THEODORE MILLON

MODERN YAŞAMDA KİŞİLİK BOZUKLUKLARI

THEODORE MILLON ve
Seth Grossman - Carrie Millon
Sarah Meagher - Rowena Ramnath

# MODERN YAŞAMDA KİŞİLİK BOZUKLUKLARI

Çevirmen: Elif Okan Gezmiş

TÜRKİYE İŞ BANKASI
Kültür Yayınları

PSİKOLOJİ

THEODORE MILLON, SETH GROSSMAN, CARRIE MILLON,
SARAH MEAGHER, ROWENA RAMNATH
**MODERN YAŞAMDA KİŞİLİK BOZUKLUKLARI**

ÖZGÜN ADI
PERSONALITY DISORDERS IN MODERN LIFE

COPYRIGHT © 2000, 2004, JOHN WILEY&SONS, INC.
ÇEVİRİ JOHN WILEY&SONS, INC.'NİN İZNİYLE BASILMIŞTIR, TÜM HAKLARI MAHFUZDUR

İNGİLİZCE ÖZGÜN METİNDEN ÇEVİREN
ELİF OKAN GEZMİŞ

© TÜRKİYE İŞ BANKASI KÜLTÜR YAYINLARI, 2017
Sertifika No: 40077

EDİTÖR
DEVRİM ÇETİNKASAP

GÖRSEL YÖNETMEN
BİROL BAYRAM

DÜZELTİ/DİZİN
IŞIK DOĞANGÜN

GRAFİK TASARIM UYGULAMA
TÜRKİYE İŞ BANKASI KÜLTÜR YAYINLARI

1. BASIM: EYLÜL 2019, İSTANBUL
III. BASIM: NİSAN 2021, İSTANBUL

ISBN 978-605-295-921-3

BASKI-CİLT
DERYA MÜCELLİT SANAYİ VE TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ
MALTEPE MAH. LİTROS YOLU FATİH SANAYİ SİTESİ NO: 12/80-81 TOPKAPI
ZEYTİNBURNU İSTANBUL
Tel. (0212) 501 02 72 - (0212) 501 35 91 Faks: (0212) 480 09 14
Sertifika No: 40514

Bu kitabın tüm yayın hakları saklıdır.
Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak kısa alıntılar dışında gerek metin, gerek görsel malzeme yayınevinden izin alınmadan hiçbir yolla çoğaltılamaz, yayımlanamaz ve dağıtılamaz.

TÜRKİYE İŞ BANKASI KÜLTÜR YAYINLARI
İSTİKLAL CADDESİ, MEŞELİK SOKAK NO: 2/4 BEYOĞLU 34433 İSTANBUL
Tel. (0212) 252 39 91
Faks (0212) 252 39 95
www.iskultur.com.tr

Theodore Millon, Seth Grossman, Carrie Millon,
Sarah Meagher, Rowena Ramnath

# Modern Yaşamda Kişilik Bozuklukları

Çeviren: Elif Okan Gezmiş

TÜRKİYE İŞ BANKASI
Kültür Yayınları

# İÇİNDEKİLER

Sunuş ..... XI
Önsöz ..... XV

I Kişilik Bozuklukları: Klasik Temeller ..... 1
Anormal Davranış ve Kişilik ..... 3
Kişilik Bozukluklarına Dair İlk Görüşler ..... 17
Biyolojik Yaklaşım ..... 20
Psikodinamik Yaklaşım ..... 27
Özet ..... 42

II Kişilik Bozuklukları: Çağdaş Yaklaşımlar ..... 47
Kişilerarası Yaklaşım ..... 48
Bilişsel Yaklaşım ..... 59
Kişilik Özelliği Yaklaşımları ve Faktörlü Yaklaşımlar ..... 67
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım ..... 72
Özet ..... 89

III Kişilik Bozukluklarının Gelişimi ..... 93
Gelişimsel Patogenezin Etkileşimli Doğası ..... 97
Patojenik Biyolojik Faktörler ..... 99
Patojenik Yaşam Deneyimleri ..... 110
Patojenik Öğrenmenin Kaynakları ..... 113
Çocukken Öğrenilenlerin Devamlılığı ..... 127
Sosyokültürel Etkenler ..... 141
Özet ..... 146

IV Kişilik Bozukluklarının Değerlendirilmesi ve Terapisi ..... 149
Kişiliğin Değerlendirilmesi ..... 150
Kişilik Bozukluklarının Psikoterapisi ..... 171
Özet ..... 186

