağı insan ilişkilerinden zevk alacağı sağlıklı kapasiteyi yaratmasına yardım ederiz.

Beynin hem ilişkisel hem mutluluk yayan nöral sistemleri stres tepki sistemlerimizle bağlantılı olduğu için sevdiklerimizle etkileşimler bizim başlıca stres ayarlayıcı mekanizmalarımızdır. Bebekler yalnızca açlıklarını giderecekleri için değil, en başta kendi başlarına yiyecek yiyemeyecekleri yani kendi kendilerine bakamayacakları için, duydukları korku ve endişeyi gidermeleri için çevrelerindeki insanlara ihtiyaç duyarlar. Kendilerine bakan insanlardan bu his ve ihtiyaçlara nasıl cevap vermeleri gerektiğini öğrenirler. Eğer anne babaları acıktıklarında onları beslemiş, korktuklarında sakinleştirmiş ve genelde duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarına cevap vermişlerse, ilerde yetişkin hayatın iniş ve çıkışlarında bebeğin kendisini sakinleştirme ve rahatlatma kapasitesini de yapılandırmış olurlar.

Hepimiz bir çocuğun düşüp dizini incittiğinde anneye baktığını biliriz. Anne endişelenmiş gözükmüyorsa çocuk ağlamaz fakat annenin suratında en ufak bir endişe gördüğünde ağlama hatta haykırmalar başlar. Bu çocuğa duygusal kontrolü öğreten anne ve çocuk arasında gelişen karışık ritmin en küçük ve en açık örneğidir. Elbette bazı çocuklar stres ve sıkıntılara karşı genetik olarak daha fazla veya daha az dayanıklı olabilirler fakat bu genetik farklar çocuğun ilk, temel ilişkileri bağlamında büyüyebilir veya azalabilir. Yetişkinler de dahil çoğumuz için tanıdık insanların varlığı, sesi veya onların bize yaklaşırken görüntüsü bile stres tepki nöral sistemlerimizin aktivitesini ayarlayarak stres hormonlarının gücünü azaltarak sıkıntı hissini bastırır. Sevdiğimiz bir insanın elini tutmak bile güçlü bir stres azaltma ilacıdır.

Ayrıca beyinde başkalarının davranışlarına senkronize olarak tepki veren "ayna" nöronları denilen bir grup sinir hücresi var-

dır. Bu karşılıklı düzenleme sevgi bağının oluşması için başka bir temel oluşturur. Örneğin, bir bebek güldüğünde annenin beyninin içindeki ayna nöronları anne kendisi güldüğü zaman oluşan paternlerle neredeyse aynı tepkiyi verir. Normal olarak bu aynalama anneyi kendi gülüşüyle tepki vermeye iter. Burada empatinin ve ilişkilere tepki verme kapasitesinin iki grup ayna nöronu aracılığıyla anne ve çocuğun sevinç ve bağlılık hislerini senkronize ederek pekiştirdiğini görmek zor değildir. Bunun yanında, eğer bebeğin gülümsemelerine kayıtsız kalınır, bebek tekrar tekrar tek başına ağlamaya bırakılır, beslenmez veya kaba bir şekilde, kucağa alınmayarak beslenirse güvenilir ellerde olma ve insan etkileşiminden doğan öngörülebilirlik veya mutluluk hissi gelişmeyebilir. Virginia'nın durumunda olduğu gibi, bebek bir kişiyle bağ kurmaya başlayıp onun kokusuna, ritmine, gülüşüne alışır alışmaz terk edilir ve başka farklı bir kişinin ona bakmasına uyum sağlar sağlamaz yine bu kişiden ayrı düşerse bu ilişkilendirmeler hiçbir zaman oluşmayabilir. Aradaki bağı perçinleyecek yeterince tekrar oluşmaz, insanlar birbirlerinin yerine geçemez. Bebeklikten itibaren sevginin yerine kaybın acısı geçmiştir. Bebeğin ona bakan insanla yaşamının ilk evresinde kurduğu ilişki önemsenmeyecek bir ilişki biçimi değildir. Bebeğin onun bakımından sorumlu başlıca kişiye duyduğu sevgi en derin romantik bağ kadar önemlidir. Aslında bu ilk sevgi bağı bebeğin yetişkinlikte yaşayacağı yakın romantik ilişkilerin hafıza kalıbını oluşturur.

Virginia'nın bebekken sevildiğini öğrenmeye hiç fırsatı olmamıştı. Tam ona bakan koruyucu annesine alışmışken yeni bir koruyucu anneye verilmişti. Onun bakımını sürekli devam ettiren bir veya iki kişi olmadığı için, çocukların insan etkileşimini mutlulukla özdeşleştirmesini sağlayan belli ilişkisel tekrarları deneyimleyememişti. Bebeğinin fiziksel sevgi ihtiyacını anlamasını sağlayacak nörobiyolojik kapasitesi gelişmemişti. Fakat beyninin üst bölümleri, bilişsel kısımları hızla gelişirken, sabit ve sevgi

dolu bir evde yaşadığı için bir ebeveyn olarak ne "yapması" gerektiğini biliyordu. Yine de bu hareketlerin doğal olarak ortaya çıkmasını sağlayacak duygusal formasyona sahip değildi.

Laura doğduğunda Virginia bebeğini "sevmesi" gerektiğini biliyordu. Fakat bu sevgiyi çoğu insan gibi hissetmediği için bunu fiziksel temasla ifade edemiyordu.

Laura için bu uyarılma eksikliği tahrip ediciydi. Yeterli besinlerden daha fazlasını aldığı halde vücudu normal büyümeyi engelleyen hormonal bir dengesizlikle tepki veriyordu. Bu problem diğer memelilerde "en çelimsiz yavru sendromu" olarak bilinen problemle benzer özellikler taşır. Sıçan ve farelerin hatta kedi ve köpeklerin en küçük, en zayıf yavruları doğduktan birkaç hafta sonra ölürler. En çelimsiz yavrunun annenin meme ucunu yeterince süt verebilmesi veya en azından anneyi onunla ilgilenmesi için uyarabilecek (birçok türde her yavru belirli bir meme ucunu emer) gücü yoktur. Anne çelimsiz yavruyu diğer yavrularını yaladığı gibi yalamayarak fiziksel olarak onunla ilgilenmez. Anneden gelen bu davranışlar olmadan yavrunun büyüme hormonları söner. Kısacası, bir şekilde besin alsa bile normal olarak büyüyemez. Mekanizma, çelimsiz yavrunun aleyhine işleyerek kaynakları, bunları en iyi şekilde kullanacak yavruya yönlendirir. Kaynaklarını koruyan anne yaşama şansı en yüksek olan en sağlıklı yavrularını besler ki genlerini bir sonraki nesle aktarabilsin.

"Büyüme eksikliği" teşhisi konan bebeklerde büyüme hormonu eksikliği gözlemlenir. Bu da Laura'nın neden kilo almadığını açıklar. Bu hormonların salıverilmesi için gerekli fiziksel uyarandan yoksun Laura'nın vücudu aldığı besinlere atık muamelesi yapıyordu. Kilo almamak için egzersiz yapmaya veya müshile ihtiyacı yoktu, fiziksel uyaran eksikliği vücudunu bunun için programlamıştı bile. Sevgi olmadan kelimenin tam anlamıyla çocuklar büyüyemez. Laura anoreksik değildi, yalnızca gerekli fiziksel şefkatten yoksun vücudu "istendiğini", büyümenin güvenilir olduğunu bilmeye ihtiyaç duyuyordu.

Houston'a ilk geldiğimde, kliniğimize sık sık çocukları getiren bir koruyucu anne tanımıştım. Sıcak, sevecen bir insan olan, düşündüklerini aynen söyleyen Mama P. sezgisel olarak kötü muamele görmüştü. Travmatize olmuş çocukların neye ihtiyaçları olduğunu anlıyor gibi gözüküyordu.

Virginia'ya Laura'ya yardımcı olması için nasıl yardım edebileceğimi düşünürken Mama P.'nin bana ne öğrettiğini düşündüm. Onunla ilk tanıştığımda Teksas'a yeni taşınmıştım. Bir düzineden biraz daha fazla psikiyatrist, psikolog, psikiyatri stajyeri ve tıp öğrencilerinden oluşan bir eğitim kliniği kurmuştum.

Bu stajyerlerin deneyimli doktorları ve "uzmanlar"ı klinik çalışmaları sırasında gözlemlemeleri için kurulmuş bir eğitim kliniğiydi. Mama P.'ye korumalığını üstlendiği çocuklardan birine evvelden yapılmış bir değerlendirme ziyaretinin geribildirim toplantısında tanıştırılmıştım.

Mama P. güçlü bir kadındı. Kendine güveni olan, güçlü bir havası vardı. Geniş rengârenk bir elbise giymiş, boynuna bir eşarp bağlamıştı. Koruyucu anneliğini yaptığı Robert adlı yedi yaşında bir çocuk hakkında bize danışmak için gelmişti. Ziyaretimizden üç yıl önce çocuğun velayeti annesinden alınmıştı. Robert'in annesi kokain ve alkol bağımlısı bir fahişeydi. Onu dövüyor, onunla ilgilenmiyordu. Çocuk ayrıca annesinin müşterileri tarafından dövüldüğünü görmüştü. Kendisi de annenin partnerleri tarafından taciz edilmişti.

Evinden ayrıldığından beri altı koruyucu aile değiştirmişti. Kontrol dışı davranışlarından dolayı üç kere hastaneye yatırılmıştı. Dikkat dağınıklığı, hiperaktivite bozukluğu, bipolar bozukluk, şizoaffektif bozukluk ve çeşitli öğrenme bozuklukları da dahil olmak üzere Robert'e on iki ayrı teşhis konulmuştu. Genelde sevgi dolu şefkatli bir çocuktu fakat zaman zaman arkadaşlarını, öğretmenlerini, koruyucu anne ve babasını korkutan ve onların Robert'i hayatlarından çıkarmalarına sebep olan öfke nöbetleri geçiriyordu. Mama P. onu dikkatsizliği ve saldırganlığı yine okulda

başının belaya girmesine sebep olduğu için getirmişti. Bana Chicago'daki merkezde birlikte çalıştığım çocukları hatırlatmıştı.

Konuşmaya başlar başlamaz Mama P.'yi rahatlatmaya ve onu konuşmaya dahil etmeye çalışmıştım. İnsanların kendilerini sakin hissettiğinde daha iyi "duyabileceğini" ve bilgiyi daha iyi hazmedeceklerini düşünüyordum. Onun kendisine saygı duyulduğunu bilmesini istiyordum. Şimdi geri dönüp baktığımda ona patron benim havası vermiş olmalıydım diye düşünüyorum. Kendime çok güveniyordum. Onun koruyuculuğunu üstlendiği çocuğa ne olduğunu biliyordum ve sözlere dökülmeyen mesaj, "Ben bu çocuğu anlıyorum ama sen anlamıyorsun," idi. Ellerini göğsünde kavuşturup bana hiç gülümsemeden meydan okuyan bir tarzda baktı. Ona stres tepkisinin biyolojisi ve bunun çocuğun saldırganlığına nasıl yol açmış olabileceğine dair büyük ihtimalle çok da zekice olmayan uzun bir açıklama yapmaya başladım. Henüz travmanın bir çocuk üzerinde etkisinin nasıl açıklanacağını bilmiyordum.

"Peki, bebeğime yardım etmek için ne yapabilirsin?" diye sordu. Bu şekilde konuşması beni şaşırtmıştı. Neden yedi yaşındaki bu çocuğu bebek diye çağırıyordu? Bunun ne anlama geldiğini pek anlayamadım.

Merkezdeki çocuklarda ve Sandy'de kullandığım Klonidin adlı ilacı önerdim. Sessiz fakat kendinden emin bir şekilde, "Bebeğime ilaç vermeyeceksin," dedi.

Ona ilaçlar konusunda gayet ölçülü olduğumuzu anlatmaya çalıştım fakat beni duymuyordu. "Hiçbir doktor bebeğime ilaç vermeyecek," dedi. Bu noktada, yanımda oturan Robert'in bir önceki doktoru diğer çocuk psikiyatrı huzursuz olmaya başladı. Olay iyice garipleşmişti. Müdür yardımcısı, psikiyatri şefi kendini komik duruma düşürüyordu. Bu anneyi kendimden uzaklaştırıyor ve hiç de yol almıyordum. Tekrar stres tepki sisteminin biyolojisini açıklamaya koyuldum fakat lafımı keserek bana, "Bu dediklerini okulda anlat. Benim bebeğimin ilaçlara değil insan-

ların ona iyi davranmasına ve sevgiye ihtiyacı var. Bu okul ve öğretmenlerin hepsi onu anlamıyor."

"Tamam. Okulla biz konuşuruz," diyerek geri çekildim.

Sonra da teslim oldum. "Mama ona nasıl yardım ediyorsunuz?" diye sordum. Çocuğun diğer koruyucu ailelerden ve okullardan uzaklaştırılma nedeni olan "öfke nöbet"leriyle onun nasıl başa çıktığını merak ediyordum.

"Onu kucağımda sallıyorum. Onu seviyorum yalnızca. Gece korkmuş bir şekilde kalkıp evde dolanmaya başladığında, onu yanıma yatırıp sırtını sıvazlıyorum, birkaç şarkı mırıldanıyorum ve uykuya dalıyor." Diğer arkadaş şimdi bana kaygılı bakışlarla bakıyordu. Yedi yaşındaki bir çocuk koruyucu annesiyle yatmamalıydı. Fakat ben Mama'yı dinlemek istiyordum.

"Gün içinde kötüleştiğinde onu nasıl sakinleştiriyorsun?" diye sordum.

"Aynı şey. Yaptığım her şeyi bırakıp onu kucağıma alıp sandalyede sallıyorum. Çok zaman almıyor, zavallı şey!"

Bunu söyler söylemez Robert'in kayıtlarında süreklilik gösteren bir kalıbın olduğunu hatırladım. Okulundan en son uzaklaştırılması da dahil olmak üzere her bir vakasında ona kızan görevliler çocuğun söz dinlememesinden, bebeksi davranışlarından ve "yapışkanlığından" şikâyet ediyordu. "Sen çocuk bu şekilde davrandığında kızıp sinirlenmiyor musun?" dedim.

"Sen bir bebek nazlanınca ona kızar mısın?" diye sordu. "Hayır. Bebekler böyledir. Bebekler yapabileceklerinin en iyisini yaparlar. Ve biz onlar bize tükürdüklerinde, ağlayıp, bağırdıklarında onları affederiz."

"Robert senin bebeğin mi?"

"Onların hepsi benim bebeğim. Robert'in tek farkı o yedi yıldır bebek."

Seansa son verip bir hafta sonrası için yine randevulaştık. Ben okulu arayacağıma söz verdim. Robert'le kliniğin koridorunda yürürken Mama bana baktı. Mama'yla bize öğreteceklerinden

dolayı Robert'in daha sık gelmesi lazım diyerek şakalaştım. Sonunda buna güldü.

Devam eden yıllarda, Mama P. koruyuculuğunu yaptığı çocukları kliniğimize getirmeye devam etti. Biz de ondan yeni şeyler öğrenmeye devam ettik. Mama bizden çok önce taciz ve bakımsızlık kurbanı birçok çocuğun daha çok yaşça küçük çocuklara uygun görülen dokunulmak, kucakta sallanmak gibi fiziksel uyarıcılara ihtiyacı olduğunu fark etmişti. Bu çocuklarla yaşlarını temel alarak değil, erken yaşlarda ve onlar için önemli süreçlerde kaçırdıklarını ve şu anki ihtiyaçlarını temel alarak etkileşim kurulması gerektiğini anlamıştı. Ona gönderilen birçok çocuğun dokunulmaya, kucaklanmaya ihtiyacı vardı. Ekibimdekiler onu ne zaman koridorlarda çocukları kucağında sallarken görse onları bebeksileştirdiğinden kaygılanıyorlardı.

Fakat ben onun aşırı şefkatli, fiziksel olarak sevgi dolu tarzının en başta yaşça büyük çocuklar için rahatsız edici olduğunu düşünsem de, bunun tam tersi doktorların tam da tedavi için önermeleri gereken şey olduğunu anlamaya başlamıştım. Bu çocuklar iyi düzenlenmiş stres tepki sistemlerinin gelişimi için gerekli, süreklilik gösteren, bir kalıba bağlı fiziksel ilgiden mahrum kalmışlardı. Güvende olup sevildiklerini hiç öğrenememişlerdi. Dünyayı güvenle keşfederek korkmadan büyüyebilmek için gerekli özgüvene sahip değillerdi. Dokunulmaya açtılar ve Mama onların bu açlığını doyuruyordu. Şimdi Laura ve annesiyle otururken, onların Mama'nın yalnızca çocuk yetiştirme ustalığında değil, onun şefkatli ve anaç karakterinden de faydalanacaklarını düşünüyordum. Hemşirenin odasına gittim ve numarasını bulup ona telefon ettim. Virginia'nın Laura'yı yetiştirmeyi öğrenmesi için, Mama P.'ye bir anneyle çocuğunun evine taşınmasını isteyip istemeyeceğini sordum. Hemen kabul etti. Neyse ki, iki aile de özel olarak desteklenen bir programda oldukları bu çeşit bir bakımın masraflarını karşılayabiliyorduk. Aksi takdirde, koruyucu

bakım sistemi böyle bir uygulamayı destekleyecek kadar esnek değildi.

Şimdi Virginia'yı ve meslektaşlarımı ikna etmem gerekiyordu. Beni beklediği odaya döndüğümde Virginia endişeli görünüyordu. Psikiyatrist meslektaşım ona taciz görmüş çocuklarla ilgili yazdığım bir makaleyi vermişti. Virginia onu yetersiz bir anne olarak gördüğümü zannetmişti. Daha ben konuşmadan, "Eğer bebeğim daha iyi olacaksa lütfen onu alın," dedi. Virginia bebeğini gerçekten çok (onun iyileşebilmesi için gerekliyse ondan vazgeçecek kadar çok) seviyordu.

Ona bunun yerine ne yapmak istediğimi, onun Mama ile yaşamasını istediğimi anlattım. O da Laura'ya yardım etmek için elinden ne gelirse yapacağını söyleyerek teklifimi hemen kabul etti.

Benim pediyatrist meslektaşlarım ise hâlâ Laura'nın beslenmesi konusunda kaygılıydı. Öyle zayıftı ki, onlar tıbbi müdahale olmadan Laura'nın kilo almayacağını düşünüyorlardı. Sonuçta, tüple besleniyordu. Diğer doktorlara yeterli kalori aldığından emin olmak için diyetini çok sıkı takip edeceğimizi söyledim. Bunu yaptığımız çok da iyi oldu. Böylece onun inanılmaz gelişimini kaydetmiş olduk. O sırada on kilo olan Laura, Mama ile ilk ayında, bir önceki ay hastanede kendisine verilen aynı kalori miktarı ile beslendi. Fakat Mama P.'nin sevgi dolu ortamında Laura beş kilo alarak on kilodan on beş kiloya çıktı. Aynı kalori miktarı ile beslendiği halde daha önce kilo verirken şimdi yeterli fiziksel şefkati gördüğü için beyni uygun hormonları salarak kilosunun yüzde otuz beş artmasına sebep oldu.

Mama'yı gözlemleyerek, Virginia Laura'nın neye ihtiyacı olduğunu ve bunu ona nasıl sağlayacağını öğrenmeye başladı. Mama P.'den önce yemek yeme işi otomatiğe bağlanmış bir şekilde ve karmakarışıktı. Sürekli değişen diyet programları, yardım etmeye çalışan farklı doktorlar ve hastaneler tarafından sunulan öneriler Laura'nın boşa giden yeme deneyimini daha da karışık hale ge-

tiriyordu. Ayrıca, Virginia Laura'nın ihtiyaçlarını anlamadığı için ona bazen şefkatli, bazen sert ve cezalandırıcı davranıyor, bazen de ona tamamen kayıtsız kalıyordu. Çocuk büyütmenin anneye sunduğu küçük ödüllerden mahrum olan Virginia gerginliğe iyice yatkındı. Çocuk büyütmek zordur. Çocuk büyütmenin zevklerini hissedebilmek için gerekli nörobiyolojik kapasiteden yoksunsanız gerginlikler ve sıkıntılar iyice büyür.

Mama P.'nin espri anlayışı, sıcaklığı, kucaklamaları Virginia'ya kaçırdığı anneliğin bir kısmını tatmasını sağladı. Mama'nın diğer çocuklara ve Laura'ya nasıl davrandığını izleyerek Virginia Laura'nın bana gönderdiği işaretleri anlamaya başladı. Şimdi Laura'nın ne zaman acıktığını, ne zaman yemek yemek ve ne zaman uyumak istediğini daha iyi anlıyordu. Dört yaşındaki Laura "terrible twos"da* kalakalmış gözüküyordu fakat şimdi hem duygusal hem fiziksel olarak olgunlaşmaya başlamıştı. Laura büyüdükçe yemek zamanları anne ve çocuğu arasında yaşanan gerginlikler son buldu. Virginia rahatladı, artık çocuğunu daha fazla sabırla ve tutarlılıkla disipline edebiliyordu.

Virginia ve Laura, Mama ile birlikte bir yıl kadar yaşadılar. Daha sonra iki kadın iyi iki arkadaş olarak kaldılar ve Virginia birbirleriyle sık görüşebilmeleri için Mama'nın bulunduğu semte taşındı. Laura annesi gibi duygusal olarak uzak fakat sapasağlam bir ahlaksal bütünlükle, zeki bir kız oldu. İkisi de güçlü olumlu değerlere sahipler. İkinci defa çocuğu olduğunda Virginia ona daha en baştan nasıl bakması gerektiğini bildiğinden çocuk hiç büyüme problemleri yaşamadı. Virginia üniversitede okumaya başladı ve şimdi iki çocuğunun da okuldaki durumları iyi. Kilisede oluşmuş bir çevreleri, arkadaşları ve tabii ki hemen sokaklarının bitiminde Mama'ları var.

Fakat Laura da Virginia da hâlâ erken çocukluklarında oluşmuş yaralarını taşıyorlar. Anneyi veya kızını gizlice gözlemle-

(*) Terrible twos: Berbat ikiler.

meye kalksanız yüz ifadelerinin boş, hatta üzgün olduğunu fark edersiniz. Bir kere sizin varlığınızdan haberdar olduklarında sosyal maskelerini takıp size uygun davranışları sergiliyorlar fakat onlara dikkatlice baktığınızda etkileşimlerinizde bir gariplik, doğal olmayan bir şey olduğunu fark ederdiniz. İkisi de sosyal etkileşimin normal interaktif mimiklerini taklit edebiliyordu fakat içlerinde doğal olarak gelişen bir sosyalleşme isteği, bir anda beliriveren bir gülümseme veya içten gelen bir kucaklama hissi yoktu.

Aslında her birimiz başkalarına karşı bir maske kullandığımız halde erken yaşta ilgisizliğe maruz kalanlarda bu maske kolayca düşer. Daha "üst" bilişsel seviyede anne de çocuğu da çok iyi insanlar. Korku ve arzularını kontrol altında tutabilmek için güçlü bir inanç sistemini ve ahlaksal kuralları kullanmayı öğrendiler. Fakat beyinlerinin ilişkisel ve sosyal iletişim sistemlerinde yani başkalarıyla olan duygusal bağlarının kaynağında erken çocukluklarında yaşadıkları bölünmüş şefkatin gölgeleri geziniyordu. Bizi şekillendirenler, gelişimsel deneyimlerimizin doğası ve zamanlamasıdır. Yabancı bir dili hayatlarının geç bir döneminde öğrenmiş kişiler gibi Virginia ve Laura sevginin dilini asla aksansız konuşamayacaklardı.

BÖLÜM 5

En Soğuk Yürek

En yüksek seviyede korunan bir hapishaneye girmek her zaman korkutucu bir deneyimdir. Kapıdaki uzun kimlik kontrollerinden sonra, anahtarlarını, cüzdanını, telefonunu kısacası çalınabilecek veya silah olarak kullanılabilecek her şeyi görevlilere teslim etmek zorundasınızdır. Geçtiğiniz ilk kapılardan birinde bu noktadan itibaren rehin alınırsanız, duvarda yalnız başınıza olduğunuzu belirten bir tabela asılıdır. Bunun sebebi ziyaretçilerin mahkûmlar tarafından rehin alınmış taklidi yaparak onların kaçmasını sağlamalarını önlemek olsa da bu insanda hoş duygular uyandırmaz. Benim incelemek için götürüldüğüm türden bir mahkûmu görmeden evvel arkanızdan gürültülü bir şekilde kapanan, aralarında birçok elektronik güvenlik sistemi olan en azında üç veya dört çift kalın kapıyı ve onlarca güvenlik görevlisini geçmeniz gerekiyordu. Leon on altı yaşındayken kendi yaşlarında iki genç kızı öldürüp cesetlerine tecavüz etmişti.

Virginia ve Laura erken çocukluk döneminde yaşanılan ilgisizlik ve bakımsızlığın beyindeki empati ve sağlıklı ilişkiler kurma kapasitesini kontrol eden (genelde insanları sosyal olarak zayıf, yalnız hissettiren bir duygu olan) gelişimsel alanlara nasıl zarar verebileceğini göstermişti. Yaşamın ilk yıllarında duygusal yoksunluk insanları diğer insanlardan nefret etme ve kin tutmaya da itebilir. Anne ve kızın durumunda empati duyma kapasitelerindeki eksikliklerine rağmen, ikisi de iyi ahlaklı insanlar oldular. Erken çocukluk deneyimleri onları sosyal işaretlere karşı kayıtsız, dolayısıyla da duygusal olarak sakat bıraksa da öfke ve

nefretle dolu değillerdi. Leon'un hikâyesi ise çok daha tehlikeli (ve neyse ki daha az sıklıkta görülen) potansiyel bir sonucu örnekliyordu. Leon bana (kasıtlı olmasa bile) anne baba ilgisizliğinin ne gibi kötü sonuçlar doğuracağını ve Batı kültürünün çocukları bu ilgisizlikten koruyan uzak akraba ağlarını nasıl erittiğini öğretecekti.

Leon idamla yargılanıyordu. Savunma avukatı beni, davasının yargılanma aşamasında tanıklık etmem için tutmuştu. Bu, ruhsal sağlık problemi veya taciz geçmişi gibi, hüküm verilirken değerlendirilmesi gereken suçunu azaltıcı faktörlerin olup olmadığını belirleyecekti. Benim tanıklığım mahkemenin ölüm cezası mı yoksa ömür boyu hapis cezası mı vereceğini tayin edecekti.

Hapishaneyi, çoğu insanın yaşıyor olduğu için şükredeceği pırıl pırıl bir bahar günü ziyaret ettim. Cıvıldayan kuşların sesleri, güneşin sıcaklığı, önünde durduğum dev gibi gri binayla tam bir tezat halindeydi. Bina, uzun beş katlı beton bir bloktan oluşuyordu. Çok az sayıda parmaklıklı pencereleri ve koskoca binanın yanında inanılmaz bir biçimde küçük görünen tek odadan oluşan kırmızı kapılı küçük gardiyan binası vardı. Toprak zemin on metre uzunluğunda dikenli tellerle çevrilmişti. Dışarıdaki tek kişi bendim. Park yerinde birkaç eski araba duruyordu.

Kalbim hızlı hızlı çarparak, ellerim titreyerek kırmızı kapıya yaklaştım. Kendi kendime sakin olmam gerektiğini söylüyordum. Bana ortamdan âdeta gerginlik yayılıyormuş gibi gelmişti. Büyük ikili bir kapıdan içeri yürüdüm, metal detektöründen geçtim, üstüm arandı ve bir mahkûm kadar hapsedilmiş ve kızgın görünen bir gardiyan tarafından yerleşkeye götürüldüm.

"Sen psikolog musun?" diye sordu bana onaylamayan gözlerle bakarak.

"Hayır. Psikiyatristim."

"Tamam, her neyse... Burada bir ömür geçirebilirdin." diyerek beni aşağılayıcı bir tavırla güldü. Zorla gülümsemeye çalıştım.

"İşte kurallar. Bunları okuman lazım." Bir sayfalık bir dokümanı elime tutuşturdu ve devam etti, "Silah yok. Hapishaneye hiçbir hediye getiremezsin, buradan dışarıya da hiçbir şey götüremezsin." Ses tonu ve tavrı beni burada istemiyor gibiydi. Belki de bu harika günü hapishanede geçirmek zorunda kaldığı için kızgındı. Belki de adli organlarla çalışan ruhsal sağlık görevlilerinin başlıca işinin, yaptıklarından sorumlu tutulmamaları için suçlulara yardım etmek olduğunu düşünüyordu.

Saygılı olmaya çalışarak "Tamam," dedim. Fakat benim hakkımda fikrini çoktan oluşturmuş gözüküyordu. Böyle düşmanca davranması doğal diye düşündüm. Beyinlerimiz bulunduğumuz çevreye hemen adapte olurlar ve bu yerde iyilik ve güvene yer yokmuş gibi gözüküyordu.

Küçük görüşme odasının içinde tek bir metal masa ve iki küçük sandalye vardı. Yerler yeşil noktalı, kurumsal gri seramiklerle kaplanmış, duvarlar yine aynı tonda bir griye boyanmıştı. Leon iki erkek gardiyan tarafından getirildi. Kollarını önünde kavuşturmuş, turuncu eşofmanıyla çocuksu ve ufak tefek görünüyordu. Bir katile benzemiyordu fakat kavgacı bir tutumu kesinlikle vardı. Şimdiden hapishane dövmeleri yaptırmıştı. Kolunda hafif yamuk bir "X" dövmesi vardı. Fakat bu sertlik, erkek bir kedinin vücudunu bir ok şekline büründürüp, tüyleri diken diken olmuş bir vaziyette olduğundan daha büyük görünmeye çalışmasına benziyordu. Şimdi on sekiz yaşında olan bu çocuğun/adamın iki insanı vahşice öldürdüğüne inanmak neredeyse imkânsızdı.

İki kurbanını yaşadığı çok katlı binanın asansöründe görmüştü. Saat öğleden sonra üç veya dört olduğu halde bira içiyordu. Bu iki genç kıza kabaca sevişmeyi teklif etmişti. Doğal olarak kızlar da onu reddedince onları dairelerine kadar izledi ve görünüşe göre fiziksel bir meydan okumadan sonra ekmek bıçağıyla ikisini de öldüresiye bıçakladı. Cherise on iki, arkadaşı Lucy on üç yaşındaydı. İkisi de henüz yeni yeni ergenliğe adım atıyordu. Saldırı

öyle ani gerçekleşmiş ve Leon'la aralarında öyle büyük bir cüsse farkı vardı ki ikisi de kendilerini savunamamışlardı. Cherise'i hemen kemeriyle bağlamayı başarmıştı. Sonra Lucy karşı koymaya çalışırken onu öldürdü ve ya geride bir tanık bırakmamak için ya da hâlâ öfkeyle dolu olduğu için bağlı olan kızı da katletmişti. Ardından iki cesede de tecavüz etmişti. Kızgınlığı hâlâ geçmemiş olmalı ki cesetleri tekmeleyerek üzerlerine basmıştı.

Kanunlarla arası pek iyi olmasa da Leon'un kayıtları bu çeşit bir saldırganlık sergileyeceğinin izlerini taşımıyordu. Hâlâ evli, çalışkan, hiçbir sabıkaları olmayan, yasal göçmen statüsündeki bir anne ve babaya sahipti. Ailesi çocuk koruma sistemlerine hiç dahil olmamıştı. Taciz geçmişi, koruyucu aile isteği veya bağlılık konusunda alarm teşkil eden herhangi bir durum varmış gibi gözükmüyordu. Buna rağmen, tüm kayıtları çevresindeki insanları istekleri doğrultusunda yönlendirmekte çok becerikli olduğunu ve daha da kaygı verici olarak duygusal bağ kurmaktan tamamıyla yoksun olduğunu gösteriyordu. Sık sık, çok az veya sıfır empati sahibi, okulda aldığı cezalara karşı kayıtsız kalan, merhametsiz, duygusuz biri olarak tanımlanmıştı.

Şimdi bu berbat hapishanede kelepçelenmiş hâline bakarken neredeyse ona acıyacaktım. Fakat sonra konuşmaya başladık.

"Sen doktor musun?" diyerek bana açıkça hayal kırıklığı içinde baktı.

"Evet."

"Ona kadın doktor istediğimi söylemiştim," diye dudak büktü. Masanın yanından iterek sandalyesini tekmeledi. Kendisine avukatıyla ziyaretimin nedenini konuşup konuşmadığını ve bu görüşmenin amacını anlayıp anlamadığını sordum.

Sert ve kayıtsız görünerek kafasını salladı fakat korkmuş olduğunu biliyordum. Belki hiçbir zaman kabul etmeyecek veya anlamayacaktı fakat içinde sürekli bir savunma halinde, tetikteydi. Sürekli kimin ona zarar verip, kimin faydası dokunacağını

tahlil etmeye çalışarak insanları gözlemliyordu. Bu insanın zayıf noktası ne, ne istiyor, neyden korkuyor?

İçeri girer girmez beni de gözlemlemeye başladığının farkındaydım. Zayıf noktalarımı bulmak, beni de manipüle edebilmek için yollar arıyordu. Liberal, duygusal ruh doktoru prototipini bilecek kadar akıllıydı. Avukatını başarılı bir şekilde kendi yanına çekmişti. Avukat şimdi ona acıyordu, hatalı olanın kendisi olmadığına onu ikna etmişti. Onu dairelerine davet eden o kızlardı. Kendisine onunla seks yapacaklarına söz vermişlerdi. Ayağı vücutlarına takılmış, o yüzden botlarına kan bulaştırmıştı. Onlara asla zarar vermek istememişti. Şimdi de beni kendisiyle dalga geçerek onu ayartmış iki şirret genç kızın yanlış anlaşılmış kurbanı olduğuna inandırmaya çalışıyordu.

"Bana kendinden bahset." Ne yöne gideceğini görebilmek için açık ve net sorularla başladım.

"Ne demek istiyorsun? Bu da bir deli doktoru taktiği mi?" diye sordu şüphelenerek.

"Hayır. Yalnızca bana senden bahsedecek en doğru kişinin sen olduğunu düşündüm. Başka sürüsüyle insanın senin hakkında ne düşündüğünü okudum. Öğretmenler, terapistler, polis, basın... Herkesin senin hakkında bir fikri var. Ben sen ne düşünüyorsun onu öğrenmek istiyorum."

"Ne öğrenmek istiyorsun?"

"Sen ne söylemek istiyorsun?" Dansımız devam etti. Birbirimizin etrafında dönüp durduk. İyi bildiğim bir oyundu. O da çok iyiydi ama ben buna alışkındım.

"O zaman şu anla başlayalım. Hapishanede yaşamak nasıl bir duygu?"

"Sıkıcı. Çok kötü değil. Yapacak fazla bir şey yok."

"Bana programını anlat." Ve böylece yavaş yavaş rahatlarken bana hapishane rutinlerini ve çocuk yargı sistemindeki diğer deneyimlerini anlatmaya başladı. Konuşmasına izin verdim, birkaç saat sonra sigara içebilmesi için mola verdik. Döndüğümde artık

konuya girme zamanı gelmişti. "Bana o kızlarla ne olduğunu anlat."

"Çok büyük bir şey değildi gerçekten. Ben öyle takılıyordum sonra bu iki kız geldi. Konuşmaya başladık sonra beni takılmak için dairelerine çağırdılar. Sonra da beni oraya kadar getirdikten sonra fikirlerini değiştirdiler. Ben de gıcık oldum." Bu en baştaki ve bundan sonraki ifadelerinden farklıydı. Öyle gözüküyordu ki, suçunun üzerinde zaman geçtikçe hikâyenin vahşiliğini de azaltıyordu. Olayı her anlatışında kendisini olanlardan daha da az sorumlu gösteriyor, esas kurbanın kızlar değil kendisi olduğunun altını çiziyordu.

"Kazaydı. Yalnızca onları korkutmak istemiştim. Aptal kaltaklar çenelerini kapamadılar," diye devam etti. Midem kasıldı. Hemen tepki gösterme. Sakin ol. Eğer ne kadar dehşete düşüp tiksindiğini hissederse, dürüst olmayacaktır. Sakin ol. Başımı salladım.

"Çok mu ses çıkarıyorlardı?" diye sordum elimden geldiği kadar doğal bir şekilde.

"Evet. Kendilerine ses çıkarmazlarsa onlara bir şey yapmayacağımı söyledim." Bana işlediği iki cinayetin çok kötü detaylarından arındırılmış bir özetini anlattı. Tecavüzleri hiç anlatmadı. Kızların cesetlerini nasıl vahşice tekmelediğine hiç değinmedi.

Ona kendisini kızdıran şeyin çığlıkları mı olduğunu sordum. O yüzden mi cesetleri tekmelemişti? Otopsi raporu on üç yaşındaki kızın suratının tekmelendiğini, boyun ve göğsünün üzerine basıldığını söylüyordu.

"Aslında onları tekmelemedim. Takıldım yalnızca. Biraz içmiştim, bilirsin," diyerek benim boşlukları dolduracağımı ummuştu. Yalanlarına inanıp inanmadığımı anlamak için suratıma baktı. Sesinde ve suratında çok az duygu ifadesi vardı. Cinayetleri, okulda coğrafya dersinde sözlüye kalkmış gibi anlatıyordu. Fark edilebilen tek duygu izi kendisini, onları öldürmek zorunda

bıraktıkları için kurbanlarına duyduğu nefretti. Kendilerini savunmaya çalıştıkları, direndikleri için çok kızgındı.

Soğukkanlılığı inanılmazdı. Karşımda duran, başka insanlar adına tek düşündüğü şey onlardan alabilecekleri, onların kendisi için yapabilecekleri, kendi bencil çıkarlarına nasıl hizmet edebilecekleri olan yırtıcı bir hayvandı âdeta. Savunma avukatı tarafında tutulmuş, kendisinde en ufak bir iyilik duygusu, olumlu bir işaret arayan ruh doktoruna merhametli bir performans sergilemeye bile kalkışmıyordu.

Pişmanmış gibi yapmayı akıl edemediğinden değildi, yalnızca kendi çıkarı için kullanmak dışında başkalarının duygularını umursama kapasitesinden yoksundu. Başkaları için merhamet hissetmediği için numara da yapamıyordu. Leon aptal değildi. Aslında IQ'su bazı bakımlardan ortalamanın çarpıcı bir biçimde üstündeydi. Fakat IQ'su dengesiz bir biçimde dağılmıştı. Sözel IQ'su alt ile normal seviye arasındayken, bir grup resmi doğru bir şekilde dizme gibi şeyleri ölçen performans skoru oldukça yüksekti. Özellikle sosyal durumları ve insanların niyetlerini anlayabilme kabiliyetinde iyi bir skor almıştı. Taciz görmüş veya travmatize olmuş çocuklarda sık görülen performans ve sözel skorlardaki bu bölünme, özellikle aşağı daha tepkisel bölümleri kontrol eden kortikal alanlar gibi belli beyin bölgelerinin gelişimsel ihtiyaçlarının karşılanmadığını gösteriyordu. Genel popülasyonda insanların %5'i böyle bir eğilim sergiler fakat hapishanelerde bu oran %35'e kadar çıkar. Bu beynin kullanıma bağlı gelişimini açıklar. Daha fazla gelişimsel kaos ve tehditle birlikte, beynin stres tepki sistemleri ve tehditle ilgili işaretleri anlamakla sorumlu bölümü büyürken, daha az şefkat ve sevgi beynin şefkat ve öz kontrol ile ilgili bölümlerinin daha az gelişmesine yol açacaktır. Bu test skorları erken çocukluğunda bir şeylerin kötü gittiğine dair ilk ipuçlarını veriyordu.

Görüşmemizde geçmişinde neler olmuş olabileceğini çıkarmaya çalıştım fakat pek ileri gidemedim. Birçok insan gelişim-

sel olarak kritik yıllardan anaokulu yıllarına kadar olanları zaten hatırlamaz. Buna rağmen, daha en erken yaşlardan itibaren problemleri olduğuna dair ipuçları vardı. Raporlarında daha anaokulundan başlayan saldırgan davranışlar kaydedilmişti. Konuşmamızdan çok az arkadaşı olduğunu, aile üyeleri dışında uzun süreli ilişkisinin pek olmadığını fark etmiştim. Kayıtlarında zorba davranışlar ve dükkânlardan mal aşırma gibi suçlara da rastlanıyordu. Fakat daha önce hiç yetişkinlerin kaldığı bir hapishaneye gönderilmemişti. Daha önceki yıllarda en fazla gözlem altında tutulmuştu. Bazı ciddi saldırılarda bulunduğu halde çocukların gönderildiği hapishanelerde gözaltına bile alınmamıştı.

Ancak, iddiaları destekleyecek yeterince kanıt bulunamadığı için itham edilemediği veya suçlu bulunamadığı, birkaç ciddi suç işlediğini veya işlediğinden şüphelenildiğini fark ettim. Örneğin, bir kere çalıntı bir bisikletle gezerken yakalanmıştı. Bisikletin sahibi küçük çocuk öyle kötü dövülmüştü ki, yoğun bakımda günlerce yatmıştı. Fakat saldırıyı gören olmamıştı, bu yüzden Leon yalnızca bisiklet çalma suçu ile itham edilebilmişti. Birkaç değerlendirme görüşmesinin sonunda, cinayetleri anlattığı aynı alaycı tonla bana önceki cinsel saldırılarından da övünerek bahsetti.

Bir nebze de olsa pişmanlık duyup duymadığını merak ederek çok kolay olduğunu düşündüğüm bir soru sordum.

"Şu an geçmişe baktığında neyi farklı yapmış olmayı dilerdin?" diye sordum, en azından kızgınlığımı kontrol ederdim veya insanlara zarar vermezdim gibi bir cevap umarak.

Bir dakika düşünür gibi oldu ve cevap verdi, "Bilmiyorum. Belki o botları atabilirdim."

"Botları mı atardın?"

"Evet. Bot izleri ve botlardaki kan yüzünden yakalandım."

Birçok psikiyatr hapishaneden Leon'un tipik bir "kötü tohum", doğanın kötü bir eseri, empatiden yoksun şeytan bir çocuk olduğunu düşünerek ayrılabilirdi. Beynin empatiden sorumlu sistemlerini genetik faktörlerin etkilediği biliniyor. Bunun

yanında, benim araştırmam Leon'unki gibi bir davranışın erken duygusal ve/veya fiziksel yoksunluk yaşamamış kişilerde çok ender olduğunu gösteriyordu.

Üstelik eğer Leon sosyopatik davranışı artıracak genetik tarihe sahip olsaydı bile (eğer böyle genler varsa bile) anne veya baba, büyükbaba, hatta amca veya dayı gibi herhangi bir aile üyesinde bu tarz bir vakaya rastlamamız gerekirdi. Örneğin, en azından birden fazla kez tutuklanma geçmişi. Fakat bu tarz hiçbir şey yoktu. Ayrıca Leon'u, Leon'un zıttı bir karaktere sahipmiş gibi görünen abisi Frank polise şikâyet etmişti.

Frank'in anne babası ve diğer akrabaları gibi sürekli bir iş hayatı vardı. Çevresinde saygı gören, evli, sorumluluklarını bilen bir baba ve başarılı bir su tesisatçısıydı. Suçun işlendiği gün işten geldiğinde Leon'u kanlı botlarıyla kendi oturma odasında oturmuş televizyon izlerken bulmuştu. Haberlerde Leon'un bulunduğu binada saldırıya uğramış iki genç kızın cesetlerinin bulunduğunu duydu. Kanlı botlara arada sırada göz atan Frank Leon'un evden gitmesini beklemiş, sonra da polisi arayıp kardeşinin olanlarla ilgili olabileceğinden şüphelendiğini söylemişti.

Kardeşler genetik yapının en az %50'sini paylaşırlar. Frank, Leon'dan çok daha fazla empati kapasitesiyle kutsanmış olsa bile böyle bir açıklama, yaşam şekilleri ve karakterleri arasındaki böyle bir farkın söz konusu olabilmesi için yeterli olamaz. Oysa bildiğim kadarıyla Leon ve Frank, çocukluklarında aynı evde, aynı anne babayla yaşamışlardı, bu yüzden Leon'un yaşadığı çevreyle ilgili bir sorun yoktu. Şimdi Leon'un problemlerinin kaynağını oluşturduğuna inandığım nedenleri, Frank, anne babası Maria ve Alan'ı tanıdıktan sonra keşfedecektim.

Maria kapalı giyinmiş, paltosunu boynuna dek düğmelemiş, ufak tefek bir kadındı. Dizleri birleşik, iki eli kucağındaki çantasında ve dik oturuyordu. Alan koyu yeşil iş tulumuylaydı, adı göğüs cebinin üzerindeki beyaz oval kumaş parçasına dikilmişti. Frank mavi bir gömlek ve pantolon giymişti. Maria üzgün ve kı-

rılgan, Alan utanmış, Frank ise kızgın görünüyordu. Her birini tokalaşarak selamladım ve her biriyle göz kontağı kurmaya çalıştım.

"Bu koşullar altında buluşmak zorunda kaldığımız için üzgünüm," dedim onları dikkatle izleyerek. Başkalarıyla nasıl ilişki kurduklarını, empati yeteneklerinin olup olmadığını, Leon'un aile raporlarında gözükmeyen patolojik veya garip davranışların işaretleri olup olmadığını görmek istiyordum. Fakat uygun bir şekilde tepki gösterdiler. Böyle inanılmaz bir suç işleyen herhangi bir kişinin ailesinden bekleyebileceğiniz gibi üzgün, suçlu ve endişeliydiler.

"Bildiğiniz gibi, oğlunuzun avukatı davanın yargılama kısmı için benden kendisini değerlendirmemi istedi. Leon ile şu ana kadar iki kere görüştüm. Sizinle çocukluğunda nasıl olduğunu daha iyi anlayabilmek için biraz vakit geçirmek istiyorum" Anne de baba da düşünüyordu fakat gözlerime bakmıyorlardı. Frank savunmada ve anne babasını koruyucu bir havada gözlerimin içine bakıyordu. "Hepimiz bunu neden yaptığını anlamaya çalışıyoruz," diye bitirdim. Anne baba bana bakarak kafalarını salladılar, babanın gözleri yaşlarla doldu. Acıları tüm odayı doldurdu; Frank sonunda gözlerini benden kaçırdı, onun da gözleri yaşlarla dolmuştu.

Bu anne babanın "Neden?" sorusunun cevabını ararken üzüntü, kafa karışıklığı ve suçluluk duygularıyla saatler geçirdiklerini görebiliyordum. *Neden oğulları böyle bir şey yapmıştı? Neden bu çocuk böyle oldu? Nerede yanlış yaptık? Biz kötü bir anne baba mıyız? O kötü olarak mı doğdu?* Tam bir şaşkınlık içinde Leon hakkında konuşmaya başladılar. Ellerinde gelenin en iyisini yaptıklarını, çok çalıştıklarını, ona verebileceklerini ve verdiklerini söylediler. Onu kiliseye götürmüşlerdi, öğretmenlerin, rehberlik görevlilerinin, danışmanların söyledikleri her şeyi yapmışlardı. Karşılıklı suçlamalarını duyabiliyordum: *Belki daha sert olmalıydık. Belki daha yumuşak olmalıydık. Belki başını belaya ilk soktuğunda onu an-*

nemle yaşamaya göndermeliydim. Uykusuz geçen gecelerden sonra acılarından yorgun düşmüş bir şekilde her yeni gün, komşularının ve iş arkadaşlarının onları olumsuzlayan bakışlarını görmüyor gibi yapmaktan yorulmuşlardı.

"Baştan başlayalım. İkiniz nasıl tanıştınız bana biraz anlatır mısınız?" dedim. Kendi çocukluğunu ve eşiyle tanışmalarını hatırlayınca gülümseyerek ilk Alan konuştu. Alan ve Maria henüz çocukken tanışmışlardı. İkisi de büyük ailelerde, aynı küçük kasabada yaşıyorlardı. Aynı okula gitmişler, aynı kilisede dua etmişler ve aynı komşu muhitte yaşamışlardı. Ekonomik olarak fakir fakat ailevi bağlar olarak zengindiler. Kuzenler, halalar, amcalar, teyzeler, büyükanne ve büyükbabalarla çevrili bir çevrede büyümüşlerdi. Herkes birbiri hakkında her şeyi biliyordu, fakat bu herkes birbirini umursuyor anlamına da geliyordu. Alan ve Maria'nın kasabasında bir akrabanın olmazsa diğerinin dikkati çocuklar üzerindeydi.

Maria on beş yaşındayken liseyi bıraktı ve kasabadaki bir otelde kat görevlisi oldu. Alan liseden mezun oldu ve yakında bir fabrikada çalışmaya başladı. Alan yirmi, Maria on sekiz yaşındayken evlendiler. Alan fabrikada çok başarılı oldu ve güzel bir hayat kurdular. Kısa bir süre sonra Maria hamile kaldı.

İki aile için de bu çok sevindirici bir olaydı. Aileler Maria'nın üzerine düşüyorlardı ve genç kadın bebeğine bakabilmek için işini bıraktı. Yeni kurulmuş olan bu aile amcalarının sahibi olduğu bir apartmanın en alt katında yaşıyordu. Maria'nın anne ve babası hemen kapı komşularıydı, Alan'ın ailesi bir blok ötede oturuyordu. O günleri aralarında konuşurlarken birbirlerine gülümsediler. Genelde Alan konuştu, Maria da onaylayan bir ifadeyle başını salladı. Frank, anne ve babasını sanki gençlik yıllarının nasıl olduğunu daha önce hiç bilmiyormuş gibi kulak kabartarak dinledi. Aile, sanki onları buraya getiren sebebi unutmuş gibiydi.

Alan konuşmaya hâkim gözüktüğü için arada birkaç soru da Maria'ya yönelttim fakat kendisi çoğunlukla kibarca gülümseye-

rek kocasına bakıyor ve soruma Alan cevap veriyordu. Zamanla, iyi yürekli ve kibar olmasına rağmen Maria'nın zihinsel olarak geri olduğu anlaşıldı. Sorularımın çoğunu anlamıyor görünüyordu. En sonunda ona, "Okulu seviyor muydunuz?" diye sordum. Alan bana bakarak sessizce, "Öyle şeylerde pek iyi değil. O konuda biraz ağırdır diyebiliriz," dedi. Maria sürekli gülümseyerek bana bakıyordu, ben de kendisine gülümseyerek başımı salladım. Kocasının da oğlunun da açıkça onu koruyan bir havaları vardı.

Alan ilk çocukları Frank'in doğumunu anlatarak devam etti. Maria hastaneden eve geldiğinde büyükanneler, halalar, büyük kuzenler anne ve yeni bebeğiyle saatlerce kalıyorlardı. Anne de bebeği de ailelerinin sevgi ve desteğini alıyorlardı. Küçük bebeğin sorumluluğu Maria'ya fazla geldiğinde onun yardımına koşmak için evde her zaman bir hala, teyze veya Maria'nın kendi annesi vardı. Bebeğin ağlamaları onu çıldırttığında her zaman birine ona bakmasını tembih edebiliyor böylece kendine bir boşluk yaratabiliyordu.

Fakat sonra Alan işini kaybetti. Yeni bir iş bulmak için çırpındı durdu fakat fabrika kapanmıştı ve üniversite eğitimi olmayanlar için iyi bir iş bulmak hemen hemen imkânsız hâle gelmişti. Altı ay işsiz kaldıktan sonra başka bir fabrikada iş buldu fakat fabrika şehirdeydi ve şehir yaşadıkları yerden yüz elli kilometre uzaktaydı. İşi kabul etmek dışında başka bir seçeneği olmadığını düşünüyordu.

Aile üç yaşındaki Frank ile birlikte şehirdeki bir apartman kompleksine taşındılar. Paralarının yettiği tek ev sürekli suç işlenen ve uyuşturucu kullanımının çok olduğu, yıkık dökük bir apartman bloğundaydı. Burada yaşayan çok az kişinin işi ve oturdukları yerde kökleri vardı. Bu ülkede her zaman söz konusu olduğu gibi uzak akrabalar dağılmış, eskiden olduğu gibi birbirlerine yakın yerlerde yaşamıyorlardı. Çocuklu birçok evin başında yalnızca tek başına yaşayan anneler vardı.

Kısa bir zaman sonra Maria Leon'a hamile kaldı. Fakat bu hamileliği diğerinden çok farklıydı. Maria bütün bir gün küçücük bir çocukla küçük dairesinde yapayalnız kalıyordu. Yeni hayatı onu şaşkınlığa düşürmüştü ve yalnızdı. Bulundukları yerde kimseyi tanımıyor, yeni arkadaşlar edinmeyi de beceremiyordu. Alan uzun saatler çalışıyor, eve geldiğinde deli gibi yorgun oluyordu. Maria'nın üç yaşındaki oğlu onun en iyi arkadaşı oldu. Birlikte saatler geçiriyorlardı. Yakındaki bir parka yürüyorlar, çevredeki girişi ücretsiz müzeleri ziyaret etmek için otobüse biniyorlar ve kilisedeki anneler ve çocukları programına katılıyorlardı. Maria evinden sabahleyin ayrılıp bütün günü dışarıda geçirdiği ve günün sonunda market alışverişini yapıp eve döndüğü bir rutin oluşturmuştu. Rahat bir rutindi bu. Sürekli tekrarladığı bir aktivite kalıbı geliştirmişti ve her gün gördüğü tanıdık yüzler ona arkada bıraktığı yaşamı hatırlatıyordu. Fakat yine de ailesini, komşularını özlüyordu. Ona ilk bebeğini yetiştirmesinde yardım etmiş deneyimli kadınları özlüyordu.

Sonra Leon doğdu. Maria şimdi yeni doğmuş bir bebeğin bitmez tükenmez ihtiyaçlarıyla yorgun düşmüştü. Daha önce tek başına hiç çocuk yetiştirmemişti. Ailenin Maria'nın zihinsel limitlerinin farkında olduğunu, Frank'a sevgi dolu, güvenilir bir ortam yaratabilmek için onlara hep uğradığını artık açıkça anlamıştım. Fakat Leon doğduğunda bu ilişkisel güven ağı artık yoktu. Leon ve Frank'in neden birbirlerinden bu kadar farklı olduklarını anlamaya başlıyordum.

"Çok yaygaracı bir bebekti. Hep ağlardı," dedi Maria, Leon'u anlatırken. Gülümsedi. Ben de gülümsedim.

"Peki, siz onu nasıl sakinleştirirdiniz?"

"Onu beslemeye çalışırdım. Bazen biberonu alır ve susardı."

"Başka?"

"Bazen susmazdı. Biz de yürüyüşümüze çıkardık."

"Biz derken?"

"Ben ve Frank..."

"Size Leon'a bakmak için yardımcı olacak birisi geliyor muydu?"

"Hayır. Uyanır, ona mamasını verir ve yürüyüşümüze çıkardık."

"Bu, Leon doğmadan önceki yürüyüşleriniz gibi bir yürüyüş müydü?"

"Evet. Parka gider, biraz oynar, sonrada kiliseye gitmek için otobüse biner ve öğlen yemeğimizi yerdik. Sonra çocuk müzesine giderdik. Ardından otobüse biner, markete gelir ve akşam yemeği için alışveriş yapardık ve eve dönerdik."

"Yani günün büyük çoğunluğu dışarıdaydınız."

"Evet."

Yavaş yavaş Maria'nın daha Leon dört haftalıkken o zaman dört yaşında olan büyük oğlu ile "yürüyüş"lerine devam etmeye başladığı anlaşılıyordu. Annesi bebeği karanlık bir apartman dairesinde bırakıyordu. Masum fakat küçük bir bebeğin ihtiyaçları konusunda cahil bir annenin küçük oğlunu sistematik bir biçimde ilgisiz bırakmasını dinlerken kalbim ezildi. Eleştirel olmak güçtü, dört yaşındaki oğluna sevgi dolu bir dikkat göstermişti. Fakat aynı zamanda, yeni doğmuş bebeğini, sağlıklı ilişkiler kurup geliştirebilmesi için gerekli deneyimlerden mahrum bırakmıştı.