V Antisosyal Kişilik 191
Normallikten Anormalliğe 197
Antisosyal Kişilik Çeşitleri 201
Tarihteki Öncüler 205
Biyolojik Yaklaşım 206
Psikodinamik Yaklaşım 211
Kişilerarası Yaklaşım 215
Bilişsel Yaklaşım 219
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 223
Terapi 232
Özet 236

VI Kaçıngan Kişilik 239
Normallikten Anormalliğe 244
Kaçıngan Kişilik Çeşitleri 247
Tarihteki Öncüler 252
Biyolojik Yaklaşım 253
Psikodinamik Yaklaşım 255
Kişilerarası Yaklaşım 260
Bilişsel Yaklaşım 263
Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım 268
Terapi 278
Özet 282

VII Obsesif Kompülsif Kişilik 285
Normallikten Anormalliğe 290
Kompülsif Kişilik Çeşitleri 293
Tarihteki Öncüler 300
Psikodinamik Yaklaşım 301
Kişilerarası Yaklaşım 307
Bilişsel Yaklaşım 312
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 316
Terapi 326
Özet 330

VIII Bağımlı Kişilik 333
Normallikten Anormalliğe 338
Bağımlı Kişiliğin Çeşitleri 340
Tarihteki Öncüler 345

Psikodinamik Yaklaşım 347
Kişilerarası Yaklaşım 350
Bilişsel Yaklaşım 353
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 357
Terapi 366
Özet 372

IX Histrionik Kişilik 375
Normallikten Anormalliğe 379
Histrionik Kişiliğin Çeşitleri 381
Tarihteki Öncüler 386
Biyolojik Yaklaşım 387
Psikodinamik Yaklaşım 391
Kişilerarası Yaklaşım 399
Bilişsel Yaklaşım 405
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 408
Terapi 417
Özet 421

X Narsisist Kişilik 425
Normallikten Anormalliğe 429
Narsisist Kişiliğin Çeşitleri 433
Tarihteki Öncüler 439
Biyolojik Yaklaşım 440
Psikodinamik Yaklaşım 441
Kişilerarası Yaklaşım 449
Bilişsel Yaklaşım 456
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 461
Terapi 471
Özet 475

XI Şizoid Kişilik 479
Normallikten Anormalliğe 485
Şizoid Kişilik Çeşitleri 487
Biyolojik Yaklaşım 490
Psikodinamik Yaklaşım 493
Kişilerarası Yaklaşım 497
Bilişsel Yaklaşım 502
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 505

Terapi 513
Özet 517

XII Şizotipal Kişilik 521
Normallikten Anormalliğe 527
Şizotipal Kişiliğin Çeşitleri 529
Tarihteki Öncüler 531
Biyolojik Yaklaşım 535
Psikodinamik Yaklaşım 538
Kişilerarası Yaklaşım 541
Bilişsel Yaklaşım 546
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 549
Terapi 556
Özet 559

XIII Paranoid Kişilik 563
Normallikten Anormalliğe 568
Paranoid Kişilik Çeşitleri 571
Tarihteki Öncüler 576
Biyolojik Yaklaşım 579
Psikodinamik Yaklaşım 580
Kişilerarası Yaklaşım 588
Bilişsel Yaklaşım 593
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 600
Terapi 610
Özet 615

XIV Sınırda (Borderline) Kişilik 619
Normallikten Anormalliğe 624
Sınırda Kişilik Çeşitleri 626
Biyolojik Yaklaşım 633
Psikodinamik Yaklaşım 635
Kişilerarası Yaklaşım 642
Bilişsel Yaklaşım 650
Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım 654
Terapi 663
Özet 669

XV *DSM-III-R* ve *DSM-IV*'ün Eklerindeki Kişilik Bozuklukları ..... 673
Kendine Zulmeden (Mazoşist) Kişilik ..... 674
Sadist Kişilik ..... 686
Depresif Kişilik ..... 698
Negativist (Pasif Agresif) Kişilik ..... 710
Özet ..... 723

Kaynakça ..... 727
Dizin ..... 769

# Sunuş

Hayli beğeni toplayan *Modern Yaşamda Kişilik Bozuklukları*'nın ikinci basımını okurlara sunmak benim için bir zevk. *Contemporary Psychology: APA Review of Books* için değerlendirme şerefine eriştiğim ilk basım da mükemmeldi. Theodore Millon ve ortak yazarları (Seth Grossman, Carrie Millon, Sarah Meagher ve Rowena Ramnath) bu basımda metni genişletip güncellemişler. Kitabın kıdemli yazarı psikoloji bilimlerinde ikonlaşmış ve kişilik kuramı, değerlendirme, psikoterapi ve nozoloji alanlarında çalışan bir kuşağa ilham vermiştir. Kendisi aynı zamanda, psikolojinin can çekişmekte olan bir dalının (bilincin doğuşundan bu yana insanlığın ilgisini çeken insan kişilik sistemini araştıran personolojinin) hayata dönmesinin de, buna eşlik eden (ve çok yeni olan) dil, biliş, kültür gelişiminin de neredeyse tek müsebbibidir. Kişilik kuramı geçtiğimiz asrın ikinci yarısında yok olmaya yüz tutmuştu; "bilimöncesi psikolojinin" işlevsiz bir kalıntısı olarak görülüp kenara atılmıştı. Ne var ki tanı, sınıflandırma, psikoterapi gibi klinik bilimlerde Millon'ın öncülük ettiği gelişmeler, klinik ve sosyal açıdan kullanışlı bu söylem zemininin ve psikoloji biliminin alanımızın frenoloji (kafa hatlarının ve bunların çeşitli nöropsikolojik işlevlerle ilişkisinin incelenmesi) gibi diğer bilimöncesi seleflerine kaymasına engel olmak isteyen lider isimlerin yeniden bu sahaya yönelmesine vesile olmuştur.

İlk basıma ilişkin değerlendirmemde belirttiğim üzere, tam da yeni bir asrın arifesinde yayımlanmış olan bu kitap, modern psikolojinin ilk 100 yılındaki öne çıkan gelişmeleri temsil eder. Psikoterapi, psikopatoloji ve kişilik kuramı alanlarında hatırı sayılır aşamalar kat edilmiştir.Yüz yılı aşkın bir süre önce William James (1890), pek çok kişinin psikolojinin dönüm noktalarından biri olarak gördüğü ve modern psikolojinin doğumuna rehberlik eden iki ciltlik

eseri *Principles of Psychology*'yi [Psikolojinin İlkeleri] yayımlamıştı. Elbette, klinik bilimler üzerinde benzer bir etki yaratan başka çığır açıcı çalışmalar da olmuştu. Aynı dönemde Freud'un *Rüyaların Yorumu* kitabı da psikanalizi ve pek çok kişinin modern psikoterapinin başlangıcı addettiği şeyi doğurmuştu. Modern psikolojinin ilk yüzyılı boyunca kişilik sistemi âlemini incelemeye kalkışan niceleri olduysa da, bu uğraşı Millon kadar kapsamlı biçimde sürdüren epeyce azdır. Bu basımda verilen bilgiler, bir araya geldiğinde kişilikte değişimlere yol açan çok sayıda unsurun karmaşıklığını ve bu değişimlerin nasıl temsil edildiğini, nasıl kavramsallaştırıldığını, nasıl bir muameleye tabi tutulduğunu hepimizin anlamasına imkân sağlıyor.

Bu kitabın hedef kitlesi ileri düzeydeki lisans ve yüksek lisans öğrencileri olmakla birlikte, konuyla ilgilenen tüm okurlar için iyi bir temel oluşturacak ve en gönülsüz okura bile heyecan verecektir. Kitabın geniş kapsamlı içeriği lisans öğrencilerini klinik bilimlerin büyüleyici dünyasıyla tanıştırırken, bu kavramların ve kuramların klinik gerçeklikteki karşılığını anlamakta zorlanan bir öğrencinin rahatça takip edebileceği vaka örneklerinden yararlanıyor. Seviyesi daha ileri öğrenciler içinse bu kitap bir anlamda Millon'ın diğer çalışmalarının bütünleşmiş halini sunar ve Millon'ın kavramsal sistemine giriş niteliğindedir. Çoğu kişi bu kitabın ardından yazarın konuyla ilgili diğer çığır açıcı diğer eserlerini de okumak isteyecektir. Aktif bir klinisyen ve kişilik kuramcısı olarak, insan türünün temel sisteminin kişilik olduğu ve klinik pratikte karşılaşılan ıstırabı anlamaya veya ona müdahale etmeye yönelik her teşebbüsün kişiliğin farklı alanlarına dair derin kavrayış gerektirdiği hususunda Millon'la hemfikirim.