"Çok, çok ağlamayı bıraktı," dedi, bulduğu çözümün sorunu çözdüğünü ima ederek.

Fakat anne baba, büyüdükçe Leon'un onlara Frank gibi davranmadığını söylediler. Ne zaman Frank'i azarlasalar, çocuk onları hayal kırıklığına uğrattığı için kendini kötü hissediyor ve davranışlarını düzeltiyordu. Frank'e iyi iş çıkardığı söylendiği zaman gülümsüyordu. Anne ve babasını mutlu etmesinin onu da mutlu ettiği açıktı. Küçük çocuk sık sık ya anne veya babasına ya da çevresindeki başka kişilere koşarak sarılıyor, kısacası sevgi dolu davranışlar sergiliyordu.

Oysa Leon azarlandığında veya cezalandırıldığında hiçbir duygu belirtisi göstermiyordu. Anne babasını hayal kırıklığına uğrattığında veya birisine duygusal veya fiziksel olarak zarar verdiğinde buna aldırış ediyor gibi gözükmüyordu. Davranışını düzeltmiyordu. Anne babası veya öğretmenleri onun bir davranışından memnun olduklarında ve ona olumlu geribildirimde bulunduklarında Leon yine tepkisiz kalıyordu. Dokunulmaktan veya birisine dokunmaktan açıkça kaçınıyordu.

Zamanla insanları pohpohlayarak, kur yaparak ve diğer manipülasyon yollarını kullanarak istediğini elde etmeyi öğrenmişti. Eğer bunlar işe yaramazsa istediğini istediği zaman yine yapıyordu. Eğer istediği şey ona verilmiyorsa o alıyordu. Yanlış bir şey yaparken yakalanırsa yalan söylüyor, yalan söylerken yakalanırsa söylenenlere ve aldığı cezalara kayıtsız kalıyordu. Cezalar sonucu öğrendiği tek şey kötü davranışlarını nasıl daha iyi saklaması gerektiği ve gerektiğinde daha iyi nasıl yalan söylemekti. Öğretmenler, danışmanlar, din adamları hep aynı şeyi söylüyor gibiydiler. Leon'un kendisi dışında hiçbir şey ve hiç kimse umurunda değil. Normal ilişkisel ödül ve sonuçların (anne babayı gururlandırmak, bir arkadaşı mutlu etmek, sevdiği bir kişiyi kırınca üzülmek gibi) onun için hiçbir önemi yoktu.

Böylece Leon'un başı en başta yuvada, daha sonra anaokulunda, daha sonra da ilkokulda belaya girmeye başlamıştı. En başta küçük şeylerle başladı: Şeker çalmak, diğer çocuklarla dalga geçmek, sınıf arkadaşlarına kalem batırmak, öğretmenlere cevap yetiştirmek ve kurallara uymamak. Fakat ilkokul üçüncü sınıfta zihinsel sağlık kontrolünden geçmesi önerildi. Beşinci sınıf itibarıyla okulu asma, hırsızlık ve başkalarını dövmekten dolayı çocuk mahkemelerini sık sık ziyaret ediyordu. Bu duyarsız ve cezai davranışlarından dolayı daha on yaşında kendisine "davranış bozukluğu" teşhisi konuldu.

Maria Frank'i yürüyüşlere götürdüğü zaman Leon ilk önce beşiğinde ağladı. Fakat kısa zamanda ağlamanın bir çare getir-

mediğini fark ederek bundan vazgeçti. Orada öylece yapayalnız, bakımıyla ilgilenen, kendisiyle konuşan, yana döndüğünde veya emeklediğinde (yeni şeyler deneyebileceği fazla yeri de yoktu) ona güzel övücü sözler söyleyen bir kimse olmadan yattı. Günün büyük çoğunluğu hiçbir konuşma duymadan, kimseyi görmeden, kendisiyle ilgilenen kimse olmadan öylece yattı.

Laura ve Virginia gibi Leon da stres seviyesini ayarlayan, zevk ve rahatlık hissini kurulan, insan ilişkileriyle bağdaştıran beyin bölümlerinin gelişmesi için gerekli önemli uyaranlardan yoksun bırakılmıştı. Leon'un ağlayışlarına, sıcaklık ve dokunulma hasretine cevap veren olmamıştı. Virginia tekrar tekrar bir koruyucu aileden diğerine gönderilse de en azından bu koruyucu ailelerde sürekli bakılmıştı. Laura ise annesinden yeterli fiziksel şefkati almamış olsa bile en azından annesi her zaman yanındaydı.

Fakat Leon'un erken yaşamı çıldırtıcı derecede tutarsızdı. Bazen Maria ona ilgi gösteriyor bazen de bütün bir gün onu tek başına bırakıyordu. Arada bir Alan, evde olduğu zaman onunla oynuyordu fakat genelde çok çalıştığı ve eve geldiğinde yorgunluktan bitkin olduğu için bir bebeğin ihtiyacı olan ilgiyi ona verebilecek hâlde olamıyordu. Süreksiz ilgiyle birlikte bütünüyle bir bırakılma arasında gidip gelen bir çevre, bir çocuk için en kötü durum olabilir. Beyin, gelişebilmesi için belli bir kalıba bağlı, tekrarlayan uyarıcılara ihtiyaç duyar. Tahmin edilemeyen bir korkudan arınma, yalnızlık, rahatsızlık ve açlık bebeğin stres sistemini sürekli alarmda tutar.

Korku ve ihtiyaçlarına tutarlı ve sevgi dolu bir tepki alamayan Leon, insan teması ve stresten arınma arasındaki ilişkiyi asla geliştiremedi. Onun yerine güvenebileceği tek insanın kendisi olduğunu öğrendi.

İnsanlarla ilişkilerinde düşkün, muhtaç tavırları diğerlerinin onu iyice talepkâr, saldırgan ve soğuk bulmasına yol açıyordu. İhtiyaç duyduğu sevgi ve ilgiyi görebilmek için boşuna çabalarken etrafa saldırıyor, arkadaşlarına vuruyor, onların eşyalarını alıp

kırıyordu. Sonuç olarak, yalnızca ceza alan Leon'un öfkesi iyice büyüdü. O "kötü" davrandıkça çevresindekiler de onun "kötü" olduğuna, sevgi ve ilgilerini hak etmediğine iyice ikna oluyorlardı. Bu bir kısır döngüye dönüştü. Leon büyüdükçe olumsuz davranışları zorbalıktan suça evrildi.

Leon diğer insanların kucaklanmaktan, dokunulmaktan hoşlandıklarını görebiliyordu fakat kendisinin bu tür ihtiyaçlarına önceden kayıtsız kalındığı için bu tür hareketleri tiksindirici buluyordu. Başkalarının birbirleriyle etkileşimden zevk aldığını görebiliyordu fakat kendisi erken yaşlarda ilgiden mahrum kaldığı için bunlar onun için bir anlam ifade etmiyordu. Kısacası, başkalarının kurduğu ilişkileri anlayamıyordu.

Yemek yemekten, oyuncaklardan, televizyon seyretmekten, gelişen cinselliği ile ilgili durumlardan zevk alıyordu. Öte yandan, beynin anahtar sosyal devresi gelişirken, gerekli ilgiden mahrum bırakıldığı için başka birisini memnun etmekten veya onların övgüsünü almaktan zevk alamadığı gibi öğretmenleri veya arkadaşlarını üzdüğünde, onlardan aldığı tepkiler incinmesine de sebep olmuyordu. İnsanlar ve zevk duymak, memnun olmak arasındaki ilişki kendisinde gelişmemiş olduğu için başkalarının istediğini yapmaktan, onları mutlu etmekten memnuniyet duymuyordu. Diğerlerinin canının yanması onun umurunda değildi.

İki buçuk yaşındayken Leon'un davranışsal problemleri onun erken müdahale yuva programına alınmasına sebep oldu. Fakat harika bir fırsat olabilecek bu program davranışsal problemlerini daha da arttırdı. Artık annesi onu gün içinde yalnız bırakmıyordu. Ayrıca Leon kendisinden beklenileni anlayabilmek, konuşmayı öğrenebilmek için yeterince bilişsel uyarıcıya maruz kalabiliyordu. Fakat bunlar kaçırdıklarını geri getirebilmek için yeterli değildi. İyi niyetlerle yapılandırılmış olmasına rağmen, programda beş veya altı ciddi sorunlu çocuğun başında yalnızca bir kişi vardı. Bu oran normal çocuklara gösterilecek ilgi ve bakım için

bile yeterli değilken, duygusal bozuklukları olan çocuklar için tamamen yetersizdi.

Tüm bunlara rağmen Leon'un korteksinin bilişsel gelişimi diğer insanların nasıl davrandığına dikkat edebilmesini sağlıyordu. Zaman için uygun davranışları taklit edebilmeyi öğrendi. Böylece başkalarına istediği şeyi yaptırabiliyordu. Buna rağmen az gelişmiş limbik ve ilişkisel nöral sistemleri onu sığ, yüzeysel ilişkilere itiyordu. Onun için insanlar, önünde engel oluşturanlar ve ihtiyaçlarına cevap verenler olmak üzere ikiye ayrılıyordu. Bana göre genlerinin değil çevresel koşullarının ürünü klasik bir sosyopattı (psikiyatrik teşhisi antisosyal kişilik bozukluğudur). İnanıyorum ki abisi Frank gibi yetiştirilseydi normal bir hayatı olurdu. Hemen hemen eminim ki bir tecavüzcü, bir katil olmazdı.

Ona yardım etmek için atılmış adımlar (örneğin onu problemli başka çocuklarla bir araya toplayan yuva müdahale programı) durumunu iyice kötüleştirdi. Araştırmalar bir çocuğu başka problemli çocuklarla bir araya getirmenin kötü davranışları tetiklediğini göstermiştir. Bu tür geri tepen, onu "özel" sınıflara hapseden müdahaleler, çocukluğunda ve erişkinliğinde de devam etti. Buralarda birbirlerinin güdüselliklerini tetikleyen başka antisosyal arkadaşlar buldu. Birbirlerine, şiddetin problemleri çözmek için en iyi yol olduğunu modelleyerek birlikte kötü davranışlar sergilediler. Üstelik yaşadığı çevrede, filmlerde, televizyonda kısacası vaktini geçirdiği her yerde şiddetin sorunları çözdüğünü ve başkalarına fiziksel güç uygulamanın zevkli bir şey olduğu mesajını alıyordu. Leon için olumlu davranışları örnek almak bir anlam ifade etmiyordu. Tam aksine kötü ve olumsuz davranışlara öykünüyordu.

Leon'unki gibi bir sosyopati konusunda bizi aydınlatan, empati kurma yeteneğini azaltan başka beyin bozuklukları da vardır. Bunlardan en dikkat çekici olanları genellikle genetik kalıtımla ilgili oldukları bilinen otizm ve otizmin biraz daha hafifi Asperger sendromudur. Otistik çocukların üçte biri hiçbir zaman

konuşmayı öğrenemez. Kendilerini diğer insanlardan izole ederek insanlar yerine nesnelere odaklanırlar. Genelde diğer çocuklar gibi hayalî oyunlar oynamazlar. İlişki kurmakta veya ilişkileri anlamakta büyük zorluk çekerler. Bu duruma duyusal uyum bozuklukları ve kaşıntı veren kumaşları tolere edememek, yüksek ses ve parlak ışığa dayanamamak gibi duyusal hassasiyetler de eşlik eder. Otistik çocuklar sallanmak gibi sürekli tekrar eden davranışlar sergilerler. Ayrıca tren veya oyuncak arabalardaki tekerlekler gibi hareket eden objelere karşı takıntıları vardır. Bazı otistik insanlar matematikte veya resimde çok yetenekli olduğu gibi, bazıları da belli nesneler veya fikirlere yoğun ilgi gösterirler. Aspergerli kişiler başkalarıyla iletişim kurmada ve hayatla ilgili işleri yürütmede daha ciddi otizmli kişilere nazaran daha iyidir. Fakat takıntıları ve sosyal ipuçlarını okuyamamaları onları izole bir konuma iter. Kısıtlı sosyal becerileri bir iş bulmalarını veya bir işe devam edebilmelerini engelleyebilir. Buna rağmen bazı durumlarda matematik ve mühendislik becerileri bu becerik-sizliklerini telafi etmenin ötesine geçebilir. Arkadaşlarıyla ilişki kurmaktaki yetersizliklerinden dolayı "inek" diye çağrılan birçok çocuğun Asperger sendromu olabilir veya bu teşhis için gerekli kriterleri karşılamaya çok yakın olabilirler.

Sosyal olarak işlev görebilmek için her insanın "zihin teorisi" diye bilinen olguyu geliştirebilmesi gerekir. Bu diğer insanların onlardan farklı olduğunun, dünya hakkında farklı görüşlere sahip olduğunun, farklı arzuları ve ilgileri olduğunun farkında olmak demektir. Otizmde bu ayrım bulanıktır. Otistik çocukların konuşmamasının bir nedeni iletişim kurmanın gerekliliğini anlamamaları olabilir, kendi bildiklerini başkalarının bilmediğinin farkında değildirler. Ünlü bir deneyde araştırmacılar normalde ünlü bir markanın şeker kavanozuna bir kalem koymuşlar ve otistik çocuklara odanın dışındaki bir başka kimsenin kavanozun içinde ne bulmayı umduğunu sormuşlardı. Normal hatta Down sendromlu anaokulu çocukları şeker diye yanıt verdiler. Fakat

otistik çocuklar şekerin oradan alındığını görmemiş kişinin, şekerin hâlâ kavanozda olduğunu düşüneceğini fark etmedikleri için diğerlerinin kalem bulmayı umacaklarında ısrar etmişlerdir. Bu çocuklar şekerin alındığını kendileri gördükleri için diğer herkesin de bunu bileceğini varsaymışlardır. "Zihin teorisi"ni kodlayan beyin bölümlerinin, gözlerin hemen üstünde, sol orta frontal kortekste olduğu tahmin edilmektedir.

Leon gibi sosyopatlardan farklı olarak, otistik kişiler empati kurmaktan aciz oldukları ve bir insanı önemsememenin onları üzeceğinin farkında olmadıkları halde şiddete veya suça başvurmazlar. Empati eksiklikleri kavramsaldır. Otistik kişiler çoğu zaman başkalarının his ve ihtiyaçlarına duyarsızdırlar fakat bunun nedeni diğerlerine zarar vermek veya onlara kaba davranmak istemeleri değil başkalarının duygularını tam olarak algılayamamalarıdır. Sevgi ve duygusal acı hissetme kapasiteleri vardır fakat etkileşimde bulunmayı, ilişki kurmayı tam olarak anlayabilmeleri için gerekli beyinsel kapasiteleri yoktur. Empati yoksunlukları bazen "zihin körlüğü" denilen kendilerini başkalarının yerine koymaktan aciz olmalarından kaynaklanır, fakat başkalarının deneyimlerinin farkına vardıklarında sempati gösterirler.

Leon gibi sosyopatlar farklıdır. Onların empati kurmayı becerememeleri, merhamet yoksunluğunun, başkalarının duygularını aynalayamamaya eşlik ettiği bir açmazdır. Başka bir deyişle, yalnızca başkalarının hissettiklerinin farkına varmamakla kalmaz, ayrıca onlara acı verip vermemek umurlarında da olmaz veya bunu açıkça arzu da ederler. Başka birinin yerinde olabilmeyi anlayabilirler ve bu yeterliliklerinden dolayı başkalarının nasıl davranacaklarını tahmin edebilirler fakat başka insanların ne hissettiğini önemsemezler. Tek dertleri başkalarının onları nasıl etkileyeceğidir. Kısacası, çarpık bir "zihin teori"leri vardır. Sevgiyi tam anlamıyla deneyimleyemedikleri için bunu gerçek bir duygu olarak değil, seks yapabilmek için vaat edilen bir şey olarak görürler. Başkalarının duygularını onları manipüle etmek için kul-

landıkları için sosyopatlar herkesin de aynı amaçla davrandığını düşünürler. İlişkilerden zevk alamadıkları için başkalarının da gerçekten bu duyguyu tattıklarına inanmazlar. Kendileri bencil oldukları için başka herkesin de böyle olduklarını düşünürler. Sonuç olarak, ilgi ve alaka içeren davranışları, gerçek duygusal ifadeler olarak değil iktidar kurmak için manipülatif girişimler olarak görürler. Yalnızca kendi duygularını değil başkalarının duygularını ve onlara verdikleri tepkileri de çarpıtan bir buzun içinde duygusal olarak donmuş gibidirler.

Şaşırtıcı olmayan bir biçimde araştırmalar, sosyopatinin bazı kimyasal ilintilerinin stres tepki sistemlerimizi oluşturan aynı nörotaşıyıcı sistemlerde bulunduğunu ortaya çıkarmıştır. Serotonin, nöropinefrin ve dopamin sistemleri saldırgan, şiddet içeren ve antisosyal davranışlarla ilişkilendirilmiştir. Antisosyal ve kaba davranışlar sergileyen gençlerde anormal seviyelerde stres hormon kortizolu (salya testiyle ölçülen) tespit edilmiştir. Sosyopatlar, yalanı değil yalan söylerken duyulan endişe ve stresi ölçen yalan makinelerini kandırabilmeleriyle ünlüdürler. Öyle gözüküyor ki, (ya erken travmanın etkisiyle ya genetik kalıtım yoluyla ya da en büyük bir olasılıkla ikisinin bir birleşimi nedeniyle) sosyopatların stres sistemleri düzensiz işlemekte ve aşırı bir uyaran dışında pek bir şeye tepki vermemektedir. Bu da onların "soğuk" ve duygusuz görünmesine ve normal insanların, yalanlarının ortaya çıkmasına sebep olan korku duyma hissinden tamamen arınmış bir şekilde büyük bir soğukkanlılıkla yalan söyleyebilmelerine imkân vermektedir. Bu ayrıca, onların herhangi bir şey hissedebilmeleri için çok daha yüksek seviyede acı veya mutluluk hissetmeleri gerektiği anlamına gelmektedir. Küçüklüklerinde yaşadıkları travma nedeniyle daha sonraki hayatlarında en ufak bir strese büyük hassasiyet gösterenlerden farklı olarak sosyopatların sistemleri spektrumun bir diğer ucundaki ölmüş (bazen de öldürücü) hissizlik noktasında kalakalmıştır.

İfademi hazırlarken, Leon hakkında ve olaydaki sorumluluğu konusunda ne diyeceğim üzerine çok düşündüm. Neden öldürmüştü? Bir insan neden bir başka insanın hayatına son verir? Sorulması gereken esas sorular bunlar mı? Belki diye düşündüm, başkalarının öldürmesine engel olanın ne olduğu üzerine düşünmem gerekir. Leon'un frene basmasına engel olan neydi? Şanssızlığını, yaşadığı ilgisizlik ve travmayı nefrete dönüştüren neydi?

Kesinlikle suçluydu ve doğruyu yanlıştan ayırmaya engel olan yasaların deli tanımlamasına uymuyordu. Leon, cinayetin yasalara aykırı olduğunu ve bunun kınanacak bir şey olduğunu biliyordu. Bunu itiraf etmişti. Ahlaksal mantığına zarar veren herhangi bir zihinsel bozukluğu yoktu.

Çocukluğunun ve gençliğinin büyük bir kısmında dikkat dağınıklığı ve davranış bozukluğundan mustaripti. Bir yetişkin olarak Leon'da odaklanma bozukluğu, zorbaca davranışlar bir hastalık seviyesindeydi ve o gerçekten de psikolojik olarak hastaydı. Fakat tüm bunlar kişinin öldürme ve tecavüz etmenin kabul edilemez davranışlar olduğu gerçeğini görmesine engel değildir. Bu ruhsal bozukluklar azalmış güdüsel kontrole işaret eder. Fakat sakatlığa uğramış güdüsel kontrol özgür iradenin tamamen yok olduğu anlamına gelmez.

Peki ya Leon'un ne sevgi duyabilmesini ne de birini sevebilmesini nasıl açıklayacaktık? Birçoğumuza hayatta en büyük manevi tatminleri yaşama olanağı veren beyin bölgeleri, çocukluğunda zarar gördüğü için onu mu suçlayacaktık? Tabii ki hayır. Bence o zayıf taraflarına verdiği tepkiden dolayı sorumluydu. Virginia ve Laura da benzer problemlerle mücadele etmişlerdi. Fakat katil olmayı bırakın saldırgan insanlar bile olmadılar.

Bazıları bunun cinsiyetle alakalı bir fark olduğunu savunabilir. Gerçekten de erkekler kadınlara oranla şiddet sergilemeye çok daha meyillidirler. Yakın zamanda kadınlar aradaki bu farkı kapatmaya başlamış olsa da erkek katillerin kadın katillere göre oranı dokuzda birdir. Bununla beraber, tarih boyunca, her

kültürde ve birçok türde erkek şiddeti baskındır. En yakın evrimsel kuzenlerimiz olan şempanzelerde saldırganlık sergileyen cinsiyet erkeklerdir, onlar güç kullanmaya en meyilli cinsiyettir. Çok daha kötü derecelerde ilgisizlik ve bakımsızlığa, tacize, terk edilmeye maruz kalmış, Leon ile karşılaştırıldıklarında çok daha az sevgi ve şefkat görmüş ergenlik çağındaki birçok genci tedavi ettim. Annesi, babası ve kardeşi olan, kötü niyet yüzünden değil cahillikten ihmal edilmiş Leon'dan farklı olarak, kelime anlamıyla kafeslerde, sevgi dolu bir aileleri olmadan yetiştirilmişlerdi. Tedavi ettiğim bu çocukların çoğu uyumsuz ve yalnız büyüdüler, çoğu zihinsel olarak hastaydı fakat büyük çoğunluğu kötücül değildi.

Ya genetiğe ne demeli? Leon'un davranışlarını bu açıklayabilir miydi? Elverişsiz bir genetik kalıtım ve ideal olmaktan uzak çevresel faktörlerin bir araya gelmesi elbette yetiştiriliş şekli ve nasıl bir insan olduğu üzerinde önemli bir etmendi. Eğer Leon'un daha kolay bir mizacı olsaydı, örneğin, Maria onun ihtiyaçları karşısında kendini bu kadar çaresiz hissetmezdi. Öte yandan Maria daha akıllı olsaydı, kendisine birçok zorluk yaşatan bebeğiyle başa çıkabilmek için daha farklı yollar bulabilirdi.

Fakat bana göre Leon'un hayatında olan, kendi ve çevresindekiler tarafından alınan küçük, kendi için de önemsiz ve olumsuz kararların tırmanıp kurbanları, ailesi ve kendisi için korkunç sonuçlara yol açması idi. "Kelebek etkisi"ni belki duymuşsunuzdur, (dünyadaki havayı belirleyen) karmaşık sistemlerin, belirli kritik noktalarda en küçük dalgalanmalara duyarlı olması fikridir. Böyle sistemler en küçük karışıklığa öyle duyarlıdır ki, örneğin, Brezilya'da bir kelebeğin kanatlarını yanlış bir anda çırpmasıyla tetiklenen olaylar zinciri küçük bir Teksas kasabasını enkaz haline getirebilir. En nihai kompleks sistem (aslında bilinen dünyadaki en karmaşık nesne) olan insan beyni de aynı şekilde kelebek etkisinin bir çeşidine açıktır.

Buna "kartopu etkisi" de denilebilir. Erken dönemlerde işler yolunda giderse, öyle gitmeye devam edecektir ve hatta küçük yanlışlıklar olsa bile kendi kendilerine düzeleceklerdir. Fakat en başta işler kötü giderse, öyle de gitmeye eğilim olacaktır.

Bu etki kelimenin tam manasıyla beyinlerimizin ve vücudumuzun mimarisine kazınmıştır. Örneğin, küçücük bir kimyasal değişim en genç hücrelerimizin deri mi, beyin mi, kemik mi, kalp mi, bağırsak mı olacağını belirler. Başka ufak farklılıklar ise bir nöronun beyincik, diğerinin beyin olmasını, pozisyondaki ve yoğunlaşmadaki benzer küçük farklarsa hangi hücrelerin yaşayıp hangi hücrelerin öleceğini belirler.

Her hücrenin yerini ve hatta türünü belirlemeye başlamak için yeterli genimiz yoktur. Tüm vücut için yalnızca 30.000 ve yalnızca beyinde 100 milyar sinir hücresi (ve bunların her biri için on adet glial hücresi) vardır. Bu milyarlarca nörondan her biri inanılmaz derecede karmaşık ağlar üreterek 5.000 ile 10.000 arasında bağ kurar. Vücutlarımız ve özellikle de beyinlerimiz, neredeyse fark edilemeyen başlangıçtaki uyuşmazlıkları büyük oranda farklılaşmış sonuca dönüştürmek için yapılanmıştır. Bu da, yüzleştiğimiz karmaşık sosyal ve fiziksel çevreye tepki vermemizi sağlar.

Bu yüzden çoğu bebeğin gaz sancısı çekmesi, anne ve babalarının sinirlerini bozmaktan biraz daha fazlasını yaparken, Leon'un sancıları annesinin zaten sınırlı duygusal kaynaklarını tükenmişti. Çıldıracak noktaya geldiğinde, çevresinde, Frank'ta olduğu gibi bebeğini emanet edebileceği uzak akrabaları yoktu. Bebeğini gündüzleri yalnız başına bırakarak, rahatlaması için bebeğe gerekli olan kritik uyarıcılardan onu mahrum bıraktı ve sonunda bebeğin hafif düzensiz stres tepki sistemlerinin iyice kaotik hale gelmesine yol açtı.

Bu Leon'un potansiyel olarak ihtiyaç duyduğu ilgi ve sıcaklığı başka yerlerden temin edebilmesini sağlayacak sosyal becerilerini köstekleyerek onun yapışkan ve saldırgan tavırlar arasında gidip

gelmesine yol açtı. Tüm bunlar, onu anne ve babasından daha da uzaklaştırarak olumsuz davranışlar, ceza, gittikçe yükselen bir öfke ve stres silsilesi yarattı. Daha sonra yuvadan itibaren olumsuz davranışlar sergileyen bir arkadaş grubunun içine konulması ise zararı iyice arttırdı.

Normal davranışlar sergileyen çocuklarla aynı ortamda olsaydı, ona ihtiyacı olan sevgi ve ilgiyi verebilecek insanlar bulabilir, onu antisosyal davranışlarından uzaklaştıracak sağlıklı arkadaşlıklar kurabilirdi. Fakat diğer kızgın, stresli, talepkâr ve bu çeşit etiketlerle damgalanarak iyice küçümsenen çocukların arkadaşlığıyla güdüselliği ve saldırganlığı iyice artarak çok daha fazla kontrol edilemez bir hâle geldi.

Hiçbir noktada Leon kötü niyetli olmak için bilinçli bir seçim yapmamıştı. Fakat kendisinin ve ailesinin yaptığı her küçük seçim onu sosyopatiye daha da itmişti. Bu yapılan seçimlerin sonuçları da daha fazla olumsuz seçimi beraberinde getirdi. Bu yolda Leon'un daha iyi bir insan olabilmesi, bu olumsuz kısır döngünün kırılıp, güzel başlangıçlara gidebilmesi için farklı koşullar içeren çeşitli çatallar vardı. Daha iyi seçimlerle her şey farklı olabilirdi. Fakat Leon ne yazık ki öfke ve güdüselliğinden onu vazgeçirecek her türlü fırsatı reddetti ve bu kesişme noktalarının hiçbirinde hapsolup kaldığı o kızışmışlık halinden çıkabilmek için çevresindeki insanlardan ihtiyaç duyduğu uygun yardım ve desteği göremedi.

Beynimiz (kendimiz) bazıları bilinçli, çoğu bilinçsiz milyonlarca küçük kararla yapılanmıştır. Önemsiz gibi görünen seçimler ileride çok büyük farklı sonuçlara yol açar. Zamanlama her şeydir. En küçük bir kararın veya "uyaran"ın gelişen bir beyni ne zaman dâhiliğe giden bir yola ya da cehenneme giden bir başka yola çekeceğini bilemeyiz. Şunu da belirtmek istiyorum ki bu anne babaların mükemmel olmak zorunda olmaları demek değildir. Fakat küçük çocukların en başta bizim daha sonra kendi-

lerinin iyi veya kötü yönde yaptıkları seçimlere karşı çok hassas olduklarını bilmek önemlidir.

Neyse ki, olumlu yönde ilerleyen bir kartopu etkisi de, olumsuz yönde ilerleyen bir kısır döngü gibi yavaş yavaş çığ gibi büyür. Örneğin, doğru zamanda söylenmiş bir övücü söz, sanata karşı orta karar ilgisi olan bir çocuğu bu konuda tutku duymaya itebilir. Daha sonra bu duyarlılık artarak çocuğun daha büyük bir yetenek geliştirip, daha fazla övgü almasına ve sonunda sınırlı kalabilecek bir potansiyelin artistik bir dehaya dönüşmesine yol açabilir. Bazı yeni araştırmalar bu etkinin gücünün sporda ne kadar etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Profesyonel ligi besleyen İngiltere'nin elit genç sporcularının yarısı yılın ilk üç ayında doğmuştur. Geri kalanların hepsi diğer aylara eşit bir şekilde dağılmıştır. Bu neden böyledir? Çünkü her genç takımın yaş sınırlaması vardır; eğer yılın başlarında doğmuşsanız, fiziksel olarak daha güçlü, daha yetenekli olmaya meyillisinizdir. Bu da sporda gösterdiğiniz beceriler için yılın diğer zamanlarında doğanlardan daha fazla ödül alacağınız anlamına gelir. Ödüllerden duyulan memnuniyet sayesinde daha da çok çalışılır. Yapabildiklerimizin üzerine gitmeye meyilliyizdir. Olumlu yönde ilerleyen kartopu etkisinde çalışma yeteneği gelişir, yetenek ödül getirir ve ödüller daha çok çalışmayı ateşler. Çalışmayla büyüyen bu küçük fark erken doğan futbolculara profesyonel lige geçebilmek için çok daha iyi bir şans vererek büyük bir farka yol açar. Bu olumlu sarmalları tahmin etmek elbette güçtür. Kelebeğin ne zaman küçük kanatlarını çırpıp bir tayfuna yol açacağını bilemeyiz.

Bu durumda mahkemeye Leon hakkında ne diyebilirdim? Rehabilitasyon görmesi konusunda ne düşünüyordum? Tanıklığımda beyninin gelişmesinin bebekliğinde ona olanlar yüzünden zarar gördüğünü söyleyecektim. Stres tepki sistemleri anormal verilere maruz kalmıştı. Bebekliğinde yalnız bırakılması bu seviyeyi iyice yükseltti ve çevresinde sakinleşebilmesini sağlayacak kimse yoktu. Ayrıca beyninin bu en aşağı sistemleri aşırı gelişirken,

odaklanmamızı, kişisel kontrolümüzü, dünyaya tepkilerimizi belirleyen, onları çevreleyen en üst seviyelerdeki kortikal bölümler az gelişmişlerdi.

Leon'un suçu işlediğinde içkili olduğu gerçeğini de göz önünde bulundurmam gerekiyordu. Alkol sınırları yok eder, kişisel kontrolü azaltarak güdüselliği yükseltir. Leon zaten düşünmeden hareket etmeye yatkındı. Alkol bu yatkınlığı şiddetlendirerek Leon'un kurbanları için ölümcül sonuçlar doğurdu. Eğer içki içmeseydi bu suçu işler miydi? Bence hayır. Alkol davranışlarındaki yıpranmış ve uygunsuz gelişmiş fren sistemini, iyice bozarak öfke ve şehvetinin ona hâkim olmasını sağlamıştı. İçki içmemiş olsaydı kendini kızları öldürmeden, hatta onlara saldırmadan önce durdurabilirdi.

Sonunda Leon'un erken çocukluk deneyimleri, bunların ilişki kurmasındaki sonuçları, güdü kontrolü ve dikkati konusunda tanıklık yaptım. Erken yaşta yaşanan ihmalkârlığın çocuklarda nasıl empati yoksunluğuna ve şiddete yol açabileceğini tartıştım. Bulabildiğim tüm hafifletici nedenleri, ifademe ekledim. Yapabileceğim tek şey buydu. Kanunen yaptıklarından sorumlu olmadığı yönünde söylenebilecek bir şey yoktu ve çevresindekiler için zarar teşkil ettiğini inkâr edemezdim.

Ara verildiğinde kurbanların ailelerinin ağlamalarını ve birbirlerini teselli etmelerini izlerken şans eseri davalı tarafta idim. Ümitsizdiler. Yanaklarında yaşlar akarken, batmış bir gemiden kurtulabilenler gibi birbirlerine sıkıca sarılmışlardı. Leon bana dönüp, "Neden ağlıyorlar ki? Hapse gidecek olan benim," dedi. Bu sözler üzerine donup kaldım. Leon duygusal olarak kördü.

Ardından Leon götürülüp, jüri aralarında tartışırken Cherise'in annesi yanıma yaklaştı. Acısı her adımından, ellerinin yavaş hareketlerinden, yüz ifadesinden anlaşılıyordu. "Doktor! Doktor!" diyerek benimle konuşamadan gideceğimden korkarak bana seslendi. Durup döndüm ve yavaş yavaş bana yaklaşmasını izledim.

Neredeyse yalvarır gibi, "Neden yaptı? Siz onunla konuştunuz. Neden bebeğimi öldürdü? Lütfen söyleyin bana! Neden?"

Uzmanlığıma rağmen ona tatmin edici bir cevap veremeyeceğim anlamında kafamı salladım.

Kolumu tutup ağlayarak tekrar sordu, "Siz böyle şeyleri bilirsiniz. Neden bebeğimi öldürdü?"

Cevabımın yetersizliğinden dolayı utanarak, "Dürüst olmak gerekirse tam olarak emin değilim," dedim. Acı içindeki bu anneyi teselli edecek bir şeyler düşünmeye çalıştım. "Sanırım kalbi soğuk. İçindeki bir şeyler bozuk, kırık. Sizin gibi (kızınızın duyabileceği gibi) sevgi duymuyor. Çok acı duyuyorsunuz çünkü onu çok sevmiştiniz. O hiçbir şey (ne iyi ne de kötü) hissetmiyor."

Bir süre sessiz kaldı. Yüzündeki kısa tebessümden kızının görüntüsünü aklına getirdiğini görebiliyordum, sonra yine gözyaşları. Derin bir iç çekti ve "Evet. Böyle güzel bir çocuğu öldürebilmek için içinde bir yerlerin kırık olması gerekir. O hiç kimseye zarar vermezdi," dedi. Bir an beceriksiz bir şekilde ona sarıldım. Sonra da ailesiyle dışarı doğru yürüdü. Maria, Alan ve Frank'i düşündüm. Araştırmamız beynin sırlarını çözmeye ve bu gibi trajedilerin nedenlerini bulmaya başlamıştı. Fakat o an, hâlâ ne kadar çok şeyi bilmediğimizi acıyla fark ettim.

BÖLÜM 6

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk

İhtiyacı olan en ideal gelişimsel fırsatlar kendisine verilmemiş olsa bile bir insanın doğru kararı almasını sağlayan nedir? Onu terk etmek yerine Virginia'nın bebeği için yardım aramaya devam etmesini sağlayan neydi? Mama P.'nin kitabından faydalanarak Laura gibi çocuklara neler yapılmasını önerebiliriz? İyi bir tedavi Leon gibi çocukların bir tehdit oluşturmalarını engelleyebilir mi? Şimdi Cherise'nin annesine (Frank'e, Alan'a, Maria'ya) Leon'un bu berbat suçu neden işlediğine dair söyleyebileceğim yeni bir şey var mı?

Beynin sıralı gelişiminin nasıl travma ve ihmalkârlıktan etkilendiğini yavaş yavaş anlamaya başladıysak, bu kavrayışın da çeşitli tedavi yolları bulmamıza yardım edebileceğini yeni yeni fark ediyoruz. Bu kavrayışlar ışığında olumsuz davranışlara maruz kalmış, travmatize olmuş çocuklara terapötik hizmetlerimizde nörodizisel yaklaşımı geliştirdik. Bu metodu uyguladığımız ilk çocuklardan biri Leon'dan çok, çok daha kötü koşullarda çocukluğunu geçirmişti.

Justin'i 1995 yılında o daha altı yaşındayken tanıdım. Pediatrik Yoğun Bakım Ünitesi'ndeydi (PYBÜ). Psikiyatrik yeteneklerimi kullanıp Justin'in PYBÜ çalışanlarına yemek ve benzeri şeyleri fırlatmasını engellemeye çalışacaktım. PYBÜ 7/24 meşguldü ve tamamen doluydu. Bölüm hemşireler, doktorlar, hasta bakıcılarla dolup taşıyordu. Tıp aletlerinin sesleri, telefonlar ve konuşmalar büyük odayı hiç durmayan seslerle dolduruyordu. Sürekli ışıklar yanıyor, insanlar hareket ediyordu. Herkes amacı

doğrultusunda hareket edip konuştuğu halde, genel görüntü bir kaosu andırıyordu.

Bu gürültü ve patırtı arasından hiç fark edilmeyerek hemşire odasına yürüdüm ve duvarda asılı tahtada, görmem söylenen çocuğun ismini aramaya başladım. Sonra onun sesini duydum. Garip, yüksek sesli bir çığlık üzerine arkamı döndüğümde bir kafesin içinde oturan, altına bağlanmış bezi düşecek gibi duran zayıf bir çocuk gördüm. Justin'in yatağı demir parmaklıklarla çevriliydi. Bir köpek kafesini andırıyordu. Justin, kendi kendini yatıştıracak ninni gibi bir şeyler söyleyerek ileri geri sallanıyordu. Suratının her tarafında yemek artıkları vardı ve altındaki bez sidikle şiştiği için ağırlaşmış ve aşağı doğru sarkmıştı. Ağır zatürree teşhisiyle tedavi görüyordu fakat tüm yapılanlara tepki gösterdiği için kan alımı sırasında dört kişinin onu tutması gerekmişti. Görevlilere bağırıp çağırıyor, herkese yemek fırlatıyordu. Hastanenin psikiyatri bölümüne en benzer ünitesi PYBÜ (hasta başına düşen personel oranı çok yüksek olan) olduğu için Justin buraya transfer olmuştu. Burada karyolasının etrafı kafesle çevrilmişti. Kafese konulan Justin eline geçen her şeyi etrafa fırlatıyordu. İşte o zaman psikiyatri birimini aramışlardı.

Yıllar içinde bir çocukla görüşmeye sürpriz yapar gibi gitmenin iyi bir fikir olmadığını öğrendim. Tahmin edilemeyen, bilinmeyen durumlar insanları endişelendirerek bilginin doğru olarak işlemesini engeller. Buna ek olarak, klinik değerlendirme söz konusu olduğunda bir insan ne kadar endişeli ise hissettiklerini, düşündüklerini, geçmişini anlatması, ifade etmesi o kadar zorlaşır. Esas kritik olan ise, bütün terapötik değişimlerin en doğru aracı olan olumlu ilişki kurmak çocuk endişeliyse iyice güçleşir.

Önceden, ilk izlenimin gücünü de öğrenmiştim. İlk görüşmede benim hakkımda pozitif veya en azından nötr bir izlenim edinirse çocuğun rahatsızlığını daha iyi sezebilirdim. Bu yüzden beni beklemeyen, genelde korkmuş, kafası karışmış bir çocuğa sorular sormaya başlamadan önce ona beni tanıması için bir şans

veririm. Esprili, çocuğun ilgisini çekecek kısa bir konuşma yaparım ve onun beni ölçüp biçmesine izin veririm. Daha sonra ona, kendisinden ne öğrenmek istediğimi basitçe açıklayarak bu bilgiyi hazmedebilmesi için onu bir süre yalnız bırakırım. Çocuğun kontrolün onda olduğunu bilmesini isterim. O istemediği sürece bir şey söylemek zorunda değildir. Benimle paylaşmak istemediği bir konu olursa bana bunu söylemesini ve konuyu değiştireceğimi belirtirim. İstediği zaman konuşma biter. Yıllar içinde yalnızca bir ergen kız konuşmak istemediğini söylemiştir. Fakat o da, haftanın sonunda görevlilere konuşabileceği tek kişinin "kıvırcık saçlı psikiyatrik adam" olduğunu söylemişti.

Justin'i gördüğümde bu durumun biraz farklı olacağını anlamıştım. Ona yaklaşmadan önce hakkında daha fazla bilgi toplamalıydım. Dosyasını aldım, hemşirelerin odasına gittim, arada bir dizleri çenesinde, kolları bacaklarına dolanmış, ileri geri sallanan haline bakarak okumaya başladım. Kendi kendine bir şeyler mırıldanıyor, birkaç dakikada bir de yüksek sesle, kızgın bir çığlık atıyordu. PYBÜ personeli buna alışmıştı, bu yüzden kimse kafasını kaldırıp onun tarafına bakmıyordu.

Dosyalarından Justin'in erken yaşamının normal olmadığı ortaya çıktı. On beş yaşında olan Justin'in annesi doğum yaptıktan iki ay sonra bebeği kendi annesine bırakıp evi terk etmişti. Justin'in büyükannesi torununa tapan, iyi kalpli, sevgi dolu bir insandı. Ne yazık ki, ciddi derecede obezdi ve bununla alakalı sağlık problemleri vardı. Justin on bir aylıkken hastaneye kaldırıldı, birkaç hafta sonra ise vefat etti.

Hastalığı boyunca, Justin'e birlikte yaşadığı erkek kardeşi Arthur bakmıştı. Önce annesini daha sonra büyükannesini kaybeden Justin'i idare etmek iyice zorlaşmıştı. Kız kardeşinin kaybından dolayı hâlâ üzüntü içinde olan Arthur sürekli ağlayıp bağıran bir bebekle ne yapacağını bilemedi. Altmışlı yaşlarındaydı ve ne fiziksel ne de ruhsal olarak bir bebeğin bakımını üstlenebilecek durumdaydı. Sonuçta, akrabası bile olmayan bebeğe, alternatif

bir yer bulmaları için Çocuk Koruma Servisi'ni aradı. Görünüşe göre ÇKS çocuğun güvende olduğunu düşündü ve Arthur'a ona yer bulana kadar bebeğe biraz daha bakıp bakamayacağını sordu. Arthur kabul etti. Pasif ve sabırlı bir adamdı. ÇKS'nin Justin'e kısa bir süre sonra bir yer bulacağını düşündü. Fakat ÇKS reaktif, kriz odaklı bir ajanstır. Baskı yapan kimse olmayınca ÇKS işini yapmadı.

Arthur kötü bir insan değildi fakat çocukların ihtiyaçları konusunda bilgisizdi. Mesleği köpek yetiştiriciliğiydi ve ne yazık ki Justin'i de bir köpeği yetiştirir gibi yetiştirdi. Bebeği bir köpek kafesinde tutmaya başladı. Onu her zaman besledi ve altını değiştirdi fakat normal anne babaların çocuklarına yaptıkları gibi onunla konuşmadı, onunla oynamadı. Justin gününün büyük bir kısmını köpeklerle geçirerek o kafeste tam beş yıl yaşadı.

Eğer bir çocuğun rahatlama, merak, keşif ve ödül anlarıyla birlikte aşağılanma, yoksunluk ve korku anlarına tanık olsaydık onun şimdi nasıl bir insan olduğu ve ileride nasıl bir insan olacağı hakkında çok şey öğrenirdik. Beyin kişisel tarihimizi yansıtır. Genetik yeteneklerimiz ancak doğru gelişimsel deneyimleri uygun zamanlarda yaşarsak ortaya çıkar. Erken yaşta bu deneyimler çevremizdeki insanlar tarafından kontrol edilir.

Justin'in dosyalarını okudukça hayatını gözümde canlandırmaya çalıştım. Henüz iki yaşındayken Justin'e "statik ensefalopati" teşhisi konulmuştu. Bu, bilinmeyen bir nedenden dolayı iyileşmesi pek muhtemel gözükmeyen bir beyin hasarı olduğu anlamına geliyordu. Doktora götürülmüştü çünkü gelişimsel olarak çok geriydi. Yaşıtlarının aktif olarak hayatı keşfettiği, cümleler kurduğu yaşlarda ne konuşabiliyordu ne de yürüyebiliyordu. Trajik bir şekilde, Arthur Justin'i rutin sağlık kontrollerine getirdiğinde kimse çocuğun yaşam koşulları hakkında soru sormamıştı. Ve yine hiç kimse çocuğun gelişimsel tarihi konusunda bilgi istememişti. Bebek farklı fiziksel rahatsızlık testlerinden geçirildi. Beyni tarandı. Korteksine atrofi (küçülme) teşhisi konuldu. Ayrı-

ca, beyninin orta bölümünde sıvı birikmeleri tespit edildi. Beyni ileri derecede alzheimer'lı bir kişinin beynine benziyordu. Kafasının çevresi yaşıtlarıyla karşılaştırıldığında çok küçüktü.

O günlerde doktorlar yalnızca ihmalkârlığın çocuğun beynine nasıl zarar verebileceğinin hâlâ farkında değildi. Taramalarda, bu kadar açıkça belirgin olan bir şeyin genetik bir bozukluğun veya bebeğin rahim içinde bir toksine veya bir hastalığa maruz kaldığının kanıtı olduğunu varsayıyorlardı ve erken yaştaki çevresel koşulların böyle büyük fiziksel etkileri olabileceğini düşünemiyorlardı. Fakat daha sonra grubumuz ve başka ekipler tarafından yapılan çalışmalar, devlet kurumlarına bırakılan ve yeterli özel ilgi ve şefkatten mahrum büyüyen yetimlerin gözle görünür bir şekilde daha küçük kafaları ve daha ufak beyinleri olduğunu tespit etti. Beyinlerinde Justin'inkiyle hemen hemen özdeş bariz anormallikler vardı.

Ne yazık ki, Justin'in problemleri Laura'da olduğu gibi bütünsel çalışmayan sağlık hizmetleri yüzünden hep kötüye gitmişti. Yıllar içinde, en son teknolojinin uygulandığı beyin tarama testlerinden genetik problemlerin olup olmadığını arayan kromozomal analizlere kadar her şeyin uygulandığı Justin aynı doktoru nadiren iki kere gördü. Kimse dosyalarını geçmişiyle bağlantılı bir şekilde değerlendirmedi. Kimse yaşam koşullarıyla ilgili soru sormadı. Beş yaşında yapılan taramada davranışsal ve bilişsel açıdan çok az gelişebildiği dil ve konuşma geriliği olduğu görüldü. Hâlâ konuşamıyor ve yürüyemiyordu. Çocuğun yaşadıklarından habersiz doktorlar beyninin birçok bölümünün doğru çalışmadığını düşünüyorlardı. Justin'deki "statik ensefalopati"nin altında yatan nedenin, bilinemeyen, tedavi edilemez bir doğum kusuru olduğunu düşünüyorlardı. Bu çeşit ciddi bir beyin bozukluğu sergileyen çocuklarda, dile getirilmeyen fakat herkesin hemfikir olduğu sonuç, çocuğun terapötik müdahalelere yanıt vermediğiydi. Kısacası, doktorlar Arthur'a çocuğun beyninin kalıcı olarak hasarlı olduğunu ve ileride kendi kendinin bakımını asla bece-

remeyebileceğini söylediler. Bu yüzden Arthur, Justin'in tedavi olabilmesi için daha fazla çaba göstermedi.

Ya sağlık hizmetlerindeki bu kötümserlik yüzünden ya da iyi bir şekilde incelenmediğinden, Justin'e kimse konuşma terapisi veya fiziksel terapi uygulamayı akıl etmemişti. Ayrıca bakımını üstlenmiş yaşlı adama ev içinde sosyal hizmet sağlanmamıştı. Kendi hâline bırakılan Arthur çocuk yetiştirme anlayışına göre kararlar verdi. Arthur'un hiç kendi çocuğu olmamıştı ve hayatının büyük bir çoğunluğunu yalnız geçirmişti. Büyük ihtimalle orta seviyede zihinsel geriliği vardı. Justin'i de diğer hayvanlar gibi yetiştirdi. Ona yiyecek, barınak, disiplin sağladı ve zaman zaman ona şefkat gösterdi. Arthur kasten zalim değildi. Justin'i de köpekleri de her gün kafeslerinden çıkarıp onlarla oynuyor, onlarla ilgileniyordu. Fakat Justin'in kendisine hayvan gibi davranıldığı için hayvan gibi davrandığını anlamıyordu. Çocuk kurallara uymadığı zaman diğer köpekler gibi tekrar kafese kapanıyordu. Kısacası, Justin'in bir çocuk olarak ihtiyaçları karşılanmıyordu.

Justin'in talihsizliği şuydu ki, Arthur'un çocuğu nasıl büyüttüğünü anlattığı ilk doktor bendim çünkü benden önce Arthur'a bu soruyu soran olmamıştı.

Arthur'la görüştükten, Justin'in dosyalarını okuduktan ve davranışlarını gözlemledikten sonra çocuğun problemlerinin bir kısmının potansiyel eksikliğinden olmayabileceğini fark ettim. Belki konuşmuyordu çünkü onunla nadiren konuşulmuştu. Belki, üç yaşına geldiğinde üç milyon kelime duyan normal bir çocuktan farklı olarak çok az sözcük duymuştu. Belki ayakta duramıyor ve yürüyemiyordu çünkü kimse ellerinden tutup onu yavaş yavaş yürümesi için cesaretlendirmemişti. Belki çatal bıçakla yemek yiyemiyordu çünkü hayatında kimse ona çatal bıçak tutturmamıştı. Justin'e eksikliklerinin uygun uyaranlar yoksunluğundan, kapasite eksikliğinden değil fırsat eksikliğinden kaynaklandığını umarak yaklaşmaya karar verdim.

Hemşireler kafes içindeki karyolasına yavaşça yaklaşırken beni dikkatle izlediler. Aralarından biri, "Şimdi fırlatmaya başlayacak," dedi alay eder şekilde. Çok yavaş yürümeye çalışıyordum. Beni izlemesini istiyordum. PYBÜ'deki hızlı hareketlerin tersine yavaş yürürsem onun dikkatini çekebileceğimi düşündüm. Ona bakmıyordum. Aynı hayvanlarda olduğu gibi göz kontağı kurmanın onu korkutacağını biliyordum. Yalnızca beni veya hemşire masasını görebilmesi için demir parmaklıkların çevresindeki perdeleri çektim. Böylece komşu yataklardaki çocukların dikkatini dağıtmasını önleyeceğini düşündüm.

Dünyayı onun gözlerinden görmeye çalıştım. Hâlâ hastaydı, zatürreesi geçmemişti. Korkmuş ve aklı karışmış görünüyordu, getirildiği bu kaotik ve hareketli ortam onu germişti. En azından köpek evindeki ortamı tanıdıktı, çevresindeki köpekleri ve onlardan ne beklemesi gerektiğini biliyordu. Ayrıca son üç gündür yemeklerini fırlattığı için aç olduğuna emindim. Yanına yaklaştıkça, suratını tuhaf bir şekle buruşturup yatağında süründü, sonra da keskin çığlıklarından birini attı.

Öylece durdum. Sonra yavaşça doktor önlüğümü çıkarıp kayarak yere düşmesine izin verdim. Bana baktı. Yavaşça kravatımı çözüp, çekip çıkardım. Gömleğimin kollarını sıvadım. Ona doğru bir adım daha attım. Hareket ederken hiç konuşmadım. Olabildiğim kadar az tehditkâr olmaya çalıştım. Hızlı hareket etmeden, göz teması kurmadan, yavaşça, melodik ve ritmik bir tonda, neredeyse bir ninni söyler gibi konuşuyordum. Ona bir insanın dehşete düşmüş bir bebeğe veya korkmuş bir hayvana yaklaştığı gibi yaklaştım.

"Benim adım Dr. Perry Justin. Burada neler olduğunu bilmiyorsun değil mi Justin? Sana yardım etmeye çalışacağım Justin. Bak, doktor önlüğümü çıkarıyorum. Bunda bir şey yok değil mi? Şimdi sana biraz daha yaklaşayım. Bu kadar yeter mi? Tamam. Bakalım, ne yapsak acaba? Şimdi de kravatımı çıkaracağım. Kra-

vatlar sana pek tanıdık gelmiyor değil mi? Anladım. Dur bakalım."

Kafesin içinde bir ileri bir geri gitmeyi bıraktı. Nefes alıp vermesini duyabiliyordum, hızlı, hırıltılı bir homurdanma. Açlıktan ölüyor olmalıydı. Bir tepsinin üzerinde duran keki gördüm. Justin'in eliyle uzanıp alacağı kadar yakında değildi fakat keki görebiliyordu. Keke doğru gittim. Daha yüksek sesle ve daha hızlı homurdandı. Keki aldım, bir parça kopardım ve ağzıma attım. Ne kadar lezzetli olduğunu ima etmek için ona göstere göstere çiğnedim.

"Mımm! Çok güzel Justin. Biraz istiyor musun?" Konuşmaya devam ettim ve kolumu uzattım. Gittikçe yaklaşıyordum. Aslında uzansa bana yetişebileceği bir konumdaydım. Keki ona uzatarak öylece durdum. Sanki saatler geçmişti. Fakat otuz saniye sonra kafesten dışarı doğru ihtiyatlı bir şekilde uzandı. Keke uzanıyordu ki durdu ve kolunu geri çekti. Nefesini tutmuş gibiydi. Sonra bir anda uzanıp keki aldı. Kafesin en uzak köşesine çekilip beni izledi. Ben aynı yerde durarak gülümsedim, sesimi canlandırmaya çalışarak, "Güzel, Justin. İşte senin kekin o. Tamam, yok bir şey."

Yemeğe başladı. "Güle güle," dedim ve yavaşça hemşirenin masasına doğru yürüdüm.

"Birazdan yine çığlıklar atmaya ve bir şeyler fırlatmaya başlayacak," dedi hemşirelerden biri. "Kötü" davranışlarını bana göstermediği için neredeyse hayal kırıklığına uğramıştı. "Ben de bunu bekliyorum," dedim çıkarken.

Justin'in gelişmek için gerçekten kullanamadığı bir potansiyeli mi olduğunu, yoksa beyninin gelişiminin umutsuz mu olduğunu anlayabilmem için nöral sistemlerinin paternli, tekrarlayan deneyimlerle, güvenli ve tanıdık bir ortamda yapılandırılıp yapılandırılamayacağını öğrenmem gerekiyordu. Fakat bu deneyimleri yapılandırmayı henüz öğrenmemiştim.

Buna rağmen, Justin'i çevreleyen kaosu ve duyusal yükü azaltmam gerektiğini biliyordum. Onu, "özel" PYBÜ odalarından birine aldık. Daha sonra onunla etkileşim halinde bulunan görevli sayısını en aza düşürdük. Fiziksel ve dil/konuşma terapisine başladık. Psikiyatri bölümümüzden bir görevli her gün onunla vakit geçirmeye başladı. Ben de her gün onu ziyaret ettim.

Gelişme olağanüstü bir biçimde hızlı oldu. Birbirini izleyen her gün, Justin için daha iyi geçiyordu. Her gün kendini daha da güvende hissetti. Yemek ve dışkılarını fırlatmayı bıraktı. Gülümsemeye başladı. Bizi artık tanıyordu. Sözel komutlarımızı anlıyordu. Birlikte yaşadığı köpeklerden sosyal uyarıcılar aldığını, bu köpeklerden şefkat gördüğünü anladık. Köpekler inanılmaz sosyal hayvanlardır ve sofistike bir sosyal hiyerarşik düzenleri vardır. Bazı zamanlar tanımadığı bir insana korkmuş bir köpek gibi yaklaşıyordu. Tetikte bir vaziyette yaklaşarak, geri çekilip tekrar yaklaşarak.

Günler geçtikçe bana ve birkaç başka görevliye ilgi göstermeye başladı. Espri anlayışı bile gelişti. Dışkısını fırlatmasının görevlileri deliye döndürdüğünü biliyordu. Bir keresinde birisi ona çikolata verdiğinde, çikolatayı elinde eritip, kollarını elindekini fırlatacakmış gibi kaldırmıştı. Çevresindeki herkes geri çekildi. O da bu duruma kahkahalarla gülmeye başladı. İşte bu basit espri anlayışı, hareketlerinin başkaları üzerindeki etkilerini anlayabildiğini ve dolayısıyla, onlarla bağ kurabildiğini gösterdiği için bana hemen, onun değişebileceğine dair umut verdi.

Buna rağmen, ilk başlarda çalışma arkadaşlarım, fiziksel terapistlerden, Justin'e ayakta durabilme ve yürüyebilme konusunda yardım etmelerini istediğim için üniversitenin maddi kaynaklarını boşuna tükettiğimi düşünüyorlardı. Fakat bir hafta içinde, artık Justin sandalyede oturabiliyor ve biraz yardımla ayakta durabiliyordu. Üç hafta içinde ilk adımlarını attı. Daha sonra, konusunda bir başka uzman terapist gelip Justin'e küçük kas hareketleriyle, kişisel bakımın esaslarını öğretti. Kendi kendine giyinme,

kaşık kullanma, dişlerini fırçalama gibi. Bu çeşit bir yoksunluk yaşamış çoğu çocuğun çok gelişmiş koku duyuları vardır. Genelde yiyeceklerini ve insanları koklayıp yalamaya çalışırlar. Justin'de bu daha da fazlaydı. Elbette bunun nedeni, köpeklerle çok vakit geçirmiş olmasıydı. Bunun, her zaman uygun bir davranış olmadığının ona öğretilmesi gerekiyordu.

Bu zaman zarfında, konuşma ve dil terapistleri ona çocukluğunda hiç duymadığı sözleri söyleyerek, ona konuşmaya başlayabilmesi için yardım ettiler. Bir zamanlar etkin olmayan, gelişmemiş nöral ağları, bu yeni tekrarlayan uyarıcı paternlerine tepki vermeye başladı. Beyni gereksinim duyduğu deneyimlere aç, hevesle onları çeken bir sünger gibiydi.

İki hafta sonra, Justin hastaneden ayrılıp koruyucu bir aile yanına yerleştirilebilecek durumdaydı. Sonraki birkaç ay içinde, dikkate değer bir gelişme gösterdi. Bu, bu kadar ciddi bir yoksunluktan sonra gördüğümüz en hızlı gelişmeydi. Benim erken ihmalkârlık yaşayan çocuklara uygulanacak tedaviler konusunda bakış açımı değiştirdi. Artık ihmal edilmiş çocukların geleceği konusunda çok daha umut doluydum.

Altı ay sonra Justin hastaneden çok daha uzakta yaşayan bir koruyucu aileye transfer edildi. Yeni klinik ekibine bir süre danışmanlık yaptığımız halde daha sonra ekibimize gösterilen yoğun ilgiden kaynaklanan iş yükümüz nedeniyle onun izini kaybettik.

Fakat ciddi anlamda ihmal edilmiş çocukları evlat edinen ailelerle görüşmelerimizde, her zaman Justin'den bahsettik. Onun sayesinde bu tür çocukları değerlendirme ve tedavi etme yöntemlerimizi tekrar gözden geçirdik. Şimdi biliyoruz ki, bu çocuklardan bazıları daha önce hayal bile edemediğimiz kadar hızlı iyileşebiliyor.

Justin'in hastanede yatmasından iki yıl kadar sonra kliniğe küçük bir kasabadan (Justin'i evlat edinen ailenin onun son durumunu açıkladığı) kısa bir mektup geldi. Durumu iyiydi. On-

dan beklemediğimiz kadar hızlı bir biçimde, gelişimsel evreleri bir bir atlıyordu. Şimdi sekiz yaşındaydı ve yuvaya başlamaya hazırdı. Mektubun içinde Justin'in güzelce giyinmiş, beslenme çantası elinde, okul çantası sırtında, okul servisinin yanında bir fotoğrafı vardı. Fotoğrafın arkasına Justin bir pastel boyayla şöyle yazmıştı, "Teşekkürler Dr. Perry. Justin." Ağlamaya başladım.

Artık tedavilerimizde Justin'in tedavisinden öğrendiklerimi (güvenli bir ortamda, belli bir patern izleyerek, tekrarlayan deneyimlerin beyinde olağanüstü etkileri olabileceğini) Mama P.'nin fiziksel şefkat konusundaki dersleriyle birlikte düşünmeye başladım. Bundan sonraki hastamız nörodizisel yaklaşımı geliştirmemize yardım edecek olan, Leon'unkine benzer erken dönem deneyimleri yaşamış genç bir ergendi.

Leon gibi Connor'ın da çekirdek bir ailesi vardı ve görünüşe göre bebekliğinde travmatik bir olay yaşamamıştı. Connor'ın annesi de babası da başarılı, üniversite mezunu insanlardı. Leon gibi Connor'ın da IQ seviyesi normalden fazlaydı. Fakat Leon'dan farklı bir biçimde, Connor okulda başarılıydı. Geçmiş psikiyatrik tedavilerini gözden geçirdiğimizde kendisine otizm, kalıcı gelişimsel bozukluk, çocuk şizofrenisi, bipolar bozukluk, DDHB, obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), ağır depresyon, endişe bozukluğu gibi ondan fazla nöropsikiyatrik teşhis konulduğunu tespit ettik.

On dört yaşındaki Connor, bana ilk getirildiğinde kendisine, kesintili patlayan bozukluk, psikotik bozukluk ve dikkat dağınıklığı bozukluğu gibi teşhisler konulmuştu. Beş ayrı psikiyatrik ilaç tedavisi görüyor, psikanalitik eğitim almış bir psikiyatrist tarafından tedavi ediliyordu. Dengesiz, garip bir yürüyüş tarzı vardı. Endişelendiği veya üzüldüğü zaman sallanıyor, ellerini ritmik bir şekilde geriyor ve birçok insanı çıldırtan ahenksiz bir vızıldama sesiyle kendi kendine mırıldanıyordu. Sık sık aynı Justin'i

kafes/yatakta ilk gördüğüm gibi oturup ileri geri sallanıyordu. Hiç arkadaşı yoktu. Leon gibi bir zorba olmamıştı ama onlar için bir hedef haline gelmişti. Connor, olumsuz sosyal yeteneklerini geliştirebilmesi ve yalnızlık hâline bir son verebilmesi için bir sosyal yetenek grubuna konulmuş fakat bu tam bir başarısızlıkla sonuçlanmıştı. Sonradan keşfedeceğim üzere bu girişim bir bebeğe çarpım tablosunu öğretmeye kalkışmak gibi bir şeydi.

Connor sosyal açıdan kesinlikle garipti fakat otizm veya şizofreninin klasik semptomlarını sergilemiyordu. Davranışları bu hastalıklara sahip çocukların davranışlarına benziyordu fakat örneğin, "zihin körlüğü" veya ilişkilere kayıtsızlık gibi otizm ve şizofreniye benzer düşünme bozukluklarına sahip değildi. Onu muayene ettiğimde gerçek otizmde çok nadir görülen, başka insanlarla etkileşime girmeye çalıştığını görebiliyordum. Sosyal olarak kesinlikle yeteneksizdi fakat otizmi karakterize eden sosyal bağlara tam bir kayıtsızlık sergilemiyordu. Çocuk öyle çok ilaç kullanıyordu ki kimse rahatsızlıklarının hangilerinin orijinal problemleri, hangilerinin kullandığı ilaçların yan etkileri olduğunu söyleyemiyordu. İlaç kullanımına bir son vermeye karar verdim. İlaç tedavisi gerekirse tekrar uygulayacaktım.

Connor'ın kendine özgü problemleri ve bunların tipik otizm veya şizofreni vakıalarıyla uyumsuzluğu bana Justin gibi erken dönemde ihmalkârlık kurbanı olmuş çocukları hatırlattı. Yana yatık olarak yürümesi bana Connor'a her ne olmuşsa erken çocukluk döneminde başladığını işaret ediyor gibiydi. Çünkü dengeli yürümek aynı zamanda stres tepkisini de koordine eden ortabeyin ve beyin kökünün doğru çalışmasına bağlıdır. Beyin kökü ve ortabeyin gelişimin en erken oluşan bölümleri olduğu için, eğer burada bir şeyler yanlış gittiyse bu yaşamın ilk yıllarında olmuş olmalıydı.

Connor'ın tüm gelişimsel geçmişini inceledim ve annesi Jane ile oğlunun ve kendisinin erken çocukluğu üzerine konuştum. Jane akıllı bir kadındı fakat endişeli ve sabrının en son noktasın-

da olduğu anlaşılıyordu. Kendi çocukluğunda bir problem yaşamamıştı. Tek çocuktu ve sevgi dolu bir ortamda büyütülmüştü. Fakat ne yazık ki, akrabaları yakın çevresinde yaşamıyordu ve belli ki gençliğinde ne bebeklerle ne küçük çocuklarla fazla vakit geçirmemişti. Mobil, modern toplumumuzda artık daha az çocuk sahibi olmak, ailelerimizden uzakta yaşamak ve yaşa göre ayrılmış dünyalarda yaşamak çok popüler. Bu yüzden de çoğumuz her gelişim devresinde nasıl davranışlar sergileyebildiklerini görebilmek için çocuklarla yeterince vakit geçirmiyor. Üstelik devlet gençlere çocuk gelişimi, çocuk bakımı ve beynin gelişimi üzerine hiçbir eğitim vermiyor. Sonuç, Connor'ın ve Leon'un problemlerinin kaynağı olan tam bir "çocuk cahilliği" oluyor.

Oğullarının doğumundan birkaç yıl önce Jane ve kocası Mark, sonradan çok büyüyen yeni işlerini kurmak için New Jersey'den New Mexico'ya taşınmışlardı. Artık finansal olarak kendilerini sağlama aldıklarına göre çocuk yapabilirlerdi ve Jane hamile kaldı. Harika bir doğum öncesi bakım gören Jane normal doğum yaptı ve bebek çok sağlıklı bir şekilde dünyaya geldi. Fakat aile şirketleri öyle çok emek istiyordu ki, bebeği doğduktan birkaç hafta sonra işine geri döndü. Jane ve eşi gündüz bakımevleri hakkında çok fazla kötü hikâye duymuşlardı, bu yüzden bir bakıcı tutmaya karar verdiler. Rastlantı eseri Jane'in kuzenlerinden biri onların bulunduğu şehre taşınmıştı ve iş arıyordu. Onu işe almak iki tarafı da memnun edecekti.

Ne yazık ki Jane ve Mark'ın bilmediği bir şey vardı. Jane'in kuzeni onlarla çalışmayı kabul ettikten sonra bir iş teklifini daha kabul etmişti. Ekstra para kazanmak isteyen kuzen, Jane ve Mark'a her sabah çocuğu tek başına bırakıp diğer işte çalışmaya gittiğini söylemiyordu.

Sabahları bebeği doyurup altını değiştiriyor sonra aynı şeyi öğle vakti yapıyor ve anne baba işten gelmeden hemen önce eve geliyordu. Çocuğun poposu isilik olacak diye veya evde yangın çıkar veya herhangi başka bir tehlike söz konusu olabilir diye

endişeleniyordu fakat yaptıklarının bebeğe duygusal anlamda ne kadar zarar vereceğinin farkında değildi. Bu kuzen çocuk gelişimi konusunda Jane'den de daha cahildi. Bebeklerin yiyecek, kuru giysiler, barınacak bir yuva ihtiyaçları olabileceği gibi onların şefkat ve ilgiye de ihtiyaç duyabileceklerini düşünememişti.

Jane bana işe bu kadar erken döndüğü için kendini suçlu hissettiğinden bahsetti. Ofise döndükten sonra ilk iki hafta boyunca Connor'ın ağlamalarının onu nasıl üzdüğünü anlattı. Fakat ondan sonra Connor ağlamayı kesmişti, Jane de her şeyin yoluna girdiğini düşünmüştü. "Bebeğim mutluydu," dedi bana, yanlışlıkla Connor'a dikiş iğnesi batırdığında bile çocuğun hafifçe bile inlemediğinden bahsederken. "Hiç ağlamıyordu," dedi. Jane. Bir bebeğin hiç ağlamamasının en az çok ağlaması kadar olumsuz bir işaret olduğunun farkında bile değildi. Temel çocuk gelişimi konusundaki cahilliği kendi bebeği için yıkıcı sonuçlar doğurmuştu. Maria gibi sessiz bir bebek mutlu bir bebektir zannediyordu.

Birkaç ay içinde Jane bir şeylerin yanlış gittiğinden şüphelendi. Connor Jane'in arkadaşlarının bebekleri kadar hızlı büyümüyordu. Oturamıyor, yana dönemiyor ve diğerlerinin emeklediği yaşta emekleyemiyordu. Bu gelişim eksiklikleri konusunda endişelenen Jane bebeğini aile doktorlarına götürdü. Bu doktor fiziksel rahatsızlıkları anlamada ve bunları tedavi etmede çok yetenekliydi fakat zihinsel veya duygusal zorlukların olup olmadığını nasıl kontrol edeceği konusunda bilgisizdi. Kendisinin çocukları yoktu, bu yüzden de kişisel olarak da psikolojik gelişim konusunda deneyimsizdi ve birçok doktorda olduğu gibi ona bu konuda fazla bir eğitim de verilmemişti. Doktor ayrıca anne ve babayı iyi tanıdığı için taciz veya ihmalkârlıktan hiç şüphelenmemişti. Bu yüzden de Connor'ın ağlayıp ağlamadığını sormadı. İnsanlara nasıl tepki verdiğinin üzerinde durmadı. Jane'e basitçe çocukların farklı gelişim süreleri olduğunu ve her bebeğin kendi hızında geliştiğini söyledi.

Bir gün Connor on sekiz aylıkken Jane hasta olup işten eve erken döndü. Ev karanlıktı. Bakıcının çocuğu alıp dışarı çıktığını düşündü. Connor'ın odasından berbat bir koku geliyordu. Kapı hafif aralıktı, Jane kafasını içeri doğru uzattı. Oğlunun karanlıkta çevresinde hiçbir oyuncak, müzik ve bakıcı olmadan tamamıyla kirlenmiş beziyle tek başına oturduğunu gördü. Jane dehşete kapılmıştı. Kuzeniyle yüzleştiğinde kadın Connor'ı bırakıp başka işte çalıştığını itiraf etti. Jane kuzeni işten kovdu ve kendi işinden ayrılıp evde bebeğine kendi bakmaya başladı. Ucuz kurtulduğunu düşünüyordu. Çocuk kaçırılmadığı, fiziksel olarak hastalanmadığı veya evde bakıcı yokken yangın çıkmadığı için kendini şanslı hissediyordu. Çocuğun bir yıldan fazla bir süre tüm gün evde tek başına kalmış olmasının garip davranışlarının nedeni olabileceğini düşünemiyordu.

Connor sosyal olarak yalnızlaştıkça, tuhaf, tekrar eden davranışlar sergiledikçe ruhsal sağlık sistemindeki hiç kimse, rehberlik öğretmenleri, gönderildiği danışmanlar, terapistler Connor'ın erken yaşlarda yaşadığı ilgisizliği fark etmemişti. Yüz binlerce dolar, yüzlerce saat çeşitli "bozukluk"larını tedavi edebilmek amacıyla boşu boşuna harcanmıştı. Sonuç olarak, bu on dört yaşındaki çocuk sürekli sallanıp kendi kendine söyleniyordu. Tek bir arkadaşı bile yoktu. Yapayalnızdı ve depresyondaydı. Başkalarıyla göz teması kurmuyor, üç-dört yaşındaki çocuklar gibi bağırıyor, şiddetli öfke nöbetleri geçiriyordu. Kısacası, beyni hayatının ilk yıllarında yoksun kaldığı uyaranlara ihtiyaç duyuyordu.

Mama P. ihmal edilmiş çocukları kucağına alıp salladığı zaman sezgisel olarak bizim nörodizisel yaklaşımımızın temelinde yatan şeyi keşfetmişti. Bu çocukların gelişimsel ihtiyaçlarına uygun, bir kalıba bağlı, tekrarlayan deneyimlere ihtiyaçları vardı. Önemli uyarıcıları kaçırdıkları veya travmatize oldukları yaşları yansıtan ihtiyaçlara, o anki kronolojik yaşlarının ihtiyaçlarına değil. Mama P. yedi yaşındaki bir çocuğu kucağına alıp salladığında, ona bebekken yoksun kaldığı dokunulma ve ritim duygu-

sunu sağlayarak beyninin normal bir şekilde büyüyebilmesi için gerekli deneyimi sağlıyordu. Beynin gelişiminde en temel ilke nöral sistemlerin organize olup, sıralı bir biçimde işlevsel olmalarıdır. Üstüne üstlük, daha az olgun bir bölümün organizasyonu kısmen daha aşağıdaki, daha olgun bölümlerden gelen sinyallere bağlıdır. Eğer bir sistem ihtiyacı olan şeyi ona ihtiyaç duyduğu zaman almazsa ona bağlı diğer sistemler de o an ihtiyaç duydukları uyaranları alıyor olsalar bile işlevlerini doğru bir şekilde yerine getiremezler. Sağlıklı gelişimin anahtarı doğru deneyimleri doğru zamanda, doğru miktarda almaktır.

Justin'in terapimize bu kadar hızlı tepki vermesinin bir nedeni büyükannesi ölmeden önce Justin'in ilgi ve şefkat dolu deneyimleri yaşamış olmasıydı. Bu en alttaki, beyninin en merkezi bölümlerinin iyi bir başlangıç yaşamış olmasından kaynaklanıyordu. Eğer doğumundan itibaren bir kafeste yetişmiş olsaydı geleceği çok daha umutsuz olabilirdi. Connor'ın aynı Leon gibi doğumundan on sekiz aylık olana dek ilgisizliğe maruz kalmış olması beni endişelendiriyordu. Tek umut, anne ve babasının yanında olduğu akşamları ve hafta sonlarında ilgi ve şefkat görmüş olmasıydı.

Bu bilgiler ışığında, yaklaşımımızı hasarın meydana geldiği ve Connor'ın şu an içinde bulunduğu gelişimsel döneme göre sistematize etmeye karar verdik. Connor'ın semptomlarına ve gelişimsel tarihine yakından bakarak beyninin hangi bölümlerinin en fazla zarara maruz kaldığını bulmayı ve müdahalelerimizi buna uygun olarak geliştirmeyi umuyorduk. Daha sonra, zenginleştirici deneyimleri ve hedef terapileri zarar görmüş beyin bölümlerine ihmalkârlık ve travmadan etkilenme sıralarına göre uygulayacaktık (bu yüzden bu yöntemin adı nörodiziseldi). Eğer ilk müdahalelerden sonra işlev gelişmesi tespit edersek bir sonraki beyin bölümüne ve gelişimsel sürecine uygun müdahaleleri uygulayacaktık. Sonunda, gelişimsel yaşı ile biyolojik yaşının uyuştuğu noktaya varmayı hedefliyorduk.

Connor'ın durumunda, problemlerinin, beyninin en alt ve en merkezi bölümlerinin geliştiği, erken bebeklikte oluştuğu açıktı. Bu sistemler ritme ve dokunmaya tepki verirler. Beyin kökünün regülatör merkezleri kalp atışını, nörokimyasalların ve gece/gündüz döngülerindeki hormonların artış ve yükselişlerini, kişinin yürüyüşünün ritmini ve ritmik düzenin doğru işlev görebilmesi için tüm diğer kalıpları kontrol eder. Bölümün bir kısım kimyasal aktivitesini harekete geçirmek için fiziksel şefkat gereklidir. Bu olmazsa Laura'nın durumunda olduğu gibi fiziksel büyüme (başın ve beynin büyümesi de dahil olmak üzere) gecikebilir.

Erken yaşta ihmalkârlık mağduru Leon ve diğerleri gibi Connor da dokunulmaya tahammül edemiyordu. Doğumda insan dokunuşu, yeni ve başlangıçta stresli bir uyarandır. Sevgi içeren dokunuşun zevkle bağdaştırılması gerekir. Sevgi dolu bir annenin veya bakımı sağlayan herhangi başka birinin kucağında geçirilen saatler sayesindedir ki dokunma duyusu güvenlik ve rahatlıkla özdeşleştirilir. Öyle görünüyor ki, bebeğin şefkat dolu dokunuş ihtiyacı karşılanmadığı zaman insan teması ile zevk arasındaki bağlantı kurulamamış oluyor ve dokunulmak ciddi olarak nahoş bir deneyime dönüşebiliyordu. Bunun üstesinden gelebilmek ve eksik uyaranları sağlamak için Connor'ı bir masaj terapistine yönlendirdik. En başta ten tene temas konusundaki ihtiyaçlarını karşılamayı, daha sonra ise senkronik olmayan vücut ritimlerini düzeltmeyi umuyorduk.

Laura'nın durumunda açıkça gördüğümüz gibi dokunma hissi büyümede kritik bir rol oynar. Dokunma deneyimine dahil olan duyu kanalları ilk gelişenlerdir. Ayrıca dokunma duyusu görme, koklama, tatma ve duyma duyuları ile karşılaştırıldıklarında doğum sırasında en gelişmiş olandır. Prematüre bebekler üzerine yapılmış çalışmalar nazik, ten tene temasın bebeklerin kilo almalarını, daha iyi uyumalarını ve daha çabuk büyümelerini sağladığını tespit etmiştir. Aslında, prematüre doğan bebeklerden bu şekilde masaj görenler hastaneden evlerine ortalama

olarak bir hafta erken gönderilmişlerdir. Daha büyük çocuklarda ve yetişkinlerde masajın kan basıncını düşürdüğü, depresyona iyi geldiği ve beyin tarafından salınan stres hormonlarını azalttığı görülmüştür.

Ayrıca masajla başlamamızın stratejik bir önemi de vardı. Araştırmalar bebek ve çocuk masajını öğrenen anne ve babaların çocuklarıyla daha iyi ilişkiler geliştirip, kendilerini onlara daha yakın hissettiklerini göstermiştir. Bu çeşit bir yakınlaşma, soğuk kişiler olarak algılanan otizm ve benzeri koşullardaki çocukların anne babalarıyla olan ilişkilerini hızla iyileştirerek, anne babaların terapiye inançlarını arttırıyordu.

Bu Connor'ın durumunda özellikle önemliydi çünkü anne, tedavisine yaklaşımımız konusunda çok endişeliydi. Sonuçta, daha önceki psikologlar, psikiyatristler, danışmanlar, iyi niyetli komşu ve öğretmenler çocuğunun "bebek gibi" tavırlarına yüz vermemesi gerektiğini, öfke nöbetlerine kayıtsız kalmasını tembihlemişlerdi. Onlara göre, Connor'ın daha fazla kucaklanmaya değil daha fazla düzene ve sınırlara ihtiyacı vardı. Diğer herkes ona Connor'ın bebeksi olduğunu, sallanma ve kendi kendine mırıldanma gibi bebek tavırlarını bırakmaya zorlanması gerektiğini söylüyordu. Biz ise ona daha nazik davranılması gerektiğini söylüyorduk. Anne bunu fazla müsamahakâr buluyordu. Aslında, davranışları kontrol edilemez bir hal aldığında ona kayıtsız kalınması gerektiğini değil davranış terapistlerinin de önerdiği gibi masajla "ödüllendirilmesi" gerektiğini söylüyorduk. Yaklaşımımız anneye hiç mantıklı gelmiyordu fakat daha önce yapılanlar Connor'ın problemlerini çözmediği için denemeye karar verdi.

Masaj seanslarına Connor'ın annesi de katıldı. Ona terapinin bu bölümünde aktif bir rol verdik. Ondan, Connor'ı rahatlatmasını ve dokunuşları stresli bulduğunda ona yardım etmesini istedik. Ayrıca Connor'ın bebekliğinde kaçırdığı kucaklanma ve sevgi dolu dokunuşların yerine geçebilmeleri için ondan oğluna sevgi göstermenin bu fiziksel yolunu öğrenmesini istedik. Bu

masaj yaklaşımı aşamalı, sistematik ve tekrarlıydı. En başta Connor'ın kendi elleriyle kollarına, omuzlarına ve gövdesine masaj yapmasını sağladık. Stres seviyesini ölçebilmek için bir kalp atışı monitörü kullandık. Kendi dokunuşu stres seviyesinde herhangi bir artışa sebebiyet vermemeye başladığı zaman aynı tekrarlayan, aşamalı masaj sürecinde annesinin ellerini kullandık. En sonunda da, annesinin dokunuşları artık Connor'da endişeye yol açmadığı zaman masaj terapisti daha geleneksel terapötik masaj tekniklerini kullanmaya başladı. Yaklaşım çok yavaş ve nazikti. Hedefimiz Connor'ı fiziksel dokunuşa alıştırmak ve eğer mümkünse bunun onun hoşuna gitmesini sağlamaktı. Oğluna boyun ve omuz masajları yapmayı da öğrendikten sonra Jane (özellikle Connor tedirginken veya masaj istediğinde) terapiye evde devam edecekti. İkisine de neden bu yaklaşımı denediğimizi anlatık. Hiçbir şey zorlayarak gerçekleşmedi. En başta, Connor'ın dokunulmaktan hoşlanmadığını biliyorduk bu yüzden terapiste Connor'a dokunulmak "fazla" geldiği zaman bu tepkileri dikkate almasını söyledik. Bir sonraki daha yoğun aşamaya ancak bir önceki seviyedeki dokunuş bilindik ve güvenilir olduğu zaman geçecekti. Masaj terapisti çalışmasına en başta Connor'ın kendi ellerini kullanarak masajı "test etmesini" sağlayarak başlıyordu. Daha sonra buna alıştığında parmaklarına ve ellerine masaj yapmaya başlıyordu. Böylece aşama aşama ilerleyerek, vücudun daha uygun bölümlerine dokunup masaj yapabiliyordu. Annesine de, oğlunun yönlendirmelerini izlemesi ve Connor'a, çok geldiğinde teması durdurması söylenmişti.

Altı ile sekiz ay gibi bir sürede, Connor başkalarıyla fiziksel teması tolere edebilmeye, daha sonra da bu temastan hoşlanmaya başladı. Bana gelerek elini, elimi sıkmak istermiş gibi kaldırdığında tedavinin bir sonraki aşaması için hazır olduğunu anladım. Bir büyükannenin torununa yapacağı gibi eliyle elimin üzerine vurdu. Fakat onun için bu garip tokalaşma şekli bile bir ilerlemeydi.

Daha önce fiziksel bir temastan çekindiği gibi böyle bir eylemi asla başlatmazdı. Aslında, aktif olarak bundan kaçınırdı.

Artık ritim duygusu üzerine çalışma zamanı gelmişti. Garip gelebilir fakat ritim olağanüstü önemlidir. Eğer vücutlarımız yaşamın en temel ritmini (kalp atışını) beceremezse biz yaşayamayız. Bu ritmi sağlamak statik, tutarlı bir görev de değildir. Kalp ve beyin yaşam koşullarına uyum sağlayabilmek için sürekli olarak birbirlerine sinyal gönderirler. "Kaç veya savaş"ı uygulayabilmek için kalp atışımızın yükselmesi gerekir. Örneğin, üzerinde ne kadar farklı istenç olursa olsun ritmik nabız atışını koruması gerekir. Stres sırasında kalp atışını ve stres hormonlarını düzenlemek, beynin zamanlamayı doğru yapabilmesi için iki kritik görevidir.

Ayrıca başka farklı hormonlar da ritmik olarak düzenlenirler. Beyin tek bir ritim tutmaz. Hem gece ve gündüzün seyriyle hem de birbirleriyle (ayrıca kadınlarda âdet dönemleriyle ve hamilelik süreçleriyle) senkronize olması gereken birçok ritmi vardır. Beynin ritim tutan bölümlerinin zarar görmesi, genelde depresyon veya diğer psikiyatrik bozukluklara yol açar. Bu yüzden bu tür rahatsızlıklara hemen hemen her zaman uykusuzluk (bir anlamda gece ve gündüz ayrımının ortadan kalkması) eşlik eder.

Birçok insan bu ritimlerin anne ve bebeğinin arasındaki ilişkinin tonunu belirlemede ne kadar önemli olduğunu fark etmez. Eğer bebeğin temel metronomu (beyin kökü) işlevini doğru görmüyorsa, yalnızca strese verdiği hormonal ve duygusal tepkilerini ayarlamak değil, ne zaman acıkacağını, ne zaman uyuyacağını tahmin etmek de zorlaşır. Bu anne babasının ona bakmasını iyice zorlaştırabilir. Hep aynı zamanlarda ortaya çıktıklarında bebeklerin ihtiyaçlarını anlamak çok daha kolaydır. Eğer bebekleri hep aynı zamanda yorulup, aynı zamanda acıkıyorsa anne babalar için bebeklerinin memnuniyetsizliklerini gidermek çok daha kolay olur. Vücut ritim düzenleri iyi olmayan bir bebeğin yaşayacağı zorluklar tahmin edildiğinden çok daha fazla olur.

Normal bir gelişimsel düzende bebek otomatik olarak bu ritim döngüsünün içine girer. O sütünü içerken anne onu kucağına alır böylece çocuk annenin kalp atışlarıyla sakinleşir. Aslında bebeğin kendi kalp ritmi kısmen anneninkine göre belirleniyor olabilir. Bir teoriye göre, bazı Ani Bebek Ölümü Sendromu ölümleri (ABÖS) bebeklerin yetişkinlerle yeterince fiziksel temas kurmamasından dolayı hayati duyusal veriden yoksun kalmalarından kaynaklanır. Bazı araştırmalar çocuk uteroda olduğu zaman bile kalp atışının annesiyle aynı ritimde atabiliyor olabileceğini göstermektedir. Annenin kalp ritminin bir kalıba bağlı, tekrar eden (işitsel, titreşimli ve dokunsal) sinyallerinin beyin kökünün ve beyin kökünün önemli stres düzenleyici nörotaşıyıcı sistemlerinin sistematize olması için çok önemli olduğunu biliyoruz.

Bir bebek acıktığında veya ağladığında stres hormon seviyeleri yükselir. Fakat eğer anne veya baba düzenli olarak onu beslemeye gelirse, bu seviyeler azalırlar ve bu günlük rutin sayesinde paternli ve tekrar eder duruma gelirler. Fakat yine de bazı zamanlar bebek aç olmadığı, altını ıslatmadığı veya fiziksel bir acı duymadığı hâlde bir rahatsızlığı varmış gibi ağlayabilmektedir.

Böyle zamanlarda birçok anne baba içgüdüsel olarak ritmik hareketler ve şefkatli dokunuşlarla çocuklarını kucaklarına alıp sallayarak onları sakinleştirmeye çalışırlar. İlginç bir şekilde, yetişkinlerin bebeklerini sallama hızı normal bir durumdaki yetişkinin kalp atış hızı gibi dakikada seksen kere olarak belirlenmiştir. Daha hızlısı bebeğe çok gelecektir, daha yavaş bir hızda ise bebeğin ağlaması yine kesilmeyecektir. Çocuklarımızı rahatlatmak için onları yaşamın başlıca ritmine alıştırmış oluruz.

Aslında bazı dil teorileri insanlığın ilk lisanının müzik olduğunu söyleyerek, insanların konuşmadan önce dans edip şarkı söylemeyi öğrenmiş olduklarını iddia etmektedir. Bebeklerin konuşmanın müzikal taraflarını (örneğin, belirli bir ses tonunun ne anlama geldiğini) dilin içeriğini öğrenmeden çok önce öğrendikleri bilinen bir gerçektir. Tüm dünyada insanlar bebeklerle (ilginç

bir şekilde evcil hayvanlarıyla da) şefkatli, duygusal ve müzikal bir tonda yüksek sesle konuşurlar. Her kültürde, sesi iyi olmayan annelerin bile bebeklerine şarkı söylemeleri müzik ve şarkının bebek gelişiminde ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

Oysa Connor müzik ve ritim duygusundan en ihtiyacı olduğu dönemde mahrum kalmıştı. Erken bebeklik döneminde ağladığında kimse yanına gelip stres tepki sistemlerini ve hormonlarını normal seviyeye düşürerek onu sallayıp sakinleştirmemişti. İlk on sekiz ayında geceleri ve hafta sonları normal bir bakım gördüğü halde gün içinde yalnız geçen sekiz saatlik süreler onda kalıcı etkiler bırakmıştı.

Kaybettiklerini ona geri kazandırabilmek için Connor'ı bir müzik ve hareket sınıfına dahil etmeye karar verdik. Connor, bu sınıfta bilinçli olarak ritim tutmayı öğrenecekti. Böylece, beynindeki ritim duygusunun gelişeceğini umuyorduk. Sınıf diğer sınıf ortamlarından pek farklı değildi. Çocukların hep beraber ritmik bir şekilde el çırptığı, şarkı söylediği, ritimleri tahta bloklarla veya küçük davullarla tekrar ettikleri bir anaokulu veya yuvadaki herhangi bir müzik sınıfına benziyordu. Burada, elbette çocuklar yaşça daha büyüktü. Ne yazık ki erken dönemde ihmalkârlık kurbanı olmuş, bu yaklaşımı uyguladığımız çok hastamız vardı.

İlk başlarda Connor kesinlikle ritim tutamıyordu ve en temel ritimlerde bile kendini zamana göre ayarlayamıyordu. Kendi kendine tutarlı bir ritim tutamıyor veya duyduğu bir ritmi tekrarlayamıyordu. Bunun beyin kökünün erken yaşlarda yoksun kaldığı duyusal verilerden dolayı beyninin en alt ve en üstteki beyin bölümleri arasındaki zayıf bağdan kaynaklandığını düşünüyordum. Ritim üzerindeki bilinçli kontrolünü geliştirerek bu bağları kuvvetlendirmeyi umuyorduk.

Başlangıçta bu sınıfta yapılanlar onu çok gerdi ve Jane umutsuzluğa kapıldı. Bu noktada Connor'a dokuz aydır tedavi uyguluyorduk. Öfke nöbetlerindeki sıklık azalmışsa fakat bir gün okulda yine büyük bir sinir krizi geçirmişti. Okul görevlileri

Jane'i arayarak oğlunu hemen alması gerektiğini söylemişlerdi. Jane'in, haftada birkaç kez çılgına dönmüş bir şekilde beni aramasına alışmıştım. Fakat bu olay umutsuzluğunu bir başka seviyeye taşımıştı. Ona göre bu olay Connor'a uyguladığımız tedavinin başarısız olduğunu gösteriyordu ve onu, bu kabul edilir bir şekilde farklı olan terapötik yaklaşımımıza bağlı kalmaya ikna etmek için tüm ikna kabiliyetlerimi kullanmam gerekti. Onlarca iyi terapist, psikiyatrist ve psikolog görmüştü ve yaptıklarımız önceki tedavilere hiç benzemiyordu. Bu yüzden de çoğu problemli çocuğun anne babası gibi bizden "doğru" ilacı bulmamızı ve Connor'a onun yaşındaki diğer çocuklar gibi davranmayı öğretmemizi istiyordu.

O hafta sonu onun numarasını notlarda yine görünce gerildim. Kendisini arayıp olanları öğrenmek, onu arkadaşlarının bahsettiği yeni bir "uzman"ın tedavisinden vazgeçirmeye çalışmak hiç içimden gelmiyordu. Derin bir nefes alarak kendimi rahatlatıp aramak için kendimi zorladım. Sesinden ağlamış olduğunu anlayınca en kötü tahminlerimin gerçek olduğunu düşündüm.

"Ne oldu?" diye sordum hemen.

"Oh! Dr. Perry," dedi. Biraz durdu, devam etmekte zorlanıyor gibiydi. Kalbim sıkıştı.

Fakat sonra şöyle devam etti, "Size teşekkür etmem lazım. Bugün Connor yanıma geldi, bana sarıldı ve bana beni sevdiğini söyledi." Connor ilk defa içinden gelerek böyle bir şey yapıyordu. Artık Jane yaklaşımımıza şüpheyle yaklaşmak yerine en büyük taraftarımız oldu.

Connor müzik ve hareket sınıfında ilerleme kaydettikçe kendisinde başka olumlu değişimler de oldu. En başta yürümesi normalleşti. Yavaş yavaş sallanma ve mırıldanmaları azaldı. Onu ilk tanıdığımızda bu davranışları eğer oyun veya okul ödevi gibi başka bir şey yapmıyorsa süreklilik gösteriyordu. Şimdiyse yalnızca ciddi anlamda korkmuşsa veya üzülmüşse bu davranışları tekrarlıyordu. Keşke bütün hastalarımı anlamak Connor'ı anla-

mak kadar kolay olsaydı. Gergin olduğu zaman bu davranışlara başladığı için ne zaman onu çok fazla zorladığımızı hemen anlayabiliyordum. Tedaviye başlamamızdan bir yol sonra Connor'ın anne babası ve öğretmenleri yalnızca garip davranışlarını değil, gerçek Connor'ı görmeye başladılar.

Başarıyla ritim tutmayı öğrendikten sonra bununla paralel bir oyun terapisine başladım. Müzik ve hareket sınıfı ve masaj terapisi davranışlarını zaten iyileştirmişti. Şimdiye kadar Jane'i neredeyse terapiden vazgeçirecek en son öfke nöbeti dışında başka bir sinir krizi gerçekleşmemişti. Fakat sosyal gelişimde hâlâ geriydi. Hâlâ yaşıtları onunla dalga geçiyordu ve hiç arkadaşı yoktu. Bu durumda bu tip problemleri olan ergenler için en tipik tedavi yöntemi sosyal yetenek gruplarıdır. Connor bize ilk geldiğinde böyle bir gruba dâhildi. Fakat sosyal yetenek olarak çok geride olduğu için böyle bir sınıf bile ona çok gelmişti.

İlk insan sosyal etkileşimi normal bir anne, baba ve bebek arasındaki bağ ile başlar. Çocuk sosyal durumlarda başkalarıyla nasıl ilişki kurması gerektiğini öğrenir. Eğer çocuk ne yapması gerektiğini anlamazsa anne/baba ona öğretir. Hata yapmaya devam ederse ebeveynler çocuğun hatasını tekrar düzeltir. Tekrar ve tekrar... Çocuğun hata yapması beklenir ve çocuk sık sık devamlı olarak affedilir. Bu süreç inanılmaz sabır gerektirir. Mama P.'nin bana hatırlattığı gibi bebekler tükürür, ağlar, "işleri berbat ederler" fakat sen zaten ondan mükemmel olmasını ummuyorsundur ve onları sevmeye devam edersin.

Bir sonraki sosyal aşamada çocuğun kendi yaşıtlarından oluşan dünya ile başa çıkabilmesi gerekir. Burada sosyal kuralları ihlal etmeye çok daha az tolerans gösterilir. Kurallar ailede olduğu gibi açık değildir ve direkt olarak dile getirilmez. Çocuk kuralları gözlem yaparak öğrenir. Çocuklar "farklı" olanları hemen reddettikleri, başkalarına nasıl tepki vereceğini bilemeyen çocukları hemen dışladığı için burada yapılan hatalar uzun süreli olumsuz sonuçlar doğurabilir.

Eğer biri ebeveyn/çocuk arasındaki ilişkinin açıkça ortaya konulmuş kurallarını anlamadıysa ona arkadaş ilişkilerini öğretmek neredeyse imkânsızdır. Nasıl yürümek gibi daha üst seviyedeki motor işlevleri beyin kökü gibi daha alttaki beyin bölümlerinin ritmik düzenine bağlıysa, daha ileri sosyal yetenekler en temel sosyal derslerin öğrenilmesine bağlıdır.

Connor'a yaklaşımımda dikkatli olmalıydım çünkü ilk başlarda benim hakkımda şüpheleri vardı. Geçmişinde ruh doktorlarıyla konuşmanın ona bir faydası dokunmamıştı, ayrıca genel olarak başka insanlarla ilişki kurmak onun için kolay değildi. Bu yüzden onunla direkt olarak temasa geçmedim. Etkileşimimizi onun kontrol etmesine izin verdim; eğer benimle konuşmak isterse onunla konuşuyordum, eğer istemezse onu kendi hâline bırakıyordum. Terapiye gelir, ofisimde otururdu. Ben masamda çalışmaya devam ederdim. Kısacası, aynı yerde aynı zamanda birlikte vakit geçiriyorduk. Ben hiçbir talepte bulunmuyordum, o da bir şey istemiyordu.

Rahatladıkça meraklanmaya da başladı. Bana biraz daha yaklaştı, sonra biraz daha. Ve en sonunda gelip yanımda ayakta duruyordu. Uzun bir süre sonra bana, "Sen ne yapıyorsun?" diye sordu. Ben de, "Çalışıyorum. Sen ne yapıyorsun?" dedim.

"Ih! Terapideyim?" dedi bana sorar gibi.

"Senin için terapi ne demek?"

"Oturup konuşursun?"

"Tamam," dedim, "ne hakkında konuşmak istersin?"

En başta, "Hiçbir şey," dedi. Ben de, "Tamam, " dedim, meşguldüm, onun ödevini yapması, benim de kendi işlerimi halletmem gerekiyordu.

Bununla birlikte birkaç hafta sonra, bana konuşmak istediğini söyledi. Yüz yüze oturduk ve "Bunu neden yapıyoruz?" diye sordu. Bu terapi daha önce bulunduğu terapilere hiç benzemiyordu. Ben de ona beyin ve beyin gelişiminden bahsettim. Ona bebekken ne olduğunu düşündüğümü söyledim. Olayın bilimsel

tarafını anladı ve hemen, "Sonra ne yapacağız? Bir sonraki adım ne?" diye sordu. İşte o zaman ona başkalarıyla ilişki kurma konusundan bahsettim. Bu konuda çok iyi olmadığını söyledim.

Kelimelerin üstüne basarak fakat suratında bir gülümsemeyle, "Biliyorum. Berbatım!" dedi. Ancak o zaman ona da bunu açıkça söyleyerek Connor'a sosyal koçluk yapmaya başladım. Başlamak için sabırsızlanıyordu.

Bu düşündüğümden daha da zor oldu. Connor, vücut dili veya sosyal ipuçlarına kesinlikle aşina değildi. Onunla çalışırken insan iletişiminin ne kadar sofistike ve incelikli olduğunu tekrar tekrar fark ettim. Örneğin, ona bir sosyal etkileşim sırasında göz temasının önemli olduğunu, birisiyle konuşurken veya bir konuşma sırasında birini dinlerken arada onun gözlerinin içine bakması gerektiğini söyledim. Denemeyi kabul etti. Fakat beni dinlerken yere boş boş baktığı gibi bu sefer de dik dik suratıma bakmaya başladı.

Ona, "İnsanlara böyle sürekli bakmak zorunda değilsin," dedim.

"Ne zaman onlara bakacağım?"

Uzun süren bakışın duruma göre saldırganlık veya romantik bir ilgi olarak algılanacağını söyleyip, bir süre bakıp daha sonra başka yere bakmasını söyledim. Tam olarak ne kadar süreyle bakması gerektiğini sordu. Elbette bu sorusuna cevap veremedim çünkü sorunun cevabı sözel olmayan ipuçlarına ve bağlama bağlıydı. Ona üç saniye beklemeyi denemesini söyledim fakat bu sefer de sesli sesli saymaya başladı ve durum iyice garipleşti. Pratik yaptıkça iletişim sırasında tahmin ettiğimden çok daha fazla sosyal işaret kullandığımızı fark ettim ve bunları Connor'a nasıl öğretebileceğim konusunda hiçbir fikrim yoktu.

Örneğin, göz teması başlattıktan sonra başka tarafa bakması icap ettiğinde Connor yalnızca gözlerini kaçırmıyor tüm suratını diğer yöne çeviriyordu, sıkıntı veya alay ifadesiyle yukarıya doğru bakıyordu. Bir uzaylıya insan diyaloğunu öğretmek gibi

bir şeydi. Hareketleri zaman zaman zorlama gibi görünse de en sonunda Connor sosyal olarak iletişim kurar hâle gelebildi.

Her adım karmaşıktı. Ona düzgün bir şekilde el sıkışmayı öğretmek de çok zordu. En başta elimi fazla sıktı. Bunu ona söylediğimdeyse tam tersini yapıyor ve el sıkışmayı yine beceremiyordu. Başkalarının sözel olmayan iletişim işaretlerini okuyamadığı için insanları kırdığının veya tamamen şoke ettiğinin farkına varamıyordu. Bazı zamanlar korkunç derecede garip davranışlar sergiliyordu. İyi bir gençti, kliniğimize geldiğinde her zaman sekreterlere teker teker selam verir ve onlarla konuşmaya çalışırdı. Fakat bu etkileşimlerde bir anda garip bir hava eserdi. Genellikle kullandığı kelimeler veya ses tonu insanları kırardı ve oluşan garip sessizliği fark etmezdi. Bir defasında, birisi ona nerede oturduğunu sormuştu ve Connor, "Daha yeni taşındım," deyip konuşmayı öylece kesmişti. Karşısındaki kişi ses tonundan ve verdiği bu kısa cevaptan konuşmak istemediği anlamını çıkarmıştı. Ama Connor daha fazla bilgi vererek karşısındaki kişiyi rahatlatması gerektiğini anlamamıştı. Diyalogların kendilerine özgü bir ritmi vardır. Fakat Connor bu ritimlerle nasıl oynayacağını henüz bilmiyordu.

Yaşıtlarının onunla dalga geçmesine sebep olan bir başka konu ise giyinme stiliydi. Stil kısmen sosyal yeteneğin bir yansımasıdır. Modaya uygun giyinebilmek için başkalarını gözlemleyip neyin "in", neyin "out" olduğunu öğrenmeniz ve size uyacak bir biçimde bunları kopya etmeniz gerekir. Bu konuda başarılı olabilmesi kişinin seçimlerinin hem bireyselliğini hem de uygun bir uyumu yansıtıyor olması gerekir. Ergenlerde bu tür işaretleri fark edememek felakete yol açabilir ve Connor bu gerçekten tamamıyla habersizdi.

Örneğin, Connor'ın gömleğini boynuna kadar düğmeleme alışkanlığı vardı. Bir gün son düğmesini iliklemeyebileceğini söyledim. Bana delirmişim gibi baktı ve "Ne demek istiyorsun?" diye sordu. "Son düğmeni iliklemeyebilirsin." dedim.

Ne demek istediğimi anlamayarak, "Ama burada düğme var," dedi.

Ben de bir makas bulup düğmenin olduğu bölümü kestim. Bu Jane'in fazla hoşuna gitmedi. "Ne zamandan beri terapötik seanslarda makas kullanılıyor?" diyerek beni aradı. Fakat Connor geliştikçe Jane de sakinleşti. Connor tedavi programımızdaki başka bir çocukla arkadaş oldu. Bu çocuk da erken yaşta ihmalkârlık kurbanı olmuştu ve Connor'la aynı duygusal seviyedeydi. Aynı müzik ve hareket sınıfına devam etmişlerdi. Çocuk ritim tutmaya çalışırken zamanlamasını ayarlayamadığında, Connor ona en başlarda kendisinin de çok kötü olduğunu fakat çabalamaya devam etmesi gerektiğini söylemişti. İlginç bir şekilde, o sıralarda ilkokul çocukları arasında çok popüler olan Pokémon kartları birbirlerine iyice bağlanmalarına sebep oldu. Lise ikinci sınıfta olan bu çocukların bulundukları duygusal seviye buydu. Bu yeni tutkularını diğer arkadaşlarıyla da paylaşmak istediklerinde yaşıtları onlarla dalga geçmişti.

Bu Pokémon tutkusu yüzünden Connor okulunda son bir olay daha yaşadı. Pokémon kartlarıyla oynadığı için arkadaşı ile dalga geçerek kartlarını yırtmaya kalkan diğer çocuklarla çatışmıştı. Jane bunu duyunca doğal olarak panikledi. Böyle bir olaydan korktuğu için çocukların Pokémon tutkusunu desteklememi istemiyordu. İkisini de Pokémon kartlarını ne zaman ortaya çıkarmaları konusunda uyarmıştım. Bu noktada, bu ikili arasında oluşan arkadaşlığı desteklememin bu ilişkinin ikisinin de sosyal yeteneklerini geliştirme fırsatı verdiğinden önemli olduğunu düşünüyordum. Anaokulu sosyalizasyonundan lise sosyalizasyonuna, ne kadar garip göründüğünü fark etsem de ilkokulda yaşanan deneyimleri yaşamadan (Pokémon gibi) direkt bir geçiş yapamayacaklarını biliyordum. Durumu okula açıkladık. Connor ve arkadaşı tedbirlerini alarak Pokémon oyunlarının tadını çıkarmaya devam ettiler.

Connor, lise ve kolej eğitimini daha fazla öfke krizi geçirmeden tamamladı. "Dizisel" gelişimine klinik grubumuzdan çok az yardım alarak devam etti. Onu okul tatillerinde görüyorduk. Sosyal olarak olgunlaşmaya devam etti. Artık bilgisayar programcısı olan Connor'ın tedavisinin başarılı olduğuna, bana "Bir sonraki ders: Kızlar!" başlığıyla bir e-mail attığında artık kesin olarak emindim.

Connor hâlâ sosyal olarak garip davranışlar sergileyebiliyor. Buna rağmen, aynı gelişimsel dönemde, aynı tür ihmalkârlık kurbanı olduğu halde Leon gibi kötü niyetli, sosyopatik davranışlar sergilemedi. Connor zorba arkadaşlarının kurbanı oldu fakat kendisi bir zorbaya dönüşmedi. Hep dışlandığı halde içinde nefret biriktirmedi. Davranışları tuhaf, öfke nöbetleri tehditkâr göründüğü halde, başka çocuklara saldırmadı, hırsızlık yapmadı veya onların canını yakmaktan hoşlanmadı. Hiddeti, intikam ve başkalarını kendisi gibi kötü hissettirmek gibi sadisttik duygulardan değil, kendi içinde yaşadığı hüsran ve endişeden kaynaklanıyordu.

Farkı yaratan bizim ve bizden önceki tüm doktorların uyguladığı tedavi miydi? Ailesinin daha erken yaşlarda müdahale edilmesini sağlaması önemli miydi? Connor'ın ergenliğine daha erken müdahale edebilmemiz fark yaratmış mıydı? Büyük ihtimalle... Peki, tüm bunlar Connor'ın, Leon gibi öfke dolu bir sosyopata dönüşmesini engellemiş olabilir miydi? Elbette bunu bilmek imkânsız. Bununla birlikte, ciddi erken yoksunluk yaşamış bu iki farklı genç gibi başka çocuklarla yaptığımız çalışmalarda, bu çocukların hayatları boyunca izleyebileceği yollar hakkında farklı faktörlerin rol oynadığını tespit ettik. Tedavilerimize tüm bu faktörleri dahil etmeye çalışıyoruz.

Genetik kalıtım yoluyla geçen bazı faktörler de söz konusu. Örneğin, genetik kalıtım ve anne karnında geçirilen zamanın kalitesine bağlı olarak (beslenme, annenin kalp atış hızı, hormon seviyeleri ve ilaçların rol oynadığı) gelişen mizaç bunlardan bir

tanesi. Daha önce de belirtildiği gibi stres tepki sistemleri daha doğar doğmaz iyi düzenlenmiş çocuklar daha az sorunlu bebekler oluyorlar. Bu yüzden de ebeveynleri bu çocukların bakımlarıyla ilgilenirken daha az çaba sarf ediyor ve onları daha az ihmal veya taciz ediyorlar.

Zekâ da genelde yanlış anlaşılan önemli bir başka faktördür. Zekâ temelde daha hızlı bilgi işleme süreci demektir. Kişinin belli bir bağlantıyı kurması için daha az tekrara ihtiyacı olması anlamına gelir. Zekânın bu kısmı çoğunlukla genetik kalıtımla belirlenir. Daha zeki çocukların daha az veriyle daha çok iş başarması şeklinde özetlenebilir. Örneğin, tamamıyla varsayımsal olarak, bir bebeğin annesinin gelip onu besleyeceğini anlaması, normalde 800 kere annesinin gelip gerçekten onu beslemesini gerektiriyorsa, daha "zeki" bir bebek bu bağlantıyı 400 defada kurabilir.

Bu daha zeki çocukların daha az şefkatle yetinebilecekleri anlamına gelmiyorsa da, eğer ilgi ve şefkatten yoksun kalırlarsa bununla daha iyi başa çıkacakları anlamına gelir. Bir bağlantı kurmak için daha az tekrara ihtiyaç duyan çocuklar, insanlar ve sevgi/memnuniyet arasındaki bağı en az uyaran seviyesinden bile daha az aldıklarında dahi bu bağı geliştirebilirler. Bu özellik sayesinde, söz konusu çocuklar aile dışındaki ortamlarda yaşadıkları sevgi dolu kısa deneyimler sayesinde ciddi anlamda taciz görmüş veya ihmal edilmiş olsalar dahi her ortamın ev ortamları gibi olmadığını fark edebilirler.

Zekâ, gençleri Leon gibi nefret ve sosyopati geliştirmekten farklı başka yollarla da koruyabilir. En başta, karar alırlarken daha yaratıcı olmalarını sağlayarak, daha fazla seçenek düşünebilmelerini ve kötü kararlardan kaçınmalarını sağlar. Böylece yenilgiyi daha baştan kabul eden "yapabileceğim başka bir şey yoktu" düşüncesinden de kurtulabilirler. Başka seçenekleri öngörebilmek güdü kontrollerini de arttırabilir. Daha parlak bir gelecek hayal edebiliyorsan, ona göre de plan yapabilirsin. Ayrıca

kendini gelecekte daha iyi koşullarda düşünebilmen başkalarıyla olan ilişkilerini de iyileştirebilir. Eğer gelecekle ilgili sonuçlara göre plan yapabiliyorsan, kendini gelecekteki "ben"inle özdeşleştirebiliyorsun demektir. Kendini farklı bir ortamda düşünebilmek diğerlerinin farklı bakış açılarını anlamaktan pek farklı değildir. Buna rağmen, yalnızca zekâ bir çocuğun doğru yolda ilerlemesi için yeterli değildir.

Bir başka faktör de travmanın zamanlamasıdır. Travma ne kadar erken başlarsa bıraktığı zarar o kadar artar ve tedavi etmesi de o kadar zorlaşır. Justin köpek kafesine koyulmadan önce bir yıl boyunca sevgi ve ilgi görmüştü. Gördüğü bu şefkat sayesinde beyninde (başta empati olmak üzere) birçok temel işlev yapılanmıştı. Bence bu sayede de tedavisi kısa sürebildi.

Fakat çocukların hangi yönlere doğru gideceğini belirleyen belki de en önemli etken çocuğun büyüdüğü sosyal ortamdır. Maria ve Alan akrabalarının bulunduğu çevrede yaşarken, bu akrabalar Maria'nın eksikliklerini kapamışlar ve Frank'in mutlu, sağlıklı bir çocukluk geçirmesini sağlamışlardı. Leon'un erken yaşında yaşadığı tüm olumsuzluklar, Maria'nın anne olmanın dertleriyle baş etmesine yardımcı olacak hiçbir sosyal ağının olmadığı bir dönemde gerçekleşmişti. Connor'ın durumundaysa, ailesinin ekonomik durumu daha iyi olsa da çocuk gelişimi konusundaki bilgi eksiklikleri yaşadıkları problemlere sebep olmuştu. Daha çok bilgileri olsaydı Connor'ın problemlerini çok daha erken fark edebilirlerdi.