Sosyal veya klinik bilimlerde kariyer yapanlar: Bu kitap referans kitapları rafınızda yerini alacaktır. Bundan sık sık yararlanacağınıza sizi temin ederim. Kitabın yarattığı özfarkındalık-başkası farkındalığı ve sunduğu sistemli kuramsal model, farklı disiplinlere ilgi duyanlara da çok şey katacaktır. Burada anlatılanlara benzer bireylerle hayatımızın bir noktasında hepimiz karşılaşırız. Önemli olan; kişilik etiketlerini aşağılayıcı bir dille kullanmamak, kişilik bozukluğu olanları damgalamamak, bunun yerine bu kitapta tasvir edilen farklı kişilik tiplerini daha yakından tanıyıp anlamaya çalışmaktır. Bu sayede, farklı kariyerleri olan kişiler narsist bir patronla çalışmak zorunda kaldıklarında veya bu kitapta anlatılan bazı kötü şöhretli kişiler gibi topluma zarar veren psikopat birinin haberini okuduklarında daha etkili bir tutum benimseyebilirler. Sağlık çalışanları hem hastalarını hem de onların, Millon'ın tabiriyle, psikolojik bağışıklık sistemlerinin stres altında işlediğini veya bozulduğunu daha iyi anlayacaklardır.

Millon ve ekibi, insan kişiliğinin nasıl işleyip bozulduğuna dair işe yarar bir model geliştirebilmeniz için gereken temeli titizlikte atmışlardır. Çerçeve

esas itibariyle kişilik bozukluğu tanısında egemen olan psikiyatrik modelden müteşekkil olmakla birlikte, Millon'ın öncülük ettiği ve evrimsel ilkelere, açıkça detaylandırılmış işlevsellik alanlarına dayanan çok daha zengin bir sistem ortaya çıkarmıştır. Kaygı, depresyon, yeme bozuklukları gibi klinik sendromların kişilik sisteminin özgün yapısından çıktığını görmeye başlayacak, böylelikle kendinizi ve başkalarını anlamaya uzanan emsalsiz bir yolculuğa çıkma imkânı bulacaksınız. Bazı kavramlar ve terimler sizi yer yer zorlayacaktır belki ama Millon'ın sistemini öğrenmek klinik açıdan faydalı olduğu kadar, insan ırkının özgün ve müşterek özelliklerini anlamak bakımından da değerlidir. Dr. Millon çağımızın en itibarlı kişilik kuramcılarından biridir; tıpkı 100 yıl öncesinin William James'i ve Sigmund Freud'u gibi, Millon'ın eserleri de yeni nesillere ilham verecektir. İyi yolculuklar!

JEFFREY J. MAGNAVITA, PHD, ABPP
Amerikan Psikoloji Birliği Üyesi
Hartford Üniversitesi Klinik Psikoloji Bölümünde yarı zamanlı öğretim üyesi
Connecticut Kısa Süreli Dinamik Psikoterapi Merkezi Direktörü

**Kaynaklar**

Freud, S. (1900). The interpretation of dreams. In J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Cilt 4 ve 5, s. 1-715). London: Hogarth Press.

James, W. (1890). *The principles of psychology* (Cilt 1 ve 2). New York: Henry Holt.

Magnavita, J. J. (2001). A century of the "scientific" study of personality: How far have we come? [Book Review: *Personality disorders in modern life*]. *Contemporary Psychology: APA Review of Books, 46*(5), 514–516.

# Önsöz

*Disorders of Personality* (1981) kitabımın ilk basımı alanda bir klasik olarak büyük çapta kabul gördü. Gerek bir kişilik ve psikopatoloji kuramıyla gerekse o dönem yeni yayımlanmış olan *DSM-III*'le uyumlu olması itibariyle, hitap ettiği ruh sağlığı çalışanlarınca hemen benimsendi. Gel gelelim kitabın okur kitlesi yıllar içinde değişti. Kişilik bozukluklarının *DSM*'de yeni bir eksen olarak ortaya çıkmasıyla beraber doktora programları öğrencilerine psikopatolojinin doğuşunda ve bekasında kişiliğin rolünü öğretmeye başladılar. 1980'lerin ortalarına gelindiğinde *Disorders of Personality* adlı kitabım çoğu yüksek lisans programında zorunlu olarak okutulmaya başlanmıştı, hatta lisans düzeyinde bile yer yer kullanılıyordu.

1994'te *DSM-IV* çıktığında *Disorders*'ın da güncellenme vakti gelmişti. 1996'da yayımlanan ikinci basım büyük oranda elden geçirilmiş ve güncellenmişti; her biri çift sütunlu 800 sayfası, kişilik bozukluğuna yönelik giderek artan ilginin bir yansımasıydı. Bir kez daha, kitap profesyonel çevrelerde hemen büyük başarı elde etti. Ne yazık ki artık, sayfa sayısının artması ve anlatımın karmaşıklaşması sebebiyle lisans öğrencilerinin kısıtlı birikimine ve deneyimine uygun değildi.