Son on beş yılda, sivil toplum örgütleri ve devlet kurumları erken çocuk gelişimi, doğru ebeveynlik ve yaşamın ilk yıllarında beyin gelişiminin ne kadar önemli olduğu üzerine eğitimlere önem vermeye başladılar. Hillary Clinton'ın "Bir Kasabaya Bakar", Rob Reiner'ın "Ben Senin Çocuğunum" derneklerinden Sıfırdan Üçe organizasyonuna, United Way'in "Altıya Kadar Başarı"sına milyonlarca dolar halkı çocukların ihtiyaçları konusunda eğitmek için harcandı. Bazılarına benim de dahil olduğum

bu çabalardaki umut, bilgisizliğe dayalı ihmalkârlıkları en aza indirmekti. Etkili olduklarını da düşünüyorum. Buna rağmen, toplumumuzdaki yaşsal ayrımcılık, bu anahtar kavramların milli eğitime entegre edilememesi ve birçok insanın kendi çocukları olmadan önce çocuklarla neredeyse hiçbir ilişkisi olmaması hâlâ birçok anne babayı ve çocuğu risk grubuna dahil ediyor.

Şu an için bir çocuğun genetik kalıtımını, mizacını veya beyninin işleme süresini değiştirmek için çok az şey yapabiliriz fakat bakımı ve sosyal ortamında fark yaratmak elimizdedir. Birlikte çalıştığım travmatize olmuş çocuklardan gelişme kaydedenler kendilerine destek çıkan en az bir yetişkinle teması olmuş çocuklardı. Onlara özel bir ilgi gösteren bir öğretmen, bir komşu, bir hala hatta bir otobüs şoförü. .. Justin'in durumunda, erken dönemde büyükannesiyle geliştirdiği sevgi dolu ilişki beyninde, bulunduğu olumsuz koşuldan kurtulduğunda açığa çıkabilen şefkate açık örtük bir kapasite oluşturmuştu. Beyni ilgi ve desteğe aç olan bir çocukta en küçük bir hareket bile büyük farklar yaratabilir.

Nörodizisel yaklaşımı kullandığımız çalışma da, Connor gibi ergenlerde terapinin erken dönemde yaşanan ihmalkârlığın zararlarını azaltabileceğini göstermektedir. Hasarın meydana geldiği gelişimsel evreye uygun şefkatli dokunuş masaj terapisiyle sağlanabilir ve arzu edilen bağlantıları güçlendirmek için evde uygulanabilir. Müzik ve hareket sınıflarında öğretilen ritim tutma, yalnızca iyi organize olmamış beyin kökünün yürümek gibi motor hareketleri üzerindeki kontrolünü iyileştirmekle kalmaz, bize göre, stres tepki sistemlerinin düzenlenmesindeki rolünü de güçlendirir. Sosyalleşme daha kolay, kuralları belli, bire bir ilişkilerden başlanılarak daha karışık yaşıt gruplarındaki etkileşimlere doğru uzanabilir.

İnanıyorum ki, Leon'un anne yoksunluğu daha önce fark edilseydi, en son geldiği noktaya gelmeyebilirdi. Çok sayıda gerekli gelişimsel uyaran eksikliği, Leon'un ihtiyaçlarına verilen

kötü tepkiler ve kendisinin aldığı yanlış kararlar gaddar bir katil olmasına sebep oldu. Bu anahtar kesişme noktalarının herhangi birinde, özellikle de yaşamının ilk yıllarında farklı bir yönde değişim çok daha başka sonuçlara yol açabilirdi. Bence, eğer onu bir ergenken veya daha da iyisi Justin gibi ilkokul yıllarında tedavi edebilseydik geleceği farklı olabilirdi. Birileri o henüz iki üç yaşındayken müdahale edebilseydi, hapishane hücresinde gördüğüm yırtıcı genç adama değil erkek kardeşine çok daha benzer biri hâline gelebilirdi.

Kasti veya değil erken yaşta ihmalkârlıktan dolayı da meydana gelmiş olabilen travma, kontrol kaybına sebep olan stres tepki sistemlerinin fazla yüklenmesine yol açar. Bu yüzden travmatize olmuş çocukların tedavisinde güvenli bir ortam yaratmak çok önemlidir. Bunun yapılabilmesinin en etkili biçimi öngörülebilir, güvene dayalı ilişkiler kurmaktır. Bu şefkatli "ana evi"nde kötü muamele görmüş çocuklar bir çeşit yeterlilik duygusu geliştirirler. İyileşebilmek için kendilerini güvende ve kontrol sahibi hissetmeleri gerekmektedir. Sonuç olarak, bu aşamada en son yapmak isteyeceğiniz şey bu çocuklara zorla tedavi uygulamak veya zorlayıcı taktikler kullanmaktır. Bir sonraki bölüm zorlayıcı metodun yol açabileceği zararlarla ilgili olacak.

BÖLÜM 7

Şeytan Paniği

Teksas valisinin ofisinden heyecanlı bir şekilde arayan genç görevliye, "Ben şeytan falan çıkartmam," diye yanıt verdim. Bir şeytan tarikatının üyeleri tarafından ayinsel bir şekilde taciz gördükleri belirtilmiş çocukları da içeren karmaşık bir vakada onlara yardım edip edemeyeceğimi soruyordu. Bu aşamada bu kız ve erkek çocuklar sözde şeytana tapan anne ve babalarından uzakta koruyucu ailelerin yanındaydılar. Fakat eyalet avukatlık ofisindekiler, yerel Çocuk Koruma Servisi görevlilerinin bu çocukları iblisin ateşinden alıp dünyadaki cehenneme attığını düşünüyorlardı.

1993 yılıydı. O zamanlar, daha önce hatırlanmayan ve terapi esnasında "hatırlanan" ciddi tacizlerin gerçek olup olmadığı hakkındaki tartışmalı "hafıza savaşları"ndan uzak durmaya çalışıyordum. Ayrıca çocukların ifadesine dayanan cinsel taciz suçlamalarının doğru olup olmadığı tartışmaları da devam ediyordu. Ben kendi adıma her gün birçok gerçek çocuk tacizinin olduğunu çok iyi biliyordum. Her gün bu tacizlerin yürek burkucu, somut kanıtlarını görüyordum.

Fakat nörokimya eğitimime ve travmatize olmuş çocuklarla klinik çalışmalarıma dayanarak anlatısal hafızanın fotoğrafik bir kesinlikle yeniden oynatılan, videosu çekilmiş bir deneyimler bütünü olmadığını da biliyordum. Anıları biz yaparız ama anılar da bizi yapar ve bu, hafızamızda "tuttuğumuz" gerçek olay dışında birçok kaynaktan gelen etkilere açık, dinamik, sürekli değişen

bir süreçtir. Deneyimlerimiz sonradan gelenleri filtreler. Tina'nın erken yaşlarda yaşadığı cinsel tacizin erkekler konusundaki tüm görüşlerini şekillendirdiği veya Leon ve Connor'ın erken yaşlarda maruz kaldıklarının tüm hayat görüşlerini etkilemiş olması gibi. Fakat bu süreç iki taraflı işler. Şu an hissettiklerimiz geçmişte yaşanmış olaylara bakış açımızı, bu olaylardan hangilerini hatırlayıp hangilerini hatırlamadığımızı da etkiler. Sonuç olarak, hatırladıklarımız o an içinde bulunduğumuz ruh haline de bağlıdır. Örneğin, eğer üzgünsek, geçmiş anılarımızı bu üzüntülü ruh halinin çerçevesiyle görürüz.

Şimdi biliyoruz ki, aynı bilgisayarınızda bir word dosyası açtığınızda olduğu gibi, beyninizde sakladığınız bir anıyı hatırladığınızda, bu onu aynı anda "düzenleme"ye de açık hale getirdiğiniz anlamına gelir. Şu anki ruh halinizin ve bulunduğunuz koşulların hatırladıklarınızın duygusal tonunu, olayları yorumlayış biçiminizi ve hatta hangi olayların olduğuna dair inancınızı bile belirlediğinin farkında olmayabilirsiniz. Anıyı bir daha ki sefer "kaydet"tiğinizde ve belleğinize geri gönderdiğinizde onu elinizde olmadan değiştirmiş de olursunuz. Bir deneyimle ilgili anınızı paylaştığınız zaman arkadaşınızın, ailenizin veya terapistinizin onu yorumlayış biçimi bir daha ki sefer o "dosya"yı çektiğinizde neyi, nasıl hatırlayacağınızı da belirler. Zamanla, marjinal değişimler hiç gerçekleşmemiş şeyleri hatırlamanıza bile yol açabilir. Araştırmacılar laboratuvarda, test deneklerini hiç gerçekleşmemiş olayları hatırlamaya teşvik etmişlerdir. Bir alışveriş merkezinde kaybolmak gibi sıradan bir olaydan, şeytan tarafından ele geçirilmiş olmak gibi aşırı bir duruma kadar.

Bununla birlikte 1993 yılında, hafızanın doğası ve bu her türlü etkene açık hâli iyice araştırılmamıştı. Ayrıca, travmatik hafıza hakkında bilinenler doktorlara ve çocuklarla çalışan diğer profesyonelleri de kapsayan geniş bir çevreye anlatılmamıştı. Ensest mağdurları ilk defa olarak yaşadıklarını büyük bir cesaretle anlatabiliyordu fakat kimse onların hikâyelerini ve acılarının

gerçekliğini sorgulamıyordu. Çocukların taciz gördüklerine dair açıklamaları da artık geçmişte olduğundan çok daha fazla ciddiye alınıyordu. Artık kimse tacizci yetişkinlerin çocukların taciz suçlamalarının ciddiye alınmayacağına güvendiği eski kötü günlere dönmek istemiyordu. Ne yazık ki, kurbanlara değil tacizcilere karşı duyulan bu şüpheci tutum, bazı terapistlerin safça yaklaşımları ve baskının hafıza üzerindeki etkisi konusunda bilgisizlik birleşerek ciddi zararlara yol açtı.

Bu hiçbir zaman, 1990'ların başında Gilmer Teksas'taki Şeytan Paniği sırasında yaşanan olaylar kadar aşikâr olamazdı. Vali yardımcısı durum hakkında bildiklerini bana açıklamıştı.

Bobby Vernon Jr. adlı bir çocuk, onu yeni evlat edinmiş babası tarafından merdivenlerden itildiği için hastanede komada yatıyordu. Bu baba ve eşi Bobby'nin hastaneye kaldırılmasından hemen sonra evlat edindikleri ve koruyuculuklarını üstlendikleri tüm çocuklar ellerinden alınınca intihar etmişlerdi. Baba olaydan bir gün sonra başına silahla ateş etmiş, anne de kocasının intiharından bir gün sonra ilaç içerek hayatına son vermişti.

Yedi yaşındaki çocuğun kafatası çatlamıştı ve ciddi beyin hasarı vardı. Küçük Bobby merdivenlerden sürekli koşarak inip çıkmasına bir son vermesini isteyen "anne ve baba"sına karşı gelmişti. Saldırıya şahit olan diğer kardeşlere göre, ebeveynlerin ikisi veya biri Bobby'nin başını tahta zemine kafasının arka kısmı ezilene kadar çarpmışlardı. İşin daha da kötüsü, ebeveynler çocuğu bilincini kaybedene kadar dövdükten sonra hemen 911'i aramak yerine bir saat kadar bekleyip kendi kendine ayılmasını beklemişlerdi.

Acil Sağlık Hizmetleri yetkilileri bu anne babanın evlerindeki on çocuğu terbiye etme yöntemlerini fark edince dehşete düşmüşlerdi. Çocuklar aç bırakıldıklarını, tek başlarına odalara kilitlendiklerini ve tekrar tekrar dövüldüklerini söylüyorlardı. Görevliler anne baba Marie ve James Lappe'ye Çocuk Koruma Servisi'ni (ÇKS) aramalarını söylemiş, bunun üzerine Lappe-

ler'in ÇKS için çalıştıklarını öğrenmişlerdi. Onlarınki "terapötik" bir evdi. Lappeler'e göre, çocuklar anne ve babaları tarafından "Şeytan Ayetleri Tacizi" (ŞAT) mağduru edilmişlerdi, zalim disiplin yöntemleri gibi görünen, aslında bu çocuklar için terapiydi. Ailenin Doğu Teksas'taki ÇKS danışmanları şaşırtıcı bir biçimde, Lappeler'in evinde çocukların güvenli ellerde olduğunu söyleyerek onları savunmuşlardı. Oysa Lappeler artık doğu Teksas'ta değillerdi. Çocuklarını geri almak için her şeyi göze alabilecek olan aktif ve tehlikeli bir şeytan tarikatı olduklarını düşündükleri kimselerden uzaklaşabilmek için "gizlice" Batı Teksas'ta bir kasabaya yerleşmişlerdi.

Batı Teksas'taki yerel ÇKS görevlileri ne bu "terapötik" evden ne de bu sözde tarikattan haberdardı. İşte bu noktada, daha üst düzey ÇKS yetkilileri durumdan haberdar edilmişlerdi.

Doğu Teksas ÇKS yetkilileri çocukların, kendilerine ve Lappeler'e anlattıkları olaylara dayanarak ölüm saçan "şeytani" bir tarikatın ortaya çıkarıldığını söylüyorlardı. Ayinsel ölümler, kan içme törenleri, ölü bebekler ve yamyamlık söz konusuydu. Sekiz tarikat üyesi yalnızca çocuk tacizinden değil grup tecavüzü ve on yedi yaşında bir amigo kızın ayinsel olarak öldürülmesinden dolayı hapishanede davalarının görülmesini bekliyordu. Tutuklanıp hapse atılanlardan biri başlangıçta, on yedi yaşındaki amigo kızın kaybolmasını araştıran polislerden biriydi. Şeytana tapma konusunda iki uzman ve özel bir savcı daha fazla suçlama toplamak için görevlendirilmişlerdi.

Fakat şimdi eyalet ofisindeki ÇKS görevlileri soruşturmanın haklı olup olmadığını merak etmeye başlamışlardı. Genel eyalet avukatının olayla ilgilenmesini istiyorlardı. ÇKS görevlilerin başı, soruşturma konusunda bazı sorular dile getirdiği için bir misilleme olarak tutuklanacağından korkuyordu. Korkması doğaldı, katil bir tarikat üyesi olarak suçlandıktan hemen sonra tutuklanan polis aynı soruları dile getirdiği için sorgulanmış ve bu suçla itham edilmişti. Bu olaydan önce kusursuz bir kaydı vardı ve

emniyet içinde çeşitli ödüllere layık görülmüştü. Başka polisler, şerif yardımcıları, bir hayvan koruma görevlisi, hatta bir FBI ajanı ve Gilmer polis şefi için de iddianameler hazırlanıyordu. Soruşturma sırasında zaten on altı çocuk ebeveynlerinden alınmıştı ve olayların hangi yöne doğru gideceğini kimse bilmiyordu.

Acaba her şey tamamen bir yanlışlıktan ibaret olabilir miydi? Kötü yürütülen soruşturmalar sonucu ortaya çıkan bir şeytan histeri nöbeti yüzünden masum anne babalar çocuklarını kaybetmiş olabilirler miydi? Gilmer Teksas'ta gerçekten ne olmuştu? O zamanlar yaşları iki ile on arasında değişen on altı çocuğa olanları duyunca olaya dahil olmam gerektiğini düşündüm.

Eyaletin benden başlıca isteği şu an koruyucu ailelerde olan hangi çocukların gerçekten ebeveyn tacizi gördüğü, hangilerinin ise soruşturma sırasında taciz vakaları "hatırlamaya" teşvik edilen diğer çocuklar tarafından yapılan yanlış suçlamalar yüzünden ailelerinden alındığını belirlemek için ÇKS'ye yardım etmemdi. Bunu yapabilmem için her çocuğun geçmişini tekrar yapılandırmam gerekiyordu. Neyse ki her çocuk ve "tarikat üyesi" ebeveynleri hakkında koliler dolusu dosya, görüşme ses kayıtları ve görüntüleri vardı. Klinik ekibimiz olayın ayrıntılı bir kronolojisini çıkarmaya başladı. Kronoloji dosyası kısa bir zamanda onlarca sayfaya ulaşacaktı.

Her şey 1989'da Gilmer'ın dışında Cherokee Trace yolundaki harap olmuş karavanlarla çevrelenmiş bir kartondan evde başlamıştı. Beş bin kişinin yaşadığı küçük bir kasaba olan Gilmer Doğu Teksas'ta, eyaletin Arkansas ve Louisiana ile kesiştiği bölgededir. Upshur şehrine bağlı bu kasaba tek bir özelliği dışında tamamıyla sıradan bir Hıristiyan kasabasıydı. Bu kasaba ülkenin okuma yazma oranı en düşük yerleşimlerinden biriydi. Her dört yetişkinden biri okuyamıyordu. Bette Vernon, o yıllarda kocası olan Ward Vernon'un beş ve altı yaşındaki iki kızlarına cinsel tacizde bulunduğunu polise bildirmişti. Daha sonra iki ebeveynin de tacize karıştığı saptanmış ve dört çocukları onlardan alı-

nıp koruyucu ailelere verilmişti. Taciz soruşturması sonucunda Ward Vernon, çocuk cinsel tacizi suçlamasıyla mahkûm edilmişti. Fakat şaşırtıcı bir biçimde şartlı tahliye ile salıverilmişti.

Şartlı tahliye süresinde Ward Vernon, beş çocuğu bulunan Helen Karr Hill adında bir kadınla aynı evde yaşamaya başlamıştı. ÇKS bu birlikteliğin farkına varınca, bu çocukları da alıp başka koruyucu ailelerin yanına yerleştirmişti. Sonunda Ward ile evlenen Helen de annelik haklarından feragat etmişti. Bette Vernon'un telefonuyla başlayan çocuk tacizi soruşturması sürecinde, çocuklar büyükanne ve büyükbabaları ile amcalarını da (Ward'ın erkek kardeşi Bobby Vernon) kendilerine cinsel taciz uyguladıkları gerekçeleriyle suçlamışlardı. Bunun üzerine Bobby'nin kendi beş çocuğu da ondan alınmıştı. Koruyucu ailelere gönderilen bu çocuklara, onların ifadelerine dayanarak daha sonra, aile arkadaşlarının çocukları da eklenmişti.

Bu tür davranışlara maruz kalmış çocuklarla yaptığım çalışmalar sürecinde tacizin bu kadar yaygın olduğu büyük ailelerle karşılaşmıştım. Diğer ailelerin aile yadigârlarını ve yemek tariflerini kuşaktan kuşağa aktardığı gibi, cinsel ve fiziksel tacizin ve cehaletin nesilden nesle aktarıldığı, kuşaklar arası tecrit ve çoklu seks "gelenek"leri olan aileler. Bu noktada, ÇKS görevlilerinin yanlış bir uygulama yaptığına dair herhangi bir durum göremiyordum. Cinsel tacizin fiziksel kanıtları (bazı vakalarda anal ve genital bölgelerde yara) vardı. On altı çocuğun bazılarında bedensel cezaların izleri tespit edilmişti.

İşlerin kötüye gitmesi koruyucu aile seçimleriyle başlamıştı. Çocuklar aşırı tutucu iki Hıristiyan "terapötik" koruyucu eve yerleştirilmişlerdi. Bu evlerde 1980'lerin sonuyla 1990'ların başındaki iki birbirine zıt kültürel eğilim dehşet verici sonuçlarla bir araya gelmişti.

Amerika çoğu gerçek olan ve ışık tutulması gereken çocuk tacizi salgınını keşfetmişti. Çocuk tacizinin talk show'larda ve haberlerde tartışılmasının sebebi Amerikalıları "içlerindeki ço-

cuk"u bulmaları için teşvik eden, cahil ve saldırgan ebeveynleri tarafından onlarda açılan bu yaralardan kurtulmalarına yardımcı olan "iyileşme hareketi"nin popülerleşmesiydi. Bu süre zarfında, televizyonu açıp da kendi geçmiş taciz öyküsünü paylaşan bir ünlüyü görmemek neredeyse mümkün değildi. Bazı kişisel gelişim uzmanları ailelerin yüzde doksanın hastalıklı olduğunu öne sürüyordu. Bazı terapistler hastaları bu tarz bir olay hatırlamadıkları halde, çoğu hastalarının problemlerini geçmişteki taciz vakalarına dayandırıyordu. Bazı kişiler kötü eğitilmiş fakat kendine fazla güvenli terapistlerin yardımıyla hafızalarını zorladıklarında gerçekle hiçbir bağlantısı olmayan "anılar"ında kendilerine uygulanmış sapkınlıklar keşfediyorlardı.

İkinci eğilim ise muhafazakâr Hıristiyanlıktaki yükselişti. Bu inanç sahipleri ve sonradan bu inanca yönelenler yaşanılan bu cinsel sapkınlıkların arkasında şeytanın olduğuna inanıyorlardı. Yoksa bu kadar insanın, masum çocuklara bu berbat, dinle ilgisi olmayan davranışlarda bulunmalarına sebep olan ruh bozukluğu nasıl açıklanabilirdi? Kısa zamanda girişimciler bu ahlaki problemi bir para kazanma yoluna dönüştürdüler. Sonradan Şeytan Ayini Tacizleri diye adlandırılan bu vakanın kurbanı çocukların nasıl tespit edilebileceği üzerine çalışma grupları pazarlamaya başladılar. Ms. Magazine dergisi 1993 yılı Ocak ayı sayısında, bu çeşit bir taciz "kurban"ı genç bir kadının, kendi ağzından anlattığı hikâyesini kapak yaptı. Kapakta "İnanın Buna Çocuk Ayini Tacizi Gerçek," diye yazıyordu. Dergi anne ve babası tarafından kendisine haçlarla tecavüz edildiğini ve başı kesilerek öldürülmüş küçük kız kardeşinin etini yemeğe zorlandığını iddia eden bir kızın hikâyesini anlatıyordu.

ÇKS yetkilileri ve koruyucu aileler bu iki kültürel eğilim doruk noktasına vardığında Vernon vakasına dahil olmuşlardı. Bu çocukların ailelerinden alındığı 1990 yılında, koruyucu ebeveynler ve ÇKS görevlileri "Şeytan Ayini Tacizleri" adlı bir seminere katılmışlardı. Yerel bölge avukatı daha önce sanıklardan birini

savunduğu için istifa edince ÇKS görevlileri yerel hâkimi özel bir savcı görevlendirmesi için ikna etmişlerdi. Bu özel savcı da, Gilmer'da Vernon ailesi tarafından yönetilen çocuklara cinsel taciz uygulayıp, insanları kurban eden ve şeytana tapan böyle bir tarikatın varlığını kanıtlamaları için iki "Şeytan Araştırmacısı"nı görevlendirmişti. Bu "araştırmacı"lar tarikat suçlarını aydınlatmalarıyla ünlenmişlerdi. Biri Louisiana'lı bir Baptist papazı, diğeri ise Teksas Halk Güvenliği Birimi'nde spor eğitmeniydi. İkisinin de polis soruşturmaları konusunda herhangi bir deneyimleri yoktu.

Şeytan Ayini Tacizleri veya "geri kazanılmış hafıza" terapileriyle alakalı hiçbir materyal bu kadar geniş çapta popüler olmadan önce bilimsel olarak test edilmemişti. "Geri kazanılmış hafıza" terapistleri ve bahsedilen çalışma grubu eğitmenleri iddiaları dayandırabilecekleri hiçbir ampirik veri olmamasına rağmen, çocukların cinsel taciz konusunda yalan söyleyebileceklerini hesaba katmamışlardı. Ayrıca tacize uğrayıp uğramadıkları konusunda emin olamayan yetişkin hastalarına, "Eğer olduğunu düşünüyorsanız, büyük ihtimalle olmuştur," diyorlardı. Tacizle ilgili bir şey hatırlamadıkları halde onlara yeme bozuklukları ve bağımlılıklarının taciz kaynaklı olabileceklerini söylüyorlardı. "Şeytan Ayini Tacizleri"nin varlığını kanıtlayan teşhis listesi çok daha dayanaksız olduğu halde, terapistler, sosyal hizmetliler ve çocuklarla ilgilenen kamu görevlileri için organize edilen yüzlerce çalışma grubunda bunlar teşhis araçlarıymışlar gibi ortaya konulmuştu.

Sonradan yapıldığı gibi, bu metotlar önceden test edilseydi bu çalışmalar, hipnoz altında veya sıradan bir terapi sırasında hatırlanan anıların terapist tarafından kolayca etkilenebileceğini, birçok insanın çocuklukları hakkında güçlü duyguları olabileceği halde, bu illa ki onların çocukken taciz gördüğü veya hatırladıkları her olayın tüm ayrıntılarıyla gerçek olduğu anlamına gelmeyeceğini kanıtlardı. Çocuklar cinsel taciz hakkında nadiren kendiliğinden yalan söyleseler de (ki bazı durumlarda bu da olabilir) yetişkinlerin yönlendirmesiyle yalanlar uydurabilirler. Öte yandan bu

yetişkinler, çocukların tek yaptığının, onlara kendilerinin duymak istedikleri şeyleri söylediğinin farkına varmayabilir. Elbette daha sonra göreceğimiz gibi, çocukları zorlamak iyi sonuçlar doğurmaz. Ensest mağdurları için dolaşımda olan kontrol listesi ile aynı zamanlarda ortaya çıkan "şeytanilik" kontrol listesi öyle çok olguyu birden kapsıyordu ve öyle belirsizdi ki seks, uyuşturucu ve rock'n roll'a ilgi duyan her ergen (bir başka değişle her normal genç insan) mağdur olarak nitelendirilebiliyordu. Aynı şey gece kâbus gören, altını ıslatan, canavarlardan korkan her çocuk için geçerliydi.

Aynı yıllarda, müşteri toplayan bir başka şarlatanlık biçimiyse ne yazık ki koruyucu ailelere verilen çocuklara uygulanan bir yöntemdi. Farklı isimleri ve çeşitli biçimleri olan bu yönteme "tutma terapisi" veya "bağlılık terapisi" adı verilmişti. Bu "tedavi" sırasında yetişkinler çocukları sıkıca sarıp zorla kendilerinin gözlerinin içine bakmalarını söylüyor ve onlardan tüm kötü anılarını ve korkularını açıkça dile getirmelerini istiyorlardı. Eğer çocuk geçmiş bir tacizle ilgili ikna edici bir hikâye anlatmazsa bunu yapana kadar sözel ve fiziksel olarak şiddet görüyordu. Evlat edinilmiş çocuk ve yeni ailesi arasında sık sık tekrarlanan bu yöntemle, aile ve çocuk arasında yepyeni bir bağ kurmak hedefleniyordu. Robert Zaslow adında Kaliforniyalı bir psikolog tarafından geliştirilmiş birden fazla "tutucu"nun dahil olduğu bir başka yöntemde, bir kişi çocuğun kafasının hareket etmesini önlerken, diğerleri çocuğun kol ve bacaklarını tutup parmaklarını ileri geri oynatarak çocuğun göğüs kafesine sokmaya çalışıyorlardı. Bu yöntemin zedelenme meydana gelene kadar uygulanması gerekiyordu. Evergreen Kolorado'daki bir grup terapist Zaslow'un tekniğini daha da geliştirdiler. Öte yandan Zaslow tacizle suçlandığı için lisansı elinden alındı. Bundan sonra, Evergreen bağlantılı terapistler de "terapi"lerinin çeşitli çocuk ölümlerine sebebiyet verdiği gerekçesiyle suçlanacaklardı.

"Tutma" terapisi yiyecek ve tuvalet molaları olmadan saatlerce sürüyordu. Küçücük vücutlara yapılan fiziksel saldırı yetmiyormuş gibi yetişkinler, bir yandan da çocuğu iyice kızdırmak için ona sözel olarak sataşıyorlardı. Çocuğun kızgınlığının bu şekilde "boşaltılmasının" gelecek öfke patlamalarını önleyeceği umuluyordu. Bu insanların algısına göre beyin öfkeyi bir kazan gibi depoluyordu ve bu "kazan" bir kere boşaltılınca beyinde geriye öfke adına bir şey kalmıyordu. Seansa ancak, çocuk artık sataşmalara cevap vermeyerek sakinleştiğinde son veriliyordu. Saldırının bitmesi için, çocuğun işkencecilerine olan sevgisini ifade etmesi ve onu evlat edinmiş veya koruyucu anne ve babası olan kişileri "gerçek" anne babası olarak kabul ettiğini söylemesi gerekiyordu. Vernon çocuklarının evlerinde bulunduğu Lappeler ve Barbara Bass adlı bir başka kadın bu yönteme kendilerininkini de eklemişlerdi. "Tutma terapisi"ne başlamadan önce çocuklar yorgunluktan bitkin düşene ve ağlamaya başlayana kadar merdivenlerde koşturuluyorlardı.

Bu olay az bilginin tehlikeli olabileceği birçok vakadan yalnızca biriydi. "Tutma terapisi" taraftarları (ki bazıları hâlâ etrafta) travmatize olmuş çocukların sorunlarına, erken yaşta yaşadıkları taciz ve ihmalkârlık dolayısıyla anne ve babalarına yeterince bağlanamamalarının kaynaklık ettiğini düşünüyorlardı. Bu birçok vaka için doğru olabilir. Bizim de ortaya çıkardığımız gibi erken yaşta sevgi ve ilgi eksikliği Leon'un durumunda olduğu gibi bazı çocukların çıkarcı ve empati yoksunu olmasına yol açabilir. Ayrıca "tutma terapisi" taraftarları bence haklı olarak yoksun kalınmış bu deneyimler sebebiyle çocukların sağlıklı ilişkiler yürütebilmelerinin zor olduğuna inanıyorlardı.

Tehlikeyse onların bu sorunlara bulduğu çözümde yatıyor. Travmatize olmuş, taciz görmüş veya ihmal edilmiş çocukların üzerinde fiziksel güç kullanmak veya herhangi bir şekilde onları bir şeylere zorlamak istenilenin tersi yönde sonuçlar doğurur. Bu onları tekrar travmatize etmek demektir. Travma çok kuvvetli,

dehşet verici bir kontrol kaybı anlamına gelir. Bir kişiyi tekrar hiçbir kontrol yetisi olmadığı durumların içine sokmak tedaviye ket vurur. Üstüne üstlük bir çocuğu zorla alıkoyup, ona istediğinizi söyletene kadar fiziksel olarak acı vermek sevgi bağı yaratmak değil, korkuyla itaat sağlamaktır. Ne yazık ki, bunu izleyen "iyi davranışlar" ve çocuğun yeni "anne ve babasına" daha sevgi dolu gibi görünmesi olumlu bir değişim olarak algılanabilir. Bu "travma bağı" Stockholm Sendromu olarak da bilinir. Aynı Symbionese Özgürlük Ordusu tarafından kaçırılan gazete veliahtı Patty Hearst'in onu tutsak edenlerin davasına "inandığı" gibi, zorla boyun eğdirilen çocuklar da koruyucu anne ve babalarını "sevmeye" başlarlar. Ancak, bu saldırılar devam etmezse, aynı Hearst'ün grubun radikal politikasına bağlılığının özgür bırakıldıktan sonra sönmesi gibi, çocukların koruyucu anne babalarına karşı "sevgisi" ve itaat duyguları da zayıflar.

Doğu Teksas'taki koruyucu ailelerin ve "tutma terapileri"ne zaman zaman eşlik eden ÇKS yetkililerinin, bu terapilerin çocuklara ne kadar zarar verdiği konusunda hiçbir fikirleri yoktu. Bu "tutma" ideolojisi ailelerin dini inançlarıyla uyumluydu. Erken yaşlarında kötü muameleye maruz kalmış çocuklar şımarmıştı. Bu çocukların günahlarından arınmaları ve baştan çıkmamaları için iradelerinin kırılması gerekiyordu. Koruyucu aileler ve danışmanlar, çocukların biyolojik ailelerindeki ensest ve tacizlerin ancak "şeytani" bir tarikatın işi olabileceğini düşünüyorlardı. Öte yandan çocuklar Şeytan Ayini Tacizleri çalışma gruplarında söylenen tüm teşhis tanılarını taşıyorlardı. Biri ÇKS yetkililerinden birine, "Babam eğer ormana gidersek şeytanın bizi alacağını söyledi," demişti. Elbette, herhangi başka bir dinî inanca mensup bir ebeveyn de çocuğuna aynı uyarıda bulunabilirdi. Fakat kimse bunu düşünememişti.

Bu sebeple, çocuklara travmalarını atlatmaları ve kendileriyle bağ kurabilmeleri için yardım etmek isteyen Lappeler ve Barbara Baas "tutmaya" başladılar. İşte bu noktada, ne yazık ki hâlâ ruh-

sal sağlık alanında yaygın olan başka bir zararlı inanç daha devreye girdi. Ben bunu "psişik cerahat" teorisi diye adlandırıyorum. Bu, insanların travmalarını atlatabilmesi için, bazı zehirli hatıralarının, delinmesi gereken bir çıban gibi kazılması ve tartışılması gerektiğini savunan fikirdir. Hâlâ birçok kişi, terapilerde, kişisel tarihlerindeki "Rosetta taşlarını" ve o anki sorunlarını bir anda çözecek anıyı bulabilmek için saatlerini harcıyorlar.

Aslında hafıza böyle çalışmaz. Travmatik hafıza ile ilgili sorun bu anıların hatırlanmasındaki güçlük değil, geçmiş acı olayların günümüze olan etkilerinden kaynaklanır. Kişinin şimdiki durumunu etkileyen bir travmatik olayı tartışmak ve bilinçdışımızda bu olayın davranışlarımızı nasıl etkilediğini anlamak bize inanılmaz derecede yardım edebilir. Örneğin, bir çocuk daha önce denizde neredeyse boğuluyorsa ve şu an, o yüzden denize yaklaşmak bile istemiyorsa bu konu hakkında tam da deniz kıyısına gitmeden önce konuşması onun tekrar denize girebilmesine yardımcı olabilir. Aynı zamanda, bazı insanlar acı anılarından asla açıkça bahsetmeden veya onları hiç hatırlamadan korkularının üstesinden gelirler. İnsanları bulundukları anda olumsuz olarak etkilemediği halde, bu kötü anılara zorla odaklanmalarını istemek, bu kişilerin psikolojilerini kötü etkileyecektir.

Bir çocuğun savunma mekanizmalarına duyarlı olmak gerekir. 1990'ların ortasında yürüttüğümüz bir çalışmada, travmaları hakkında konuşmak için terapiye yönlendirilen, destekleyici aileleri olan çocukların, yalnızca belli semptomlar sergilerlerse terapiye gelmesi söylenen çocuklara oranla daha fazla post-tramvatik bozukluk yaşadığını gözlemledik. Çocukların haftada bir gördüğü terapi, semptomlarını azaltmak yerine daha da çoğaltmıştı. Bu çocuklar her hafta terapilerinden önce travmaları üzerine düşünmeye başlıyor; terapileri için kliniğe gelebilmek amacıyla okullarını veya okul dışı aktivitelerini bırakıyorlardı. Bazı vakalarda, çocuklar, normal stres reaksiyonlarının fazla farkında olmaya başlamışlar, terapiste söyleyecek bir şeyleri olsun diye

hafta boyunca olmuş tüm garip gibi görünebilecek olayları akıllarında tutmaya çalışıyorlardı. Bu, hayatlarını altüst ederek streslerini azaltmak yerine çoğaltmıştı. İlginç bir şekilde, terapi güçlü bir sosyal çevresi olmayan çocuklar için faydalı oluyordu. Büyük ihtimalle, bu seanslar onlar için sıradan hayatlarında olmayan bir duygusal destek işlevi görüyordu. Sonuç şu ki, kişisel ihtiyaçlar kişiden kişiye farklılık gösterir ve kimse, eğer istemiyorsa travması hakkında konuşmaya zorlanmamalıdır. Eğer çocuğun çevresinde duyarlı, ilgi ve alaka gösteren yetişkinler varsa küçük terapötik anların zamanı, süresi ve yoğunluğu çocuk tarafından belirlenebilir. Branch Davidian çocuklarıyla çalışırken bunu gözlemledik ve aynı ilkelerin sağlıklı bir sosyal destek çevresine sahip tüm kayıp ve travma yaşayan çocuklar için geçerli olduğunu düşünüyoruz.

Geçmiş bir travmanın tüm acı verici detaylarını hatırlamadan tedavi olunamayacağına inanmak, kendi kendini gerçekleştiren bir kehanet de olabilir. Bu sizin şimdiye odaklanmanız yerine sürekli geçmişle uğraşmanıza sebep olur. Örneğin, bazı çalışmalar geçmiş olumsuz olaylar üzerine uzun uzun düşünmenin depresyonu alevlendirdiğini tespit etmiştir. Hafızanın işleme biçiminden dolayı böyle düşünmek, sizin eski bulanık anılarınıza yeni bir ışık altında bakmanıza ve hiç yaşanmamış bir olayın, karanlıkların içinden bir travma olarak görünmesine yol açabilir. Küçük çocukların hafızalarının etki altında kalabilirliğine, bir de "tutma terapisi"ndeki fiziksel saldırıları ekleyince, felakete yeşil ışık yakmış olursunuz.

"Tutma terapileri" sırasında koruyucu ebeveynler ve bazen de danışmanlar ve "Şeytan Araştırmacıları" çocukları, şeytana tapan anne ve babaları hakkında sorguya çekiyorlardı. Çocuklar, anlattıkları hikâyelerin onların versiyonuna uygun olanını kabul edene kadar, uzun yönlendirici sorular soruyorlar ve parmaklarını çocukların göğüs kafesinin içine doğru bastırıyorlardı. Çocuklar kısa zamanda, anne ve babalarının tarikat üyesi olduklarını

söylerlerse ve yaptıkları ayinleri anlatırlarsa, "tutma"nın son bulacağını anlamışlardı. Koruyucu ebeveynlerin ayinsel taciz "teşhis"lerini doğrularcasına ve sorguyu yapanların sorularının yönlendirmesiyle, çocuklar hemen kurban edilmiş bebekler, insan eti yeme, şeytan maskeleri, ormanda ateşin etrafında toplanma ve şeytani sunak hikâyeleri uydurmaya başlamışlardı. Kısa bir süre sonra, çocuklar bir evde çocuk pornografisi için videoya kaydedildiklerini ve çeşitli cinayetlere tanıklık ettiklerini söylemişlerdi. Koruyucu ebeveynler başka çocukların da tarikatın tacizine uğrayıp uğramadığını sorunca, "tutma"dan kurtulabilmek için arkadaşlarının isimlerini vermeye başladılar. Sonuç olarak, iki çocuk daha anne ve babalarından alındı. Daha birçoğu da muhtemel taciz mağduru olarak tanımlanmıştı.

Neyse ki, bu "tutma seansları"nın ve bunlarla alakalı birçok "görüşme"nin ses ve görüntüleri kaydedilmişti. Hangi çocukların gerçekten anne baba mağduru olduğunu, hangilerinin isimlerininse, Vernon çocuklarının, kendilerini sorgulayanları memnun etmek için verdiğini tespit etmeye çalışırken, izlemesi ve dinlemesi ne kadar kötü de olsa, inanılmaz gerçekler su yüzüne çıktı. Bir kere şu hemen açıklığa kavuştu: Eğer ÇKS çalışanları suçlanan aileleri tanıyor ve onları seviyorsa (burasının küçük bir kasaba olduğunu ve herkesin birbirini tanıdığını hatırlayın) Vernon kardeşlerin suçlamalarını ciddiye almıyorlar ve başka kişilerin adlarını istiyorlardı. Öte yandan, onları sevmiyorlarsa aile soruşturmaya uğruyor ve çocukları ellerinden alınıyordu.

Brian bu şekilde, "terapötik" bir koruyucu aileye verilmişti. Brian akıllı, vicdanlı bir karaktere sahip sekiz yaşında bir çocuktu. Haberleri seyretmekten zevk aldığı için şerif gelip anne ve babasını, o ve erkek kardeşine cinsel taciz uyguladıkları için tutuklamadan önce Vernon vakasını televizyondan duymuştu. Vernonlarla aynı sokakta yaşıyorlardı. Çocuklarla arkadaş olduğu için daha önceki söylentilerden zaten haberdardı. Komşulardan ve televizyondan duyduklarına dayanarak Brian'ın ailesi yakın-

da, "şeytani" cinsel tacizciler olarak suçlanabileceklerini kestirmişlerdi. ÇKS'nin onu gelip aldığı gün Brian dışarıda oyun oynuyordu ve şerifin arabasını evlerine yaklaşırken gördü. Hemen koşup anne ve babasını uyardı. Ne yazık ki yapabileceği hiçbir şey olmadığı için anne ve babasının kelepçelenerek götürülmesini seyretti. Brian'ın evinden sevdiği tek bir eşyasını almasına izin vermişlerdi. Bir oyuncak yerine İncil'i seçmesi onun "şeytani" bir tarikat tarafından büyütülmediğinin göstergesiydi. Fakat kimse buna dikkat etmemişti.

Ne yazık ki Brian, haberlerde kasabalarında işlenen bir başka suçtan daha bahsedildiğini duymuştu. Sarışın bir amigo kız olan on yedi yaşındaki Kelly Wilson 5 Ocak 1992'de bir anda ortadan kaybolmuştu. En son Gilmer'daki çalıştığı dükkândan ayrılırken görülmüştü. Şimdi, ne cesedi bulunabiliyordu, ne de yaşadığına dair herhangi bir kanıt vardı. Ailesi kızın kaybolmasını polise bildirdiğinde görevde olan Komiser James York Brown olayı araştırmak için görevlendirilmişti.

Söylenenlere göre, Komiser Brown olayı özenle çalışmıştı. Kaybolan kızın resimlerini tüm kasabanın görebileceği yerlere asmış, şükran gününü bile genç kızın cesedinin kasabada bir tarlada olduğu yönündeki ihbarı (sonradan doğru olmadığı tespit edilen) değerlendirerek geçirmişti. Wilson'un nerede olabileceği hakkında en ufak bir bilgisi olan herkesin polisi bilgilendirmesini söyleyen büyük bir ilan panosunun dikilmesi için yerel bir şirketi finansal kaynak sağlamaları için ikna etmişti. Brown, kısa bir süre sonra daha önce bıçaklı saldırıdan mahkûm olmuş, amigo kızın daha önce çıktığı genç bir adamı şüpheli olmaya en yakın kişi olarak tespit etmişti. Esrarengiz bir biçimde, bu adamın arabası genç kızın kaybolmasından birkaç gün sonra satılmıştı. Daha da ilginci, araba bulunduğunda içinde olması gereken büyük araba paspası yoktu. Arabanın içi ve dışı iyice yıkanmış, temizlenmişti. Ortada hiçbir fiziksel kanıt yoktu.

Tüm bunlara rağmen, bu şüpheli ne sosyal hizmetlilerin ne de Vernon davasına bakan özel savcının ilgisini çekmişti. Eski erkek arkadaşın Vernonlarla hiçbir ilgisi yoktu. Eğer Kelly'yi öldürmüşse bu herhangi bir genç âşık katli olacaktı. Vernon çocuklarının anlattığı insan kurban etme hikâyeleriyle arasında bir ilişki kurulamayacaktı. Soruşturmayı yürütenler Vernonların ve onların "şeytani" takipçilerinin çocuklara, onları dövmek ve tecavüz etmekten daha fazlasını yaptıklarına emindi. Fakat ne bir ceset bulanabilmiş ne de Kelly Wilson'a kadar polise kayıp bir kişi başvurusunda bulunulmuştu.

ÇKS görevlileri ve "tarikat suçları" müfettişleri, Vernonlar ve bu genç kızın kaybolması arasında bir bağlantı olduğuna emindi. Bu amaçla zavallı Brian'a tam bir gün boyunca "tutma terapisi" uyguladılar. Brian'ın zekâsı sayesinde onu söylemeye zorladıkları hikâyeler diğerlerinden çok daha tutarlıydı. Dokuz yetişkin onu çevreleyip üzerine abanıp bağırmaya başlayınca Brian öyle korkmuştu ki, altına yapmıştı. Ona zorla söylettikleri hikâyeden dolayı Komiser Brown'a dava açıldı. Brian, Wilson'ın, Vernonların şeytan ayetleri sırasında kurban edildiğini söylemişti. "Mavi üniformalı" bir adamın orada olduğunu ve polis yetkililerinin "kötü adamlar" olduğu yönünde sözler de söylemişti.

Müfettişler ve savcının IQ'su yetmiş olarak belirlenmiş bir kadınla yaptığı on saatlik sorgulama sonucunda bu "kötü" adamlardan birinin James Brown olduğu tespit edildi. Patty Clark Vernon kardeşlerden birinin nikâhsız karısıydı. Taciz içeren ilişkiler geçmişi çok uzundu ve kendisi de koruyucu bir ailenin yanında yetişmişti. Vernon çocuklarına taciz uygulamakla suçlanıyordu. Savcı ve müfettişler ona, Kelly Wilson cinayeti ve James Brown'un bu işin içinde olmasıyla ilgili "gerçek"leri söylerse suçunun hafifletebileceğini söylemişlerdi. Sonradan Clark, müfettişlerin ona söylenenleri doğru düzgün tekrar edemediği için çok sinirlendiklerini ve ifadesini beyaz bir tahtaya yazdıklarını söyleyecekti. Sorgulama kayıtlarından ifadenin zorla alındığı açıkça belli olu-

yordu. Müfettişler ve savcı, kadına tekrar ve tekrar Brown'ın suç mahallinde bulunduğunu bildiklerini ve "doğruyu söylemezse" başına geleceklere hazırlıklı olması gerektiğini söylemişlerdi. Kayıtları okuyunca hangi tarafın daha az zekâ belirtisi gösterdiğini ayırt edemezsiniz. Zihinsel olarak geri olan kadını, çocukların "tutma terapi"lerinde anal seks için kullandığı terimi kullanmaya zorlayan sorgu memurlarının mı, yoksa en sonunda müfettiş ve savcının yardımıyla doğru terimi kullanmayı başarabilen, bundan önce ise en az yedi farklı sözcük denemiş olan zavallı Patty Clark'ın mı?

En sonunda Clark'ın alınabilen "ifade"sinde Wilson'ın gördüğü on günlük işkencenin ayrıntıları da mevcuttu. Wilson grup tecavüzüne uğramış, göğüslerinden biri kesilmiş, vücudu kanı aksın diye asılmıştı. Ayrıca Lappeler'in döverek komaya soktuğu Bobby Vernon Jr., Clark'ın oğluydu. Zorla alınan ifadeler birçok bakımdan problemlidir. En başta, elbette masum insanların suçlanmalarına sebep olurlar. Ayrıca sorgulayanların haberdar olmadığı bazı gerçekler su yüzüne çıktığında önce tanıkların sonra da kendilerinin güvenilirliği zedelenir. Bu gerçeklerden dolayı Gilmer'daki şeytan soruşturması daha fazla ilerleyemedi. Olayla ilgili birçok kanıtı Komiser Brown'ın kendisi bulmuştu. Bu yüzden de birçokları özel savcı ve emri altındakilerin polisi tarikat üyesi olarak gösterdiklerini düşünüyorlardı. Delillerle ilgili birden fazla problem vardı. Vernonları ve kayıp amigo kızı ilişkilendirecek herhangi bir fiziksel kanıt yoktu. Çocukların ambarlarda çocuk pornografisi çekildiği yönündeki iddiaları ne öyle bir ambar ne de herhangi bir video, film veya fotoğraf bulunamadığı için doğrulanamıyordu (kasabadaki herkes kontrol edilmişti). Vernonların arka bahçesinde gömülü bulunan kemiklerin insan kemikleri değil, hayvan kemikleri olduğu tespit edilmişti ve evlerinde bulunan "şeytan maskesi"nin ucuz bir Halloween kostümü olduğu anlaşılmıştı.

Diğer bir kanıt ise Kelly Wilson'ın kaybolduğu gece, kızın kaybolması ve ölümünden sorumlu ana failler olarak ihbar edilen "tarikat liderleri" Ward Vernon ve karısı Helen'in New York'ta olmasıydı. Bunu doğrulayan birden fazla belge vardı. Ward kamyon şoförüydü ve patronu, Ward'ın götürdüğü malların gemiye yüklendikleri tarihi içeren belgeler de dahil olmak üzere, Ward'ın seyahatlerinin kaydını tutuyordu. Ayrıca, kanıt olarak Ward'ın New York'ta benzin aldığına dair kredi kartı fişleri de vardı. Komiser Brown bu delillerin şeytan soruşturmacılarının Wilson'ın ölümü konusunda yanlış insanları tutukladığını işaret ettiğini ve tanıkların ifadelerinin güvenilir olmadığını söyleyince, özel savcı ona "Eğer soruşturmamı herhangi bir şekilde engellersen, seni kişisel, profesyonel ve maddi yönden mahvederim," demişti.

Savcı dediklerini yaptı da. Brian'ın "mavi üniformalı adam"ı Patty Clark sorgulamasında James Brown'a dönüştü. Kısa bir süre sonra, SWAT takımı zorbaca Brown'ın üzerine saldırarak onu tutukladı. Hangi suçlamaların baskısı altında yapıldığını, hangilerinin gerçek olduğunu nasıl belirleyecektim? Travmatize olmuş bu çocuklar için en güvenli yerin neresi olduğunu nasıl saptayacaktık? Onlara taciz uyguladıkları muhtemel anne babalarına mı verilmeliydiler, yoksa çok daha iyi araştırılmış koruyucu veya onları evlat edinecek ailelere mi? Brian ve kardeşinin ebeveynlerinden bir yanlışlık sonucu alındığına neredeyse emindim fakat ya anne ve babaları gerçekten onlara taciz uygulamış ve Vernon kardeşler de bundan haberdar ise ne olacaktı? Ya Bobby ve Patty'nin çocukları, yani tutuklanan ikinci grup kuzenleri daha fazla isim söylemeye zorlandığı için tutuklandıysa ne olacaktı? Sahip olduğumuz belgeler iki Vernon kardeşin, onların eşlerinin/kız arkadaşlarının ve Vernon büyükanne ve babalarının taciz uyguladığını gösteren fiziksel kanıtların olduğunu söylüyordu. Fakat soruşturma öyle karışıktı ki neye inanacağımızı bilmiyorduk.

Neyse ki, bizi bu bilgi enkazından gerçek verilere götürecek bir araç keşfettim. Houston'a taşındıktan hemen sonra 1990'ların başında Chicago'da birkaç maraton koşmuştum. Antrenman yaparken her zaman kolumda nabız atış hızımı takip eden bir cihaz taşıyordum. Bir gün, antrenmandan hemen sonra koruyucu aile yanında kalan bir çocuğa ev ziyaretinde bulunmam gerekiyordu. Eve geldiğimde cihaz hâlâ kolumdaydı. Küçük çocuk bana kolumdakinin ne olduğunu sordu. Ben de ona cihazın ne işe yaradığını anlatmaya çalıştım. Denemesi için bileğine taktığımda nabız sayısı onun yaşında bir çocuk için normal seviye olan yüzü gösteriyordu. Daha sonra birkaç formu arabada unuttuğumu fark ettim. Çocuğa benimle kâğıtları arabadan almaya gelmek isteyip istemediğini sordum. Sorumu duymamış gibi yaptı fakat cihaza bakınca nabzının 148'e çıktığını gördüm. Cihazın bozulduğunu düşünerek ekranına bakmak için iyice yaklaştım. Bazen lafları ağzımda gevelediğimden söylediklerimi tekrar ettim. Çocuk hareketsiz kaldı ve cihazın gösterdiği rakam daha da yükseldi. Şaşırmıştım. Ona benimle arabaya gelmesi konusunda daha fazla ısrar etmedim. Kâğıtları alıp geri geldim ve evdeki işimi bitirdim.

Ziyaretimden önce çocuğun geçmişini detaylarıyla bilmiyordum. Evine koruyucu ailesiyle durumu nasıl diye gözlem yapmaya gitmiştim. Ofise geri döndüğümde kayıtlarına bir göz attım. Çocuğun annesinin erkek arkadaşı tarafından (garajda) cinsel tacize uğradığını öğrendim. Bu adam çocuğa "Hadi gel dışarı çıkalım ve arabayla uğraşalım," dediği zaman bu, "Şimdi sana taciz uygulayacağım," anlamına geliyordu. Kazara çocuğa benimle arabama gelmesini söyleyerek travma işaretini vermiştim. Kalbin atış hızı ölçen bu cihazı başka çocuklarda hangi tür işaretlerin travma semptomlarını tetiklediğini öğrenebilmek için kullanmaya karar verdim.

Sık sık aynı tepkiyle karşılaştım. Eğer çocuk ona travmayı hatırlatacak herhangi bir koku, görüntü, ses veya bu durumda olduğu gibi sözsel bir önermeyle karşılaşırsa kalp atışı hızı çarpıcı

bir biçimde yükseliyordu. Bazılarında bu işaretler onların aşırı uyarılma tepkileri yerine dissosiyasyon semptomları deneyimlemesine sebep oluyorsa kalp atış hızları tam tersine düşüyordu. Aşırı-uyarılma kişileri daha hızlı bir kalp atışı gerektiren "savaş ve/veya kaç"a hazırlarken; dissosiyasyon kişilerin kalp atışlarını, nefes alıp vermelerini ve diğer fonksiyonlarını yavaşlatırken, onları kaçınamayacakları strese hazırlar. Henüz üzerinde fazla çalışma yapılmamış olsa da ve her vakada işe yaramamışsa da, ben çalışmalarımda kalp atış hızı cihazından çok faydalandım. Özellikle bize neler olduğunu söyleyemeyecek kadar küçük olan çocuklarda, bir kişinin veya belirli bazı şeylerin travmatik anıların uyanmasına sebep olduğunu bilmek onlara kimin veya neyin zarar verdiğini anlamamıza yardımcı olacaktı.

Bu metodu artık bir grup evinde yaşayan Brian'da denedim. Bu noktada anne ve babasından ayrılalı iki yıl olmuştu ve onları çok özlediği her halinden belliydi. Defalarca ona eğer konuşmak istemediği bir konu olursa kesinlikle konuşmak zorunda olmadığını, bunu bana söylemesinin yeterli olduğunu ve geçmişte yalan söylediğini anlatırsa ona kimsenin zarar vermeyeceğini söyledim. Kendisine bunun olanları kendi tarafından anlatması için bir şans olduğunu söyledim. Sonra da onunla bir süre boyama yaptık.

Brian, Barbara Bass'ın evinde kalmıştı. "Tutma" terapilerinin ve "soruşturma"ların çoğu onun evinde olmuştu. Ona "terapötik" koruyucu evinin nasıl olduğunu ilk sorduğumda bana, "Aslında eğlenceliydi," demişti. Onu, iyi veya kötü şeyleri anlatması konusunda yönlendirmeden bu konuda biraz daha konuşması için cesaretlendirdim.

"Orda sevmediğim tek şey bizi öyle sıkıca tutmalarıydı," dedi hemen.

"Nasıl yani?" diye sordum.

"Seni en başta merdivenlerde koşturuyor. Sen öyle çok yoruluyorsun ki, ağlıyorsun. Sonra odaya gidiyoruz, seni yatağa yatırıyor, yanlarına bastırmaya başlıyor, Öyle çok bastırıyor ki çok

acıyor, sen bağırıyorsun, bütün kızgınlığını dışarı çıkartıyorsun. Sonra da ona neye kızdığını söylüyorsun."

"Sana neye kızdığını söyle dediğinde ne demek istiyor?"

"Sinirlendiğin şeyler yani... Sonra da sana istemediğin şeyler söyletiyor."

"Ne gibi?"

"Annenin babanın sana yapmadığı şeyleri söyletiyor."

"Sana bunu mu söyletiyor?"

Ağladı ağlayacak bir durumda olan Brian'ın kalp atış hızı iyice yükselmişti ve daha fazla konuşamadan kafasını salladı.

"Bana bir örnek verir misin?"

"Senin canını yaktıklarını söyletiyor. Bir terapisti falan görmeden önce hep bizi böyle tutuyordu."