1998'in ortalarında, Institute for Advanced Studies in Personology and Psychopathology'deki [İleri Personoloji ve Psikopatoloji Çalışmaları Enstitüsü] bir grup insan kitabı ileri seviyedeki lisans ve başlangıç seviyesindeki yüksek lisans öğrencilerine uygun hale getirmek için çalışmalara başladı. Kapsamlı *Disorders of Personality*'nin ikinci basımının içeriğinin yaklaşık yarısı sadeleştirildi, yarısına da yeni şeyler eklendi. Ortaya çıkan bu yeni metin *Personality Disorders in Modern Life* adıyla 1999'da yayımladı.

Öğrenciler *Modern Life*'ı hem öğretici hem de sürükleyici buldular. Eğitimciler de derli toplu, öğretmesi kolay olduğunu düşündüler. Soyut kavramlarla somut klinik vaka malzemeleri arasında ideal bir denge kurulmuştu. Öğrenciler, kişilikleri "kanlı canlı" gösteren çarpıcı örnekleri seviyorlardı. Bu nedenle her klinik bölümün başında önce bir vaka öyküsü anlatılıyor, sonra da *DSM-IV* açısından tartışılıyordu. Böylelikle bir tür çapraz dölleme vasıtasıyla, nispeten sönük olan tanı kriterleri öğrencinin gözünde canlandırılıyor, bir yandan da kişilik tartışması derinleştikçe hem öğrencinin hem de eğitmenin tekrar tekrar dönebileceği emin bir kerteriz noktası tayin edilmiş oluyordu. Psikodinamik, bilişsel, kişilerarası ve evrimsel bölümlerde bu vakalara atıfta bulunularak normalde soyut ve anlaşılması zor kaçabilecek kavramlar daha net ifade ediliyordu. Hatta belli bir kişilik bozukluğunun gelişiminin anlatıldığı kısımlar için bile geçerliydi bu; burada da yine ilgili vakanın somut yaşam öyküsüyle bağlantılı kuruluyordu. Dolayısıyla öğrenciler sadece psikoloji kuramlarının insana dair çalışmaları nasıl şekillendirdiğini değil, belli bir kişinin hayatta o noktaya ve tanıya nasıl vardığını da görmüş oluyordu.

*Modern Life*'ın bu ikinci ve yeni basımına iki önemli unsur ekledik. İlk olarak, kişilik patolojisinin kökenlerini ve izlediği seyri daha etraflıca ve açıkça anlatabilmek amacıyla kişilik gelişimine ayrı bir bölüm ayırdık (3. Bölüm). İkinci olarak, alandaki ampirik çalışmaların sayısının giderek artması doğrultusunda, artık kitap boyunca aktarılan fikirleri desteklemek amacıyla ciddi miktarda atıfta bulunuyoruz.

Vaka çalışmaları somut klinik fenomenlerle soyut kavramlar ve kuramlar arasında bir süreklilik sağlasa da, her bölümün vaka öyküleri haricindeki kısımlarında bu süreklilik kendine farklı şekillerde yer buluyor. Normallik ile patoloji arasında net bir sınır olmadığından, her klinik bölümün içinde koca bir kısım bu ikisinin kıyaslanmasına ayrılmış durumda. Girişteki vaka da bu kısımda detaylı olarak tartışılıyor; o kişinin neden spektrumun bu patolojik ucuna daha yakın düştüğü tam olarak ortaya konuyor. Bu tür örneklerle öğrencilerin, tanı kriterlerinin birbirinden bağımsız unsurlar değil büyük oranda sosyal uzlaşmalar olduğunu ve her bir kişilik bozukluğunun normal yelpazede yer alan bir kişilik tipiyle paralellik gösterdiğini anlamasına yardımcı olmak hedeflendi. Her bölümde öğrenciler kendilerinde de bu tür normal kişilik tiplerinin hangi özelliklerinin olduğunu düşünmeye davet ediliyor; böylelikle sonradan anlatılacak içeriğe ilgi artırılmış oluyor. Umuyoruz ki öğrenciler kendi kişilikleri, onun zayıf ve güçlü yönleri hakkında da bir şeyler öğrenirler. Kişilikte normallik ile anormallik arasındaki süreklilik bu kitaba çoğu psikopatoloji kitabında bulunmayan bir "kişisel gelişim gündemi" kazandırmakta.