"Haftada kaç kere oluyordu bu?"

"Herhalde ayda bir ama nereye gittiğimize göre değişiyordu. Eğer tanıklık yapmaya gideceksek veya terapisti görmeye falan o gün bize "tutma terapisi" yapıyordu. "

Barbara'nın ona doğru olmayan şeyleri nasıl söylettiğini sordum.

"Yanlarına canını çok acıtana kadar bastırıyor, en sonunda sana söylediklerini tekrar ediyorsun çünkü çok acıyor."

"Sana neler söyletiyordu?"

Brian artık gözyaşlarını tutamıyordu. Hıçkıra hıçkıra ağlamaya başladı. "Annemle babamın bana yapmadığı şeyleri söyletiyordu," diyebildi. Ona tekrar bana söylemek istemediği herhangi bir şeyi söylemek zorunda olmadığını, istemediği veya doğru olmadığına inandığı şeyleri ona asla zorla söyletmeyeceğimi tekrarladım. Fakat Brian cesur bir çocuktu. Ona biraz kâğıt mendil verdikten sonra bana tüm hikâyeyi anlatmak istediğini söyledi. Bana anne ve babasından alındığı günü anlattı. Annesi ağlamaya başlayınca gideceğini anlamıştı. Brian'a sevdiği tek bir şeyi alabileceği söylenmişti. O da İncil'ini almıştı. Ne olup bittiğini anlamayan bir yaşındaki kardeşini nasıl avutmaya çalıştığını, bebeğin

uykusundan uyandırıldığı için sürekli ağladığını anlattı. Zavallı küçük annesine geri verildiğinde onu tanıyamamıştı.

Brian'a, Kelly Wilson'ın "şeytani" ayinsel katliyle ve şahit olduğunu iddia ettiği diğer zorbalıklarla ilgili sorular sorduğumda ne ağladı ne de kalp atış hızında bir yükselme oldu. Gayet sakin bir şekilde bu hikâyeleri Barbara onun canını daha fazla yakmasın diye uydurduğunu söyledi. "Tutma" terapilerini ve ailesinden nasıl koparıldığını anlatırkenki ruh halinin aksine, "bebek öldürmeleri" gibi konulardan bahsederken Brian'da ne sözel ne de fiziksel bir korku belirtisi yoktu. Erkek kardeşine duyduğu sevgiden ve anne babası hakkında yalan söylemekten duyduğu rahatsızlıktan, bu çocuğun çok duyarlı, ahlaklı ve şefkatli bir çocuk olduğunu anlayabiliyordum. Böyle bir çocuk herhangi bir cinayete şahit olsaydı buna acı ve dehşetle tepki verirdi. Yalnızca sosyopatlar bu tarz bir olaya duygusuzca tepki verirlerdi. Brian'ın bu iki deneyime bu kadar farklı tepkiler vermesi imkânsızdı. Daha sonra, velayet davasına bakan hâkimi Brian ve kardeşinin anne babasına geri verilmesine ikna edebilmek için bu konuda uzunca bir açıklama yapmak zorunda kalacaktım.

Vernon çocuklarının tam olarak neler yaşadığını anlayabilmek daha da zordu. Kimse anal ve genital bölgelerinde yaralar olan çocukları onlara tecavüz edenlere geri vermek istemiyordu. Fakat cinayet ve "şeytani" ayinlerle ilgili yapılan yanlış suçlamalar çocukların güvenilirliklerini öyle zedelemişti ki, şu aşamada anne ve babaları çocukların söylediği her şeyin yanlış olduğunu çok rahat iddia edebilirlerdi. Kalp atış hızları, diğer psikolojik ve duygusal işaretlerden yola çıkarak bu çocuklara kimin zarar verdiğini tespit edebilmeyi umuyordum. Böylece onları kendileri için en uygun yerlere yerleştirebilecektik.

Anne ve babasının evinden iki yaşındayken alınan küçük bir kızla konuştum. Annie şu yaşına kadar öyle çok profesyonel ile konuşmuştu ki, artık bizim mimiklerimizi çok rahat taklit edebiliyordu. Görüşmemizin bir aşamasında dönen sandalyelerden

birine oturdu. Sonra da kendisini ileri geri sallayarak şöyle dedi, "Bana biraz kendinden bahset. Benim adım Annie ve benim kahverengi saçlarım ve kahverengi gözlerim var ve şimdiye kadar 10.000 koruyucu aile gezdim." Bir yandan da elindeki şişeden gazozunu içerken her yudumdan sonra geğiriyordu. Ona şeytan ve öldürmelerle ilgili söylediklerinin nereden kaynaklandığını sordum.

"Esas babamdan kaynaklanıyor. Bütün o bebekleri o öldürdü, sonra da beni onları öldürmeye zorladı yoksa ben ölecekmişim ve bebekler de ölecekmiş zaten," dedi. Gülümsedi ve biraz daha gazoz içti. Kalbin atış hızı ölçen cihazda hiçbir değişiklik olmadı.

"Bunları nasıl hatırlayabiliyorsun?" diye sordum.

"Hatırlıyorum çünkü kardeşim bana söyledi," dedi bacaklarını sallayarak. Bu olanları kendisinin hatırlayıp hatırlamadığını sorduğumda ise hatırlayamadığını çünkü üç yaşından önce yaşadığı hiçbir şeyi hatırlamadığını söyledi.

Ona "tutma terapileri"ni hatırlayıp hatırlamadığını sorduğumda ise yüzü bir anda karardı, "Evet hatırlıyorum ve bundan bahsetmek istemiyorum," dedi ciddi bir ses tonuyla. Sonrada koruyucu anne babasının ve diğer yetkililerin onu nasıl hep geçmişi hakkında konuşmaya zorladığını ve kendisine bebekleri onun öldürdüğünü söylediklerini anlattı.

Daha sonra babasının ona cinsel tacizde bulunup bulunmadığını sorduğumda hiç konuşmak istemedi. "Beni oralarına dokunmaya zorladı, istemediğimi söyleyince de elimi zorla oraya götürdü," diyerek pencereden bakmak için sandalyesinden kalktı. Bu olayın birden fazla kere mi olduğunu sorunca, gözleriyle yere bakmaya devam ederken başını salladı. "Sürekli elimi oraya sürmemi söylüyordu, yapmak istemediğimi söyleyince de, 'Ne yapacağımı bana sen söylemeyeceksin yoksa öldürürüm seni,' diyordu."

Şimdi yüzünde bir korku ifadesi belirmişti ve dissosiyasyon tepkisinin semptomlarını hem hareketlerinde hem de kalp atış hızında görebiliyordum. Sonunda sandalyesine geri döndü ve "Ward Vernon ismine dayanamıyorum," dedi. Daha önce çizim yaptığı kalemi eline alıp, onu ileri geri oynatarak kâğıdı karalamaya başladı. Sanki az önce bahsettiği ismi kâğıttan sonsuza dek kazımak istiyordu. Küçük kız üvey annesinden bahsederken de benzer tepkiler verdi. Fakat gerçek annesinin ona asla zarar vermediğini söyledi.

Ablalarından biri olan Linda ile konuştuğumda bana şeytan tacizi olduğuyla ilgili ilk fikrin Barbara'nın ağzından çıktığını söyledi. "'Evet, şimdi Helen'le zindandasın değil mi?' diyerek beni ağlatana kadar üzerime abanırdı. Öyle acıtıyordu ki, istediği her şeyi söylerdim. Zaten her şeyi bize o söyletiyordu." Linda da babasının ve üvey annesinin yaptığı cinsel tacizleri büyükanne ve babasının da onlara nasıl katıldığını ayrıntılarıyla anlattı. "Bunları hemen hemen her gün yapıyorlardı," dedi. Bunları onun mu hatırladığını yoksa birilerinin ona söylettirdiğini mi sorduğumda sert bir ifadeyle, "Bunlar yedi yaşındayken olsaydı sende hatırlardın," dedi. Aile üyeleri tarafından taciz gördüğünü anlatırken verdiği fizyolojik tepkiler anlattıklarının doğruluğunu kanıtlar nitelikteydi. Fakat "şeytani" ayinler ve cinayetler konusunda aynı şey söz konusu değildi. Sonunda, Vernon ailesinden hiçbir çocuk muhtemel taciz riskleri olduğu için biyolojik ailelerine geri verilmedi.

Bu vakanın (duygusal açıdan yüklü durumlarla uğraşan ailelerin de göz önüne bulundurması gereken) en rahatsız edici taraflarından biri, bu içler acısı soruşturma sırasında yayılan korkunun normal durumlarda mantık sınırları içinde hareket eden insanları nasıl tuhaf davranışlara sürüklediğiydi. "Şeytani" ayin tacizleri ile ilgili suçlamalar yapıldıktan sonra âdeta kendi kendilerine büyüdüler. Ruh sağlığı konusunda yüksek eğitimi olan, devletin bu konularla ilgilenen, önemli konumlarında bulunan

ve hatta başında bulunduğum ekipten bazı kişiler bile empoze edilen bu korku ve yalan ikliminden nasibini aldı.

Çocuklar evlerinden alındıktan ve "şeytani" tacizle ilgili suçlamalar etrafa yayıldıktan sonra onlarla ilgilenen herkes Satanistlerin çocukları kaçıracağından, onlara yardım eden herkesi de öldüreceğinden neredeyse emindi. "Tarikat liderleri"nin ve cinsel tacizlerle cinayete dahil olan herkesin hapse yollanmış olmasına rağmen, şeytan müfettişleri, sosyal görevliler ve koruyucu ebeveynler hâlâ daha büyük komplonun olduğundan şüpheleniyorlardı. Kendilerinin her an bir cinayete kurban gidebileceğinden korkuyorlardı. Öyle paranoyakça davranmaya başladılar ki, tarikatın henüz "yakalanmamış" üyelerinin gazabından korunmak için çocukları Doğu Teksas'a gönderdiler (Bobby Vernon orada komaya girene kadar dövülmüştü). Lappeler'in intiharı da tarikatın hâlâ etkili olduğuna dair bir kanıt olarak görüldü. Tarikatın gücü ve "şeytani" aktivitelerine dair inanç bir kez yaygınlık kazandığında sonradan ortaya çıkarılan buna karşı birçok kanıt sürekli görmezden gelindi.

Lappeler'in intiharı anlaşılması çok güç bir olay değildi. Kendi sorumlulukları altında olan bir çocuğu komaya girene, çocuğun kafatası kırılana kadar dövmüşler, zavallıyı hiç çıkamayacağı bitkisel hayata mahkûm etmişlerdi. İntiharlarının kaynağı suçluluk, utanç, acı gibi duygulardı. Herhangi bir "şeytani" tarikatın olaya dahil olmasına gerek yoktu. Tüm bunlara rağmen, başlangıçtaki tahminlerini tekrar gözden geçirmek yerine soruşturmaya dahil olanlar gerçeklerden daha da uzaklaşmıştı.

Gilmer kasabası da ikiye bölünmüştü. Bazıları orada "şeytani" bir tarikatın yaşadığını, insanları öldürdüğünü ve eylemlerine devam ettiklerini düşünürken, diğer bir grup masum insanların gerçek olamayacak kadar abartılı suçlarla itham edilip, çocuklarını boş yere kaybettiklerini düşünüyorlardı. Kelly Wilson'ın anne ve babası da bu bölünmeye bir örnekti. Kelly'nin annesi Komiser Brown'ın "şeytani" bir tarikatın üyesi olduğunu düşünüyordu.

Ona göre kızını kaçırıp öldüren kişi de oydu. Kelly'nin babası ise tam tersine Komiser Brown'ın boş yere tutuklandığını, esas katilin ise bulunamadığını düşünüyordu.

Velayet davalarına bakan hâkim "şeytani" ayinlerin olduğuna kesinlikle inanıyordu. Daha önce Brown'ı suçlu bulan büyük jüri Teksas eyalet avukatı onlara daha önce sunulan kanıtların neden güvenilir deliller olmadığını açıkladığı halde davayı düşürmüyordu. Sonunda, başka bir hâkim bütün suçlamaları düşürdü. Fakat Gilmer sakinlerinin çoğu şeytana tapanların hâlâ orada olduklarını, toplanıp çocukları taciz ettiğini ve hatta çocukları öldürdüğünü düşünmeye devam etti. Bu dava sürerken ben de tarikat üyeliği ile suçlandım. Gilmer'daki korku atmosferi devam etti. On altı çocuğun zorla alınmış ifadeleri dışında hiçbir kanıt olmadığı halde, 21. yüzyılda yaşayan bu kasaba sakinleri altı yetişkini hiç işlemedikleri bir suçtan dolayı mahkûm etmeye hazırdı. Üstelik bunlardan biri olayı araştırmak için görevlendirilmiş bir polis memuru, bir diğeri de suçun işlendiği gün kendisinin ülkenin öbür ucunda olduğunu kanıtlayan benzin istasyonu fişleri ve patronun kayıtları olan bir adamdı.

İnsanlar duygusal kötü etkilere karşı çok hassas sosyal hayvanlardır. Sürü mantığı söz konusu olduğunda eğitim, mantık ve zekâ hiçbir şey ifade etmeyebilir. Başkalarından gelen duygusal işaretleri hızlıca anlayamayan ilk insanlar hayatta kalamazlardı. Bu duygusal işaretleri iyi takip ediyor olmak sosyal başarının anahtarı olduğu gibi, Connor'ın durumunda olduğu gibi bunları algılayamıyor olmak ciddi bir dezavantajdır. Fakat ne yazık ki, bu mirasın Gilmer'daki cadı avı gibi "yan etki"leri de olabilir.

BÖLÜM 8

Kuzgun

On yedi yaşındaki Amber bir lisenin tuvaletinde bilincini kaybetmiş olarak bulunmuştu. Kalp atışları yavaş, kalp basıncı çok zayıf, nefes alıp vermesi ağırdı. Okul tarafından aranan annesinin, Jill hastanenin acil bölümüne geldiğinde aklı başından gitmişti. Ben de tam o sırada acile gelmiştim. O ay acilde görevli doktor bendim. Çocuk psikiyatristi bir arkadaşımın her an intihara meyilli bir ergenle ilgili değerlendirmesini gözden geçiriyordum.

Bir grup doktor Amber'ın durumunu değerlendirirken, bir anda genç kızın kalbi durdu. Doktorlar kalp masajıyla kızı hemen hayata döndürdüler fakat Jill gördüklerinden dolayı dehşet içindeydi. Doktorların yoğun çabasına rağmen Amber'in bilinci yerine gelmiyordu. Annesi kontrolünü kaybetmişti. Diğer doktorlar Amber'la daha soğukkanlı bir şekilde ilgilenebilmek için benden annesini sakinleştirmemi istediler. Genç kızın kanında uyuşturucu bulgularına rastlanmamıştı. Jill'in hatırladığı, kızının durumunu açıklayacak herhangi geçmiş bir sağlık problemi bulunmuyordu. Bu nedenle de doktorlar kalp yetmezliği, beyin tümörü veya felç ihtimalleri üzerinde duruyordu.

Jill'i kızının yatağının başında onun elini tutmuş ağlarken buldum. Bana yalvaran gözlerle baktı. Ona hastanenin çok donanımlı olduğunu ve kızına mükemmel bir şekilde bakıldığını söyledim. Ardından, bana ne doktoru olduğumu sordu. Çocuk psikiyatristi olduğumu söylediğimde ise yüzü iyice buruştu.

"Buraya onun öleceğini söylemek için mi geldiniz?"

"Hayır," dedim hemen. Ekibin diğer üyelerinin Amber'a ne olduğunu bulmaya çalıştığını söyledim. Annenin biriyle konuşmasının onu rahatlatacağını düşündükleri için bu görevin bana verildiğini belirttim. Gözlerimin içine baktı ve doğru söylediğimi anladı. Gözle görünür bir şekilde duygudurumu değişti, rahatladı. Ben de kendi kendime (bu ilk defa değildi) tıp dünyasında dürüstlüğün fazla hafife alındığını düşündüm.

"Neden bana neler olduğunu söylemiyorlar?" diye sordu. Ben de diğer doktorların ondan hiçbir şey saklamadıklarını, gerçekten Amber'a ne olduğunu kendilerinin de bilmediklerini söyledim. Ne olduğunu anlayabilmek için dosyasına bir göz atıp geleceğimi söyledim.

Odadan çıktım ve Amber'ın dosyasına baktım. Biri nöbetçi doktor olmak üzere iki doktorla konuştum. Genç kız tuvalette baygın bir şekilde bulununca okulun nasıl acil bölümünü aradığını anlattılar. Yaşamsal işaretleri istikrarlıydı fakat kalp atış hızı dikkat çekecek derecede düşüktü. Dakikada kırk sekiz ile elli iki arasında atıyordu. Onun yaşındaki bir genç için dinleniyor durumda kalp atış hızının yetmiş ila doksan arasında olması gerekiyordu. Revir görevlileri onu hastaneye getirmişlerdi. Hastane ekibi hastanın değerlendirmesini yaparken kalbi durmuştu. "ER" dizisine benzer dizilerden dolayı artık herkesin aşina olduğu sahnelere benzer bir şekilde tekrar hayata döndürülmüştü.

Bu noktada Amber dört saattir acildeydi. Bu zaman zarfında ayrıntılı nörolojik incelemesi de yapılmıştı ve beyninde herhangi bir anormallik söz konusu değildi. Onu inceleyen kardiyoloji bölümü de semptomlarını açıklayabilecek herhangi bir anormallik bulamamıştı. Tüm kan tahlilleri de normal görünüyordu. Toksikoloji verileri de hep olumsuzdu. Doğru tahmin etmiştim, Jill'e hiçbir şey söylenmemişti çünkü kimse ne olduğunu bilmiyordu.

Odaya geri dönüp Jill ile öğrendiklerimi paylaştım. Sonrada, hipnoza başlamadan önce kişileri rahatlatmak için kullandığım bir taktiği kullanarak ona Amber'ın hayatıyla ilgili sorular sorma-

ya başladım. Aynı zamanda, genç kızın geçmişiyle ilgili herhangi bir şeyin yanlış gidip gitmediğini de öğrenmeyi amaçlıyordum.

"Bana biraz kızından bahset," dedim. Bu alakasız görünen soru karşısında Jill şaşırmış gibiydi. "Nerede doğdu mesela?" diye devam ettim. Jill düşünmeye başladı. Sonra da bana büyük ihtimalle bundan önce yüzlerce kez mutlulukla anlattığı kızının doğum hikâyesini anlattı. Bu tür anıları anlatırken çoğu kişinin ruh hali hemen değişir. Jill de kızının doğumunu anlatırken görüşmemizde ilk defa olarak gülümsedi. Jill'in ne zaman sesi titremeye başlasa Amber'ın okuldaki ilk günü, çocukken dinlemekten en zevk aldığı hikâyeler gibi olumlu konulardan söz açmaya çalışıyordum.

Bununla birlikte, Jill'in uzunca zaman dilimlerini anlatmadan geçtiğini fark ettim. Ayrıca yüz ifadesinden zor bir hayatı olduğu anlaşılıyordu. Otuzlu yaşlarının ortasında olmasına rağmen on yaş daha yaşlı gösteriyordu. Sarıya boyanmış saçları zayıftı, yüzü kırışıklarla doluydu. Elbette hasta çocuğunun başucunda kimse çok iyi görünemeyebilir fakat Jill'in bulunduğu yere gelene kadar çok şeyler yaşadığı her hâlinden belli oluyordu. Yavaş yavaş bana çalıştığı farklı işlerden, uzun süreli olmayan ilişkilerinin peşinde Amber'la bir eyaletten diğerine yolculuk ettiğinden, hayal kırıklıklarından bahsetti. Fakat artık iyi bir işi vardı, yönetici asistanlığı yapıyordu ve Teksas'ı evi olarak görüyordu.

Jill'i dinlerken bir yandan kızına da bakıyordum. Amber'ın saçları siyaha boyanmıştı. Bir kulağında üç, diğer kulağında iki hızması vardı. Bir anda kolundaki kesikler gözüme çarptı. Bileğinin üst tarafında onlarca küçük kesik vardı. Arada bir de çapraz kesikler göze çarpıyordu. İzlerin derinliği ve şekli Amber'ın bunları kendi kendine yaptığına işaret ediyordu.

Kesiklerin Amber'ın şu an ki durumuyla bir bağlantısı olup olamayacağını öğrenebilmek için annesine yakın zamanda Amber'ı üzmüş olabilecek herhangi bir olayın olup olmadığını sordum. Anne biraz düşündükten sonra çığlığını bastırmak ister

gibi ellerini ağzına götürdü. Birkaç gece önce Jill'in eski erkek arkadaşlarından biri olan Duane telefon etmişti. Jill sekiz yıl önce Duane'in birden fazla kez o zaman dokuz yaşında olan kızına tecavüz ettiğini öğrendikten sonra ondan ayrılmıştı. Taciz birkaç yıl devam etmişti. Amber hastaneye kaldırılmadan bir gece önce telefona bakmıştı. Duane gelip onları ziyaret etmek istediğinden bahsetmişti. Bu sırada telefona yetişen Jill, Duane'e ne kızının ne de kendisinin onunla bir işi olmayacağını söylemişti.

Birçok "kesici", geçmişlerinde travmaya maruz kalmıştır. Sonradan Amber'ın da bu "kesici"lerden biri olduğunu öğrenecektim. Kendilerine bu şekilde acı verince orijinal travma durumlarındaki dissosiyasyon durumuna dönüyorlardı. Gündelik olayların zorluğundan veya travmatik anılardan kaçmak istediklerinde bileklerini kesiyor ve böylece rahatlıyorlardı. Daha önce bahsettiğimiz gibi, dissosiyasyon durumlarında kişiler gerçek dünyadan koparak kendilerini bir rüyadaymış gibi hissederler. Bu bilinçsizlik devresinde, ne fiziksel ne de duygusal hiçbir acı hissetmezler. Bu deneyimler beynin doğal benzeri bir madde olan opiodu yüksek seviyelerde salgılamasıyla bağlantılıdır. Salgılanan bu madde sayesinde ağrılar hissedilmez, kişi kendisini rahatsız eden düşüncelerden uzaklaşır. Kemirgenler üzerinde yapılan bir araştırma bu hayvanların elle iyice sıkıldığında (ki bu onlar için çok stresli bir deneyimdir) beyinlerinin endorfin ve enkefalin diye bilinen yüksek miktarda doğal opioid salgıladığını tespit etmiştir. Yaşamlarını tehdit eden bir olay yaşayan kişiler sık sık her şeyi bir hayal gibi yaşadıklarından bahsetmiştir. Bu, opioid uyuşturucuları alan kişilerin hissettiklerine benzer. Endorfin ve enkefalinler vücudun fiziksel ve duygusal acıyla başa çıkmasını sağlayan beynin stres tepki sistemlerinin en önemli parçalarından biridir.

Amber'ın fizyolojik durumu bana aşırı dozda eroin almış bir insanın durumunu hatırlattı. Tek fark aşırı doz mağdurlarının aksine Amber'ın kendi kendine nefes alabiliyor olmasıydı. Kendi kendini yaralamasını ve bir gece önce tacizcisiyle yaşadığı bek-

lenmedik iletişimi düşündüm. Acaba bu beyninin kendi salgıladığı opioidler sayesinde aşırı doz seviyesine geçmesini sağlayan had safhada bir dissosiyasyon tepkisi olabilir miydi?

Bu ihtimalden ilk söz ettiğimde acil servis doktorları bunun saçma olduğunu düşündüler. Kendim de bunun uzak bir ihtimal olabileceğini tahmin ediyordum. Daha önce bu tarz bir olaya hiç rastlamamıştım. Yine de opioidin antidotu Nalokson'un güvenli bir ilaç olduğunu biliyordum. Aslında bu öyle zararsız bir ilaçtı ki, bazı tedavi programlarında doz aşımına uğrayan bağımlılara veriliyordu. Benzer fakat daha uzun süre etkisi olan Naltrekson adlı ilacı biz de kliniğimizde dissosiyasyon durumuna yatkın olan çocuklarda, onlara travmalarını hatırlatan durumlara maruz kaldıklarında tepkilerini ayarlamak için kullanıyorduk. Yapılan yeni testlerden yeni sonuçlar gelmeyince ve Amber birkaç saat daha tepkisiz kalmaya devam edince doktorları Nalokson'a bir bir şans vermeye karar verdiler.

Sıradan opioid aşırı dozlarında olduğu gibi çok hızlı sonuç alındı. İğne olduktan doksan saniye sonra Amber gözlerini kırptı. Birkaç dakika sonraysa yatağında oturmuş nerede olduğunu soruyordu. Hayatı hakkında daha fazla bilgi edinince, öğreneceğim gibi semptomlarına travmatik anılara karşı geliştirdiği dissosiyasyon tepkisinin neden olduğu en mantıklı açıklama gibi duruyordu. Bu hem onun hastaneye yatmasına sebep olan bilinç kaybını hem de Nalokson'a karşı tepkisi açıklıyordu.

Bir gece boyunca hastanede gözlem altında tutuldu. Sabahleyin onu görmeye gittim. Uyanmıştı ve yatağında oturuyordu. Çizim yapıyor ve günlüğüne yazıyordu. "Seninle dün tanıştık fakat eminim beni hatırlamıyorsun," diyerek kendimi tanıttım.

Önce kotuma, terliklerime bakarak beni iyice süzdü sonra da bana, "Hiç doktora benzemiyorsun," dedi. Şüpheci bir hâli vardı. Fakat aynı zamanda kendine güvenli, rahat görünüyordu. Çizimine devam etti.

"O deli doktoru sen misin?" diye sordu gözlerini kâğıttan ayırmadan. Günlüğünde eski kaligrafileri hatırlatan incelikli dizaynlar vardı. Her bir sayfanın kenarına yılana benzer farklı yaratıkların resimleri çizilmişti. Onu izlediğimi fark etti ve yavaşça günlüğünü kapadı. Fakat günlüğünü kaparken aynı zamanda sayfalardaki çizimleri bana daha da net bir şekilde göstermek ister gibi bir havası olduğunu fark ettim. Çünkü çizimleri günlüğünün kapağından dolayı iyice göremiyordum. Konuşmak istiyor diye düşündüm.

"Annenle biraz senden konuştuk," dedim. "Seni çok seviyor fakat biraz endişeli. Geçmişte yaşadıklarına dair birisiyle konuşmanın sana iyi geleceğini düşünüyor." Ona söylediklerimi özümsemesi için biraz zaman verdim. Sonra da onu dinledim.

"Annem seni sevmiş," dedi. Konuşurken direkt gözlerimin içine bakıyordu. Sonra da bir şeyler düşünür gibi uzaklara baktı. Annesinin hayatına soktuğu, onu inciten bir başka adam mı olacaktım? İlk hastam Tina gibi tüm erkeklere karşı güvensizlik mi duyuyordu? Beyninin bir kısmı annesinin hoşlandığı her erkekten nefret mi ediyordu? Kadın doktorlarımızdan biri mi onunla çalışmalıydı? Fakat içgüdülerim bana anlaşacağımızı söylüyordu. Eninde sonunda erkeklerle özdeşleştirdiği olumsuz imgelerin yerine yeni bir şeyler koymalıydı. Erkeklerle, dürüst, öngörülebilir, güvenli ve sağlıklı bir ilişki deneyimlemesi gerekiyordu.

Durumu başka bir perspektiften açıklamanın Amber'ı rahatlatacağını düşünerek, "Bence annen sana yardım edebildiğimiz için bizi seviyor," dedim. "Bana Duane ile olanları anlattı. Ancak ondan sonra sana yardım edebilmenin yolunu bulduk. Bence tüm bu olanlar hakkında birileriyle konuşmanın sana çok yardımı dokunacak. Dünkü gibi bir olayın bir daha gerçekleşmemesi için bu gerekli olabilir."

"Onunla ilgili her şey *sona erdi*," dedi Amber.

Elini tuttum, avucunun içini açıp en başta kolundaki kesiklere sonra da ona baktım. "Emin misin?" dedim.

Elini çekti. Kollarını kucağında kavuşturdu ve gözlerini uzak bir noktaya dikti.

"Bak, beni tanımıyorsun, hakkımda hiçbir şey bilmiyorsun. Bu yüzden de beni tanımadan bana güvenmemelisin. O nedenle sana küçük bir şey söyleyeceğim. Ben birazdan gidince benimle konuşup konuşmayacağına sen karar vereceksin. Ne karar verirsen bu son karar olacak. Benimle görüşmek istemeyebilirsin, bu senin seçimin. Kontrol sende." Travmatize olmuş çocuklarla yaptığımız klinik çalışmalardan basitçe bahsettim. Bizimle çalışmanın ona katabileceklerinden ve bizim kötü muamele görmüş çocuklarla olan çalışmalarımıza, onun sayesinde öğrendiklerimizin nasıl bir faydası olabileceğinden söz ettim.

Biraz durup onu izledim. Bakışlarından hâlâ benim nasıl biri olduğumu çıkarmaya çalıştığı belliydi. Onun deneyimlediği bazı duyguları bildiğimi bilmesini istedim. Bu yüzden devam ettim.

"Endişelendiğin zaman kendini kesmek istediğini biliyorum. Jileti bileğine sürdüğün ilk an bir rahatlama hissettiğini biliyorum." Bana sanki büyük bir sırrı açıklıyormuşum gibi baktı. "Bazen okulda öyle geriliyorsun ki, tuvalete gidip kendini birazcık da olsa kesmek için sabırsızlanıyorsun. Sıcak günlerde bile kollarındaki izleri saklamak için uzun kollu bluzlar giydiğini biliyorum."

Konuşmayı kestim. Birbirimize baktık. Onunla el sıkışmak için elimi uzattım. Bir an o da bana baktı ve sonra o da elini uzattı. Ona herhangi bir sorusu olursa ve benle bir görüşme için randevu almak isterse diye, geri geleceğimi söyledim.

Geri geldiğimde Amber ve annesi beni bekliyorlardı. "Eve gitmeye hazırsın galiba." dedim. "Haftaya benimle görüşmeye ne dersin?" diye de ekledim.

"Elbette," dedi. "Tüm o dediklerini nasıl bildin?" Sormadan edememişti.

"Bunları haftaya konuşabiliriz. Şimdi şu aptal önlüğü çıkar, eve git ve annenle güzel bir gece geçir." O anı basit şeylerden

konuşarak geçirmeye çalıştım. Travmanın yavaş yavaş atlatılması gerekiyordu. Anne de kızı da son iki günde yeterince şey yaşamıştı.

Terapiye başlayınca Amber bana beklediğimden çok daha az bir zamanda açıldı. Haftalık bir terapide, genelde hastanın doktoruyla en derin düşüncelerini paylaşması birkaç ayı bulur. Amber ise üç dört hafta gibi kısa bir süre sonra bana Duane'in onu taciz ettiğinden bahsetti.

"Taciz edildiğimden konuşmamı istemiyor musun?"

"Konuşmak için hazır olduğunda konuyu senin açacağını düşündüm."

"Bu konuyu fazla düşünmüyorum. Hatırlamak istemiyorum."

Ne zaman bunu düşündüğünü sordum.

"Bazen uyuyacağım zaman," dedi. "Sonra da gidiveriyorum."

"Gidiveriyorum?"

Dissosiyasyondan bahsettiğini biliyordum. Fakat bunu kendi kelimeleriyle anlatmasını istedim. Duruşu değişti. Kafasını kaldırdı ve öylece baktı. Gözleri aşağıya, sol tarafa doğru sabitlendi. Kafasında bazı acı anıları canlandırdığını biliyordum.

"İlk seferinde çok korkmuştum," dedi sessizce. Sesi bir çocuğunki gibiydi. "Çok acıdı. Bazen nefes alamıyordum. Öyle yardıma muhtaç, küçük ve zayıf hissettim ki... Anneme söylemek istemedim. Çok utanmıştım. Kafam çok karışmıştı. Bu yüzden de tekrarlandığında gözlerimi kapıyor ve başka şeyler düşünüyordum. Kısa bir süre sonra artık kafamda güvenli bir yere gidebiliyordum."

Anlattıkça, onda bir değişim sezdim. "Yavaş yavaş orayı kaçabildiğim bir yer gibi düşünmeye başladım. Ne zaman oraya gitmeyi, orada olmayı düşünsem kendimi güvende hissediyordum. Kimse oranın nerede olduğunu bilmiyordu. Benimle kimse oraya gelemezdi. Orada kimse bana zarar veremezdi." Durdu. Bu

noktada çok yavaş, aynı ses tonuyla âdeta bir robot gibi konuşuyordu. Konuşurken uzaklara bakıyordu. Gözünü bile neredeyse kırpmıyordu. Öylece sessizlikte oturduk. Sonra devam etti.

"Oradayken uçabileceğimi hissediyordum. Bir kuş olduğumu, bir kuzgun olduğumu hayal etmeye başladım. Güzel bir kuş olmaya çalıştım, mavi bir kuş veya bir ardıç kuşu ama orada güzel olamıyordum. Daha görkemli bir kuş olmayı denedim, bir kartal veya bir atmaca ama olamadım. Beynim beni sürekli koyu renk bir hayvan olarak gösteriyordu. Bir kuzgun gibi... Ama güçlüydüm. Diğer hayvanları kontrol edebiliyordum. Akıllıydım, iyiydim ama kötüyü öldürmem gerektiğinde acımasızdım. Bu yaratıklar için, kötüleri için Kara Ölüm'düm."

Yine durdu. Bu sefer bana baktı. Konuşması beni etkilemişti. Bunları daha önce kimseyle paylaşmadığını ve fantezisinin kendisini rahatlatma gücünün onun bu gizli doğasında olduğunu hissediyordu. Kişilerin bu şekilde hassas olduğu anlarda onları korumak çok önemlidir.

"Hâlâ Kara Ölüm müsün?" diye sordum. Bir an gözlerini uzaklara dikti, sonra tekrar bana baktı ve ağlamaya başladı. Esas çalışmamızın o an başladığını anladım.

Haftalar geçtikçe Amber hakkında çok daha fazla şey öğrenmeye başladım. Amber'in hikâyesi sayesinde travma karşısında geliştirilen dissosiyasyon tepkisi ve bunu yaşayanlara yardım etme konusunda çok fazla şey öğrenecektim.

Amber'ın yaşadığı cinsel taciz yedi yaşındayken başlamıştı ve çok korkunç ve acı vericiydi. Anne ve babası o iki yaşındayken ayrılmışlardı. Annesi birkaç yıl sonra başka birisiyle bir ilişkiye başlamış ve evinin geçimi için ona bağımlı hâle gelmişti. Duane, Amber'a yalnızca içkiliyken cinsel tacizde bulunuyordu. Bu da hemen hemen her on günde bir anlamına geliyordu. Olaydan sonraki günlerde pişman olmuş görünüyor, yaptıklarını telafi etmek için Amber'ı hediyelere boğuyor, ona güzel sözler söylü-

yordu. Amber sürekli bir gerginlik içindeydi. Olayın ne zaman tekrarlanacağını kestiremiyor, sürekli yaşayacağı acıyı düşünüyordu. Okuldaki notları düşmeye başladı. Mutlu dışadönük bir çocukken içine çekilmeye başladı. Gergin bir kız oldu.

Duane'in yaptıklarını annesine söylemeye korkuyordu. Duane olanları eğer annesine söylerse ona daha da kötü şeyler yapacağını söylemişti. Bu durumdan kaçış olmadığını anlayan Amber en azından olayı kontrol edebilmek için bir şeyler yapmak istedi. Bir an önce tacizin olup bitmesi için Duane'e içki servis etmeye, kışkırtıcı hareketlerde bulunmaya başladı. Tacizin ne zaman gerçekleşeceğini bilmesi geceleri uyuyarak geçirmesine, derslerine çalışabilmesine fırsat verdi. Böylece onun ne zaman odasına geleceğini düşünüp endişelenmiyordu. Kısacası, yaşadığı korkunç anların zaman planlamasını yapabiliyor, böylece geri kalan hayatının bundan etkilenmemesini sağlayabiliyordu. Notları tekrar yükseldi ve çevresindekilere göre tekrar eski Amber oldu. Davranışları büyük ihtimalle tacizlerin sıklığını iki katına çıkarırken, olayın kontrolünü ele geçirmesi, tacizin günlük hayatındaki etkilerini minimuma indirmişti. O sırada travmasıyla baş edebilmesini sağlayan bu davranışı ne yazık ki daha sonra, kendisini suçlu hissedeceği için daha büyük problemlere yol açacaktı.

Amber tecavüze uğradığında Kara Ölüm/Kuzgun fantezi dünyasına sığınıyordu. Bir video oyunundaymış gibi kötü ruhlu, zalim yaratıklar tarafından kovalanıyor ama hep onları yeniyordu. Fantezinin incelikli detayları vardı. Yarattığı bu fantezi dünyasına kendini öyle kaptırıyordu ki, vücuduna olanları artık hissetmiyordu. Travmasıyla başa çıkabilmek için kendi kendine bir çözüm bulmuş gibiydi fakat aklına olay anlarını getirecek, Duane'in kokusu veya onun en sevdiği içkinin kokusu gibi, herhangi bir işaretle karşılaştığında olayın kötü etkileri yine su yüzüne çıkıyordu. Böyle durumlarda bir anda kendi kontrolü dışında o "güvenli" dünyaya çekiliyor, dissosiyasyon durumuna geçiyor, dış çevreden gelen hiçbir uyarana cevap veremiyordu. Bu durum,

Duane'in aramasından bir gün sonra onun hastaneye yatmasına sebep olarak en doruk noktasına ulaşmıştı.

Taciz birkaç yıl devam etti. Bir gün Amber dokuz yaşlarındayken annesi Duane'i küçük kızla birlikte yatakta yakaladı ve hemen onu evden kovdu. Neyse ki Jill bu gibi durumlarda çoğu annenin yaptığı gibi kızını suçlamadı. Polisi aradı fakat kızı için bir doktora başvurmadı. Ne yazık ki Duane eyalet dışına taşınınca eyalet avukatı olayı takip etmedi. Jill'in de başa çıkması gereken kendi problemleri vardı, artık ekonomik olarak kızını ve kendini geçindirmek zorundaydı. Fakat kolay kolay iş bulamıyordu. Kızıyla birlikte daha iyi bir iş bulabilmek için bir eyaletten diğerine yolculuk ettiler. Sonunda Jill okula geri döndü ve sonrasında daha iyi işler bulabildi. Fakat istikrarsızlık ve taciz Amber'a yeterince zarar vermişti.

Amber geçmiş travmasıyla kendi kendine başa çıkmaya devam etti. Notları harika değildi ama sınıfta da kalmıyordu. Çok zeki bir kız olmasına rağmen, büyük ihtimalle daha çok başına gelenlerden dolayı hep ortalama bir öğrenci oldu. Yapabileceğinden daha azını yapabildi. Sınıfındaki en popüler öğrenci olmasa da en az popüler öğrenci de değildi. Sosyal çevrede popüler olan, "Goths" diye bilinen fakat aşırı davranışlarda da bulunmayan hep siyah giyinen bir grupla takılıyordu. Bu gruptakiler içki içmiyor veya uyuşturucu kullanmıyorlardı. Fakat mistisizm ve alternatif kültürlere olan ilgileri onların, bunları yapan kişilere karşı da anlayış göstermelerini sağlamıştı. Goth gençliği üzerine yapılan yeni bir çalışma, bu grupta kendilerine daha önce zarar vermiş olan ergenlerden çokça bulunduğunu tespit etmiştir. Fakat Goth olmak onların kendilerine daha çok zarar vermesi anlamına gelmemektedir. Onları "karanlık" yanlarıyla kabul eden bir sosyal gruba dahil olmak bu çocukların kendilerine zarar verme sıklığında azalmaya neden olmuştur.

Amber, okulda kendisini çimdiklemesinin ve kolunu yırtarcasına tırmıklamasının endişelerini giderdiğini fark etti. Daha sonra

kendi kendine kollarını kestikçe baş edemediği stresinden kurtulduğunu deneyimledi. Bu yolla, önceden bahsettiğimiz dissosiyasyon durumuna geçiyordu. Bana bu durumu "Sanki büyülü bir derim varmış gibi," diye tarif etmişti. Derisini bıçakla veya jiletle kestiğinde inanılmaz bir rahatlık hissediyor, "güvenli" bölgesine erişmiş oluyordu. Aynı tarz kaçışları, birçok genç uyuşturucu kullanarak deneyimler.

Yirmili yaşlarına yaklaşan gençlerin uyuşturucu kullanması genelde hazcılık veya asilik olarak görülse de, kalıcı uyuşturucu problemi olması en muhtemel olanlar genelde Amber gibi stres tepki sistemleri erken yaşta kalıcı bir şekilde yaralanmış olanlar olacaktır.

Bağımlılar ve alkolikler üzerine yapılan çalışmalar bu kişilerin çoğunun çocukluklarında travmatik bir olaya maruz kaldığını göstermiştir. En ciddi bağımlılık vakaları incelendiğinde bu kişilerin (özellikle de kadınların) geçmişlerinde cinsel taciz olaylarına çok sık rastlanmaktadır. Yine sık rastlanılan diğer geçmiş travmatik olayların arasında boşanma veya ölüm sebebiyle anne veya babanın kaybı, ciddi fiziksel şiddet görme ve ihmal edilme vardır.

Travma geçirenlerin beyin taramalarında beynin belli bölgelerinde anormallikler tespit edilmiştir. Yapılan incelemeler sonucu bağımlılık yaşayan kişilerin beyinlerinin aynı belli bölümlerinde değişimler olduğu ortaya çıkmıştır. Bu değişimlerin onları bağımlılığa karşı savunmasız hale getirdiği öne sürülebilir.

Kendi kendini yaralama da çoğu zaman ilgi çekme amaçlı veya isyankâr bir davranış olarak algılansa da, kendi kendini tedavi olarak görülmesi birçok vakayı daha iyi anlayabilmemizi sağlayabilir. Bir yerlerimizi kesince beyin opioid salgılar. Bu yüzden kendi kendini kesmek daha önce travmatize olduğunda dissosiyasyon yaşamış kişilere bu duruma benzer hisler yaşatır. Vücudunda kesik meydana gelen herkes bir derece opioid salgılar fakat hassaslaşmış dissosiyasyon tepkisine sahip, duygusal

acı içindeki kişiler bu deneyimi zevkli ve çekici olarak algılarlar. Aynı şey eroin ve oksikontin gibi uyuşturucuları kullanan kişiler için de geçerlidir. Popüler inancın tersine bunları deneyen çoğu kimse deneyimledikleri hislere bayılmazlar. Hissettikleri uyuşukluğun tekrar etmesini istemezler. Fakat ciddi stres ve travma yaşamış kişiler bu maddeleri öldürücü değil rahatlatıcı ve yatıştırıcı bulurlar.

Garip bir biçimde, kokain ve amfetamin gibi uyuşturucular travmaya karşı geliştirilen diğer bir doğal reaksiyona yol açarlar: Aşırı uyarıcı tepki. İki uyuşturucu da dopamin ve noradrenalin (nörepinefrin diye de isimlendirilen) nörotaşıyıcılarının salgılanma seviyesini yükseltir. Aşırı uyarılma sırasında bu iki beyin kimyasalı aşırı derecede salgılanır. Nasıl dissosiyasyon deneyimi fizyolojik ve psikolojik olarak aşırı opioid salınımıyla bağlantılıysa, uyarıcının aşırı alınması sonucu ortaya çıkan durumda psikolojik ve fiziksel olarak aşırı uyarılmış durumla mukayese edilebilir. Uyarıcı alımında da aşırı uyarılmada da kişi yüksek kalp atış hızı, güç ve her şeyin imkân dahilinde olduğu gibi bir duygu durumuna bürünür. "Kaç veya saldır"ı tetiklemek için bu tür duygular gereklidir. Fakat bu saldırganlık ve paranoya hissinde de artışa sebep olur. Beyindeki aşırı uyarılmaya bağlı değişiklikler bazı travma mağdurlarını uyarıcı bağımlılığına daha yatkın hale getirebilirken, dissosiyasyon tepkisini sergileyenler eroin gibi opioidleri seçebilirler.

Meslektaşlarım ve ben travmanın beyni ve vücudu nasıl etkilediğini yavaş yavaş fark etmeye başlarken, bazı semptomları tedavi edebilmek için farmakolojik yöntemler aramaya başladık. Böylece, erken yaşlarda ulaşabildiğimiz çocukların uyuşturucu bağımlısı olmasını veya kendilerine zarar verici davranışlarda bulunmalarını önlemeyi umuyorduk. Örneğin, Nalokson ve Naltrekson gibi opioid önleyici uyuşturucuların duyarlılaşmış dissosiyasyon kısmen köreltiğini biliyorduk. Aşırı-uyarılmayı azaltması için Klonidin üzerinde zaten çalışmıştık. Mama P. bak-

tığı çocuklar üzerinde çokça ilaç kullanacağız (veya sevgi ve şefkati bir kenara bırakıp, yalnızca ilaç tedavisinin yeterli olduğunu düşüneceğiz) diye korkmakta haklı olsa da, doğru ilaç tedavisinin doğru bağlamda kullanılırsa faydalı olacağını tespit ettik.

Naltrekson'u denediğimiz ilk hastamız on altı yaşında Ted isimli bir gençti.

Amber gibi, o da psikolojik problemlerinden dolayı değil, fiziksel problemlerinden dolayı hastamız olmuştu. Ted hiç beklenmedik durumlarda bayılıveriyordu. Amber'ın durumunda olduğu gibi tıbbi testler sonucunda ne bir kalp rahatsızlığı ne de epilepsi veya beyin tümörü gibi bu tarz semptomlara yol açacak nörolojik bir problem ortaya çıkmıştı. Ted'in bilinçaltında ilgi çekmek istediğini düşünen doktorlar onu psikiyatri bölümüne göndermişlerdi.

Ted uzun boylu, yakışıklı bir çocuktu. Fakat depresyondaymış ve her an yok olmak istiyormuş gibi içine çökük yürüyordu. Kendine güvensiz bir duruşu vardı. Böyle görünmesine rağmen depresyonda olduğu da söylenemezdi. Mutsuzluk, enerjisizlik, intihar düşünceleri, sosyal stres ve uyku bozuklukları gibi depresyon semptomlarını sergilemiyordu. Tek problemi haftada aşağı yukarı iki defa bir anda bayılmasıydı.

Onunla konuşmaya başladığımdaysa bundan daha fazlasının olduğunu anladım. "Bazen kendimi robot gibi hissediyorum," demişti. Hayatın duygusal boyutundan soyutlanmış gibiydi. Çevresinde olanları bir film seyreder gibi izliyordu. Kendini olanlara uzak ve ilgisiz hissediyordu. Aslında pek bir şey de hissetmiyordu. Tüm bunlar dissosiyasyon klasik özelliklerini sergilediği anlamına geliyordu. Onu tanımaya başladıkça beyninin onu neden dünyadan koruduğunu öğrenmeye başladım.

Anaokulu çağlarından başlayarak Ted evde sürekli aile içi şiddete tanık olmuştu. Üvey babası annesini her defasında kadını yaralayacak, gözlerini morartacak şekilde dövüyordu. Kadın adama boyun eğmiş durumdaydı. Birden fazla kez hastanelik olmuştu.

Ted büyüdükçe adamın öfkesini annesinden kendisine çekebileceğini fark etti. Durumu, "Annemim dövüldüğünü görmektense ona kendimi dövdürtürdüm daha iyi," diye açıklamıştı. Bir anda olmasa da sonunda Ted'in annesi oğlunun da ne kadar acı çektiğini görünce ilişkisini bitirmişti.

Fakat bu noktada Ted artık on yaşındaydı. Hayatının büyük bir kısmında her gün gerçekleşen tehditler ve şiddetle birlikte yaşamak zorunda kalmıştı. Sosyal olarak çekingen ve tek başına takılan bir çocuk hâline gelmişti. Öğretmenleri onun gündüz düşleri kuran bir çocuk olduğunu, derslerde hiç sınıfta değilmiş gibi göründüğünü, anlatılanlara dikkat etmediğini söylemişlerdi. Buna rağmen ortalama notlar alabilecek kadar derslere katılıyordu. Ama performansı harika değildi. Çok iyi notlar veya çok kötü notlar almanın dikkat çekeceğini bildiği için ortalama bir öğrenci olmaya özen gösterir gibiydi âdeta. Yüksek notlar alırsa olumlu ilginin odağı olacağı umurunda bile değildi. En ufak bir ilgi stres duymasını sebep oluyor, bunu bir tehdit olarak görüyordu. Ted herhangi potansiyel tacizi önlemenin tek yolunun görünmezliğe bürünmek, hiçbir ilgi, alaka uyandırmamak olduğuna inanmış gözüküyordu. Ortaokuldaki bayılma nöbetlerine kadar hep böyle davrandı da.

Bayılma nöbetlerini durdurup durduramayacağını görebilmek amacıyla Naltrekson denemeyi önerdim. Daha önce belirtildiği gibi kişiler travmatik stres yaşadığı zaman beyinleri gelecek stres uyaranlarına karşı öyle "hassaslaşabilir ki" sistemi tamamen kapamak için en ufak bir stres yeterli olabilir. Özellikle de ciddi ve kaçınılması mümkün olmayan bir stres söz konusuysa, bu stres tepkisinin bir parçası olarak beyin opioid salgılar. Naltrekson gibi uzun süreli opioid önleyici bir madde kullanarak Ted'in hassaslaşmış sisteminin salgıladığı bu opioidlerin etkisini durdurmayı ve böylece bayılmalara son vermeyi umuyordum.

Ted bu ilacı kullanmayı ve terapi için beni görmeye devam etmeyi kabul etti.

İlacı dört hafta boyunca kullandı ve bu süre zarfında hiç bayılmadı. Fakat ilaç Ted'in dissosiyasyon durumuna geçmesini sağlayan opioid salınımının etkisini kestiği için bu sefer Ted en ufak bir stresli olay karşısında fazla endişelenmeye başladı. Bu hem tıpta hem de genel olarak psikiyatride çok karşılaşılan bir durumdur. Bir ilaç belli bir semptomu mükemmel bir şekilde tedavi ederken, tüm sistemi etkileyemediği için kişinin başka semptomlarını şiddetlendirir. Aslında ebeveynler ve öğretmenlerin çoğu zaman Naltrekson'un "çocuğu daha kötü" yaptığını düşündüğünü tespit ettik. Bunun nedeni, çocuklar herhangi bir stres karşısında artık tepkisizleşme durumuna geçmektense aşırı uyarıcı semptomları sergiliyorlardı. Çocukların daha aktif, daha karşı koyan ve hatta daha saldırgan olmasına yol açan bu tür "kaç veya saldır" tepkileri yetişkinlere daha olumsuz davranışlar olarak gözüküyordu. Aşırı-uyarılmanın önüne geçmek için çocuklara Klonidin verebilirdik fakat stresle baş etmesi için çocuğun alternatif yöntemler öğrenmesine yardımcı olmadan bu tür ilaç tedavilerinin hiçbir kalıcı etkisi olmayacaktı. En sonunda Naltrekson'un belli durumlarda yardımcı olduğunu kabul etmekle birlikte, dikkatle kullanılması gerektiğine karar verdik.

Ted'in arada bir bayılmasının dışında çok daha derinlere uzanan problemleri vardı. Duygusal ve fiziksel zorluklarla baş etmesini ciddi bir biçimde etkileyen dissosiyasyon bozukluğu yaşıyordu. Bu genç adama yardım edebilmemiz için yalnızca onu bize getiren tıbbi sorunu çözmemiz değil, ona stresle başa çıkmayı öğretmemiz gerekiyordu. Neyse ki, Naltrekson sayesinde artık en ufak bir stres karşısında beyni tüm sistemi kapamıyordu fakat Ted'e, zihninin stresin üstesinden gelmek için daha sağlıklı, daha rahat, daha verimli bir yol öğrenmesi için yardım etmemiz gerekiyordu.

Amber'da olduğu gibi Ted'de problemlere yol açan yalnızca hassaslaşmış stres sistemi değildi. Tacizine bağlı olarak geliştirdiği ilişkilendirmeler de sorun teşkil ediyordu. Ted'le konuşmaya

başlayınca bayılmalarının en çok maço ve erkeksi davranışlara maruz kaldığında gerçekleştiğini anladım. Bunlar ona, onu döven, aşırı maço üvey babasını hatırlatıyordu. Bayılmalar artık delikanlılığa geçtiği için Ted'in daha fazla erişkin erkekle karşılaşmasından sonra başlamıştı. Artık yalnızca erkek öğretmen ve koçlarla aynı ortamlarda bulunmakla kalmıyor, yaşıtları gibi kendi de yetişkin erkeklik jestleri sergiliyordu. Genç bir çocukken bu tarz durumlardan kolayca kendini sıyırabiliyordu fakat artık her yerdeydiler.

Bu tarz jestlere, Naltrekson almadığı zaman dissosiyasyon tepkisi vermeden veya aşırı tepki göstermeden karşılık vermesine yardımcı olmak için, bunları daha güvenli ortamlarda deneyimlemesini sağlamalıydım. Böylece ona terapi seansımızın başında daha kısa süreli etkili olan opioid engelleyici Nalokson vermeye karar verdim. Aynı zamanda maço ve erkeksi davranışların onda stres uyandırmasını önleyebilmek için terapimiz esnasında onu, erkeksi davranışlara işaret eden jestlere maruz bırakacaktım. Seansımızın sonuna doğru Nalokson'un etkisi son bulacağından bu erkeksi jestler ona fazla gelirse dissosiyasyon durumuna geçebilirdi.

Etkiyi maksimuma çıkarabilmek için her zaman yaptığımdan çok daha fazla basmakalıp erkeksi ve maço davranışlarda bulunmalıydım. O zamanlar daha genç olduğum için böyle davranmak çok daha kolay olacaktı! Ted'le terapim olduğu zamanlarda karın bölgemin erkeksi yanını vurgulamak için gömleğimi pantolonumun içine sokuyor, kollarımdaki kasları sergileyebilmek için gömleğimin kollarını sıvıyordum. Aptalca görünüyordu (bana da aptalca geliyordu) fakat bu sayede Ted erkeksi işaretlere tanıdıklık geliştiriyor, bu tür işaretler taşıyan bir erkekle sağlıklı ilişkiler de kurabileceğini anlıyordu. Tacizle bağlantılı hisler ve anılar aklına geldikçe onu sakinleştirebiliyordum. Onun kendini güvende hissetmesini sağlayarak, stresli durumlarla bayılmadan da başa çıkabileceğini ona göstermeye çalışıyordum.

Ted zeki bir çocuktu. Ona tedavimizin mantığını açıkladım. Kısa zamanda o da süreci ilerletmek için kendi yöntemlerini geliştirdi. Örneğin, okul basketbol takımının istatistiklerini tutma görevini üstlendi. Böylece kendisini güvende ve rahat hissederek birçok genç adamla aynı ortamda bulunabilecek, daha önceki semptomlarını kışkırtanların yerine yeni ilişkilendirmeler geliştirebilecekti. Ted bir daha hiç bayılmadı. Zaman zaman hâlâ kendini tüm dünyadan soyutluyor fakat artık yaşamını her şeyiyle deneyimlemede geçmişe göre çok daha iyi bir durumda.

Amber'la da gelişme kaydettim. Acile kaldırılmasından sonra on ay boyunca her hafta görüştük. Süreklilik gösteren bayılmalar yaşamadığı ve dissosiyasyon semptomları üzerinde biraz da olsa kontrolü olduğu için Nalokson veya Naltrekson kullanmamaya karar verdim. Seanslarımızı iple çekiyordum. Zekâsı, yaratıcılığı ve espri anlayışı sayesinde duygu ve düşüncelerini öyle güzel ifade ediyordu ki, bu sayede yaşadıklarını onun kadar iyi ifade edemeyen çocuklara yardım edebilmek için kavrayışım gelişti. Fakat aynı zamanda çok kırılgan, aşırı hassas, üzüntülü ve içten içe yorgundu. Amber gibi sürekli tetikte durabilmek çok fazla enerji gerektirir, tüm dünyayı potansiyel bir tehdit olarak görmek çok yorucudur. Amber yalnızca fiziksel tehditlerden korkmuyordu. İnsanlardan gelen olumlu yorumları tarafsız sözler olarak alıyor, yansız etkileşimleri olumsuz olarak değerlendiriyor ve herhangi olumsuz bir ifadeyi feci kişisel saldırılar olarak görüyordu.