Bu kitapta ayrıca II. Eksen'deki kişilik patolojisi ile kaygı ve depresyon gibi I. Eksen'deki bozukluklar arasındaki sürekliliğe de odaklanıyoruz. Alanda çalı-

şanların bildiği üzere bir narsisistin depresyonu ile bir kaçınganınki birbirinden hayli farklıdır. Bazı kaynaklar yalnızca I. ve II. Eksen'in komorbidite istatistiklerini vermekle yetinirken bizler, neden bazı kişiliklerin bazı bozukluklardan mustarip olduğunun anlaşılması halinde yeni klinikbilimci nesillerin daha iyi yetişeceğine inanıyoruz. Söz gelimi, bağımlı bir kişilik depresyona girdiğinde bunun ardında yatan olağan sebepler nelerdir ve bunlar söz konusu kişiye nasıl hissettirir? Okuyucu her bir kişiliğin bilişsel, kişilerarası ve psikodinamik işleyişinin onu tekrar tekrar aynı sorunlara sürüklediğini anladığında, bölümlerin sonundaki psikoterapi odaklı kısma geçmeye de hazır demektir.

Bu ikinci basımda ortak yazar olarak görev alan Enstitü'nün genç çalışanlarına tek tek teşekkür borçluyuz. Ayrıca enstitünün başdirektörü Donna Meagher'e süreç boyunca farklı parçaları bir araya getirip derli toplu bir bütün yaratma konusunda verdiği destekten dolayı şükranlarımızı sunuyoruz. Son olarak, getirdikleri yapıcı önerilerle bu ikinci basımı ilkinden çok daha kullanışlı ve çekici hale getiren yüzlerce eğitmene ve binlerce öğrenciye teşekkür ederiz.

THEODORE MILLON, PHD, DSc
Institute for Advanced Studies in Personology and Psychopathology

*Coral Gables, Florida*
IASPP@aol.com

# I

# Kişilik Bozuklukları: Klasik Temeller

## Amaçlar

*Kişilik* nedir?
Kişilik, karakter ve mizacı birbirinden ayırmak.
Bir kişiliği bozuk kılan şeyler nelerdir?
*DSM* nedir?
Kişilik ve kişilik bozuklukları alanındaki önemli terimleri sıralamak.
*DSM*'nin çok eksenli modelini açıklamak. Çok eksenli bir sınıflandırma sistemi kullanılmasının gerekçeleri nelerdir?
Kişilik neden bedenin bağışıklık sistemine benzer?
Eklektizm neden sosyal bilimlerde bilimsel norm olmak zorundadır?
Sosyal bilimlerde fikirlerin nasıl geliştiğini açıklamak.
Biyolojik bakış açısının farklı bileşenleri nelerdir?
Freud'un topografik ve yapısal zihin modellerini anlatmak.
Savunma mekanizmalarının işlevi nedir? Nasıl çalışırlar?
Psikoseksüel gelişim aşamalarını tarif etmek.
*Karakter bozuklukları* nedir?
Nesne ilişkileri kuramının önemini açıklamak.
Kernberg'in *yapısal örgütlenme* terimini nasıl kullandığını açıklamak.

Nasıl bir insansınız? Kişiliğinizin ayırt edici özelliği sizce nedir? Kendinizi ne kadar iyi tanıyorsunuz? Kişiliğinizin farkında olmadığınız yanları var mı? Başkaları da sizi, sizin kendinizi tanıdığınız şekilde mi tanıyor? Kişiliğinizin en iyi ve en kötü özellikleri neler? Bu tür soruları sormak kolay, yanıtlamaksa çoğu zaman zordur. Oysa her biri doğrudan, insanlar olarak özümüzde ne olduğumuzla ilgilidir. Kişilik bizi biz yapan, başkalarından farklı kılan şeydir. Hatta başkalarından özellikle farklı kişiler için "kişilik sahibi" veya "değişik bir karakter" denir. Kimileri ise "kişiliksizin teki"dir. Üzerimizdeki etkilerine göre insanların "iyi" veya "kötü" bir kişiliği olduğunu düşünürüz.