"Benden nefret ediyorlar," diyordu. Böyle bir şey olmadığı halde, sürekli insanların onu küçümsediğini düşünüyordu. Bu yüzden de ilişkilerini yürütmekte zorlanıyordu veya çoğu zaman, diğer insanlarla ilişkileri daha başlamadan bitiyordu. Sonuç olarak, zamanımızın çoğunu onun bu etkileşimlere daha gerçekçi yaklaşabilmesi üzerine çalışarak geçirdik. Çalışmamızın bu kısmı depresyonun en etkili tedavisi olan bilişsel terapiye giriyordu. Amber'ın tacizi kendinden nefret gibi bazı depresif semptomlara yol açmıştı. Amber'a benzer durumda olan kişiler çoğunlukla di-

ğer insanların onların "değersiz" ve "kötü" olduklarını "anlayabileceğini", bu yüzden de reddedilip canlarının acıtılmasını hak ettiklerini düşünürler. Kendi kişisel nefretlerini dünyaya yansıtırlar ve her türlü reddedilişe karşı aşırı hassaslaşırlar.

Tedavide anahtar nokta, hastanın algılarının gerçek olmadığını, dünyanın düşündüğü kadar karanlık olmadığını anlamasını sağlamaktır. Amber'la her şey yavaş ilerliyordu. Onun bazı insanların iyi, destekleyici ve olumlu olduğunu anlamasını istiyordum. Fakat çoğu zaman Duane'in yaşamına getirdiği acı ve şiddetten kendini korumak için insanlarla ilişkiyi reddediyordu.

Bir gün ofisten içeri girdi ve şöyle dedi, "Kuzgun'un en akıllı kuş olduğunu biliyor muydun?" Neredeyse bana meydan okuyormuş gibi gözlerimin içine baktı. Bir sandalyeye kendini atıp, bir ayağını da sehpaya uzattı.

"Hayır, bilmiyordum. Neden bu soruyu sordun?" Ofisimin kapısını kapadım, masama geçtim ve sandalyemi onu görecek şekilde döndürdüm.

"Corvus Corax." Kuzgunun Latince tür ismini söylüyordu.

"Latince biliyor musun?"

"Hayır. Bu kuzgunun resmi adı."

"Kuzgunları seviyorsun."

"Ben kuzgunum."

"Bir kız gibi görünüyorsun."

"Komik. Ne kastettiğimi biliyorsun."

"Şöyle böyle." Sessizleşti. Devam ettim. "Hayvanlar hakkında konuşmak istiyorsun. Tamam, hayvanların dünyasından bahsedelim."

"Tamam."

"Birçok hayvanın (hem kendi türlerinden olanlara hem de yırtıcılara) diğer hayvanlara işaret göndermek için değişik yolları vardır." Ben konuşurken sandalyesine iyice çöktü ve sessizleşti. Onu kapanmaya, itmeye yaklaştığımı görebiliyordum. "Bazen bu işaretler bana dalaşma, yoksa canını acıtırım anlamına gelebilir-

ler," devam ettim, "Bir ayı iki ayağı üzerinde gerinir, köpekler hırlar ve dişlerini gösterirler, çıngıraklı yılan sesler çıkarır." Biraz durup sessizliğin odayı doldurmasını bekledim. Onun da bu tarz "beni rahat bırak" sinyalleri gönderdiğini anlamasını istiyordum. "İnsanlar benden hoşlanmıyor" fikrine inanarak bunu gerçekmiş gibi kabul ettiğini biliyordum. Sürekli olumsuz sinyallere odaklanıyor, olumsuz tepkiler üzerinde yoğunlaşıyordu. Bu tür tepkileri de doğal olarak dünyanın ondan hoşlanmayan insanlarla dolu olduğu algısını pekiştiriyordu. Gözünü kırptı ve bana baktı. Henüz kendini uyur hale geçirmemişti. "Kuzgun ne yapar?" diye sordum. Biraz gülümsedi.

"Kuzgun bunu yapar." Biraz öne geldi, bana doğru eğildi ve bluzunun kolunu sıvadı. Yeni kesikler görmeyi bekliyordum. Fakat tamamıyla siyah mürekkepten yeni bir dövme yaptırdığını gördüm. Kanatları açık bir şekilde duran bir kuzgun resmiydi. İyice bakmam için kolunu bana doğru tuttu.

"Güzel. Bu çalışmayı kim yaptı?" En azından şimdi koyu renk kıyafetleri, hızmaları ve yeni dövmesinin işaretler gönderdiğini biliyordu.

"Montrose'deki Bubba." Kollarını kapadı.

"Demek şimdi dövme yaptırıyorsun. Kesmeyle aynı etkiyi gösteriyor mu?"

"Yok, hayır. O kadar acımadı."

"Hâlâ kesiyor musun?"

"Hayır. O rahatlama taktiklerini kullanmaya çalışıyorum. Bazen işe yarıyorlar." Ona, kendini kesmek çok istediği zaman uygulayabileceği kendi kendine hipnoz yöntemi öğretmiştim. Hipnoz sayesinde insanlar dissosiyasyon durumlarına kontrollü bir biçimde geçebilirler. Amber'ın bu güçlü savunma tepkisi üzerinde onu ne zaman ve ne kadar kullanacağı konusunda sağlıklı bir kontrolü olsun istiyordum.

Ona nefes alıp vermesi üzerine odaklanacağı bir yöntem öğrettim. Birkaç saniye kendi nefes alıp vermesini gözlemledikten

sonra derin, kontrollü nefesler alıp birden ona kadar sayarak nefes veriyordu. Her nefes aldığında kendisini merdivenlerden bir basamak aşağı inerken hayal edecekti. Merdivenlerin sonunda bir kapı vardı. Kapıyı açtığında kimsenin onu incitemeyeceği, kontrolün tamamıyla kendisinde olduğu "güvenli" yerine gelmiş olacaktı. Böylece ne zaman kendini stres altında boğuluyormuş gibi hissederse kendini kesmek yerine bu tekniği uyguluyordu.

Azar azar da olsa biraz kendinden bahsediyor sonra yine kendi içine kapanıyordu. Yaşadığı acı ve utançtan biraz bahsediyor sonra bu ona çok acı verdiğinde yine kendi içine çekiliyordu. Onu hiç zorlamadım. Kendini bu şekilde savunmasının sebepsiz olmadığını biliyordum. Hazır olduğunda açılacaktı. Yeni, genellikle küçük ve siyah dövmeler yaptırmaya devam etti. Bir tane siyah gül, bir tane siyah İskoç düğümü ve küçük bir kuzgun dövmesi daha yaptırmıştı. Yine hep siyah giyiniyordu.

Daha sonraki bir görüşmede insanların nasıl başka insanları okuyup onlara tepki verdiğinden konuştuk. Çevreye gönderdiğimiz işaretlerden bahsettik.

"Beynin insanlardan gelen sosyal işaretleri algılayıp, bunlara tepki vermesini sağlayan özel bir nöral sistemi olduğunu biliyor muydun?" Okuduğum bir nörokimya dergisini ona doğru tuttum. Yine, onun çevresindeki kişilere gönderdiği olumsuz sinyalleri fark etmesini ve başkalarından gelen sosyal mesajları yanlış okuduğunu anlamasını sağlamaya çalışıyordum.

"Benim sosyal işaret nöronlarımın bombok olduğunu mu söylemeye çalışıyorsun?" Bir anda benim varmak istediğim noktanın çok ötesine atlamıştı, aslında bu tepkisi ona anlatmaya çalıştığım problemini mükemmel bir şekilde örnekliyordu. Biraz geri çekilmem gerekiyordu.

"Oops! Bu da nereden çıktı şimdi?"

"Düşündüğünün bu olduğunu biliyorum."

"Şimdi de gizli güçlerinle zihin mi okuyorsun? Herkesin düşüncelerini okuyabiliyor musun, yoksa yalnızca benimkileri mi?" Yorumumdaki şakayı anlamadı. Ona yaklaşmanın en güvenli yolunun duygusal değil bilişsel seviyeden olacağına karar verdim.

"Beyindeki bu özel nöronlar çalıştığı zaman aynı ilgi duyduğun biriyle etkileşimde bulunurken yansıyan benzer nöronlar gibidirler. Bunlara ayna nöronları denir. Beynimizin bizim başkalarıyla ilişki kurmamıza yardımcı olan sistemlerinin bir parçasıdırlar. Çok ilginç, değil mi?"

Dinliyordu. Dediklerimi özümsemesini, kendisi için bunların ne anlama geldiğini düşünmesini istiyordum. Devam ettim, "Bir anne yeni doğmuş bebeğini tuttuğu, ona güldüğü, tatlı tatlı sesler çıkardığı zaman, başlıca bütün duyusal sinyaller (annenin gülümsemesinden kaynaklanan görsel veriler, mırıldanmaktan gelen işitsel veriler, annenin kokusundan gelen kokusal veriler ve annenin dokunuşunun baskısı ve sıcaklığından doğan dokunsal bilgiler) bir araya gelerek bebeğin beynine giden nöral aktiviteyi oluştururlar ve annenin gülümseme, mırıldanma, bebeği sallama ve buna benzer şeyleri yapan beyin bölümleri ile uyum hâlinde olan bebeğin beyin bölümlerini uyarırlar. Bebeğin beyni anne ile etkileşiminden kaynaklanan paternli, tekrarlanan uyaranlarla şekillenir."

Şimdi dinliyordu. Tamamıyla anlattıklarıma konsantre olmuştu ve başını sallıyordu. "Ne kadar hayret verici değil mi? Beyne bayılıyorum." Dergiyi masama koydum ve ne tepki gösterecek diye Amber'a baktım.

"Sen ilginç bir adamsın." Gülümsedi. Fakat benim yorumumu yanlış anladığını, beyninin "bombok" olduğu gibi bir şeyi asla ima etmeyeceğimi fark ettiğine emindim. Algılarının gerçeklerde farklı olabileceğini, insanlara tepkilerinin dünyayı çarpık bir şekilde görmesinden kaynaklandığını anlamaya başlıyordu. Zamanla Amber daha iyiye gitti. Normal kalp atış hızı artık dakikada altmışın üzerindeydi ve tehlikeli bir şekilde düşmüyordu.

Bir daha bilincini kaybetmedi. Evden ve okuldan olumlu geri dönüşler geliyordu. Seanslarımızda daha canlıydı. Artık hepsi de biraz marjinal fakat genel olarak sağlıklı olan küçük bir arkadaş grubundan bahsediyordu.

Bir gün gelip sandalyeye çöktü ve "Yine taşınıyoruz," dedi. Kayıtsız görünmeye çalışıyordu.

"Bunu ne zaman öğrendin?"

"Dün. Annem Austin'de daha iyi bir iş bulmuş. Yani taşınıyoruz." Uzaklara baktı, gözleri yaşlarla dolmuştu.

"Ne zaman taşınacaksınız?"

"Birkaç hafta içinde... Annem ay başında işe başlayacak."

"Tamam. Biraz bundan konuşalım."

"Neden?"

"Çünkü tahminime göre bu seni üzüyor."

"Şimdi kim zihin okuyor? Sen benim ne hissettiğimi bilmiyorsun."

"Mmmm! Galiba *tahminime göre* bu seni üzüyor dedim. Tahminim yanlış mı?" Bacaklarını altına çekti ve gözyaşlarını görmemem için başını eğdi. Bir damla gözyaşı siyah pantolonuna düştü. Ona uzanıp bir kâğıt mendil verdim. Mendili elimden aldı.

"Bundan nefret ediyorum," dedi sessizce. Sessizliğin odayı doldurmasına izin verdim. Sandalyemi ona yaklaştırdım. Elimi omzuna koyup biraz orada tuttum. Öylece oturduk.

"En çok hangi kısmından nefret ediyorsun?"

"Hepsinden. Yeni okul, yeni çocuklar, şehirdeki yeni çatlak. Sürekli yeniden başlamaktan nefret ediyorum."

"Zor olmalı." Durumun olumlu yanlarından bahsederek duygularını geçersiz kılmak istemedim. Sonradan yeni bir başlangıcın potansiyel pozitif yanlarını konuşmak için daha zamanımız olacağını biliyordum. Kızgınlığını ve üzüntüsünü boşaltmasını istedim ve onu dinledim.

Bir sonraki hafta, "Bu şehirden ayrılmak için sabırsızlanıyorum," diyerek içeri girdi. Çoktan "kimin umurunda?" haline

geçmişti. Umurunda değillerse insanlardan, şehirlerden ayrılmak daha kolaydır.

"O zaman geçen haftaki gözyaşları...?" Bana kızgın kızgın baktı. Durup, yüzüme, mimiklerime iyice bakmasına izin verdim. Böylece onun için üzüldüğümü, kaygılandığımı anladı, kızgınlığı eridi gitti. Bu değişimde ona yardım edebilmek için çalışmaya başladık. Kolay değildi.

Bu son haftalarda yeni okulunda kendini herkese nasıl tanıtacağı konusunda endişeleniyordu. "Yeniden başlamak" için hazır mıydı? Hep bir karanlık, kızgınlık mı yansıtmak zorundaydı? Hep siyah mı giymek zorundaydı? Daha yumuşak, yeni ilişkilere daha açık olabileceğini fark etmeye başlıyordu. Hayvanlar dünyası hakkındaki konuşmalarımız kendi kişisel algısını etkilemişti.

"Ne yapacağıma karar veremiyorum. Yeniden başlayıp kendim mi olmalıyım, yoksa kendimi korumalı mıyım karar veremiyorum. Ne yapacağımı bilmiyorum. Nasıl olacağımı bilmiyorum."

"Zamanı gelince doğru kararı vereceksin."

"Ne demek istiyorsun?"

"Eğer seçim *senin* seçimin olacaksa doğru olacak. Yalnızca kimsenin senin adına karar vermesine izin verme, annenin, arkadaşlarının veya benim..." Durdum ve gözlerinin içine baktım, "Duane'in hayaletinin senin adına karar vermesine izin verme."

"Tüm bunlarla Duane'in ne ilgisi var?"

"Bence bu karanlık senin karanlığın değil. Bence taciz gördüğünde işe yaramış olan tüm o şeyler (olanlardan, çevreden kendini yalıtma, hayaller kurma, dünyaya yansıttığın o karanlık) sana Duane tarafından zorla yaptırılmıştı.

"Hayır. O dünyayı ben yarattım."

"Hatırla, bana o dünyaya ilk çekildiğinde bir muhabbet kuşu olmak istediğini söylemiştin. Mavi bir kuş veya bir ardıç kuşu... Ama işe yaramadı değil mi?

"Evet."

"O güzel, renkli muhabbet kuşları senin ilk seçimindi Amber. Belki o zaman savunmasız olduğun için işe yaramadı ve daha güçlü, daha karanlık daha tehditkâr bir şeye ihtiyacın vardı."

"Evet."

"Belki şimdi bunlara ihtiyacın yok Amber. Artık, kuşların şarkı söylemesine izin verebilirsin. "

"Bilmiyorum."

"Ben de. Ama zamanı geldiğinde bileceksin. Ve doğru zaman geldiğinde doğru seçimleri yapacaksın."

Taşınmalarından önce annesini ve onu Austin'de yeni bir terapist görmesi konusunda cesaretlendirdim. Jill'e bir isim listesi verdim ve çoğu zaman meslektaşlarımla uzaktan çalıştığımı söyledim. Ona istediği zaman bana telefon edebileceğini veya ara ara Amber'ın gelişmesini takip edebilmek için danışma ziyaretlerine gelebileceklerini söyledim. Fakat ideal olarak, onun Austin'de kalıcı bir terapist bulmasını ve başladığımız çalışmaları devam ettirmesini istiyordum. Fakat bu fikir Amber'ın hoşuna gitmemişti.

"Bir deli doktoru görmeme gerek yok. Ben deli değilim."

"Ben sana deli gibi mi davrandım?"

"Hayır." Sessizdi. Dediklerinin saçma olduğunu biliyordu.

"Bak, bu sana bağlı. Ama bence doğru insanı bulmak için biraz zaman harcamalısın. Bu listedeki kişilerle tanış ve kiminle rahatça konuşabileceğine karar ver."

"Tamam." Bana onun bunu yapmayacağını bildiğimi anlayarak baktı.

"Ne seçim yaparsan yap yaptığının kendi seçimin olduğundan emin ol." Tokalaşmak için elimi uzattım. Tokalaştık.

"Emin olabilirsin doktor."

Taşınmalarından sonraki altı ay içinde Amber'ın annesiyle birkaç defa telefonda görüştük. Kızını ona verdiğim listedeki ilk doktora götürmüştü fakat Amber kadını beğenmemişti. Liste-

deki diğer doktorları da denememişlerdi. Genelde anne babalar çocuklarının durumu iyi görünüyorsa onlara elbette maddi bir yük de olan terapileri bırakırlar. Amber'ın durumu da "harika" göründüğü için o da yeni bir terapist bulmaya istekli olmayınca annesi de ısrar etmemişti.

Amber'ın Austin'e taşınmasından bir yılı aşkın bir süre geçmişti ki MaviKuzgun232 adlı birinden bir e-mail aldım. En başta spam olduğunu düşündüm ve az daha e-maili silecektim. Sonra e-mailin konusuna gözüm takıldı, "Yeni Dövme."

e-mailde şöyle yazıyordu:

Sevgili doktor,

İlk bilen sen ol istedim. Yeni bir dövme yaptırdım, bir demet çiçek portakal rengi, mor ve mavi. Tam bir kız gibi. Siyah mürekkep yok.

Mavi Kuzgun

Ben de cevap yazdım.

e-mail için teşekkürler. İyi bir seçime benziyor. Güzel. Bir soru, gökyüzü mavisi renginde bir kuzgun mu?

Dr. P.

O gün içinde cevap yazdı.

Hayır. Koyu mavi bir kuzgun.

Hey, yine de bir başlangıç değil mi?

Cevaplarken gülümsüyordum.

İyi bir başlangıç Amber.

Arada bir hâlâ Mavi Kuzgun'dan e-mail alıyorum. Artık o genç bir yetişkin. Üniversiteye gitti ve dört yılda mezun oldu. Hepimiz gibi iyi zamanları, kötü zamanları oluyor. Fakat söyleyebileceğim kadarıyla o sağlıklı, üretken, sorumlu bir genç kadın. Şimdi küçük çocuklarla çalışıyor ve bir sosyal görevli, polis veya öğretmen olabilmek için okula geri dönüp dönmemeyi düşünüyor. Tahminimce kendisi için en iyi kararı verecek. Ve biliyorum ki yaşadıklarından ve travmanın çocukların dünyaya bakış açısını

nasıl şekillendirdiğini bildiğinden çocuklarla nasıl çalışırsa çalışsın karşılaştığı her çocuk onu tanıdığı için şanslı olacak.

BÖLÜM 9

"Anne Yalan Söylüyor. Anne Canımı Acıtıyor. Lütfen Polisi Arayın."

Kötü davranılmış ve travmatize olmuş çocuklara hizmet etmek amacıyla bir klinik yönetmenin en tehlikeli kısmı başarıdır. Eğer bu çocuklara yardım edebildiğinize dair bir şöhret yapmışsanız, ister istemez talepleri karşılayamamaya başlarsınız. Kadroyu ve hizmetleri genişleterek çocukların ihtiyacı olan aynı kaliteli, kişiselleşmiş ve yoğun zamanlı hizmetleri sürdürmek zordur. Bu sebeple çalışma grubumuz çocukların ihtiyacı olan en iyi bakımı alabilmeleri konusundaki eforlarımızı en üst seviyeye çıkarabilmek amacıyla araştırma ve eğitime odaklanmaya karar verdi. Eğitim çalışmalarımız kötü muamele görmüş çocuklarla çalışan ve yaşayan kişileri (psikiyatristlerden polis görevlilerine, sosyal görevlilerden ebeveynlere kadar) hedef alacaktı. Ülkedeki hizmet ortaklarımızla klinik çalışmalar yapmaya devam ettik fakat 1998'de çalışmalarımızın çoğu Houston'daki büyük kliniğimizde gerçekleşiyordu. Altı yaşındaki James de hastalarımızdan biri oldu. Onunla çalışmamız terapi değildi, benden onun karışık durumuyla ilgili uzman görüşü sağlamam isteniyordu. James bana cesaret ve kararlılık hakkında çok şey öğretti. Bana çocuğun kendisini dinlemenin, ona dikkat göstermenin ne kadar önemli olduğunu hatırlattı.

James'in durumu hakkında çok fazla şey duyup, ne karar vereceğini bilemeyen bir hâkim durumun ne olduğunu anlamamız umuduyla onu bize sevk etmişti. Çocuklar için yasal avukatlık

kurumu çocuğun onu evlat edinmiş anne ve babası tarafından taciz ediliyor olmasından endişeleniyordu. Birkaç terapist ve Çocuk Koruma Servisi ise James'in tam bir problem çocuk olduğunu ve ailesinin ondan uzaklaşması gerektiğini düşünüyorlardı. Öğretmenler çocuğun vücudunda morluklar ve çizikler olduğunu söylemişlerdi. Çocuk bir yaşından önce başka üç çocukla birlikte evlat edinilmişti. Ailenin bir de kendi biyolojik çocukları vardı. James en büyük ikinci çocuktu. Onunla tanıştığımızda en büyük kardeşi sekiz yaşında, en küçük kardeşi ise henüz bir bebekti.

Annesi Merle'ye göre James iflah olmaz ve kontrol edilemez bir çocuktu. Sık sık evden kaçıyor, giden arabadan atlamaya çalışıyordu. İntihara kalkışmıştı ve yatağını ıslatıyordu. Altı yaşına kadar birkaç defa, bir keresinde ikinci kat balkonundan atladığı için, hastaneye kaldırılmıştı. Özellikle anne ve babası hakkında sürekli yalan söylüyor, onlara karşı gelmekten hoşlanıyor gözüküyordu. Güdüsel davranışları ve dikkat sorunları yüzünden kendisine antidepresanlar ve diğer başka ilaçlar verilmişti. Farklı terapistler, psikiyatristler, danışmanlar ve sosyal hizmetliler çocuğu incelemişti. Annesi çocuğun başa çıkılmaz olduğunu, bir keresinde komşu taklidi yaparak çocuğun kendisi ve diğer kardeşleri için tehlike arz ettiğini söyleyerek Çocuk Koruma Servisi'ni aradığını söylemişti. En son bir ilaç şişesindeki tüm ilaçları içmiş ve ölüme öyle yaklaşmıştı ki bir helikopterle en yakın hastanenin acil bölümüne kaldırılmıştı. Annesinin kendisine gelmesi için şu an bir tedavi merkezinde tutuluyor ve hâkimin bundan sonra ne yapılması gerektiğine karar vermesi gerekiyordu.

ÇKS görevlileri ve birkaç terapist çocuğun, travma veya erken yaşta ihmalkârlık yaşamış çocuklara çokça koyulan bir teşhis olan Reaktif Bağlanma Bozukluğu yaşadığını düşünüyorlardı. İki kızı öldüren Leon'da da bu bozukluk olabilirdi. Empati yoksunluğu ve başkalarıyla etkileşime geçmede bir beceri eksikliği olarak görülen bu bozukluk manipülatif ve antisosyal davranışlara yol açabilir. RBB bebekler yeterli şefkat, ilgi, dokunuş, sallamaya

maruz kalmadığı zaman ortaya çıkar. Beyinlerinin ilişki kurmaya ve sosyal işaretleri anlamaya yardım eden bölümü düzgün bir şekilde gelişmez. Sağlıklı insan etkileşimlerinden zevk alamamayı da kapsayan eksik ilişkisel nörobiyoloji ile büyürler.

RBB semptomları Laura'nın durumunda gördüğümüz gibi büyümede aksaklıkları da kapsar. Bozukluk Laura'nın annesi gibi bebekliğin de her altı ayda bir ev ve aile değiştirmek zorunda kalan, en az bir veya iki kişiyle kalıcı erken bir bağ kuramamış çocuklarda görülür. Yetimhane ve benzeri kurumlarda yetişen veya Justin ve Connor gibi çocuklar da risk altındadır. RBB olan çocuklar tanıdıkları insanlara tepkisiz kalırken, yeni tanıştıkları yabancılara gereksiz bir şekilde yakın davranırlar. Doğduklarından itibaren bir ebeveynle veya anne babanın yerine geçebilecek herhangi bir kimseyle kalıcı bir bağ oluşturamadıkları için insanların birbirlerinin yerine geçebileceğini düşünürler. Bu aşırı sevgi dolu davranışlar bu kişilerle bir bağ kurmak amaçlı da değildir, daha çok "boyun eğme" davranışlarıdır. Şöyle ki, bu şekilde söz konusu çocuklar bu dominant ve güçlü yetişkinlere itaatkâr ve uysal oldukları, tehdit arz etmedikleri mesajını göndermeyi amaçlarlar. Onlarla kalıcı duygusal bağlar kurmazlar. Yalnızca, kendileri için tehlike arz eden yetişkinleri bu şekilde kısmen etkisiz hâle getirmeyi öğrenmişlerdir.

Neyse ki, RBB'ye sık rastlanmaz. Ne yazık ki, evlat edinilmiş veya koruyucu ebeveynlerle yaşayan çocuklarda görülen çok sayıda davranış bozukluğunu, birçok ebeveyn ve ruh sağlığı çalışanı bu hastalıkla açıklar. Gilmer Teksas'taki çocuklara çok zarar vermiş olan "tutma" tedavisi ve farklı zor kullanarak yapılmış duygusal saldırıları ve çok katı disiplini de içeren birçok başka tedavi yöntemi de çocukları RBB'den kurtarmak için uygulanmıştır. Örneğin, James'in terapisti annesine davranışları çığırından çıktığında onu dolaba kilitlemesini salık vermişti.

Terapistin ve annenin anlatımından James'in davranışlarına RBB tanısı konulabilirdi. Fakat James'in kayıtlarında garip bir

şey gözüme çarptı. Hastanede veya diğer çocuk merkezindeyken davranışlarında bir sorun yoktu. Kaçmaya veya intihar etmeye kalkışmıyordu. Diğer çocuklara karşı önemsiz birkaç saldırganlık dışında okul kayıtlarında da bir problem belirtilmemişti. Annesinin tarif ettiği gibi kontrol edilemez bir şeytanınkine benzer davranışları söz konusu değildi. Başka bir sorun daha vardı, onu evlat edinmiş ailenin davranışları garip görünüyordu. Gelmemeleri açıkça söylendiği halde, çocukla yapacağımız görüşmelere onlar da gelmişti (o sırada James bir çocuk merkezinde yaşıyordu). Bir keresinde babası elinde bir hediyeyle çıkagelmiş, saatlerce beklemişti. Ekibimizden biri, James'in annesi ile görüştüğünde, onun sürekli olarak James'ten uzak kaldığı için ne kadar üzgün olduğunu söylediğini, tüm dikkatinin kendine ve kendi problemlerine yönelik olduğunu, James'in neler hissediyor olabileceği ile ilgili tek kelime etmediğini tespit etmişti.

James ile tanıştığımda onu hemen sevdim. Kıvırcık sarı saçları vardı ve yaşına göre biraz ufaktı. Göz teması kuruyor, gülüyor, benimle konuşuyor ve uygun davranışlar sergiliyordu. Benimle gülüp konuşmasından beni sevdiği anlaşılıyordu. Disiplinler arası ekibimizdeki ondan sorumlu ilk doktor olan Stephanie de James hakkında aynı şeyleri hissetmişti. Dört seanstan sonra onu tekrar görmeye gerek duymadık çünkü onu değerlendirebilmek için yeterli fikrimiz oluşmuştu.

Kliniğimizde, bir hastanın değerlendirmesini o çocukla ilgilenmiş herkesi bir araya toplayarak aramızda tartışırız. Her birimizin hastayla yaşadığı etkileşim detaylı bir şekilde konuşulur. Hasta hakkında düşünceler paylaşılır. Stephanie çocuğu öyle sevmişti ki, artık onunla çalışmayacağı için öyle üzgündü ki, çok duygusallaşmıştı. Onu neredeyse ağlayacak bir şekilde görünce durumu farklı bir gözle görmeye başladım.

Eğer bir çocukta RBB varsa, iletişim ve bağlanma eksikliği iki taraf için de söz konusu olur. İnsan ilişkilerinde karşılıklı bir nörobiyoloji söz konusudur. Buna "ayna nöronlarımız" yol açar. So-

nuç olarak, bu çocuklarla çalışmak zordur çünkü başka insanlara karşı ilgisiz oldukları için ve empati kurmaktaki eksikliklerinden dolayı onlardan kolay kolay hoşlanamazsınız. RBB'li bir çocukla artık görüşemeyecek olan Stephanie'nin bu kadar üzülmemesi gerekirdi. RBB olan çocuklardan veya kişilerden koptuğunuzda genelde eksikliğini duyacağınız ilişkisel bir etkileşim söz konusu olmaz. Terapistlerde herkes gibi insandır ve ödüllendirici etkileşim eksiklikleri RBB olan çocuklarla çalışmayı güçleştirir, bu terapistlere zevkli bir iş gibi değil âdeta bir yük gibi gelir. Soğuklukları ve tatsız davranışları birçok anne babanın cezalandırıcı, sert terapilere başvurmasının ve birçok terapistin de bu zararlı teknikleri onaylar öneriler vermesinin nedeni olabilir. Çoğu terapist terapi bittiğinde rahatlar. Fakat James bana ve Stephanie'ye kendini öyle sevdirmişti ki, onda gerçek bir RBB olamazdı.

Kayıtlarını daha dikkatli incelemeye ve olayların anlatılmış olan farklı versiyonlarına dikkat göstermeye başladık. Örneğin, şu aşırı doz. Biraz ekstra araştırmayla o günün erken saatlerinde James'in evden kaçtığını polis tarafından eve getirildiğini öğrendik. Merle'e göre bir saat içinde aşırı miktarda antidepresan içmişti. Zehirlenme acil hattını aradığında yetkililer ona çocuğu hemen hastaneye götürmesini söylemişlerdi. Açıklanamaz bir şekilde, Merle hemen hastaneye gitmemişti. Bunun yerine yakındaki bir süpermarkete gitmiş, oraya her zaman on dakika süren araba yolculuğu nasıl olduysa yarım saat sürmüştü. Arabasını park ettikten sonra, çocuğunun bilincini yitirmesi üzerine histerik bir şekilde bağıra bağıra markete koşmuştu. Acil yardım hattı aranmıştı. Olayın vahametini kavrayan görevliler acil yardım helikopteriyle bölgeye gelmiş, çocuk bu şekilde hastaneye kaldırılmıştı.

Sonradan öğrendik ki, sağlık görevlileri her karşılaşmalarında Merle'den şüphelenmişlerdi. Acil servis görevlileri çocuğu hayata döndürmek için markette yoğun bir çaba sarf ederken, James'in hayati tehlikesi hâlâ sürdüğü halde Merle'in histerisi bir anda son bulmuş ve bir köşede sakince oturup soda içmişti. Hastanede

James'in durumunun iyi olduğu haberi kendisine verilince, Merle çocuğun yaşam ünitesinden çıkarılmasını isteyerek doktoru şoke etmişti. Acilde çalışan bir hemşire, Merle'in sağlık cihazlarını kurcaladığını görmüştü. James'in bilinci yerine gelir gelmez annesi etrafta değilken, çocuk yetkililere "Anne yalan söylüyor. Anne benim canımı yakıyor. Lütfen polisi arayın," demişti.

Bir anda, James'in davranışlarının altında yatan itkiyi fark ettik. Hikâyesinin bazı bölümleri anlaşılmaz kalıyor, benim çocuk davranışları konusunda bildiklerim bağlamında bir anlam ifade etmiyordu. Zamanla belli çocukların belli durumlarda nasıl davrandığına dair bir hissiniz oluşur ve eğer bir şeyler "doğru görünmüyorsa" duruma daha dikkatlice bakmanız gerekir. James'de RBB olsaydı Stephanie ve benim böyle bir tepki vermeyeceğimizi bu şekilde fark etmiştim. Birçok alanda uzmanları amatörlerden ayıran bu "eğitilmiş önsezi"dir. Her zaman bilinçli olarak neyin doğru olmadığını bilmeyiz fakat beynimiz yapbozun bir parçasının eksik olduğunu fark eder ve bir şeylerin çarpık olduğuna dair işaretler gönderir. Bu "içgüdüsel his" yeni veya bağlam dışı sinyal bağlantılarına duyarlılık göstererek stres tepki sisteminin hafif bir şekilde aktive olmasına yol açar.

James'in, annesi ona zarar verdiği için evden kaçtığına artık ikna olmuştum. Evden kaçmak taciz gören çocuklarda bile çok az rastlanan bir durumdur. En kötü muamelelere maruz kalmış, ihmal edilmiş ilkokul çocukları bile değişim ve yenilikten, tanıdıkları, bildikleri tek ebeveynlerini kaybetmekten daha çok korkarlar. Istırabın kesinliğini kesin olmayanın ıstırabına tercih ederler. Çocuk ne kadar küçükse onun için tanıdık insanlar ve durumlar o kadar önem kazanır. Böyle birçok çocuk bana onları tehlikeli, zorba anne babalarına geri götürmem için yalvarmışlardır. Fakat James farklıydı. Onun davranışı bağlanma yaşamakta veya ilişki kurmakta zorlanan bir çocuğunkine değil, yardım isteyen birininkine benziyordu.

Bu yeni bakış açısıyla çocuğun ikinci kat balkonundan veya giden arabadan kendisinin atlamadığını, aksine balkondan ve arabadan itildiğini anladım. James isteyerek bir şişe antidepresanı içmemişti, zorla içirtilmişti. James manipülatif davranmıyordu, kafasının erdiği en iyi yöntemlerle kendisine ve kardeşlerine yardım çağrısında bulunmaya çalışıyordu. Ve doğruyu söylediği halde kendisine kayıtsız kalınmasına, inanılmamasına, cezalandırılmasına rağmen vazgeçmemişti.

Merle iki kere James'i öldürmeyi neredeyse başaracaktı, "aşırı doz alımı"ndan helikopterle hastaneye yetiştirilişi ilk değildi. Daha önce de ikinci kat balkonundan "atlaması" üzerine yine helikopterle hastaneye götürülmüştü. James'in bu "mola süresi" dolduktan sonra eve gönderilmesi planlanıyordu. İşin daha vahimi biz o an durumunu tartışırken, diğer kardeşleri hâlâ o tehlike arz eden anneyle birlikteydiler. Genelde aşırı ihtiyatlıyımdır fakat neler olduğunu anlar anlamaz o çocukların tehlikede olduklarını biliyordum. Hemen otoritelerle bağlantıya geçtim ve ÇKS'nin çocukları evden uzaklaştırmasını, Merle ve kocasından anne ve babalık haklarının kalıcı olarak alınmasını talep ettim.

James'in durumu beni çocuk psikiyatrisindeki ana çelişkilerden birinin içine sürüklemişti. Hasta çocuk olduğu halde, tedavisi konusunda kararların çoğunu veren çocuk olmadığı gibi durum hakkındaki ilk bilgiler de çocuktan alınmıyordu. Merle bize James'in hasta olduğunu söylemişti fakat onu böyle yapan Merle'dı. James'in durumu "davranış bozuklukları" olan "zor" bir çocuk olarak çizilmişti. Fakat aslında kardeşlerine ve kendisine her yardım çağrısı "kötü davranış" olarak etiketlenerek bir çıkmaza sokulmuş, cesaretli, ısrarcı ve ahlaklı bir çocuktu.

Problemleri olan çocuklarla çalışan bizler her zaman önyargılarımızı tekrar tekrar test etmeliyiz. Bir kişiye göre "problemli bir ergen" olan bir genç o kişinin "cinsel taciz kurbanı" da olabilir. Çocuğa yapıştırdığımız etiket ona uygulayacağımız tedaviyi de etkiler. "Kötü" olarak görülen bir çocuk "deli" olarak görülen

bir çocuktan daha farklı bir şekilde tedavi edilecektir. İkisinin davranışlarını değerlendirmeniz nereden baktığınıza bağlı olarak (Onları fail olarak mı kurban olarak mı görüyorsunuz?) değişecektir. Kişinin bakış açısına bağlı olarak aynı davranış "kaçma" veya "yardım arama" olarak değerlendirilebilir. Perspektifiniz çocuğun gelecek hayatı hakkında aldığınız kararlarınızı da doğrudan etkileyecektir.

Birçok anne baba çocukları için en iyi şeyleri isterken, problemli çocukların problemli ebeveynleri olduğu da bir gerçektir. Ebeveynleri ikna edip, çocuğun terapi almasını ve onların çocuğa zarar veren davranışlarına bir son vermelerini sağlamak çok büyük zorluk oluşturur. Çoğu anne baba zararlı davranışlarına son veremediği veya vermek istemediği için çocuklarının gördüğü terapi de bir işe yaramaz. Ayrıca bu ebeveynler yaşanılan zorlukların çocuklardan değil kendi davranışlarından kaynaklandığını söylediğimiz zaman tedaviden de vazgeçmeye kalkışırlar.

James'in durumunda Merle, bir doktordan diğerine çocuğuna "Reaktif Bağlanma Bozukluğu" tanısı koyacak bir doktoru bulabilmek için gitmişti. Kendi davranışlarını sorgulayan, onu daha yakından tanımak isteyen doktorlarla görüşmeyi hemen kesmişti. Çocuktan sorumlu sosyal görevlilere de durumu, tanıya karşı çıkanların söylediklerine hiç değinmeden olayı kendi bakış açısına benzer değerlendiren terapistlerin diliyle anlatmıştı.

Öte yandan, birçok ebeveynin anne babayı suçlayan teorilerden kaçınmakta haklılık paylarının olduğunu da belirtmem gerekir. Bundan kısa bir süre öncesine kadar şizofreninin kaynağının "şizofrenik anneler", otizminin sebebinin ise "buzdolabı anneler" (soğuk ve ilgisiz anneler) olduğu düşünülüyordu. Şu an bu durumların etiyolojisinde genetik ve biyolojinin çok büyük rol oynadığını biliyoruz. Fakat aynı semptomlara taciz ve travma da sebep olabilir. Gördüğümüz gibi problemlerinin tek kaynağı ihmalkârlık ve ilgisizlik olan Connor ve Justin gibi çocuklar sık sık otistik ve şizofrenik olarak etiketlenmişlerdir. Çocuk psi-

kiyatrisinde şizofreni ve otizm gibi hastalıklarla erken taciz ve travmadan kaynaklanan bozuklukları ayırt etmek hâlâ zorlayıcı bir uğraştır. Erken travmanın bazı potansiyel genetik faktörleri nasıl tetiklediğini anlamak ayrıca zordur. Örneğin, gerçekten şizofrenik olan kişilerin çocukluklarında taciz veya travma görmüş olması yüksek ihtimaldir. Genetik olarak yüksek potansiyel taşıyanlar dahil, her türlü karmaşık insani durum çevresel faktörlerden etkilenebilir. Bu tür çocuklara tedavi uygulamak ve ebeveynleri ile başa çıkmak James'in durumunda olduğu gibi ebeveynler kasten aldatıcı davranıyorsa, daha da yıldırıcı bir hâle gelebilir.

Merle'in Munchausen sendromu denilen bir hastalığı olduğu ortaya çıktı. Munchausen bozukluğu on sekizinci yüzyılda yaşamış, anlattığı abartılı hikâyelerle tanınan bir Alman baronu olan Karl Friedrich von Munchausen adlı kişinin ismiyle anılır. Munchausen sendromu olan kişiler, genellikle kadınlar, başka kişilerin ilgisini çekebilmek amacıyla bilerek hasta olurlar. Bir doktordan diğerine giderek birçok gereksiz acı veren test ve kontrollerden geçerler. İkna edici semptomlar oluşturabilmek için (IV hatlarını dışkı ile kirleterek enfeksiyon oluşturmak gibi) her türlü aşırılığa kaçarlar. Munchausen sendromunda, hasta başka bir kişiyi de (genellikle bir çocuğu) hasta etmeye çalışarak yine aynı şekilde ilgi uyandırmaya çalışır. Sebebi bilinmemekle birlikte genelde bağımlılıkla bir ilgisi olduğu düşünülür. Merle gibi insanların kendilerine ihtiyaç duyulması konusunda patolojik bir takıntıları vardır. Kimliklerini yardım eden kişi olarak kurmuşlardır. Hasta veya yaralanmış bir çocuk onların bu özelliklerini sergilemesine yardım eder. Kaygılı bakışlar, destek sarılışları ve çocuk hastaneye yattığında yetkililerin onlara gösterdiği ilgi ve alaka için yaşarlar. Genelde aşırı pasif partnerleri kendilerine çekerler. Bu pasif partnerlerin ilgi ve yönlendirme ihtiyaçları bu şekilde aşırı kontrolcü kişilerce giderilir. Merle'in kocası bu tarife mükemmel bir biçimde uyuyordu.

Bu sendroma sahip kişiler için çocuğun olgunlaşması, ihtiyaçlarının azalması, bağımsızlığının artması felakettir. Genelde, bu problemi daha küçük, daha hasta çocuklar doğurarak veya bu tür çocukları evlat edinerek "çözerler." Merle ise özellikle James'in hasta olmasına ihtiyaç duyuyormuş gibi görünüyordu. Fakat çocuğun onun yaptıklarına karşı koyması ve evden kaçması sebebiyle Merle profesyonellerden görmek istediği ilgi ve desteği alamıyordu. Küçük çocuğunu kaybetmiş bir anne mükemmel bir ilgi odağı olacağı ve James'in davranışları Merle'in asıl niyetini ortaya çıkararak onun diğer çocuklarının da velayetini kaybetmesine yol açabileceği için James'in hayatı büyük tehlikedeydi.

Munchausen sendromu olan anneler çok tehlikelidirler. Bir annenin kendi çocuğunu öldürmesi fikri öyle korkunçtur ki, yakalanmadan önce birden fazla çocuklarını öldürmeyi başarabilirler. Çocukları ölmüş bir anneye duyulan sempati öyle doğal ve otomatiktir ki, bu ölümler detaylı bir biçimde araştırılmaz. Birçok vakada çocuklar bebekliklerinde öldürülürler ve ölüm Ani Bebek Ölüm Sendromu (ABÖS) olarak kayıtlara geçirilir. Aslında ABÖS'nin genetiğe bağlı olarak geliştiğini öne süren araştırma, peş peşe beş çocuğunu ABÖS sonucu kaybetmiş bir annenin yaşadıklarına dayanır. Sonradan annenin Munchausen sendromu hastası olduğu ve çocuklarını öldürdüğü ortaya çıkmıştır. Anne bebeklerini öldürmekten hüküm giymiştir.

Munchausen sendromu üzerine yapılan ilk çalışmada, bu hastalığa sahip olduğu düşünülen annelerin gizlice görüntü kayıtları yapılmıştır. Bu kayıtlar sayesinde otuz dokuz anne suçüstü yakalanmıştır. Bazılarının yaşam destek ünitelerini kurcaladığı, bazılarının bebeklerini yastıkla boğduğu ve hatta bazılarının bebeklerinin boğazlarına parmaklarını soktuğu tespit edilmiştir. Bu kayıtlardaki çocukların on ikisi kardeşti ve aniden ölü bulunmuşlardı. Görüntü kayıtlarını izleyen bu annelerin dördü sekiz bebeği kendilerinin öldürdüklerini kabul etmişlerdi.

Ne yazık ki, bu bozukluğa gösterilen ve artan ilgi gerçekten bebekleri ABÖS yüzünden ölen annelerin yanlış değerlendirilmelerine yol açmıştır. Neyse ki hem Munchausen sendromu hem de çoğul ABÖS ender rastlanır olduğundan elde olan verilerle iki farklı ölüm nedeni arasında bir ayrım yapılması zordur. Bu sendromu ilk tespit eden kişi İngiliz pediyatrist Roy Meadow bebek ölümleri için şöyle bir kural geliştirmişti: "Bir ani bebek ölümü trajedi, iki ani bebek ölümü kuşkulu, üç tanesi ise aksi kanıtlanmadığı sürece cinayettir." Oysa kısa bir süre önce, bu "kural"ını temel alan uzman tanıklığı eldeki verilerle desteklenmediği için doktorluk lisansına el konuldu. Meadow'a lisansı geri verildiği halde, şimdi bu "kural" esas alınarak, birkaç kadının mahkûm edilmesi tekrar değerlendiriliyor. En az üç suçlama geri çekildi bile.

Meadow fiyaskosu bazılarını, belirli bir çocuk tacizi türü olarak bile, Munchausen sendromunun varlığından şüphe etmeye götürdü. Fakat ilgi çekmek ve destek almak için çocuklarına kasten zarar veren Merle ve görüntü kayıtları alınan diğer ebeveynler var. Bu hastalığa sahip kadınların bebeklerinin % 9'u onların ellerinde can veriyor ve birçokları da ciddi yaralanmalar yaşayarak gereksiz acı veren tıbbi müdahalelere maruz kalıyor. Ne yazık ki, nedeni hakkında çok az şey bilindiği için hastalığa teşhis koyabilmek çok zor. Munchausen sendromu çok az erkekte bulunuyor ve bu sendrom sağlık alanında çalışan kadınlarda fazla abartılmış olabilir. Birçokları, çocuk travması veya tacizi (genelde ciddi ihmalkârlık) yaşamıştır. Fakat sağlık sektöründe çalışan veya çocuk travması mağduru kadınların büyük bir çoğunluğunda bu sendrom oluşmaz. Belki de bu hastalık, başka birine şefkat gösterip bunun için değer görmek arzusundan kaynaklanan sağlıklı davranışların en uç noktasındaki patolojik bir durumdur. Aynı çeşit bir bağımlılık başka insanları aşırı ilgi ve fedakârlık davranışlarına sürükleyebilir. Bir kişinin bir başka insana delice yardım

etmek istemekten, o yardıma hep ihtiyaç duyulsun diye onlara zarar vermeye nasıl yönelebildiğini ise açıklayamıyorum.

Neyse ki, hâkim bizi dinledi ve acil bir şekilde James ve kardeşlerinin velayeti Merle ve kocasından alındı. Daha sonra jüri, James'in evlatlık annesi tarafından taciz edildiğine ve babanın olayı önlemek için müdahalede bulunmadığına karar verdi. Annesinin James'in sözlerini ve davranışlarını onu problemli bir çocuk olarak göstermek için çarpıttığına ve kendi fesatlığını sakladığına dair kanıtlar sunuldu. Çiftin tüm annelik ve babalık haklarına (kendi biyolojik çocuklarınınki de dahil olmak üzere) son verildi ve çocuklarını taciz ettikleri için mahkemeye sevk edildiler.

Zaman zaman James ve onun yeni ailesiyle iletişim hâlinde bulunan savcı ile görüşüyorum. James'in ismi değiştirilmiş ve yeni hayatında çok olumlu gelişmeler söz konusuymuş. "Rahatsız edici" davranışları ve evden kaçmaları tamamıyla yardım bulma çabalarıymış. Kanımca, yalnızca kendi hayatını değil, kardeşlerinin hayatını da kurtardı. Onun hikâyesi bana sezgilerime güvenmem gerektiğini ve terapistler, resmi raporlar ve hatta ebeveynler ne derse desin her zaman çocuğu dinlemenin önemini hatırlattı.

BÖLÜM 10

Çocukların İyiliği

Bekleme odasına girmeden önce biraz onları izledim. Erkek çocuğun davranışlarında masum bir tatlılık vardı. Gülümsemesini, annesinin dizlerine tırmanışını, onunla göz göze gelebilmek için annesine nasıl yaklaştığını görebiliyordum. Sonra oyuncu bir havayla, elini annesinin ağzına uzatarak yavaşça ona dokundu. İkisi arasındaki bu sessiz etkileşim, anne ve bebeği arasındaki klasik bağlılık davranışlarıydı. Fakat Peter bebek değildi. Yedi yaşındaydı. Onları izlerken, anne ve oğlunun sık sık bu huzur veren etkileşimde bulunduklarını anlayabiliyordum. Odaya girince Amy'nin bundan utandığını da anladım. Eşi Jason onları "yakalamamdan" dolayı daha da utanmışa benziyordu.

Jason, ayağa kalkarak elimi sıktığında, "Dik otur Peter," dedi.

Çocuğa doğru yürüdüm, aşağıya doğru baktım, gülümsedim ve elimi uzatarak, "Merhaba, Peter," dedim. Peter elime dokunmak için elini uzattı.

Jason, "Peter, ayağa kalk ve Dr. Perry'nin elini sık," dedi. Amy, Peter'ı kucağından itip ayakta durmaya zorladı. Fakat Peter kendini yere bıraktı ve güldü. Bu da oyunlarının bir parçasına benziyordu.

Jason, sesi sabırlı fakat kararlı bir biçimde, "Peter ayağa kalk," dedi. Kızgınlığını ve tükenmişliğini görebiliyordum. Sabırlarının taştığı belliydi.

"Sorun değil. Siz rahatınıza bakın. Yalnızca bugün her şeyin nasıl gittiğini size sormak istedim." Karşılarına oturdum.

"Bu ziyaret Peter'a burada bizi görüp yavaş yavaş bizimle tanışması için ona bir şans vermek için planlandı. Umarız güzel bir gün geçirdiniz."

Peter başını salladı.

"Sözcükleri kullan canım," dedi Amy.

Peter güzelce oturdu ve "Evet," dedi.

Aile bu ön görüşme için kliniğimizde üç saat geçirmişti. Bize gelmelerinin sebebi, Peter'ın konuşma geriliği ile birlikte, dikkat sorunları ve güdüsel davranış problemlerinin olmasıydı. Elbette okulda sosyal ve akademik problemler de yaşıyordu. Zaman zaman tamamıyla kontrolü kaybettiği tuhaf ve şiddetli hezeyanlar yaşıyordu. Bu korkunç hezeyanlar, sıradan öfke patlamaları gibi kısa sürmüyor, bazen saatlerce devam ediyordu.

Peter'ın annesi ve babası, onu üç yaşındayken Rus bir yetimhaneden evlatlık almıştı. Sarı saçları, masmavi gözleri ve kırmızı yanaklarıyla bir meleğe benzeyen küçük çocuğa hemen vurulmuşlardı. Yetkililer onun nasıl iyi beslendiğinden, yetimhanenin çok temiz olduğundan bahsetmişlerdi. Fakat Peter ve oradaki diğer çocuklara, bebekliklerinde hiçbir ilgi ve şefkat gösterilmemişti. Amy ve Jason, çocuk evlat edinmiş ebeveynler aracılığıyla, bizim ihmalkârlık kurbanı çocuklarla çalışmalarımızdan haberdar olmuşlardı. Kliniğimizdeki iki günlük bir danışmanlık ziyaretinin ilk gününün sonundaydık. Aile bu değerlendirme için yaklaşık bin kilometre yol kat etmişti.

"Evet Peter, yarın da gelip bizi ziyaret edebilecek misin?" diye sordum.

"Evet," dedi gülümseyerek.

Bundan önce, klinik çalışanlarımızın yapması gereken çok iş vardı. Tipik bir değerlendirmede, disiplinler arası psikolog ekibimiz, sosyal hizmet görevlileri, çocuk psikiyatrisi stajyerleri ve çocuk psikiyatristleri, çocuğu ve ailesini tanımak için birkaç haftaya yayılan birden fazla ziyarette bulunurlardı. Peter'ın durumunda ise aile çok uzaktan geldiği için bu süreç kısaltıldı. Okuldan, ço-

cuk pediyatristinden ve daha önceki ruh sağlığı çalışanlarından alınan kayıtlar, incelememiz, çocuğu ve ailesini iyice tanımamız için temin edilmişti. Ayrıca çalışmamızın bir parçası olarak, erken yaşta yaşanan ihmalkârlığın beyni nasıl etkilediğini görebilmek için beyin taraması yaptık. Araştırmalarımız sonucu Peter gibi aile yanında büyümemiş çocukların, ortalamadan daha küçük beyinlere sahip olduklarını, belli beyin bölümlerinde ciddi küçülmelerin olduğunu ve beyinle bağlantılı işlevsel bazı problemlerin olduğunu tespit ettik.

Değerlendirme sürecinde, bazen on-on iki kadar ekip üyesi bir araya gelir, çocukla ilgili deneyimlerimizi paylaşırız. Bu süreç çocuğun güçlü ve zayıf yanlarını ve birçok alanda (algısal düzeyinden hareketsel düzeyine, duygusal, bilişsel ve davranışsal yeteneklerinden ahlaki duyarlılığına kadar) bulunduğu gelişimsel evreyi belirlememiz için tasarlanmıştı. Böylece, başlangıç tanısını koyabiliyor ve ilk etapta ne gibi müdahalelerde bulunulması konusunda öneriler verebiliyorduk. Birçok ortamda, benzerini kurmak çok zaman alacağı ve pahalı olacağı halde, bu süreci temel alan ve danışmanlara daha az bağımlı bir model oluşturmaya çalışıyorduk.

Peter ve ailesiyle çalışmaya başladığımız sırada, kötü muamele görmüş çocuklara nörodizisel yaklaşımımızda iyi bir gelişme göstermiştik. Erken travma ve ihmalkârlık kurbanı çocukların, kronolojik yaşlarının değil, (sallanmak, dokunulmak gibi) zarar ve yoksunluk yaşadıkları yaşların deneyimlerine ihtiyaç duyduğunu fark etmiştik. Bu gelişimsel olarak uygun terapötik deneyimlerin, tekrar tekrar ve tutarlı olarak, saygılı ve nazik bir biçimde sağlanması gerektiğini tespit etmiştik. Bu davranışları zorla, zorbaca uygulamak her şeyin daha da kötüye gitmesine yol açıyordu. Ayrıca stres tepkisini yöneten anahtar düzenleyici nörotaşıyıcı sistemlerin olduğu beynin en alt bölümlerini uyarmak ve sistematize etmek için müzik, dans ve masajı da bu çalışmalarımıza dahil ettik. Gördüğümüz gibi, bu bölümler yaşamın

ilk aşamalarında önemli, hızlı gelişimler gösterdikleri için erken travmadan daha kolay etkilenirler. Ayrıca son olarak, problemli dissosiyasyon ve aşırı uyarıcı semptomlar sergileyen çocuklarda ilaç tedavisi uygulamaya başladık.

Tüm bunlara rağmen iyileşme sürecinde, süren ilişkilerin ne kadar önemli olduğunu fark etmekle birlikte, çocuklar büyüdükçe arkadaş ilişkilerinin de ne kadar önemli olduğunu tam olarak anlamamıştık.

Peter'ın detaylı geçmişi, ilişkilerin oynadığı kritik rolü iyice görmemi sağladı. Peter, hayatının ilk üç yılında yetişkin ilgisi olmadan büyümüştü. Bebek deposu denilebilecek büyük, ışık alan bir odada, yan yana altmış sterilize bebek karyolalarının olduğu bir yerde tutulmuştu. Nöbetçi iki kişi gündüz ve gece nöbetlerinde sırayla bir yataktan diğerine atlayarak çocukların altlarını değiştiriyor ve onları besliyordu. Bebekler, sekiz saatlik nöbet boyunca yaklaşık on beş dakika kadar bireysel ilgi görüyorlardı. Bu kısa zamanların dışında bebeklerle ne birisi konuşuyor ne de onlara dokunuyordu. Yetimhanedeki personel yokluğundan dolayı kimse onları sallamıyor, onlarla bebek diliyle konuşmuyor, kucağına almıyordu. İki üç yaşına gelmiş çocuklar bile gece ve gündüzlerini bu karyolalarda kafeslenmiş bir şekilde geçiriyorlardı.