Kişilik ve bozukluklarına dair araştırmalar, geçtiğimiz onlarca yıllık süreçte anormal psikoloji çalışmalarının merkezine yerleşti. Klinik çalışmalarda hayli farklı patolojileri olan insanlarla karşılaşırız. Kimisi bir depresif dönemin ortasındadır, kimisiyse normal insan deneyiminin çok ötesindeki travmaların kalıcı etkileriyle baş etmek zorundadır. Bazılarının gerçeklikle ilişkisi büyük oranda kesilmiştir, bazılarıysa klinik hastalıklardan ziyade ufak tefek gündelik sorunlardan mustariptir. Hastaların sorunları değişse de, herkesin bir kişiliği vardır. Kişilik bozuklukları bugün tanı bakımından önem teşkil etmektedir ve bilimsel çalışmalarda da özel bir konuma sahiptir. Bu konuyla ilgili meselelerse karmaşıktır; en azından az önceki sorularda değindiğimiz gündelik kişilik anlayışından çok daha karmaşık olduğu kesindir. Bu bölümdekişilik ve kişilik bozukluklarını analiz ederek, ayrıca bunlara dair farklı yaklaşımların altında yatan temel varsayımlar birbiriyle kıyaslayarak bu yeni disiplinin doğuşunu takdim edeceğiz ki burada verilen bilgiler, sonraki klinik bölümlerin anlaşılması için de olmazsa olmaz niteliktedir. Ele alınan sorular şunlardır: Kişilik nedir? Kişilik tanımımız, kişilik bozukluklarına dair kavrayışımızı nasıl şekillendirir? Kişilik kavramının altında yatan varsayımlar, **bozukluk** kelimesinin kullanılmasını destekler mi? Farklı kişilik bozukluklarının içeriği en iyi nasıl tarif edilebilir?

Bir terimin tanımını araştırmanın en iyi yolu, o terimin anlamlarının ve kullanılış biçiminin zaman içinde nasıl geliştiğine bakmaktır. **Kişilik** [*personality*] sözcüğü, ilk olarak eski çağlarda tiyatro oyuncularının taktığı maskelere karşılık olarak kullanılan Latince **persona** teriminden gelir. Tıpkı aktörün taktığı maske gibi persona da görüntüde bir yapmacıklığa işaret eder; yani kişinin maskesinin ardında yer alan asıl ayırt edici özelliklerinden farklı birtakım niteliklere sahip olduğunu varsayar. Zamanla persona terimi bu yapmacıklık ve yanılsama anlamını gitgide kaybederek maskeyi değil gerçek kişinin gözlemlenebilen, dışarıdan seçilebilen özelliklerini temsil etmeye başlamıştır. Kişiliğin kazandığı üçüncü ve son anlamsa, merceği bireyin kendini daha nadiren açık eden içteki gizli niteliklerine çevirmek amacıyla, yüzeydeki görünümün altına iner. Dolayısıyla tarih

boyunca, bu terimin anlamı dışsal bir yanılsamadan yüzeysel bir gerçekliğe ve nihayetinde de opak veya örtülü içsel özelliklere doğru kaymıştır. Bu son anlam güncel kullanıma en yakın olandır. Günümüzde kişilik psikolojik işlevselliğin hemen her alanında kendiliğinden ifade bulan, kökleri derinlere uzanan psikolojik niteliklerin karmaşık bir örüntüsü olarak görülmektedir. Başka bir deyişle kişiliğin, kişinin ana yapısının bütününe yayılmış niteliklerin oluşturduğu örüntü olduğu düşünülmektedir.

Kişilik genellikle kendisiyle ilişkili iki başka terimle karıştırılır: karakter ve mizaç. Her ne kadar gündelik kullanımda bu üç kelime yakın anlamlara gelse de, **karakter** yetişme çağında edindiğimiz özelliklere işaret eder ve erdemli sosyal standartlara bir derece uyum gösterildiği imasını taşır. Öte yandan **mizaç,** sosyalleşmeye bağlı unsurlarla değil bazı davranışlara biyolojik yatkınlık taşımakla alakalıdır. Bir insan için "Karakteri iyi" yorumunda bulunurken, başka bir insan için "Aksi bir mizacı var" diyebiliriz. Dolayısıyla karakter yetişme koşullarının etkisinin kristalize olmuş halini temsil ederken, mizaç doğanın fiziksel olarak kodlanmış etkisini yansıtır.