Birbirlerinden başka kimseleri olmayan bu çocuklar, karyolalarından birbirlerine ellerini uzatıyor, el ele tutuşuyor ve karşılıklı farklı sesler çıkarıyorlardı. Yetişkinler olmadan birbirlerinin anne babaları olmuşlardı. Ne kadar verimsiz olsa da, karşılıklı etkileşimleri büyük ihtimalle böyle ciddi yoksunlukların yol açacağı zararları aza indirmişti.

Peter'ın anne ve babası onu ilk eve getirdiklerinde bebeğin onlarla iletişim kurmak istediğini fark etmişlerdi. Hemen Rus bir çevirmen bulmuşlardı. Fakat Rus çevirmen bebeğin Rusça konuşmadığını, belki yetimhane görevlilerinin başka bir Doğu Avrupa ülkesinden çalışan getirmiş olabileceğini söyledi. Çekçe

konuşabilen biri çocuğun Çekçe konuşmadığını söyledi. Kısa bir süre sonra Amy ve Jason, Peter'ın Macarca ve Lehçe de konuşmadığını öğrendi.

Aslında Peter'ın söylediklerinin hiçbir dile ait olmadığını öğrendiler. Belli ki yetim bebekler, ikizlerin aralarında konuştuklarına veya birlikte büyüyen sağır çocukların doğaçlama şarkılarına benzeyen, kendi tam gelişmemiş dillerini geliştirmişlerdi. Herodot'a göre, çevrelerinde insanlar olmadan nasıl bir "doğal" dil konuşacaklarını öğrenmek için iki çocuğu izole eden Kral Psamtik gibi, yetimhane görevlileri kazara dilbilimi alanında acımasız bir deney yapmışlardı. Görünüşe göre, çocuklar kendi kendilerine otuz kırk kadar kelime uydurmuşlardı. Çevirmenlerin anlamayı başardığı tek kelime "mmm" sesi bebeklerin meme emerken çıkardığı ilk ses olan, neredeyse bilinen her dilde benzer seslerin anne anlamına geldiği "Mum" sözcüğüydü. Çocuklar bu sözcüğü yetişkin veya onlara bakan kimse anlamında kullanıyordu.

Klinik toplantımızda ekibim ve ben, yetişkinlerle kısıtlı etkileşimi ve dil yoksunluğu da dahil olmak üzere, çocuğun geçmişiyle ilgili bildiğimiz her şeyin üzerinden geçtik. Onu evlatlık edinen ebeveynleri hakkında da konuştuk. Benim Amy ve Jason hakkında oluşan ilk izlenimime ekibin geri kalanı da katıldı. Herkes onların olağanüstü olduklarını düşünüyordu. Peter'ı evlat edinmeden önce bile anne babalıkla ilgili kitaplar okumuşlar, bu konuda videolar seyretmişler ve onun gibi bir çocuğu evlat edindiklerinde onları neler beklediğine dair pediyatristleri ile konuşmuşlardı. Peter'ı eve getirdiklerinde, konuşma ve dil terapistleri, fiziksel terapistler ve zihinsel sağlık uzmanları ile çalışmışlardı.

Verilen tavsiyelere harfiyen uymuşlardı. Peter'ın sağlıklı, mutlu, üretken ve şefkatli büyüyebilmesi için para, zaman ve enerji harcamışlardı. Fakat hem onların hem de uzmanların çabalarına rağmen, Peter hâlâ istenilen seviyede değildi. Birçok alanda dramatik bir gelişim göstermişti, ancak gelişimi yavaştı ve tam bir süreklilik göstermiyordu.

Yeni becerileri normal çocuklar gibi yirmi otuz tekrarda değil, yüzlerce tekrardan sonra öğrenebiliyordu. İngilizceyi öğrenmişti fakat telaffuzu tuhaf, dilbilgisi doğru değildi. Hareketlerini koordine edemiyor, oturmaya çalışırken bile kayıyordu. Nadiren göz kontağı kuruyordu. Yedi yaşında olmasına rağmen, hâlâ kendi kendine sallanıyor ve parmağını emiyordu. Yemek için önüne konulan her şeyi ağzına götürmeden önce kokluyor, tanıştığı herkesin kokusunu almaya çalışıyordu. Kolayca dikkati dağılıyor, sık sık kendi kendine gülüyordu. Bu da "kendi küçük dünyasında" yaşıyormuş izlenimini veriyordu. Geçen yıl gelişimsel doruk noktasına varmış ve hatta biraz gerilemişti.

En başta Peter'ın arkadaşça, şakacı yanından yani güçlü yanlarından bahsettik. Bazı yönlerden dil yeteneği ortalamanın üstündeydi. Bazı matematiksel yetenekleri de var gibi görünüyordu. Fakat çok sevgi dolu olmasına rağmen, yaşıtlarına ve yetişkinlere iki üç yaşında bir bebeğin davranacağı gibi davranıyordu

Tartışmalarımız sonucu Peter'ın bazı açılardan bilişsel olarak yedi yaşında olduğunu fakat diğer yönlerden çok daha küçükmüş gibi davrandığına karar verdik. Beynin kullanıma bağlı doğası da gözlemlerimizi doğruluyordu. İyi olduğu tarafların beynin yeterince uyarılmış bölümleriyle bağlantılı olduğunu, noksanlık yaşadığı yerlerin ise tamamıyla ihmal edilmiş veya daha erken yaşta yaşanan ihmalkârlığı telafi etmek için yeterli derecede uyarılmamış bölümleri temsil ettiğini tespit ettik. Beyin taramaları da beyninin bu kısmi nörogelişimini doğrular nitelikteydi. Beyinde kortikal körelme, organ boşlukları (bu, normalde beyin dokusu olması gereken yerde spinal sıvının olduğu anlamına geliyordu) ve yaşına göre küçük kalmış alt beyin yapılanmaları mevcuttu.

Bu parçalı gelişime, kaotik ve ihmalkâr ortamlarda büyüyen çocuklar arasında çok sık rastlanır ve bu durum, anne babalarda, öğretmenlerde ve çocuğun yaşıtlarında tam bir kafa karışıklığına yol açar. Dışarıdan Peter yedi yaşında bir çocuk gibi görünüyordu fakat aslında bazı yönlerden daha henüz yalnızca üç yaşın-

daydı. Bazı başka yetenek ve beceriler söz konusu olduğundaysa, on sekiz aylıktı ve yine bazı başka yönlerden sekiz veya dokuz yaşındaydı.

Bu tutarsızlık, ailenin en önemli sorun kaynağıydı. Ayrıca iki ebeveynin Peter'a yaklaşımlarında da önemli farklılıklar vardı. Peter evde Amy ile yalnızken, Amy hareketlerini onun ihtiyaçlarına göre ayarlıyordu. Eğer bebek gibi davranırsa Amy de ona o şekilde karşılık veriyor, daha büyük bir çocuk gibi davrandığında da ise Amy onunla o şekilde etkileşimde bulunuyordu. Amy'nin çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarını, sezgisel olarak karşılama kapasitesi sayesinde Peter'ın bu kadar gelişme kaydettiğine inanıyordum.

Fakat Peter büyüdükçe, Jason, Amy'nin çocuğa "bebek" gibi davranmasını sorgulamaya başlamıştı. Jason, Peter'ın ilerleme kaydetmemesinden dolayı Amy'yi suçluyor, Amy'nin onu çok şımarttığını düşünüyordu. Amy ise bebeğin geçmişinden dolayı bu tür davranışlara ihtiyacı olduğunu düşünüyordu ve bu tartışmalar evliliklerinde gerginliğe sebep oluyordu. Bu tür farklılıklar, anne baba olmanın hemen hemen evrensel özellikleridir. Öte yandan, Amy ve Jason'ın durumunda olduğu gibi, bu tür ciddi anlaşmazlıklar evlilikleri tehlikeye sokabilir.

Bekleme odasındaki kısa görüşmemizde, anne ve baba arasındaki fikir ayrılıklarını fark etmiştim. İşimin bir kısmı da, bu çifte Peter'ın gelişimsel aşamada hangi noktada olduğunu söylemek ve onlara onun ihtiyaçlarını anlatmaktı. Bu şekilde, kapasitesi buna uygun olmadığı halde, Peter'dan yaşına göre davranışlar bekleyerek hem kendilerini hem Peter'ı boş yere yıpratmamayı öğreneceklerdi.

Aile, değerlendirmenin ikinci günü geldiğinde, Peter'a bazı klasik psikolojik testler uyguladık. Daha sonra anne-baba/çocuk etkileşimini, biraz daha gözlemleyerek Peter'ı bir başka oyun molasına yolladık. Sonunda anne babaya, Peter hakkında ne düşündüğümüzü ve ona yardım etmek adına yapmayı planladıklarımı-

zı söyleme zamanı gelmişti. Odaya girdiğimde Amy ve Jason'ın endişeyle beni beklediklerini görebiliyordum.

Jason kötü haberi bir an önce almak ister bir havayla, "Ne düşünüyorsunuz?" diye sordu.

"Bence Peter çok şanslı bir çocuk," diye başladım. "Siz harika bir anne ve babasınız. Ve Peter son dört yılda dikkate değer bir gelişme kaydetmiş." Dediklerimi özümsemeleri için onlara zaman vermek amacıyla bir süre durdum. Sonra ekledim, "Çabalarınız olağanüstü. Çok yorulmuş olmalısınız." Amy ağlamaya başladı. Kocası nazikçe kolunu onun omuzlarına koydu. Biraz kâğıt mendil alarak Amy'ye uzattım. Gözlerini sildi.

Onlardan söylediklerimin doğru olmadığını veya onlara anlamsız geldiğini düşündükleri anda bana müdahale etmelerini isteyerek, düşündüklerimi söylemeye başladım. Yetimhane koşullarından bahsederek, çocuğun gelişimsel geriliklerini sıralayarak, anladığım kadarıyla Peter'ın geçmişinden bahsettim.

Daha sonra Peter mutsuzken tüm gelişimsel ilerlemesinin âdeta yok olduğunu, ilkel ve hatta neredeyse korkunç bir şekilde davrandığı tahminimde yanılıp yanılmadığımı bana söylemelerini istedim. Belki de cenin pozisyonunda yerde yatarak inliyor, sallanıyor, kendini yırtarcasına çığlıklar atıyordu.

Bir kere heyecana kapıldığında "geri dönüşü olmayan bir noktaya" vardığını ve yavaşça kendine gelmeden önce iyice ilkelleştiğini düşündüğümü ekledim. Başlarını salladılar. O noktada, duygusal durumumuzdaki değişimlerin, öğrenme yeteneğimizi de etkilediğini belirttim. Belli kavramların algılanması veya dilin kullanımı gibi becerilerimizi öfkelenip heyecanlandığımızda kullanamayabiliriz. Yeni ve korkutucu durumların Peter gibi bir çocuk için çok stresli olabileceğini ve bu tür bir gerilemeyi tetikleyebileceğini belirttim.

Değerlendirme sonucu öğrendiklerimizi toparlayarak, "Bence Peter'ın problemleri ve nasıl oluştukları hakkında epey bir fikrimiz var. Ayrıca hepsini olmamakla beraber bazı güçlü yanlarını

da biliyoruz. Kilit nokta, bildiklerimizi ona yardım etmek için kullanabilip kullanamayacağımız," dedim. Umutla önlem arasında bir denge tutturmaya çalışarak durakladım.

"Size biraz beynin gelişiminden bahsetmek istiyorum," diye başladım. "Kanımca bunu biraz daha iyi anlarsanız Peter'ın kaydettiği gelişme konusunda kendinizi daha iyi hissedeceksiniz ve ilerlemenin neden yavaş olduğunu anlayacaksınız." Konuşurken, yıllardır üzerinde çalıştığım teorik ve pratik bilgileri ilk defa olarak bütünsel bir şekilde ifade edebildiğimi fark ettim.

Boş bir kâğıda birkaç tablo çizdim. İlki beynin gelişimiyle vücudun geri kalanının gelişiminin bir karşılaştırılmasıydı. Bu tabloda vücudun gelişiminin ergenlik çağına kadar, yetişkin boyu ve kilosuna ulaşmadığı fakat beynin gelişiminin tamamıyla farklı bir yol izleyerek, yetişkin boyutunun %85'ine, üç yaşına kadar ulaştığı gösteriliyordu.

"İnsan beyni en hızlı erken yaşlarda büyür," diye açıkladım. "Aslında beyin gelişiminin büyük bir kısmı hayatın ilk üç yılında tamamlanır." Onlara, Peter'ın, beynin kendi kendini hızlı bir şekilde organize ettiği bu çok önemli dönemde steril ve ihmalkâr bir ortamda büyümesinin tam olarak ne anlama geldiğini anlatmaya çalışıyordum.

Sonra bir piramit çizerek kâğıdı ters çevirdim. "Beyin aşağıdan yukarıya doğru organize olmuştur," dedim. "Buradaki en üst nokta," diye devam ettim, ters dönmüş piramidin geniş kenarını göstererek, "düşünmemizden ve diğer birçok işlevi bir araya getirmekten sorumlu, beynin en komplike bölümü olan korteksstir." Ayrıca daha alttaki bölümlerin nasıl çalıştığından, merkezi duygusal bölümlerin nasıl sosyal bağlantılar yapmamızı sağladığından, stresimizi kontrol ettiğinden ve merkezi beyin kökü bölümlerinin nasıl stres tepkisini kendisinin yürüttüğünden bahsettim. Bu bölümlerin en iç noktadaki beyin kökünden başlayarak, gelişim aşamasında, çocuk büyüdükçe nasıl en dıştaki kortekse doğru sırayla "uyandığından" söz ettim. En dıştaki daha karma-

şık beyin bölümlerinin gelişimlerinin nasıl daha aşağı, daha yalın bölümlerin doğru organize olmasına bağlı olduğunu belirttim. Bebeklikte yaşanması gereken ama yaşanmamış deneyimlerin bu bölümlerin gelişimini nasıl etkileyebileceğinden ve çocuklarında gözlemlenen farklı davranışlara nasıl yol açmış olabileceğinden söz ettim.

"Anahtar nokta, Peter'a kronolojik yaşına göre değil gelişimsel yaşına göre anne babalık yapılması," dedim.

Jason ne demek istediğimi anlamaya başlayarak başını salladı.

"Ki bunu yapmak da çok zor değil mi?"

Bu sefer, ikisi de başlarını salladılar.

"Sorun şu ki bir an, örneğin, ona bilişsel bir kavram öğretirken, ona beş yaşındaki bir çocuğun ihtiyacı olan deneyimleri sağlamanız ve ondan bu tip davranışlar beklemeniz gerekecek. Öte yandan on dakika sonra, örneğin, ona sosyal olarak etkileşim kurmayı öğretirken, beklentilerin daha küçük bir çocuğa göre olması gerekecek. Gelişimsel olarak sürekli hareket hâlinde bir hedef. Bu nedenle, bu tür çocuklara anne babalık yapmak bu kadar zor bir deneyim. Bir an doğru şeyi yapıyorsunuz, fakat bir saniye sonra her şey değişebiliyor.

Amy ve Jason bu bölünmeyi birçok defa deneyimlemişti. Fakat bu konuşmaya kadar yaşadıklarını anlamlandıramamışlardı. Açıklamalarım sayesinde, Peter'a "bebeksi" davranıp davranmama konusundaki çelişkileri azalmıştı. Eşi bu şekilde davrandığında, Jason endişelenmemesi gerektiğini anlamıştı. Öte yandan, Amy ona öğrettiklerimiz sayesinde, Jason'ın daha talepkâr ebeveynlik biçimine de zaman zaman ihtiyaç duyacaklarını görmüştü.

Elbette yalnızca açıklamalar yeterli değildi. Peter'ı büyütmenin temel zorlukları hâlâ aynıydı. İkisinin birden sürekli Peter'la olması ve onun ihtiyaçlarını karşılaması hemen hemen imkânsızdı. Anne de baba da duygusal ve fiziksel olarak tükenmişlerdi. Onlara sosyal ağlarını genişletmelerini, bir çift olarak kendilerine

vakit ayırmalarını ve Peter'la geçirecekleri zaman için, kendilerini yenilemeleri için hoşlarına giden aktiviteleri yapmalarını önerdik.

Amy ve Jason tüm önerilerimize açıktı. Kliniğimize yakın oturmadıkları için yerel başka bir merkezle bağlantılı olarak çalışacaktık. Neyse ki, orada da harika bir ekip vardı. Peter'ın harika bir konuşma terapisti, uzman terapisti ve anlama pediyatristi vardı. Her biriyle konuştuk. Connor gibi erken ihmalkârlık mağduru çocuklarda işe yaramış terapötik masaj, müzik ve hareket sınıfını da rutinlerine dahil etmek istedik.

Fakat en başta yapbozun yalnızca bir parçası diye düşündüğüm bir nokta en önemli kısımlardan biriydi. Peter'ın okulu ve özellikle de sınıf arkadaşları. Geçmişine baktığımda Peter'ın en çok ilerleme kaydettiği zaman dilimi, yalnızca anne ve babasıyla, diğer birkaç yetişkinle ve onlara eşlik eden birkaç yaşıtıyla vakit geçirdiği, Amerika'ya geldiği ilk üç yıldı.

Anaokuluna başlayınca ise ilerlemesi durmuş ve davranışsal problemleri artmıştı. Annesi sezgisel olarak Peter'ın kronolojik yaşının altı fakat davranışsal yaşının iki olduğunu anlamıştı. Fakat sınıf arkadaşları onun neden böyle garip davranışlar sergilediğini anlamıyorlardı. Geçmişi hakkında bilgilendirildiği halde öğretmeni de onunla nasıl başa çıkacağını bilmiyordu. Peter bir oyuncağın alınmasının ne, zaman uygun ne zaman uygun olmadığı konusunda sosyal işaretleri algılayamadığı için hiç sormadan arkadaşlarının elinden oyuncaklarını alıyordu. Oyuncakları ne zaman arkadaşlarıyla paylaşması gerektiğini, ne zaman buna gerek olmadığını veya ne zaman konuşup, ne zaman susması gerektiğini anlayamıyordu. Daire oldukları zaman bir anda kalkıp öğretmeninin kucağına oturuyor, ayağa kalkmaması gerektiğini fark etmeden kalkıp sınıfta gezmeye başlıyordu. Bazen de çığlık atıyor ve korkunç bir nöbet geçiriyordu.

Sonuç olarak, diğer çocuklar ondan korkmaya ve onu dışlamaya başlamışlardı. Tuhaf İngilizce aksanı da ona pek yardımcı

olmuyordu. Sınıf arkadaşları onu acayip ve korkutucu bir çocuk olarak görüyorlardı. Onu tanıyan ve seven yetişkinlerle bire bir ilişkileri, anne ve babasının korunaklı evinde iyiye gitmişti. Fakat farklı yaşıtlarla ve öğretmenle ilişkilerini yürütmesi gerektiği anaokulunun karmaşık sosyal dünyası ona fazla gelmişti.

Evdeki sabırlı, şefkatli ve sevgi dolu tepkiler yerine anaokulundaki davranışları, şüpheyle hatta açıkça reddedilmeyle karşılanıyordu. Gürültücü çocuklar, ses çıkaran oyuncaklarla dolu, sürekli hareket halindeki sınıf ona fazla geliyordu. Evdeki ortamında ondan ne beklenildiğini biliyor, yapamasa da kendisine nazikçe davranılıyordu. Fakat okulda neler olduğunu kestiremiyordu. Peter her hafta ne kadar sağlıklı ve pozitif deneyimler yaşasa da dışlanıp dalga geçildiği saatler bu zamanların üzerine gölge düşürüyordu.

Peter'ın gerçek bir arkadaşı yoktu ve genelde küçük çocuklarla oynamayı tercih ediyor, kendisini üç veya dört yaşındakilerle çok rahat hissediyordu. Sınıf arkadaşları komik komik konuşan, bebek gibi davranan bu çocukla ne yapacaklarını bilmiyorlardı. Birçok durumda çocuklar kendilerinden küçük ve daha hassas çocuklara nazik ve şefkatli davranır. Fakat Peter onları korkutuyordu.

Peter'ın sınıf arkadaşlarının davranışları aslında çok da anlaşılmaz değildi. Bu olanlar dünyada sürekli olanların yalnızca küçük bir versiyonudur da diyebiliriz. İnsanlar anlamadıklarından korkarlar. Bilinmeyen bizi korkutur. Bize tanıdık gelmeyen, tuhaf bir biçimde davranan insanlarla tanıştığımızda ilk tepkimiz onlardan biraz uzak durmak olur. Bazen farklı olanı ötekileştirerek veya daha aşağı görerek, kendimizi daha akıllı, daha üstün veya daha yetenekli gibi algılarız. Türümüzün en çirkin davranışlarının kökü (birkaç tanesini adlandırmak gerekirse, ırkçılık, yaş ayrımcılığı, kadın düşmanlığı, anti-Semitizm) algılanmış tehdide karşı ortaya çıkan bu temel beyin tepkisinde gizlidir. Anlayamadığımız şeyden hemen korkmaya başlarız ve bu korku beynimi-

zin rasyonel kısımlarını bastırabileceği için hemen nefrete ve hatta şiddete dönüşebilir.

Peter'ın dışlanması ve sosyal olarak reddedilmesi karşısında ne yapacaklarını bilemeyen Amy ve Jason onu anaokulundan alıp almamak konusunda kararsız kalmışlardı. Fakat Peter'ın bilişsel yetenekleri birinci sınıf seviyesinde ve hatta belki de daha üst düzeydeydi.

Peter entelektüel olarak ileri seviyedeydi fakat sosyal olarak çok geriydi. Eğer ilerleme kaydedeceksek yaşıtlarının yardımına ihtiyaç duyacağımızı fark ettim. Onu direkt olarak birinci sınıfa başlatabileceğimizi düşündüm. Ergenlerle çalıştığım zaman, bazıları benim sınıf arkadaşlarıyla yaşadıkları travma ve bunun beyinlerindeki etkisi konusunda konuşmama izin vermişti. Biraz anlayış sosyal hayatlarını iyileştirmemize çok yardımcı olmuştu. Fakat bu birinci sınıf çocuklarıyla işe yarar mıydı ve Peter bunu kabul eder miydi?

Değerlendirmesinden sonra, birkaç hafta ailenin yaşadığı şehirde olacağımı ve sınıf arkadaşlarıyla görüşebileceğimi biliyordum. Bu ihtimalin mümkün olup olmayacağını anlamak için Peter'la konuştum. Birlikte boyama yaparken, "Peter, Rusya'da yaşadığın günleri hatırlayabiliyor musun?" diye sordum.

Durup bana baktı. Ona bakmadan yavaşça boyamaya devam ettim. Şimdi daha yavaş boyama yapıyordu. Tam tekrar soracaktım ki yeni bir boş kâğıt alarak sayfanın tamamına büyük, mavi bir daire çizdi.

"Bu Rusya." Sayfayı bana doğru tuttu. Sonra sayfayı tekrar yere koyarak küçücük, neredeyse görünmeyen bir nokta çizdi. "Ve bu da Peter." Ona baktım, üzgündü. Hiç kimse için özel olmadığı, onlarca bebekten biri olduğu yetimhanede nasıl hissettiğini çok güzel bir biçimde ifade etmişti.

Ona gülümsedim, sonra bir kaşımı kaldırarak, "Ama artık bu Peter değil, değil mi?" diye sordum. "Hayır," diyerek kafasını salladı ve gülümsedi.

"Peter, sınıfına bir ziyarette bulunmayı düşünüyordum." Anlayabileceği konusunda emin değildim fakat onun ne yapmayı istediğimi ve nedenini bilmesini istiyordum.

"Tamam." dedi.

"Beyninin nasıl gelişip değiştiğinden konuşmuştuk hatırlıyor musun? Sınıf arkadaşlarına biraz beyinden bahsetsem olur mu diye sana sormak istedim. Bir de biraz anne babanla yaşamaya başlamadan önce yaşadıklarından bahsetmek istiyorum."

"Tamam," dedi ve biraz düşündükten sonra ekledi, "resimleri de getirecek misin?"

"Hangi resimleri?"

"Beynimin resimlerini."

"Tabii. Beyninin resimlerini arkadaşlarına gösterebilir miyim?"

"Evet. Benim beynim güzel."

"Evet Peter çok haklısın, senin beynin çok güzel." Böylece, anne babasının, okulun ve kendisinin izniyle, birinci sınıf öğrencilerini yeni bir "terapistler" grubu yapıp yapamayacağımı görmeye karar verdim.

Peter'ın sınıf arkadaşlarıyla bu konuşmayı okul yılının başında yaptım. "Ben Peter'ın arkadaşıyım," dedim. "Beyin üzerine çalışıyorum ve Peter benden, Houston'dan gelip ona beyin hakkında öğrettiğim bazı şeyleri size de öğretmemi istedi." Peter'dan yanıma gelip bana asistanlık yapmasını istedim.

Bu birinci sınıf öğrencilerine beynin nasıl bir kas gibi çalıştığını anlattım. Okulda nasıl "ABC" kaslarını çalıştırdıklarından ve tekrarın öneminden bahsettim. Beyinlerinde nasıl başka benzer kasların olduğundan ve daha büyük ve kuvvetli olabilmeleri için nasıl belli bir ilgiye ihtiyaç duyduklarından söz ettim. Beynin nasıl değiştiğini vurgulayarak, nasıl geliştiğini ve herkesin beyninin nasıl çalıştığını anlattım.

"Hatırla Peter, beynin yeni bir şey öğrenmesi için nasıl çok fazla pratik yapması gerektiğinden bahsetmiştik. Bunun nedeni beyin, onu kullandıkça, kullandıkça, kullandıkça değişir."

Çocuklara, sonra da Peter'a baktım, "Öyle değil mi Peter?" Gülümsedi ve başını salladı. "İşte bu nedenle öğretmeniniz size tekrar tekrar yazma çalışması yaptırıyor ve harfleri tekrar ve tekrar yazdırıyor."

Birkaç slayt gösterdim. Bir beyin modeli getirmiştim ve Peter bunu sınıfta gezdirdi. Soruları cevapladım. Beynin hangi bölümünü kullanarak konuşuyoruz? Beyin ne renk? Beyinde hayatımızın videoları mı var?

Çocuklara, bir bebeğin gelişen beyni için konuşmaların, dokunuşların ve insan etkileşiminin ne kadar önemli olduğundan bahsettim. Onlara, ebeveynlere, hâkimlere, pediyatristlere ve kendi çalışanlarıma söylediklerimin aynısını daha az ve büyük sözcükler kullanarak anlattım.

Sonra, farklı çocukların nasıl farklı evlerde büyüdüğünden bahsettim. Japon çocukların nasıl Japonca öğrendiğinden, bazı kültürlerde nasıl annenin ilk bir yıl bebeğini her zaman yanında taşıdığından söz açtım. Nasıl bazı çocukların diğerlerinin aksine, sevgisiz büyüdüğünden veya onlara yeterince dokunulmadığından veya yeterince konuşulmadığından ve bunun beyni nasıl değiştirebileceğinden bahsettim. Anlattıklarım hoşlarına gidiyordu, birlikte güldük.

Peter gülümsüyordu. Artık zamanı gelmişti. Ne kadar şey söyleyeceğimi, hatta ne söyleyeceğimi bile tam bilmiyordum. Çocukların (ve Peter'ın) tepkileri bana rehberlik edecekti. "Sınıfınıza gelmeme izin verdiğiniz için hepinize teşekkür ederim. Peter, Houston'a beni ziyaret etmeye geldiğinde bana sizden bahsetmişti. Birçoğunuzla ana sınıfına gittiğini biliyorum," dedim. Birkaç çocuk ellerini kaldırdı. "Peter'dan Houston'daki kliniğimize gelmesini istemiştik çünkü onun harika beynini biraz daha yakından tanımak istiyorduk."

Çocuklar Peter'a baktı. "Peter küçük bir çocukken hayatının ilk üç yılının, her gününün, her dakikasını bir beşikte geçirdi." Bu çocukların ilgisini çekmiş gibi duruyordu fakat akılları da karışmış gibiydi. "Peter insanların beyin hakkında çok şey bilmediği başka bir ülkede doğdu. Annesiyle babası ona bakamadıkları için daha küçücük, bir bebekken yetimhaneye gitti. Bu yetimhanede her bebeği bir beşiğe koymuşlardı ve bu beşik onların evi oldu. Hiç dolaşamıyorlar, emekleyemiyorlardı. Hiç ayağa kalkamadıkları için yürümeyi öğrenemediler. O üç yaşındayken anne ve babası onu almaya gelene kadar Peter'ın hiç yürüme şansı olmadı. Arkadaşları ile oynayamadı, hiç kimse ona sevgiyle sarılmadı. Beyni fazla uyarılmadı." Oda tamamen sessizleşmişti, yirmi altı tane altı yaşındaki çocuk hiç kıpırdamıyor, çıt çıkarmıyordu.

"Ve sonra yeni anne babası gelip, onu birlikte yaşamak için Tulsa'ya getirdiler." Gerginliğin biraz dağılması için durdum. "İşte o zaman Peter'ın harika beyni birçok yeni şey öğrenmeye başladı. Daha önce hiç İngilizce bilmediği halde, birkaç yılda İngilizce öğrendi. Daha önce hiç yürümemişti, zıplamamıştı veya koşmamıştı ama bunların hepsini yapmayı öğrendi." Peter utanmış gözüküyordu. Çok fazla ileri gitmek istemedim. "Ve bugün bile Peter'ın harika beyni öğrenmeye devam ediyor. Gerçekten çok iyi iş başardı. İşte bu nedenle Peter'la tanışıp hayata böyle zor bir başlangıç yapan birinin nasıl bu kadar iyiye gittiğini görmek istedik."

"Peter'ın okulda her gün sizden yeni bir şeyler öğrendiğini öğrendik. Sizin neler yaptığınızı gözlemliyor. Her gün sizinle oyunlar oynarken sizden yeni bir şeyler öğreniyor. Peter'a yardım ettiğiniz için teşekkürler. Benim gelmeme ve beyin hakkında konuşmama izin verdiğiniz için de teşekkürler," diyerek bitirdim.

Kısa ve basit bir konuşmaydı. Bir bilinmeyeni (Peter'ı) alıp, onu daha az korkunç bir hâle getirmeye çalışmıştım. Ve zamanla çocukların doğal iyilikleri ortaya çıktı. Artık tuhaf ve korkutucu bir çocuk olmayan Peter popüler oldu. Aslında öyle popüler

oldu ki, arkadaşları onun yanında kim oturacak, kim onun en iyi arkadaşı olacak, kim onun grubunda olacak diye kavga etmeye başladılar. Sınıfındaki en parlak ve en güçlü öğrenciler ona özel bir ilgi gösterdiler ve onların liderliği büyük bir fark yarattı. Onu oyunlarına aldılar, korudular ve Peter'a terapötik deneyimler yaşatarak kendisine çok yardımcı oldular.

Sosyal hatalarını düzelterek, ona şefkatle yaklaşarak gelişimsel problemlerine tolerans gösterdiler. Bu çocuklar Peter'a, bizim ona verebileceğimizden çok daha fazla terapötik deneyim sağladılar.

Çocuklar aynı yetişkinler gibi, özellikle de kendileri bir okul yılının başlangıcı gibi yeni bir duruma uyum sağlamaya çalışırken, bilinmeyen, tuhaf, tanıdık olmayan şeylere olumsuz tepki verirler. Çocukların sosyal hiyerarşilerini etkilemek o kadar kolay olmasa da, dalga geçme ve sosyal reddetmelerin çoğu, tanıdık olmayandan korkuyla başlar ve yetişkinler bu süreç üzerinde düşündüklerinden çok daha etkili olabilirler. Çocuklar birinin neden tuhaf davrandığını anlarlarsa, genelde ona daha fazla şans verirler. Ayrıca çocuklar ne kadar küçükse, yetişkinlerden gördükleri onay ve reddedilme davranışlarından o kadar kolay etkilenirler. Bu işaretler çocukların statü sistemlerini belirler. Öğretmenler ve yetişkinler zorba davranışları minimize de edebilirler veya ne yazık ki bu tür davranışları sertçe yasaklayarak veya "farklı" olanların günah keçisi ilan edilmesine göz yumarak bu davranışları cesaretlendire de bilirler.

Artık Peter'ın bebeksi davranışlarının geçmişinde yaşadıklarından kaynaklandığını bilen çocuklar bu tür davranışları farklı algılamaya başladılar. Bir oyuncağı hızla çekip aldığında veya sırası gelmeden konuştuğunda bunu kişisel bir meydan okuma veya bir tuhaflık olarak değil, kendilerinin de bilgi sahibi olduğu geçmişinden kaynaklanan bir tür davranış olarak gördüler. Hızlı sonuç aldık. Büyük ihtimalle kızgınlık, reddedilme duygusu ve yanlış anlaşılmanın neden olduğu öfke nöbetleri hemen kesildi.

Diğer çocuklar onunlayken daha affedici ve ona verdikleri sosyal işaretlerde daha açık oldukları için artık bu işaretleri daha iyi okuyabiliyor, dolayısıyla da daha kolay uyum sağlayabiliyordu. Kötüye giden reddedilme, kafa karışıklığı ve kızgınlık kısır döngüsü, birbirini besleyen olumlu pekiştirmeler zincirine dönüştü. Gelişimsel yaşındaki duygusal, sosyal, bilişsel düzeylerdeki büyük boşluklar yavaş yavaş kapanmaya başladı. Peter liseye geldiğinde artık davranışları göze batmıyordu, akademik ve sosyal olarak her şey yolunda gitmeye devam etti.

Yaşıtları ve ailesi, sevgi dolu insanlardan oluşan zengin bir sosyal çevre yaratarak onu iyileştirdiler. Nörodizisel yaklaşımımız, beyninde eksik olan belli uyaranları sağlamamıza yardımcı oldu. Masaj sayesinde ona, geçmişte alamadığı fiziksel şefkati verdik. Müzik ve hareket sayesinde beyninin vücutsal hareketlerini koordine etmesini sağladık. Elbette bunların hiçbirisi Amy ve Jason'ın sevgisi ve hassasiyeti ve sınıf arkadaşlarının sabrı ve desteği olmadan yeterli olamazdı. Bir çocuğun ne kadar çok sağlıklı ilişkisi varsa, herhangi bir travmayı atlatıp ilerleme kaydetmesi de o kadar ihtimal dâhilindedir. İlişkiler değişimin aracıdırlar ve en etkili terapi insan sevgisidir.

BÖLÜM 11

İyileştiren Topluluklar

Hikâyelerini paylaştığım bu çocuklarla çalışmak benim için olağanüstü bir ayrıcalık oldu ve onlardan çok şey öğrendim. Birçok yetişkinin dayanılmaz bulacağı durumlar karşısında gösterdikleri beceriklilik, güç ve cesaret beni her zaman çok etkiledi. Bir yandan nörodizisel yaklaşım gibi yeni yeni oluşmaya başlayan terapötik modeller büyük bir umut vaat ederken, hem benim deneyimlerin hem de araştırmalar travmatize olmuş çocukların en önemli iyileşme deneyimlerinin terapide oluşmadığını gösteriyor.

Travma ve ona karşı oluşan tepkilerimiz insan ilişkileri bağlamından ayrı bir şekilde değerlendirilemez. İnsanlar ister bir depremden sağ çıkmış olsun, ister tekrar ve tekrar cinsel istismara uğramış olsun, en önemli nokta, bu deneyimlerin (sevdikleriyle, kendileriyle ve dünyayla kurdukları) ilişkileri nasıl etkilediğidir. Felaketlerin en travmatik yanları, insan bağlarını paramparça etmeleridir. Sizi sevmesi gereken insanlar tarafından size zarar verilmesi, onlar tarafından terk edilmek, kendinizi güvende, değerli ve insan gibi hissettiğiniz bire bir ilişkilerinizden mahrum bırakılmanız çok ciddi yıkıcı deneyimlerdir. İnsanlar kaçınılmaz bir biçimde sosyal varlıklar olduğu için, başımıza gelebilecek en büyük felaketler ilişkisel kayıplarla ilgilidir.

Sonuç olarak, travma ve ihmalkârlığı atlatma da ilişkilerle ilgili olacaktır. Güveni geri kazanmak, kendine güveni tekrar geliştirmek, güvenlik hissine tekrar kavuşmak ve tekrar sevgi duyabilmek... Elbette ilaçlar bazı semptomları iyileştirebilir ve bir

terapistle konuşmak inanılmaz yararlı olabilir. Fakat gerçek iyileşme ve toparlanma (dünyadaki en iyi ilaç tedavisini ve terapiyi de görseniz) kalıcı, sevgi dolu ilişkiler olmadan mümkün olmaz. Aslında işin özünde terapistin akıllı lafları ve kullandığı metotlar değil, onunla kurduğunuz ilişki, terapinin işe yaramasını sağlar. Tedavimiz sonrası iyileşen tüm çocuklar, onları destekleyen güçlü sosyal ağları sayesinde bu kadar ilerleme kaydedebilmişlerdir.

Peter, Justin, Amber ve Laura gibi çocukları iyileştirenler, çevrelerindeki insanlar, aileleri, onlara saygı duyan, zayıf yanlarına ve hassas noktalarına tolerans gösteren ve onlar yavaş yavaş yeni beceriler kazanırken sabır gösteren arkadaşlarıydı. İster Ted'e takım istatistiklerini tutması için izin veren koç olsun, ister Virginia'ya Laura'ya nasıl bakması gerektiğini öğreten Mama P. veya Peter'ı koruyan birinci sınıf öğrencileri, tüm bu insanlar çocukların en önemli terapiyi almasını sağladılar. Çünkü onların en çok ihtiyacı olan şey, kendilerini ait hissettikleri ve sevildikleri zengin bir sosyal çevreydi.

Kötü muamele görmüş ve travmatize olmuş çocukların en çok ihtiyaç duyduğu şey yaşadıkları acıyı, stresi ve kaybı aza indirecek sağlıklı bir topluluktur. Çocuğun ilişki kalitesini ve sayısını arttıracak her şey işe yarayacaktır. Tutarlı, sabırlı ve sevgi dolu bir ilginin onlara çok yardımı dokunacaktır. Elbette travmatik olay sonrası hemen devreye sokulan, kötü niyetli olmayan fakat iyi eğitim almamış ruh sağlığı "profesyonelleri"nin veya çocukları "açılmaya" veya "öfkelerini kusmaya" zorlamanın işe yaramayacağını da eklemeliyim.

Öte yandan, travma tehdidi altındaki çocukların böyle sağlıklı, destekleyen ailelere sahip olma şansları en düşük çocuklar olmalarından dolayı, şu an uygulamada olan sistemlerle etkin bir yardım sunmak çok zordur. Kişiler arası travmatik olayların (aile içi şiddet veya başka şiddet içeren olaylar gibi) ilk etapta yaşanmasını önleyen şeyin de sağlıklı bağlar olduğu düşünülürse, kolayca yer değiştiren, sürekli hareket halindeki toplumumuzda

sosyal bağlarının giderek zayıflaması herkesin incinebilirliğini arttırmaktadır.

Eğer daha sağlıklı çocuklar, yaşadıkları travmatik olaylar karşısında daha çabuk toparlanabilecek çocuklar (ki çocukların yüzde 40'ı yetişkinliğe erişmeden önce en az bir travmatik olay yaşayacaktır) yetiştirmek istiyorsak, işe daha sağlıklı bir toplum yaratmaktan başlamamız gerekiyor. Türümüz hakkındaki en güzel şey ise öğrenebilmemiz, hafızalarımız ve kullandığımız teknolojiler sayesinde, bizden önceki nesillerin deneyimlerinden faydalanabiliyor olmamızdır. Öte yandan sözde bizi bir araya getirecek olan bu teknolojiler, aynı zamanda bizi birbirimizden daha da uzağa itiyorlar. Modern dünya, insanın sosyal hayatının temel biyolojik öğesi olan geniş aile kavramını sekteye uğratmış, hatta birçok yönden bu olgunun tamamen devre dışı kalmasına yol açmıştır. Çekirdek ailenin parçalanması hakkında birçok vurgu yapılmasına rağmen, üzerinde fazla durulmayan geniş ailenin de yavaş yavaş yok olması, kanımca önemle üzerinde durulması gereken bir meseledir. Leon'un hikâyesinden hatırlayacağınız gibi, bir çiftin sağlıklı bir çocuk yetiştirebilmesi ile bir veya daha fazla ebeveynin yıpranarak çocuğu ihmal etmesi arasındaki farka sebep olan bu olguydu.

Nesiller boyunca insanlar, çoğunun birbirleriyle akraba olduğu 40 ile 150 kişilik küçük gruplardan oluşan topluluklarda yaşamışlardı. 1500'lü yıllara kadar, Avrupa'daki ortalama bir aile grubu, her gün birbirleriyle sıkı ilişkiler hâlinde olan yaklaşık yirmişer kişiden oluşuyordu. 1850'lerden itibaren bu sayı ortalama 10'a düştü. 1960'larda ise bu ortalama 5'ti. 2000 yılında, bir evde bulunan ortalama kişi sayısı 4'tü ve inanması güç olsa da Amerikalıların yüzde 26'sı tek başına yaşıyordu.

Teknoloji ilerledikçe evrimle birlikte gelişen ortamlarımızdan gittikçe uzaklaşmaya başladık. Şu an yaşadığımız dünya biyolojik olarak saygısız bir dünya. Birçok insani ihtiyacımızı göz önüne

almıyor ve bizi sağlıklı aktivitelerden zararlı olanlara doğru itiyor. Ne yazık ki benim alanım da bu trendin bir parçası oldu.

Yıllarca, ruh sağlığı profesyonelleri insanlara sosyal desteğe ihtiyaç duymadan da psikolojik olarak sağlıklı olabileceklerini, kendilerini sevmezlerse kimsenin de onları sevmeyeceğini söylediler. Kadınlara erkeklere ihtiyaç duymadıkları, erkeklere de kadınlara ihtiyaç duymadıkları söylendi. Hiç ilişkileri olmayan insanların birçok ilişkisi olan insanlar kadar sağlıklı olabileceği düşünüldü. Bu düşünceler insan türünün temel biyolojisiyle çelişiyorlar. Biz sosyal memelileriz, birbirine bağlı ve birbirine bağımlı insan etkileşimi olmasaydı sağ kalamazdık. Gerçek şu ki, önceden sevilmeden ve seviliyor olmadan kendini de sevemezsin. Sevebilme kapasitesi yalnızlıkta oluşmaz.

İnsanların, modern toplumların insanın ruh sağlığı için ihtiyacı olan en temel öğeleri terk ettiği fark ettiği tarihsel bir geçiş noktasında olduğumuza inanıyorum. Yalnızca daha iyi tedavi ve tanılarla açıklanamayacak olan depresyon oranlarındaki artış da buna işaret ediyor. 1905 yılında doğan bir insanın yaşı yetmiş beşe geldiğinde depresyona yakalanma şansı yüzde 1 iken, 1955 yılında doğan kişilerin yüzde 6'sı, yirmi dördüncü yaş günlerine kadar bir ciddi depresyon geçirmiş oluyor. Başka çalışmalar, son yirmi-otuz yılda ergen depresyonunun inanılmaz oranlarda arttığını gösteriyor. Bu trendi değişen evlenme ve boşanma oranlarında, kişilerin romantik ilişkiler kurmada yaşadığı zorluklarda, farklı ekonomik durumlardaki insanların, iş ve aile arasında kurmakta zorlandıkları dengelerde de gözlemleyebiliriz. Ruhsal olarak sağlıklı olabilmek için neye ihtiyaç duyduğumuz ile modern dünyanın bize sundukları arasındaki tezadı ebeveynlerin duydukları rahatsızlıklar da bize gösteriyor. İnternet, televizyon, şiddet uygulayan insanlar, pedofiller, ekonomik eşitsizlikler ve hepsinden de önemlisi, bu konulara tepkilerimizi şekillendiren kültürel değerlerimiz. Neyin yanlış gittiği ve ne yapılması gerektiği konusunda fikir ayrılıkları olsa da, sağcılardan solculara

hiç kimse, şu anki yaşam koşullarımızın sağlıklı olduğunu düşünmüyor. Liderlerimizin kalkıp şu soruyu sormaları gerekiyor: "Modern dünyada nasıl toplum hayatı oluşturabiliriz? Televizyon, e-mail, arabalar, uçaklar, psikoaktif ilaçlar ve estetik cerrahinin olduğu, günlerin yapay ışıklarla uzatıldığı modern dünyada ilişkiler nasıl derinleştirilebilir? Nasıl hem tüm bu olguların varlığıyla başa çıkıp hem de başkalarıyla olan ilişkilerimize sekte vurmak yerine, bu bağları geliştirmemize yardımcı olacak biyolojik ihtiyaçlarımıza saygı duyan bir dünya yaratabileceğiz?"

Elbette tüm bu soruların hepsinin cevaplarını bilmiyorum. Fakat şu anki çocuk yetiştirme yöntemlerimizin çoğunun çocuklarımıza zarar verdiğini de biliyorum. Örneğin, Kaliforniya'da üç ve beş yaşlarındaki çocukların bakımından sorumlu bir merkezde, çalışanların çocuklara dokunması yasak. Eğer sarılmak veya dokunulmak isterlerse, yetişkinlerin onları itmesi gerekiyor! Bu, olumlu gibi duran bir düşüncenin (çocukları cinsel istismardan korumak) olumsuz sonuçlarını gösteren çok iyi bir örnek. Çocukların sağlıklı dokunuşlara ihtiyacı vardır. Gördüğümüz gibi bebekler sağlıklı dokunuşlar olmadan ölebilirler. Bu biyolojimizin bir parçasıdır.

Ne yazık ki, sağlıksız dokunuşlardan öyle rahatsızız ki, çocuklardan sağlıklı fiziksel şefkati esirgeyerek bu olumsuz olayların olma ihtimalini daha da arttırıyoruz. Çocuklar kendilerine ilgi gösterenlere yöneleceği için, bu tür davranışlar onları pedofillere karşı daha savunmasız bir hâle getirecektir. Diğerlerine karşı güvensizliğimizi arttırarak, çocukları içerilerde tutup, sokakta komşu çocuklarıyla oynamalarına izin vermeyerek ve hayatlarını sınırlayarak, hepimizin sağlıklı büyümesine sebep olan toplumsal bağları yok ediyoruz.

Cinsel tacizin yol açtığı korkunç sonuçları gördüm. Gilmer vakası ve Tina'nın hikâyesi buna açık bir örnek. Cinsel taciz konusundaki endişelerin korkunç gerçeklere dayandığını çoğu insandan daha fazla biliyorum. Fakat bu cinsel tacizcilerin top-

lumsal bağların en zayıf olduğu yerlerde, kendilerine zayıf avlar aradıklarını da biliyorum. Her tacizci en güçsüz avı arar, bu biyolojinin başka bir özelliğidir. Bu nedenle, çocuklarımızı güvende tutmak için sağlıklı ilişkilere sahip olmalı, insanlarla bağlar kurmalı ve çocuklarımıza gereken fiziksel şefkati göstermeliyiz. Çocuklarımızı korumaya çalışırken toplumsal bağlarını parçalamamalı, aksine bu bağları kuvvetlendirmeliyiz. Gündüz bakım evlerinde çocukların güvenliğini sağlamak için elbette ilgisiz kişilerin çocuklara dokunmasını engellemeliyiz. Fakat bunu yaparken çocukların fiziksel ihtiyaçlarını da gözetmeliyiz. Güvenli bir çevre istiyorsanız, çocuklarınızı kilit altında tutmak yerine, komşularınızla tanışmalısınız ve onların yalnızca planlanmış aktivitelerde bulunmasına göz yummamalısınız. Biyolojiyi yok saymak ve bunu yapmanın sonuçlarını fark edememek yerine, ona saygı duyan politikalar izleyebilmemiz için insan doğası hakkında yeterli bilgi sahibiyiz.

Çocukları travma, ihmalkârlık ve tacizden korumak adına başka neler yapabiliriz? Yaralanmış bu çocuklara nasıl en iyi biçimde yardımcı olabiliriz? En başta şu anki politikaların ve uygulamada olan yöntemlerin ilişkilere öncelik vermediğini ve çocuklara yardım amaçlı kurulmuş sistemlerin işe yaramadığını fark etmeliyiz. Toplumsal problemleri gidermek için uygulanan çözümlerin etkili olmadığını ve uzun vadede bu problemleri daha da büyütebileceğini anlamalıyız. Gerçekten neye ihtiyacımız olduğunu anlamalı ve modern dünyada bu ihtiyaçlarımızı sağlamak için çalışmalıyız.

İşe, bebeklere ve yeni ebeveynlere nasıl davrandığımızla başlayabiliriz. Gördüğümüz gibi, normal bir şekilde gelişebilmeleri için bebeklerin onlara sürekli olarak bakan bir veya iki kişiye ihtiyaçları vardır. Ve bu bebeklerin bakımını üstlenen kişilerin de yeni anne baba olmanın yorucu temposundan onları biraz olsun kurtarmak için tanıdıkları, güvendikleri küçük bir topluluk

tarafından çevrelenmiş olmaları gerekir. İnsanlar evrimleşirken, bir kadının bütün gününü evde çocuğuyla, erkeğin ise yine bütün gününü ofiste geçirdiği bir dünyada yaşamadılar. Erkek de kadın da hayatta kalabilmeyi garantilemek için çok çalıştılar. Fakat kadınlar çalışırken çocukları da hemen yakınlarındaydı ve daha büyük erkek çocuklar yetişkin erkeklere eşlik ediyor, onlar tarafından eğitiliyorlardı. Yorgun düşmüş bir anne, çocuğunu bir halaya, teyzeye, kardeşine veya büyükannesine bırakabiliyordu. Her bir bebeğe ortalama dört yetişkin düşüyordu. Şimdi herhangi bir gündüz bakımevinde, her beş bebeğe bir yetişkin bakıcı düştüğünde bunun çok iyi bir oran olduğunu düşünüyoruz!

Primatolojist ve evrim teorisyeni Sarah Blaffer Hrdy'nin *New Scientist* dergisine verdiği bir röportajında ortaya koyduğu gibi, "Politika yapıcılar, çekirdek ailelerin 'altın çağ'ın somut örnekleri olduklarını düşünüyorlar. Fakat insan ailesinin derin tarihine bakıldığında, çocukların yalnızca anne ve babaları tarafından büyütülmeleri çok ender rastlanan bir durum. Başkaları tarafından büyütülmeye alıştırılmış çocuklar, toplumsal çevrelerini daha tehlikesiz olarak algılayarak ona göre davranıyorlar." Hrdy'nin kitabı *Annenin Doğası: Annelik İçgüdüleri ve Bunun İnsan Türünü Nasıl Şekillendirdiği* başlıklı kitabı yazarın "alloebeveynler" diye adlandırdığı geniş ailenin önemini vurguluyor. Hrdy şöyle diyor: "İhmalkârlığa maruz kalma riski bulunan çocuklarda, alloebeveynlerin, mesela bir büyükannenin nasıl bir fark yarattığına inanamazsınız." Biz bunun örneklerini bu kitapta gördük.

Üstelik insanlar evrildiğinde, bebeklerin kendi odaları ve kendi yatakları da yoktu. Hemen hemen hiçbir zaman, herhangi bir yetişkinden veya kardeşlerinden bir metreden fazla ayrılmıyorlardı ve çoğunlukla kucaktaydılar. Çağımızdaki uyuma ve ağlama problemlerinin kaynağı, geçmişteki şu gerçeğe dayanıyor olabilir: Tüm evrimsel süreç boyunca bir insan yavrusu eğer tek başına ve bir yetişkinin görüş açısı dışında bırakılırsa, yüzde yüze yakın bir ihtimal ölecektir. Bebeklerin uyumak için tek başlarına

bırakıldıklarında gerginleşmelerini anlamak o kadar da zor olmasa gerek. Aslında, şaşırtıcı olan (insan beyninin adapte olabilme yeteneğini yansıtan) birçoğunun buna nasıl hemen alışmasıdır. Bebekler, yavaş yavaş tek başlarına kalınca bile gerginleşmemeye alışabilirler. Fakat evrim, birçok anne babanın isteklerine zıt olsa da yüzyıllar sürecek bir zaman alır.

İnsanları, bebek ve çocukların neye ihtiyaç duydukları konusunda eğitmemiz gerekiyor. Artık çocuğu olan veya çocuklarla çalışan insanların, gerçek bir çocuk psikolojisi bilgisi olması gerekiyor. Connor gibi hiç ağlamayan bir çocuk için de en az çok ağlayan bir çocuk kadar endişelenmeliyiz. Farklı yaşlardaki çocuklardan ne gibi davranışlar beklememiz gerektiğini bilirsek, dışarıdan yardım alıp almama konusunda da o kadar bilinçlenmiş oluruz.

Öte yandan, "anne savaşları"na bir son vererek, yeni anne babaların çocukları ile daha fazla vakit geçirmek için seçim şansları olmasının, çevrelerinden bu konuda destek görmelerinin ve çocuklarına kaliteli bir bakım sağlayabilmelerinin, herkesin çıkarına olacağını fark etmemiz gerekiyor. Hrdy'nin belirttiği gibi, "Biz annelerin çok daha fazla sosyal desteği olduğu bir ortamda evrildik. Bebeklerin tüm potansiyellerinin gelişebilmesi için böyle bir sosyal ortama ihtiyaçları vardır."

Birçok Avrupa ülkesi (özellikle İskandinav ülkeleri) hem ücretli aile izinleri verir, hem yüksek kalitede çocuk bakımı sağlar, hem de çok iyi ekonomilere sahip olmayı başarmıştır. Biyolojilerimize saygılı bir ev ortamı yaratmak için ebeveynler, örneğin, televizyon ve diğer medya araçlarının kullanımını sınırlamak gibi basit şeyler yapabilirler. Belli zamanlarda, tüm telefonlar, bilgisayarlar ve televizyonlar kapalıyken yenen yemekler organize edilebilir. Bunlara ek olarak, ebeveynler ister akrabalarıyla, komşularıyla, tezgâhtarlarla olsun, ister günlük hayatlarında karşılaştıkları diğer kişilerle, insanlarla etkileşimlerinde, ilişkilerin

önemini vurgulayan davranışları empati ve nazikliği modelleyebilirler.

Okulların da değişmesi gerekir. Eğitim sistemimiz çocukların duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını neredeyse tamamen göz ardı ederek, obsesif bir şekilde bilişsel gelişime odaklanmış durumdadır. Bundan yalnızca yirmi yıl önce, ilköğretim okullarında gerçek anlamda öğle araları ve dinlenme zamanları vardı ve beden eğitimi dersleri haftanın birkaç günü zorunluydu. Ödevleri yapmak, her gün nadiren bir saatten uzun sürerdi ve çocukların ayrıca ikaz edilmeden ödevlerini teslim edecekleri tarihleri hatırladıkları düşünülürdü. Anne ve baba yardımı gerektiren büyük projeler, yılda yalnızca birkaç kez yapılırdı.

Tüm bunlar, çocukların özellikle de kızlardan daha yavaş olgunlaşan erkeklerin biyolojileriyle uyum içindeydi. Okullar, çocukluğun karakteristik bir özelliği olan kısa süreli dikkat süresinin farkındaydı. Çocukların koşup oynamak ve birbirleriyle sosyalleşmek için boş vakte ihtiyaçları olduğunu biliyorlardı. Yardımcı yazarım Maia'nın dokuz yaşındaki yeğeni, bir keresinde annesine arkadaşlarının kim olduğunu bilmediğini söylemişti. Okuldaki zamanı öyle planlı ve programlıydı ki, gerçek ilişkiler kuracak vakti olmamıştı. Hiç boş zamanı yoktu. Kanımca, bu tam bir delilik... Çocuklarımızın, komşularımızın çocukları kadar "zengin" bir çevresi olsun diye çabalarken, aslında onların hayatlarını fakirleştiriyoruz. Bir çocuğun beyninin sözcükler, dersler ve organize edilmiş aktivitelerden daha fazlasına ihtiyacı vardır. Çocukların beyninin sevgiye, arkadaşlıklara ve oyun oynayıp, gündüz düşleri görebilmek için özgürlüğe ihtiyacı vardır. Bu gerçeklerin farkında olmak, annelerin sosyal baskılara direnerek okulları daha doğru hareket etmeye zorlamalarına yardımcı olabilir.

Bunlara ek olarak, eğitim sistemimiz ve toplumun ilişkilerin önemine karşı gösterdiği genel saygısızlık, empatinin gelişimini baltalıyor. Dil gibi empati de insanın ne olduğunu tanımlamaya

yardımcı olan insan türünün temel bir kapasitesidir. Fakat dil gibi empati de öğrenilmelidir. Normal şartlarda ikisini de çocuklukta ediniriz. Fakat Connor ve Leon'un hikâyelerinin gösterdiği gibi empatinin ve buna dayanan ilişkisel becerilerin gelişmesi direkt olarak çevresel koşullara bağlıdır. Neyse ki, az bir sayıda bebek uzun süre yapayalnız bırakıldığı halde, şimdilerde çok fazla sayıda çocuk zamanlarının büyük bir çoğunluğunu gereğinden fazla yapılandırılmış ortamlarda geçiriyor. Bu sebeple de, empatik ilişkileri geliştirecek pratik ve tekrarı almaya ve arkadaşlık kurmaya çok az bir zamanları kalıyor. Daha da kötüsü, anne ve babalarıyla geçirdikleri zaman da sınırlı. Geriye kalan zaman da, ya saatler süren ödevler ya da televizyon, bilgisayar ve video oyunları gibi aktivitelerle hızla doluyor.

Beynin gelişimi kullanıma bağlıdır, onu ya kullanırsınız ya kaybedersiniz. Eğer çocuklara başkalarıyla birlikte olmak, onlarla bağ kurmak, anlaşmazlıkları çözmek ve karışık sosyal hiyerarşileri anlamak için yeterince zaman vermezsek, beyinlerinin bu bölümleri çok az gelişecektir. Hrdy'nin söylediği gibi, "Empati hakkında bildiklerimizden biri, potansiyelin ancak belli büyütülme şartlarında ortaya çıktığıdır." Hareketli, yaşam dolu bir sosyal ağ ile bu ortamları sağlamazsanız, böyle bir potansiyel tam kapasitesine ulaşmayacaktır.

Ayrıca her türlü stresin olumsuz anlama gelmeyeceğini de fark etmemiz, çocukların güvenlik kadar risk ve zorluklara da ihtiyacı olduğunu bilmemiz gerekiyor. Çocuklarımızı korumak istememiz elbette doğal fakat hiç risk almayan çocuklar yetiştirmenin gelecek için o kadar da iyi bir şey olmayacağını anlamamız şart. Sonuçta, en güvenli park salıncaksız, tahterevallisiz, ağaçsız, çocuksuz (ve eğlencesiz) bir yer olurdu. Çocukların beyinleri yavaş yavaş ve tekrar tekrar yaptıkları şeylerle şekillenir. Eğer küçük risklerin üstesinden gelmeyi ve bu seçimlerin sonuçlarıyla başa çıkmayı öğrenemezlerse daha büyük, çok daha karışık sonuçları içerecek olan kararları alamayacaklardır. Günümüzün güvenlik

çağında, çocuklarımızı bebeklikten liseye kadar katı bir biçimde denetliyor, sonra da onları üniversitenin tamamen özgür ortamına bırakıyoruz (gerçi bazı anne ve babalar oraya da müdahale etmeye çalışıyorlar). İnsanlık tarihi boyunca ergenlerin, yetişkin rollerini daha erken yaşlarda aldığını ve bu rollerin üstesinden başarıyla geldiklerini hatırlamalıyız. Ergenlerle yaşanan problemlerin büyük çoğunluğu gelişen beyinlerini yeterli derecede zorlamamaktan kaynaklanıyor. Erken yirmili yaşlara kadar gençlerin beyinlerinin, karar alma bölümlerinin gelişmelerini tamamlamadıklarını biliyoruz. Bu ancak karar alarak ve yeni deneyimlerle sağlanır, bu da risk almadan gerçekleşemez. Çocuklarımızın deneyip kaybetmelerine izin vermeliyiz. Deneyimsizlikten kaynaklanan aptal, kısa vadeli kararlar aldıklarında acı sonuçları yaşamalarına izin vermeliyiz. Aynı zamanda uyuşturucu kullanımı veya herhangi bir kavga gibi küçük bir hatayı tüm yaşamı etkileyecek bir faciaymış gibi büyütmemeli, ona göre kurallar koymamalı ve dengeyi sağlamalıyız. Ne yazık ki, şu an yürürlükte olan (tek bir kuralı ihlal ettikleri için çocukların okuldan atılması) "sıfır tolerans" uygulamalarının yaptığı da tam da bu. Biyolojimiz bizi, etrafımızda gördüğümüz insanların davranışlarını aynalamaya uygun hâle getirmiştir. Tekrarladığımız, pekiştirdiğimiz şeyleri en sonunda kendimizin yaptığını da biliyoruz. Bir şeyi ne kadar çok yaparsak onu gerçekleştiren beyin bölümümüz o kadar güçlenir. Bu gerçek, eğer tekrarlanan sevgi ve şefkat davranışlarıysa harikadır fakat tekrar edilen davranışlar, gerçek şiddet veya bizi ve çocuklarımızı çevreleyen şiddet içeren davranışların medyadaki simülasyonlarıysa korkunçtur.

Yaygın şiddet görülen bir ortamda yaşamak, maddi olarak zor durumda olmak, zulüm görmek veya bir yakınının zulüm görmesine tanık olmak hangi çocukların büyüyünce şiddete başvuracağını belirlemede, bu tür davranışları içeren video oyunları ve filmlerden çok daha fazla etkili olacaktır. Şiddetin ve suçun önünü kesmek için ekonomik eşitsizliği azaltmak ve aile içi şiddet

ve çocuk tacizi yaşayanlara yardım etmek kritik önem arz eder. Taciz gören birçok çocuk, büyüyünce tacizci olmamakla birlikte, eğer bir kişi erken yaşlarda böyle bir deneyim yaşamışsa, kendisinin ihmalkâr ve tacizci olabilme ihtimali o kadar artar. Öte yandan bu tür çocuklar çok az olumlu sosyal etkileşim yaşıyor ve yıpratıcı ortamlarda sürekli şiddet vakaları görerek yetişiyorsa, bu durum iyice kötüleşebilir.

Amerikan Psikiyatri Derneği ortalama bir çocuğun on sekiz yaşına gelene kadar yalnızca televizyonda, 16.000 cinayet ve 200.000 şiddet sahnesi gördüğünü tahmin etmektedir. Henüz şiddet içeren video oyunları ve bu oyunların çocukların psikolojilerine etkileri üzerine bir çalışma yapılmamıştır. Daha iyi bir toplum yaratmak adına, çocukların bu tür şiddeti görmelerini sınırlamak önemlidir. Bu kitap boyunca, küçük etki ve kararların nasıl zamanla büyük problemlere yol açtığını gördük. Sonuç olarak, birçok küçük ve olumsuz gerçeği değiştirmek uzun vadede büyük etkiler yaratabilir.

Ayrıca insanlar, işbirliğinin hayatta kalmak için kritik olduğu bir durumda evrildiler. Asla tamamen barışçıl olmadığımız halde, bazı toplumlar şiddet eğilimlerimizi aza indirerek çocuk yetiştirip sorunları çözebiliyorken, bazı toplumlar bu eğilimleri körüklüyorlar. Evrim teorisyenlerinin yüzleştiği en zor sorulardan biri işbirliğinin nasıl evrimleştiğidir. Çünkü evrimde, "kazananlar" en başarılı biçimde yavru yapanlardır ve genelde bencil davranışlar hayatta kalma ve üreme şansını maksimuma çıkarır. Evrim teorisyenleri çoktandır doğanın vahşiliğini vurgulamıştır fakat güçlü olan kazanır yarışına odaklanan bakış açısı insan doğasının en önemli ve etkileyici özelliğini gözden kaçırmıştır. Bu, özveri eğilimidir.

Zamanla araştırmacılar, belli, hassas dengelerin muhafaza edildikleri durumlarda, işbirliğinin ortaya çıkacağını çünkü işbirliği yapan hayvanların tek başlarına hareket eden hayvanla-

ra nazaran hayatta kalma şanslarının daha fazla olduğunu keşfetmişlerdir. Öte yandan, işbirliğinin devam edebilmesi için bu belirli şartların korunması gerekir. İnsanlarda işbirliğinin devam edebilmesi için gerekenler, başkalarının da sana adil bir şekilde davranacağı hissi ve güveni sarsarak, kendi çıkarları için başkalarının haklarını hiçe sayan kişilerin cezalandırılmasıdır (bu ister sosyal dışlamayla, ister yasal yollarla olsun).

Ne yazık ki, zengini daha da zengin eden ve geriye kalanları küresel yarışın ağlarına terk eden toplumumuzda başkalarına karşı iyilikseverlik ve temel adalet hisleri tehdit altındadır. Medya, sürekli olarak maddi başarıya, atletik ve akademik olarak başkalarının önüne geçerek zafere ulaşmaya vurgu yapmaktadır. Sürekli büyüyen bu yarış ortamında, orta ve üst sınıf anne babalar da çocuklarını bu yöne doğru itmektedirler. Rekabete yapılan bu sürekli vurgu, ruh sağlığı ve toplumsal uyum için hayati önemi olan işbirliği, empati ve özveri derslerinin etkisini azaltmaktadır.

Benden, sık sık travmatik bir olay sonrası insanların bozulmuş ruh sağlıklarını tedavi etmem isteniyor. Bence, bu travmatik olaylar direkt olarak parçalanmış toplum yapımızdan ve hiç bitmeyen yarışma kültürümüzden kaynaklanıyor. Bunlar arasında en rahatsız edici olanlar okul baskınlarıdır. Neredeyse her defasında bu vakaların altında yatan sebepleri şu şekilde tespit ettim: Okullardaki, kazanan her şeyi alır mantalitesi, dalga geçip küçük düşürmenin yaygın ve kabul edilebilir sayılması, "kaybetmiş"lerin anlayış ve desteğe ihtiyaç duymayan, ötekileştirmeyi ve dışlanmayı tamamen hak etmiş kişiler olduğu düşüncesi. Böyle durumlarda, en alttakilerin hiç bitmeyen acılar çekmelerine sebep olan bu katı sosyal hiyerarşiyi oluşturup destekleyenler yalnızca ergenler değil, öğretmenler, ebeveynler ve okul yönetimleri de bu yapılanmayı körüklüyor. Elbette insanlar her zaman hiyerarşik bir tür olmuşlardır (bu biyolojimizin bir parçasıdır) fakat siz şiddetin yüceltildiği bir toplumda her ne pahasına olursa olsun acımasız bir rekabetin altını çizerseniz, kendini dışlanmış hisse-

denlerin ara ara isyan etmesi çok da şaşırtıcı gözükmez. Bütün çocukların kendilerini okul camiasına ait hissetmesini sağlamak için daha fazla çalışmadan, bu tür olayları önleyebileceğimize inanmıyorum. Beyin tekrarlanan deneyimlerle ve zamanla gelişir, bu yüzden her an bize olumlu veya olumsuz kalıpları pekiştirebilmek için bir şans sunar. Bir kere bir kalıp oluşmaya başladığında, benzer davranışların oluşması ve o davranışın tekrar etmesi daha da kolaylaşır. Sosyal beyinlerimizin aynalama sistemleri, davranışları bulaşıcı hâle getirir. Elbette bu, eğer tekrarlanan aktiviteler piyano çalmak, spor yapmak veya iyilikte bulunmaksa harikadır, fakat tekrarlanan davranışlar tehdide karşı oluşan güdüsel ve saldırgan tepkilerse o kadar da iyi değildir. Tekrar Leon'u düşünelim. İhmal edilmeye başlandıktan sonra tekrar eden, kendi başlarına önemsiz ve küçük kararların birikerek kötü davranışları seçmenin, onun için nasıl kolay bir hale geldiğini ve iyi seçimlerin onun için artık nasıl ulaşılmaz olduğunu hatırlayalım.

Beynin bu özelliği nedeniyle, erken müdahale hemen hemen her zaman daha geç müdahaleden çok daha iyidir. Fakat bu müdahalenin de doğru yapılması gerekir. Leon'un durumunda ona "yardımı" dokunsun diye yapılan birçok şey, onun daha da kötüye gitmesine sebep olmuştu. Çocuklar olumsuz davranışlar sergilediği zaman, ilk aklımıza gelen şey onları cezalandırmaktır. Fakat uzun vadede bunun çok da işe yaramadığını görürüz. Mızmız, talepkâr ve saldırgan davranışlar sergileyen çocuklara çok yüz verdiğimizi düşünerek, onları "şımarık" diye nitelendiririz. Oysa bu tarz davranışların, karşılanmamış ihtiyaçlar ve ortaya çıkarılamamış potansiyelden kaynaklandığını anlayamayız. Bir çocuğun nazik, verici ve empatik olabilmesi için ona öyle davranılması gerekir. Ceza ile bu tür davranışlar oluşturulamaz çünkü ceza vererek bu tür davranışları modellemiş olmayız. Sınırlar koymamız gerekmesine rağmen, eğer çocuklarımızın iyi davranışlar sergilemesini istiyorsak onlara iyi davranmalıyız. Sevgiyle yetişen bir çocuk, çevresindeki insanları mutlu etmek ister çün-

kü kendi mutluluğunun, onları da mutlu ettiğini görür, yalnızca cezadan kaçınmak için boyun eğmez. Bu küçük olumlu geri dönüşlerin, tıpkı olumsuz olanlar gibi güçlü etkileri vardır. Fakat böyle davranabilmek için hemen tepki göstermek yerine, en başta durup çocuklarda bu olumsuz davranışlara neyin yol açtığını düşünmeliyiz. Leon'a çocukluğunun erken bir döneminde ulaşılsaydı, annesi tarafından ihmal edilmesine rağmen, tanıştığım soğukkanlı katile dönüşmeyeceğine kesinlikle inanıyorum. Öte yandan, Connor, Peter, Justin, Leon ve Laura'yı etkilemiş olan, erken travma deneyimlemiş çocuklarla çalışırken, modern dünyamızda nadiren rastladığımız iki şeye ihtiyacımız vardır, zaman ve sabır. Travmatize olmuş çocukların aşırı uyarılmış stres tepkileri vardır ve bu onların güdüsel, saldırgan ve mızmız olmalarına yol açabilir. Bu çocuklar kolayca huysuzlanır ve sakinleştirilmeleri zordur. En küçük bir değişikliğe aşırı tepki verebilirler ve genelde tepki vermeden önce hiç düşünmezler. Davranışlarında herhangi bir kalıcı etki sağlanabilmesi için kendilerini güvende hissetmeli ve sevildiklerini bilmelidirler. Hâlbuki ne yazık ki, onlara yönelik birçok tedavi programı ve başka müdahaleler, olaya tersten yaklaşırlar. Cezalandırıcı bir yol izleyerek, çocuklara ancak olumlu davranış sergilediklerinde sevgi gösterip, onlara güvende oldukları hissini verirler. Bu tür yaklaşımlar kısa bir süre için çocuğun yetişkinlerin istediği biçimde davranmasına sebep olurken, kalıcı, kendilerini daha iyi kontrol edebilmelerini ve başkalarına karşı daha sevgi dolu olmalarını sağlayacak iç motivasyonu sağlayamazlar.

Sorunlu çocuklar bir anlamda acı çekmektedirler. Acı, insanları saldırgan, endişeli ve hırçın yapar. Yalnızca sabırlı, sevgi dolu ve tutarlı bir ilgi işe yarayacaktır, kısa vadeli mucizevî tedaviler yoktur. Bu, hem bir ergen için hem de üç-dört yaşında bir çocuk için geçerlidir. Bir çocuk yaşça daha büyük diye, cezalandırıcı bir yaklaşımın daha uygun veya daha etkili olduğu düşünülmemelidir. Yinelemek gerekirse, şu anki sistemimiz bu gerçeğin farkında

değildir. Çabuk çözümlerle, onlar işe yaramayınca da daha uzun süreli cezalarla sorunlar çözülmeye çalışılmaktadır. Ceza, zorlama ve yoksun bırakmaların çocukları tekrar travmatize ederek sorunlarını arttırdığını kabul eden program ve kaynaklara ihtiyacımız var. Çalışmalarım sırasında öğrendiğim en önemli ders, herhangi bir şey yapmadan önce, zaman ayırarak dikkat edip dinlemektir. Beyinlerimizin aynalayan nörobiyolojisi sayesinde bir kişinin sakinleşip odaklanmasına yardım etmek için en başta kendimizin sakin olup odaklanması gerekir.

Bir çocuğa bu perspektiften yaklaşırsanız, ne olduğunu bildiğinizi farz edip ona göre davrandığınızda, alacağınız tepkiden çok daha farklı tepki alırsınız. Örneğin, Justin'e kafes/karyolasında ilk yaklaştığımda, daha önce onu ziyaret edenlerin aldığından çok daha farklı tepki aldım çünkü korkunç davranışlarının altında kendi korku ve açlığının olduğunu fark etmiştim. Elbette bu tür bir önyargısızlık sergilemek, olumsuz davranışlar sergileyen kendi çocuğunuz olduğunda zordur (özellikle de sizi kızdıran ve üzen bir şey yaptığında). Fakat olanları onun bakış açısıyla görmeye çalıştığınız ve onu güvende hissettirdiğiniz oranda çocuğun davranışı da düzelecek ve sizin, onun davranışını düzeltebilmek için yeni yollar bulmanız kolaylaşacaktır.

Aynalayan biyolojimizden dolayı saldırgan ve güdüsel davranma eğilimleri olan çocukları aynı ortamda gruplaştırmak kötü bir fikirdir. Bu şekildeki çocuklar birbirlerini sakinleştirmek yerine, birbirlerine, kendilerinin saldırgan davranışlarını yansıtacak ve sorunlar büyüyecektir. Araştırmalar bu tür gruplaşmaların olumsuz sonuçlarını ortaya koyduğu halde, terapi gruplarını bu tür çocukları bir araya toplayacak şekilde oluşturma alışkanlığımız hâlâ devam etmektedir. Leon'un durumunda gördüğümüz gibi bu, problemleri daha da kötüleştirebilir.

Ayrıca rutin ve tekrarın tedavi için ne kadar gerekli olduğunu ne kadar söylesem azdır. Beyin, belli bir kalıba bağlı, tekrarlayan deneyimlere tepki verirken değişir, bir şeyi ne kadar tekrar

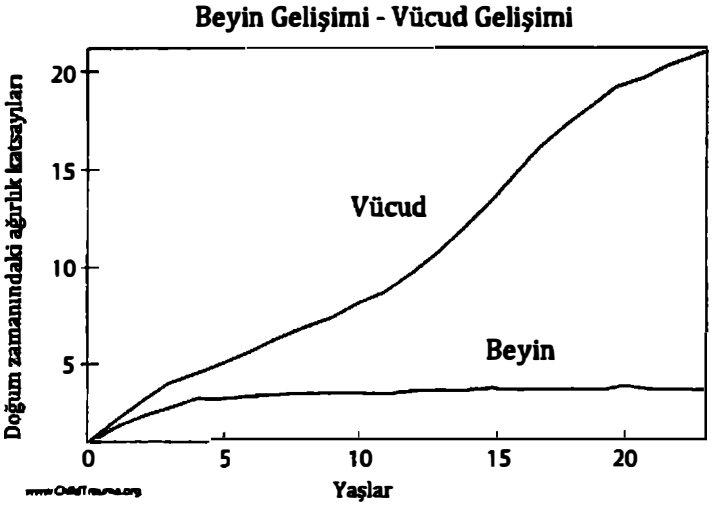
ederseniz, bu beyne o kadar yerleşir. Bu, yeterli miktarda tekrar oluşması zaman alacağından tekrarlar devam ederken, sabır gösterilmesi gerektiği anlamına gelir. Travma süreci ne kadar uzunsa, travma o kadar ciddi ve dengenin sağlanması için gerekli tekrarlar da o kadar fazla demektir.

Ayrıca, travma özünde tam bir güçsüzlük ve kontrol kaybı anlamına geldiğinden, tedavide terapötik etkileşimin anahtar kısımlarının hastanın kontrolünde olması gerekir. Araştırmalar defalarca, insanları hazır olmadıkları halde açılmaya zorlar, terapiye katılmalarını ister ve kişisel farlılıklara saygı göstermezseniz tedavinizin ciddi zararlar doğuracağını kanıtlamıştır. Tedavi konusunda güvende olma hissi kritik olduğu için zor kullanarak yapılan terapiler tehlikeli ve etkisizdir. Travma, birçok ergen davranış sorunları gibi farklı ruhsal sağlık problemlerini ve bağımlılıkların çok büyük bir kısmını tetikleyebilir. Ne yazık ki, bu alanlarda zorla uygulanan tedavi yöntemlerine çok sık rastlanır. Bu da bir problemle başa çıkılmaya çalışılırken, onun daha da büyümesine yol açan başka bir duruma örnek oluşturur. Hem ebeveynleri hem de profesyonelleri bu gerçekler konusunda eğitmeli ve adalet sistemi, koruyucu aile sistemi, çocuk sağlığı ve ruh sağlığı sistemlerinin kanıta dayalı yaklaşımlar kullandığına, en azından travma hakkında bilgi sahibi olduklarına ve zararı arttırmayıp azalttıklarına emin olmalıyız.

Elbette dünyayı çocuklarımız için daha güvenli bir hâle getirmek kolay olmayacaktır. Bu amaçla gösterilen çabalar sırasında, zamanımızın en büyük politik tartışma konularını yeniden düşünmemiz gerekir. Birkaç örnek vermek gerekirse, küreselleşme, "anne savaşları" ve ekonomik eşitsizlik bunlardan bazılarıdır. Amerika Birleşik Devletleri tarih boyunca çocuklarla ilgili konular üzerine konuşmak dışında pek bir şey yapmamıştır. İki parti de, "aile değerleri" lafını çok kullanmakla birlikte, çoğu ebeveyn ve çocukların her gün karşılaştıkları somut problemleri çözmek adına bir şey yapmamıştır. Tüm bu sorunların çözüm yollarını

bildiğimi iddia edemem. Öte yandan, kendimizi, belli özel kapasite ve zayıflıklara sahip bir beyinle, ne yaparsa o olan bir beyinle, evrimleşen sosyal türler olarak algılamamız en azından doğru soruları sormamızı sağlayacaktır. Bu da sevgi dolu, ilgili bir toplum oluşturmak için en iyi başlangıç noktasıdır.

EKLER

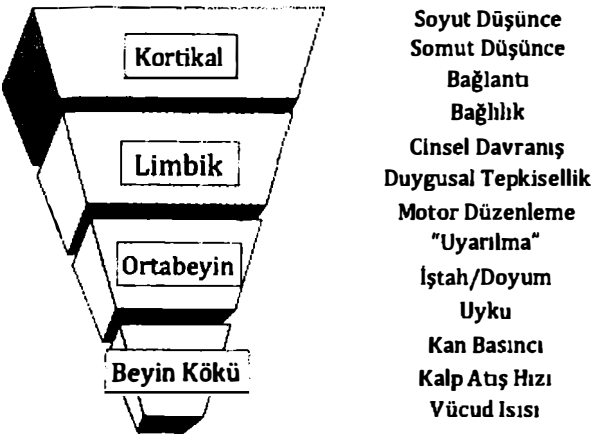


ŞEKİL 1. Vücut ve Beyin Gelişimi

İnsan vücudunun fiziksel gelişimi, doğumdan ergenliğe kadar doğrusala yakın bir hareketle ilerler. Buna karşın, beynin fiziksel gelişimi farklı bir yol izler. Beynin en hızlı gelişimi utero içinde olur. Doğumdan dört yaşına kadar olan dönemdeyse beyin, hacimli bir şekilde büyür. Dört yaşında bir çocuğun beyin büyüklüğü, yetişkin bir bireyin beyninin büyüklüğünün %90'ı kadardır. Beynin nöral ağlarının gelişiminin büyük çoğunluğu bu döneme rastlar. Yaşanılan deneyimler beynin organizasyonunu aktif bir biçimde şekillendirdiği için bu dönem, çok önemli ve hassas bir dönemdir. Bu dönem çocuğun gelişimi için büyük fırsatlarla doludur; güvenli, öngörülebilir, eğitici ve tekrarlayan

deneyimler, genetik potansiyelin tamamının ortaya çıkmasını sağlar. Fakat bu dönem aynı zamanda, tehdit, ihmalkârlık ve travmaların da en yıkıcı olduğu dönemdir.

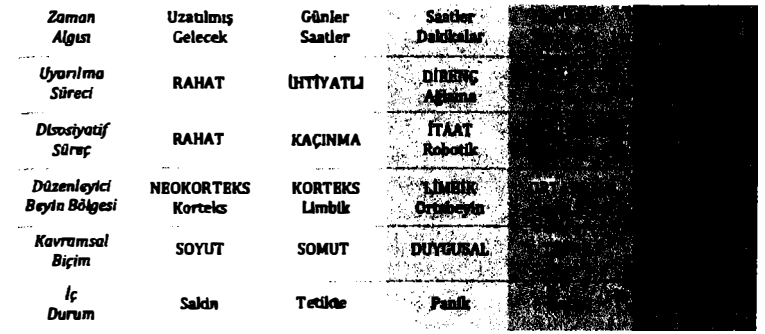
Beyin gelişiminin bu erken dönemi, gelişimin bittiği anlamına gelmez. Çocukluk ve ergenlik döneminde, beyin giderek karmaşıklaşarak nöral gelişimine devam eder. Kortikal bölgenin yeniden yapılanmasının ve miyelinleşmenin büyük bölümü de yetişkinliğin erken dönemine dek devam eder.



ŞEKİL 2. Beyin Fonksiyonları Arasındaki Hiyerarşi

İnsan beyninin gelişimi, beynin bölgelerinin evrim sırasında gelişimine benzer bir şekilde ilerler. En ilkel, merkezi alanlar, beyin kökünden başlayarak gelişir. Bir çocuk büyüdükçe her ardışık beyin bölgesi (merkezden kortekse doğru) sırasıyla, büyük değişim ve gelişim geçirir. Her bölge kendi gelişimi için farklı zaman, patern ve tekrarlayan deneyimlere ihtiyaç duyar. Travmatize olmuş ve kötü muamele görmüş çocuklara yardım etme amaçlı nörodizisel yaklaşım, önce hangi bölgelerin ve fonk-

siyonların gelişim yönünden geri kaldığını işlevsel açıdan zayıf kaldığını saptar. Ve ardından eksik uyaranları sağlayarak beynin daha normal bir gelişim göstermesine yardımcı olur.



ŞEKİL 3. Uyarılma Süreci, Duruma Bağlı Öğrenme ve Tehdide Karşı Verilen Tepki

İnsan bilgiyi işler, depolar ve düzeltir, sonra o anki psikolojik durumuna (başka bir deyişle, tepkileri "duruma bağlı"dır) gö-re dünyaya tepki verir. Eğer bir çocuk ağır bir tehdide veya travmaya maruz kalmışsa, stres sistemi hassaslaşmış olabilir ve olağan durumlara bir travmaymışçasına karşılık verebilir. Strese verdiği kendine özgü karşılığa bağlı olarak öncelikle, disosiyatif ve uyarım süreçlerini kapsayacak şekilde hareket edebilir. Her iki değişim de okul çalışmaları gibi kavramsal bilgileri öğrenme yeteneğini azaltacaktır.

Sonuç olarak, çocuğun beyni, sınıftaki diğer arkadaşlarından çok farklı bir duruma gelebilir. Şekilde görüldüğü gibi, sakin bir çocuk, panik içinde olan bir çocuktan farklı şekilde bilgiyi işler. Çocuk duruma bağlı olarak disosiyatif veya aşırı-uyarılmış karşılıklar verir. İki çocuğun eşit IQ seviyesine sahip olduğu bir

durumda, sakin çocuk öğretmenin sözlerine daha iyi odaklanır, neokorteksini kullanır, soyut düşünme ve öğrenme bağlantısını kurar. Oysa, panik halindeki çocuk, öğretmenin aktardığı sözel bilgiyi alma ve işlemede çok daha az etkin olur. Subkortikal ve limbik alanlar çocuğun kavrayışını yönetirler. Bu alanlar; öğ-retmenin yüz ifadeleri, el hareketleri ve dışarıdan farkedilen ruh hali gibi sözel olmayan bilgiler üzerine odaklanırlar. Dahası, beyin kullanım şekline bağlı olarak öğrenir. Bu çocuk daha önceden çok defa sözel olmayan kavramları algılamayı dene-yimlemiştir. Travmatize olmuş ve kötü muamele görmüş çocuk, sözel olmayan bilginin sözel olandan daha önemli olduğu bilgisini öğrenmiştir. Örneğin, "Baba bira koktuğunda ve komik bir şekilde yürüdüğünde, anneyi incitecektir." Çocuk uyarılma sürecindeyken, beynin fonksiyon kontrolünü elinde tutan kısmı değişir; kendini ne kadar sıkıntılı ve tehdit altında hissediyorsa, davranışları ve tepkileri o kadar ilkelleşir. Çocuğun duruma bağlı zaman algısı değişir ve geleceği planlama aralığı kısalır. Tehdit altındaki çocuk şu andan itibaren gelecek ayları düşünmez (düşünmemesi de gerekir): şu anki tehdide odaklanır. Bunun, travmatize olmuş çocukların düşüncelerini, davranışlarını ve tepkileri anlamada ciddi etkileri vardır. Böyle gençler için he-men verilen ödül en pekiştirici olandır. Hazzın ertelenmesi ne-redeyse imkânsız hale gelir. Beyinlerinin fiziksel uyarılmışlık durumundan dolayı, davranışlarının potansiyel sonuçlarını kesinlikle düşünemezler.

Sonuç olarak, alarm durumundaki çocuk için –zorbaca davranışlar da dahil olmak üzere– davranış üzerine düşünülmesi imkânsızdır. Korteksin içsel düzenleme becerileri bir yana, beyin kökü, algılanan herhangi bir tehdide karşı tepkisel, güdüsel ve sık sık da saldırganca tepki verir.

Bu duruma bağlı süreç dolayısıyla, kötü muameleye maruz kalmış çocuklar anlaşılamaz ve görünüşe göre önemsiz "hassasiyetler" gösterirler. Uzun süren bir göz teması, hayati bir

tehlike sinyali gibi hissedilebilir. Omuzuna dostça dokunmak, bir çocuğa, üvey babasının tacizini hatırlatabilir. İyi niyetli ve şaka yollu bir sataşma, evdeki aşağılayıcı ve giderek artan duygusal suistimali hatırlatabilir. Hiçbir şeyi doğru yapmadığının söylendiği bir evde yaşayan bir kız çocuğundan, tahtada bir problem çözmesinin istenmesi, ona "yetersizliğini" hatırlatabilir. Evde şiddet yaşayan bir çocuk, hafifçe yükselmiş bir sesi bağırma olarak algılayabilir. Travmatize olmuş çocuklara yardım ederken bu tepkiler göz önüne alınmalı ve daha üst seviye beyin fonksiyonlarını kullanabilmeleri ve uyarılma sürecinde geçirdikleri süreyi azaltabilmeleri için stres tepki sistemleri sakinleştirilmelidir.

(Perry, B. D. [2006, Yaz],
Korku ve Öğrenme: Eğitimde Travma Bağlantılı Faktörler.
Yetişkin Eğitimi ve Devamlı Eğitim için Yeni Yönler'den
110 [21-27] alınmıştır.)

SÖZLÜK

Amigdala: Duyguları ve saldırganlıktan cinselliğe çok çeşitli dürtüleri, duyguları kontrol eden başlıca subkortikal beyin merkezlerinden birisi ve limbik sisteminin bir parçası. Ayrıca uzun süreli bellek oluşturmada da rolü vardır. İşlevi, çevreden gelen sinyallerle bellekte bulunan anıları karşılaştırarak, gelen sinyal bilgilerinin tehdit düzeyi konusunda anlık kararlar vermektedir. Hipotalamus ve diğer özerk sinir sistemi merkezleriyle olan kapsamlı bağlantıları sayesinde, algısal (duyusal) bilgiler yüksek beyin merkezlerinde ulaşmadan önce özerk sinir sistemini ve duygusal tepkileri harekete geçirebilmektedir. Damarları ve iç organları doğrudan etkiler. "Korkudan altını ıslattı, beti benzi soldu" gibi ifadeler bu ilişkiye işaret eder. Amigdalanın işlevini kaybetmesi depresyon, kaygı ve panik rahatsızlıklarında bir rol oynuyor olabilir.

Antisosyal: Toplumun ya da grubun işleyişi açısından zararlı, yıkıcı veya bu anlamda tehditkar davranışlar sergileyen kişiler için kullanılan bir sıfat.

Aynalama: Kendi/öz psikolojisinde, anne-babanın çocuğa verdikleri değeri, kıymeti çocuğa olumlu yanıtları ile yansıtması ve çocukta kendine saygıyı oluşturmaları. Anne ve babanın çocuğun faaliyetlerinden memnun olmaları ve bunu göstermeleri onun gelişiminde en önemli temeldir. Böyle bir olumlu yansıtmanın sonucu olarak, çocuğun kendine güvenini geliştirmesi ve devam ettirmesi mümkün olacaktır. Ayna gibi yansıtmanın gereksinimleri çocuğun "ben mükemmelim, onun için beni seviyorlar" kavramını desteklediği için büyüklük sergileme olarak

adlandırılmıştır. Aynalama aktarımları, daha sonra yaşamda, başkalarına ne sordukları ne yansıttıklarını soran özgelişmesi eklinde görülür. Birey bu alanda yeterli büyümeye erişince ergin gururu ve icraatı hissi oluşmuştur. Aynalama yetersiz olursa, çocukta psikopatolojiye bir eğilim gözükür. Çocuğun kendisinin mirroring/aynalama/ayna gibi yansıtma, ülküleştirme ve değişik benlik/alter-ego gibi üç kutbundan en az ikisinde devamlı zorluğa maruz kalması ile psikopatoloji gelişir.

Bipolar Bozukluk: İki uçlu mizaç bozukluğu. DSM-IV sisteminde: hem depresyon hem mani/hipomani ve karışık hecmeleri değişimli bir şekilde göstererek seyreden bir mizaç bozuklukları grubu.

Dissosiyasyon: Ayrışma, çözülme, ayrılma, kopma. Zihinsel içerik kümelerinin, bilinçlilik durumundan kopmaları, ayrılmaları, çözülmeleri süreci. Bu süreç, histerik dönüşme ve çözülmeli bozuklarn temel düzeneği, bilinçdışı bir mekanizmasıdır. Şizofrenik hastalarda görülen uygunsuz duygulanım gibi, bir düşüncenin duygusal öneminden, duygulanımından ayrılmasıdır. Birçok yazar ayrışmanın zamanla anormalleşebilen bir sürece dönebilen normal bir savunma düzeneği olduğuna inanır. Bu görüşe göre çözülme bir devamlılık üzerinde yer alır ve sadece uygun olmayan bağlamlarda gözüktüğü veya şiddet ve sıklık sınırlarını aştığı zaman uyumsuz olur. Çözülme, ayrışma bozukluklarının travma sonucu oluştuğuna inanılır.

Dopamin: Bir takım psikotik ve hareket bozukluklarının oluşumunda bir rol oynadığı düşünülen bir nörotransmitter.

DSM: (Diagnostik and Statistical Manual of Mental Disorders) Akıl bozukluklarının tanısal ve istatiksel el kitabı. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin akıl bozukluklarını sınıflandırması.

Duygudurum: Kişinin *duygusal durumuna* yönelik bir ifadedir. Gerek kişinin çevresinin gözlemleyebileceği gerekse kişininin belirtebileceği sabit duygusal durumudur. Birden çok duygu barındırabilen duygu-durum aynı zamanda yoğunluk da ifade edebilir. Duygudurum kişinin bulunduğu çevre, algıda seçiciliğine göre değişiklik gösterir. Bazı za-manlarda anormal davranışlarla bozukluk gösterebilir.

Dürtü: 1. Bir sinir veya kas lifi boyunca iletilen depolarizasyon dalgası. 2. Ani, güçlü bazen karşı konulmaz bir itki. 3. Psikanalizde cinsellik, düşmanlık, açlık gibi id itkiler.

Dürtüsel Davranış: Düşünmeden hareket etme eğilimi,; ani, karşı konulmaz, usdışı bir arzuyla veya dürtüyle hareket etme. Temelde küçük çocuklarda ve dürtülere karşı yeterli savunma sistemleri geliştirmemiş olan saplantılı-zorlanımlı veya antisosyal erişkinlerde görülür.

Karşı Aktarım: Psikanalizde, terapistin kendi bilinçsiz ihtiyaçlarını ve çatışmalarını hastasına aktarması, yansıtması. Bunun, hastanın dav-ranışlarına yönelik bilinçli bir tepki olmadığına, hastayla doğrudan ilişkisi bulunmayan etkenlerden, yani onun kendi kişiliğinden, geç-mişinden, bilinçdışından kaynaklanan bilinçsiz bir tepki olduğuna dikkat edin.

Korteks: Bir organın, özellikle de beynin dış yüzeyi.

Kortikal: Kortekse ait.

Limbik Sistem: Hipokampus, amigdala, bazal gangliya, septal bölge gibi bazı beyin yapıları ile bu yapılar arasındaki bağlantılardan oluşan ve istemsiz davranışları kontrol eden bir yapı. Cinsellik kadar türe özgü davranışlar, duygular, motivasyon, algı, bellek süreçlerinde önemli bir rol oynar. *Limbik* (sınırda) denilmesinin nedeni, ilkel beyin korteksinin sınır kabul edilen bir kısmından oluşmasıdır.

Mentor: Akıl Hocası.

Nöral: Sinirsel.

Nöroendokrinoloji: Sinir sistemiyle iç salgı bezleri arasındaki ilişkileri konu alan bilim dalı.

Nörokimya: Sinir sistemi kimyası.

Nörotaşıyıcı (Nörotransmitter): Nöronlar arasında, veya bir nöron ile başka bir (tür) hücre arasında iletişimi sağlayan kimyasallar.

Opioid: Vücutta morfin gibi etki gösteren kimyasal maddelerdir. Ana kullanım amaçları analjezi'dir. Bu ajanlar merkezi sinir sistemindeki ve gastrointestinal sistemdeki opioid reseptörlerine bağ-la-

narak etki gösterirler. Bu bağlanma sonucu hem istenen hem de istenmeyen etkiler oluşur.

Oral Fiksasyon: Oral dönem psikoseksüel gelişim evrelerinin ilkidir. Freud'un öncülük ettiği psikodinamik akımın kişilik gelişim kuramıdır. Psikodinamik kurama göre, kişi doğumda hazzıyla birlikte doğar. Haz alımının yolunda gitmesi ya da gitmemesi her dönemde saplanmaya yol açar ve bu da kişiliğinde izler bırakır. İnsan yaşamının ilk yılını kapsar. Bu evrede "id"in hakimiyeti vardır. Bireyin haz kaynağı ağızdır. Bu nedenle bebekler her şeyi ağızlarına alarak tanımaya çalışırlar. Yeterli doyuma ulaşmayıp oral evrede saplanan (oral fiksasyon) kişilerin gelecek yaşamında oburluk, sigara tiryakiliği görülebilir.

Patern: Örüntü. Farklı yerler ve durumlarda tekrar tekrar kul-lanılmak üzere kalıplaştırılmış şekil, davranış, düzen veya yapı.

Post-travmatik: Travma sonrası.

Primatoloji: Primatları inceleyen bilim dalıdır. Bu bilim, insanı *(Homo sapiens)* homo genusunun bir üyesi olarak ele alan biyolojik antropolojinin yanı sıra biyoloji ile yakın ilişki içerisindedir.

Psikoaktif: Bilinç düzeyini, ruh halini, bilişsel, algısal süreçleri veya davranışları etkileyen ilaçların ortak adı. Aslında bu terim pek bir anlam ifade etmez, çünkü hemen her ilacı bu kategoriye sokmak mümkündür. Kapsamı, sınırları daha belirgin olan kategorilerin kullanımı tercih edilmelidir.

Psikofarmakoloji: Ruhsal bozukluklar ve psikolojik rahatsızlıkların ilaçla tedavi edilmesi ve bu alanda çalışmalar, araştırmalar yapan bilim dalı.

Sosyopat: Çocuklukta veya ergenlik başlarında ortaya çıkan ve erişkinlik yıllarında devam eden, başkalarının haklarını dikkate almama veya ihlal etme gibi yaygın bir davranış örgüsüyle tanımlanır. Belirgin davranış özellikleri arasında nezaketsizlik, tekrarlanan yalan söyleme, hırsızlık, kalıcı ve sevgiye dayalı ilişkiler kuramama, sıkıntıya gelememe, suçluluk, pişmanlık, empati duygularından tamamen yoksunluk, sorumsuzluk, acımasızlık, dürtüsellik, tecrübeden veya ce-zadan ders çıkaramama, engellenmeye dayanamama, sadakatsizlik, şid-

det eğilimi vb. sayılabilir. Bu tipler genellikle sosyalleşmemiş olsa da, sosyal becerileri çok gelişmiştir ve bunu başkalarını istismar etmek ve kendi çıkarlarına göre yönlendirmek için kullanırlar. Belirtiler erken yaşta başlasa da, bu teşhisin konulabilmesi için kişinin en az 18 yaşında olması ve 15 yaşından önce tavır bozukluğu teşhisi konulmuş olması gerekir.

Subkortikal: "Korteks altı"nın tıpta kullanım alanı, genellikle beyin ka-buğu dışında kalan beyin bölgelerini tanımlamaktır.

Şizoafektif Bozukluk: Hem şizofreni hem de çift kutuplu rahatsızlık semptomlarını sergileyen, ama bu iki teşhisten birisinin konulmasında güçlük çekilen bir rahatsızlık.

Terapötik: 1. Tedaviyle ilgili 2. Tedavi edici, iyileştirici etkisi olan.

Utero: Uterus, rahim.

Sözlük kaynağı: *Psikoloji Sözlüğü* – Selçuk Budak
(Ankara, 2000, Bilim ve Sanat Yayınları),
Açıklamalı Psikiyatri Sözlüğü – Doç. Dr. Oğuz Arkonaç
(1999, Nobel Tıp Kitabevleri)

Psikoloji / Psikiyatri serisi kitapları:

Majör Depresif Bozukluk Hastalarının Tedavileri İçin Uygulama Kılavuzu, *Çev. Ayla Yazıcı*

Şiir ve Psikiyatri Kavşağında, *Yusuf Alper*

Duygudurum Bozukluklarında Atipik Antipsikotik Kullanımı, *Editör: Simavi Vahip*

Öteki Peygamberler, *Anthony Storr, Çev. Aslı Day*

Biz - Romantik Aşkın Psikolojisi, *Robert A. Johnson, Çev. Işılar Kür*

Buradan Böyle / Hayatın Psikososyopolitiği, *Erol Göka*

İç Bahçe, *Betül Yalçıner, Lütfü Hanoğlu*

Psikiyatri ve Sinema, *Krin O. Gabbard, Glen Gabbard, Çev. Yusuf Eradam, Hasan Satılmışloğlu*

Psikiyatri Tarihi, *Ali Babaoğlu*

Yaşlılık ve Depresyon, *Cem Mumcu, Çağrı Yazgan*

Kadın ve Depresyon, *Cem Mumcu, Suzan Saner, Peykan G. Gökalp*

Nöroloji ve Psikiyatrinin Örtüşen Yüzleri, *Betül Atabey Yalçıner, Lütfü Hanoğlu*

Âşiyan'daki Kâhin - Tevfik Fikret'in Melankolik Dünyası, *Serol Teber*

Aşk ve Kıskançlık, *Ayala Malach Pines, Çev. Canan Varol*

Kozmik Kahkaha, *Vamık D. Volkan, Çev. Banu Büyükkal*

Cesur Yeni Beyin, *Nancy C. Andreasen, Çev. Yıldırım B. Doğan*

Atlarla Yaşayan Kadın, *Vamık D. Volkan, Çev. Banu Büyükkal*

"Bilimsel Bir Peri Masalı" - Sigmund Freud'un "Aile-ve Tarihsel Romanı", *Serol Teber*

Kusursuz Kadının Peşinde, *Vamık D. Volkan J. Christopher Fowler, Çev. Banu Büyükkal*

Şizofreni: Sesler, Yüzler, Öyküler, *Editör: Haldun Soygür*

Depresyon Atlası, *Andrew Solomon Çev. Berna Çapçıoğlu, Gülderen Dedeağaç, Funda Tatar*

Şizofreni Hastalığı Anlamak ve Onunla Yaşamayı Öğrenmek, *Dr. Mustafa Yıldız*

Kış Bakışı, Bir Ruh Hekiminin İç Bahçesi, *Haldun Soygür*

Canavar ve Kurbanı, Çocuk Ruhunu Anlamak, *Türkay Dereli*

İnsan ve Sembolleri, *C. G. Jung, Çev. Ali Nahit Babaoğlu*

Aşk ve İrade *Rollo May, Çev. Yudit Namer*

Kim Bu Çılgın Türkler?, *Ali Nahit Babaoğlu*

Dinamik Psikiyatri, *Edwin R. Wallace, Çev. Hakan Atalay*

İnsanın Anlam Arayışı,
Viktor E. Frankl, Çev. Selçuk Budak

Uykusuz Çocuklar: Şizofreni Yazıları, *Haldun Soygür*

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyon İlkbahar/1999,
Cem Mumcu, Oğuz Karamustafalıoğlu

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyon Yaz/1999,
Cem Mumcu, Oğuz Karamustafalıoğlu

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyon Kış/1999,
Cem Mumcu, Oğuz Karamustafalıoğlu

MSS ve Bağışıklık Sistemi 01, *E. Timuçin Oral*

MSS ve Tiroid 02, *Erhan Ata*

MSS ve Kronik Yaygın Ağrılar 03, *Arif Dönmez*

Sesler, Yüzler, Öyküler Şizofreni
Olgu Kitaplığı: 02, *Haldun Soygür*

Sesler, Yüzler, Öyküler Şizofreni
Olgu Kitaplığı: 03, *Haldun Soygür*

Depresyon ve Eşlik Eden Anksiyete,
E. Timuçin Oral

Panik Bozukluğu, *Şeref Özer*

Edebiyatta Demans, *Ali Babaoğlu, Cem Mumcu*

Kişi Olmaya Dair, *Carl R. Rogers, Çev. Selçuk Budak*

Özgürlük ve Kader, *Rollo May, Çev. Ali Babaoğlu*

Yaratma Savaşı, *Steven Pressfield, Çev. Erdem İlgi Akter*

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk, *Bruce D. Perry M. D., Ph. D. & Maia Szalavitz, Çev. Ülf Soysal*

Yalan Söylediğimi Nasıl Anladın?!
Paul Ekman, Çev. Erdem İlgi Aktaş

Ben OK'im - Sen OK'sin, *Thomas A. Harris, M. D. Çev. Uzm. Psk. Nilgün Sağlam, Psikolog Hanife Uğur, Dilara Akman*

Özerk Benlik, Kul Benlik,
Prof. Dr. M. Orhan Öztürk

Yarının İnsanı
Carl R. Rogers, Çev. F. Cihan Damarlı

Varoluşun Keşfi
Rollo May, Çev. Aysun Babacan

Kusursuz Kadının Peşinde ***(Genişletilmiş Baskı)***
Vamık D. Volkan, J. Christopher Fowler, Çev. Banu Büyükkal

Subliminal: Bilinçaltınız Davranışlarınızı Nasıl Yönetir?,
Leonard Mlodinov, Çev. Nuray Önoğlu

İlginç Psikiyatrik Sendromlar,
David Enoch, Hadrian Ball, Çev. Banu Büyükkal

Kendini Arayan İnsan,
Rollo May, Çev. Kerem Işık

Var'olan Annenin Yok'luğu,
Jasmin Lee Cori, Çev. Erhan Akay

Psiko 101,
Paul Kleinman, Çev. Hasan Kaplan

A'dan Z'ye Kişiliğiniz,
Allen R. Miller, Çev. Sıla Alayunt

Desen mi, Demesen mi?,
Cem Mumcu & Yıldırım B. Doğan

Anne Baba ve Çocuk Arasında,
Dr.. Haim G. Ginott, Çev. Arzu Tüfekçi

Hayvan Katili,
Vamık D. Volkan, Çev. Cem Germaner

Zik Zak,
R. Keith Sawyer, Çev. Nalan Tümay

Psikanaliz ve Psikanalitik Terapiler,
Jeremy D. Safran, Çev. Gonca Akkaya

Kişilerarası Psikoterapi,
Ellen Frank, Jessica C. Levenson, Çev. Gonca Akkaya

Kutsal mı, Bilimsel mi? DUA,
M. Evren Hoşrik (Uzm. Psikolog)

"Tutunamayanlar"ın Politik Psikolojisi, *Serol Teber*

Birey Odaklı Psikoterapiler,
David J. Cain, Çev. Nergis Hamilton

Sanat Psikodrama,
P. Asena Yurtsever

Şiir Terapi
Nicholas Mazza, Çev: Ersun Çıplak

Maymun Aklı,
Daniel Smith, Çev: Phyllis Ann Soleau

İnsanın 8 Evresi,
Erik H. Erikson, Çev: Gonca Akkaya

Beden Asla Yalan Söylemez
Alice Miller, Çev: Cihan Dönmez

Tanrılara Neden İnanmıyorum,
Dr. J. Anderson Thomson Jr., Çev: Kerem Işık

Varoluşçu-Hümanistik Terapi,
Kirk J. Schneider & Orah T. Krug, Çev: Gonca Akkaya

Gerçeklik Terapisi,
Robert E. Wubbolding, Çev: Elif Emir Ökten

Cinselliğin Şafağı,
Christopher Ryan, Cacilda Jethá, Çev: Ebru Erbay

Gölgene Sahip Çık,
Robert A. Johnson, Çev: Kemal Atakay

Yaşlanmayan Yaşlılar,
Prof. Dr. Özcan Köknel

Naratif Terapi,
Stephen Madigan, Çev: Gonca Akkaya

Kraliçe Arılar ve Taklitçileri,
Rosalind Wiseman, Çev: Nalan Tüman

Psikoterapist ve Mitlere Yolculuk,
Rollo May, Çev: Kerem Işık

Psikoterapi Kuramları dizisi

Psikanaliz ve Psikanalitik Terapiler
Psychoanalysis and Psychoanalitic Therapies
Jeremy D. Safran

Kişilerarası Psikoterapi
Interpersonal Psychotherapy
Ellen Frank ve Jessica C. Levenson

Birey-Odaklı Psikoterapiler
Person-Centered Psychotherapies
David J. Cain

Sanat Psikodrama
P. Asena Yurtsever

Şiir Terapi
Poetry Therapy
Nicholas Mazza

Varoluşçu-Hümanistik Terapi
Existential-Humanistic Therapy
Kirk J. Schneider ve Orah T. Krug

Bilişsel-Davranışçı Terapi
Cognitive-Behavioral Therapy,
Michelle G. Kraske

Aile Terapisi
Family Therapy
William J. Doherty ve Susan H. McDaniel

Feminist Terapi
Feminist Therapy
Laura S. Brown

Naratif Terapi
Narrative Therapy
Stephen Madigan

Akılcı Duygusal Davranış Terapisi
Rational Emotive Behavior Therapy
Albert Ellis ve Debbie Joffe Ellis

Gerçeklik Terapisi
Reality Therapy
Robert E. Wubbolding

İlişkisel-Kültürel Terapi
Relational-Cultural Therapy
Judith V. Jordan

Bilişsel Terapi
Cognitive Therapy
Keith S. Dobson, PhD

Kabullenme ve Bağlılık Terapisi
Acceptance and Commitment Therapy
Steven C. Hayes, PhD & Jason Lillis, PhD

okuyanus.COM.TR

/okuyanusyayinevi
@okuyanus
/okuyanusyayinevi
/dizustuedebiyat
/ucgunlukdunyaedebiyati
/floradizisi
@okuyanus
@dizustuedebiyat
@ucgunlukdunyaed

KÖPEK GİBİ BÜYÜTÜLMÜŞ ÇOCUK

BRUCE D. PERRY, M.D., PH.D.
& MAIA SZALAVITZ

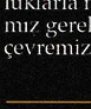
"Öteden beri insan doğasını ve nasıl bazı insanların sorumlu, üretken, iyi insanlar olurken bazılarının diğer insanlara zarar veren cinsten olduğunu anlamaya çalıştım. Çalışmalarım bana ahlaki gelişimin, kötülüğün köklerinin, genetik eğilimlerin ve çevresel etkilerin daha sonraki seçimlerimizi belirleyen hayati kararları ve sonunda kim olduğumuzu nasıl şekillendirdiği hakkında çok şey öğretti. Kötü muameleye maruz kalmış olmanın zarar verici davranışlar için birer "özür" olduğuna inanmıyorum. Fakat erken çocuklukta gelişen karmaşık ve farklı ilişkilerin seçimlerimizi şekillendirdiğini ve en iyi kararları almamıza engel oluşturabileceğini biliyorum.

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk'ta öğrendiklerimin bir kısmını sizinle paylaşıyorum. Tüm acılarına ve korkularına karşın bu kitapta hikâyeleri anlatılan çocuklar çok büyük bir cesaret ve insanlık sergilediler ve bana umut verdiler. Onlardan **kayıp**, **sevgi** ve **iyileşme** konusunda çok şey öğrendim.

Bu kitap vasıtasıyla tanıyacağınız harika çocuklar, insan ilişkilerinin doğası ve gücünü anlamamızı sağlıyor. **Her insan insani değildir. Kişiler insani olmayı öğrenmelidir.**

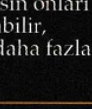
Bu çocuklar sayesinde öğrendiklerimin aslında hepimiz için büyük ders niteliğinde olduğunu düşünüyorum. Çünkü travmanın ne olduğunu anlamamız için hafızanın ne olduğunu bilmemiz gerekiyor. Çocukların iyileşme süreçlerini doğru değerlendirebilmemiz için onların sevmeyi nasıl öğrendiklerini, zorluklarla nasıl mücadele ettiklerini ve stresin onları nasıl etkilediğini anlamamız gerekiyor. Kendimizi daha iyi tanıyabilir, çevremizdekilere özellikle de çocuklara daha fazla sevgi gösterebiliriz."

-Bruce D. Perry



Bruce D. Perry

Perry, travmatize durumda olan çocuklar konusunda dünya çapında otorite olarak kabul edilen bir psikiyatri profesörü. Travma üzerine uzmanlaşmış olan Perry, sayısız araştırma ve projenin ardından, The Child Trauma Academy'nin yönetiminde yer alıyor.



Maia Szalavitz

Svalavitz, sinirbilim ve psikiyatri konusunda uzmanlaşmış ödüllü bir gazeteci. Beyin ve davranış biçimleri konularında çalışan Svalavitz'in makalelerinin yer aldığı yayınlar: TIME, New York Times, Elle, Scientific American Mind, Washington Post, New Scientist and Psychology Today.

psikoloji/ psikiyatri - 45

ISBN 978-605-4054-68-8

9 786054 054688

2016 THG 3960064 EZC

okuyanus.COM.TR