## Anormal Davranış ve Kişilik

Kişilik bozuklukları kavramı, bunların anormal davranış çalışmalarındaki rolünün anlaşılmasını gerektirir. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* [Tanı Ölçütleri Elkitabı] (DSM) psikologların ve psikiyatristlerin kutsal kitabı addedilir. 1952'de yayımlanan ilk resmi basımı, II. Dünya Savaşı'nda görev alanların ruh sağlığı sorunlarının anlaşılmasına yardımcı olması amacıyla ordunun ve Gazi İşleri Dairesinin kurduğu eski sistemlerin yoğun etkisi altındaydı. Zamanla *DSM* baştaki askeri amacından çıkıp tüm anormal davranışlar için bir standart veya külliyat niteliği kazandı. Dördüncü basımı olan *DSM-IV* günümüzde ruh sağlığı profesyonellerinin resmi sınıflandırma sistemi veya hazır taksonomisi olarak görülüyor. İçinde varlığına yaygın olarak inanılan tüm ruh sağlığı hastalıkları tarif ediliyor, diğer bazılarına da daha fazla araştırılması için geçici olarak yer veriliyor. *DSM-IV*'te yer alan on iki kişilik bozukluğundan on tanesi resmi kabul görmüş durumda, ikisiyse henüz kalıcı bir yer edinmiş değil. Ayrıca bu kitapta *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü basımında yer alan iki kişilik bozukluğundan daha kısaca bahsediliyor. Son basımda çıkarılmış olsa da, bu bozuklukların tanı etiketleri klinik ortamda yaygın olarak kullanılmaya devam ediyor. Kitabın sonraki bölümlerinin kuşbakışı görüntüsü niteliğindeki Tablo 1. 1'de bu 14 kişilik bozukluğunun kısa tanımları bulunmakta.

## Temel Sözdağarcığı

Anormal psikolojinin kendine özel sözcükleri veya jargonu vardır. Anormal davranışı tartışırken kullanılan sözcüklerin çoğunun bu kitapta tekrar tekrar kullanıldığını göreceksiniz. Bunları şimdiden öğrenmenizde fayda var zira kendileriyle defalarca karşılaşacaksınız. **Tanı kriterleri,** klinisyenlerin bireyleri belli bir klinik kategoriye yerleştirmek için kullandığı belirleyici özelliklerdir. Tanı kriterleri esasında, bir tanının konabilmesi için kişide bulunması gereken özelliklerden oluşan tarama listesidir. Her hastalığın kendine özgü bir listesi vardır. Bazı listeler kısadır, bazılarıysa daha uzun. Örneğin antisosyal kişiliğin tanısı için kullanılan yedi kritere bir bakalım. Bu kriterlerden biri "sürekli yalan söyleme, takma isimler kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını atlatmayla belirli dürüst olmayan tutum"dur (DSM-IV, 1994, s. 650). Histrionik kişilik bozukluğu tanısını koymak içinse sekiz kriter kullanılır. Bunlardan epeyce ilginç olan bir tanesi şudur: "Başkalarıyla etkileşimi, çoğu zaman uygunsuz biçimde cinsel yönden ayartıcı ya da kışkırtıcı davranışlarla belirlidir." (s. 657)

Her bir kişilik bozukluğunun kriter listesinde yedi, sekiz veya dokuz madde yer alır; bunların her birinde belli bir karakter özelliğinin, tutumun veya o bozuklukla yakından ilişkili davranışların detayları verilir. Antisosyallik kriterlerinde dürüst olmayan tutum bir **kişilik özelliği,** yani farklı zamanlarda ve durumlarda ifade bulan uzun vadeli bir davranış örüntüsü olarak ele alınır. Histrionik kriterlerin bir kişilik özelliği olan ayartıcılıktan yararlandığı düşünülebilir çünkü histrionikler iletişimlerine uygunsuz bir cinsel ton yüklemeleriyle tanınırlar. Bu tür kişilik özellikleri tipik biçimde bir arada görüldüğünde, bunların bir **kişilik bozukluğu** teşkil ettiği söylenebilir. Örneğin antisosyaller sadece dürüst olmamakla kalmazlar; aynı zamanda manipülatif, pervasız, saldırgan, sorumsuz, sömürücü insanlardır ve empatiden, vicdan azabından yoksundurlar. Bu özelliklerinin hepsi bir araya gelince, doğada hayli nadiren görülen bir psikolojik ideal olan **kişilik prototipini** oluştururlar. Bozukluk, bu prototipin ifade bulduğu en saf haliyle ortaya konmuş biçimidir.

Oysa gerçek insanlar nadiren "saf halde" bulunurlar. *DSM*'ye göre kişinin tanı alması,bir kişilik bozukluğunun tüm özelliklerini taşımasını gerektirmez. Genellikle kriterlerin çoğunluğunu karşılamak yeterlidir. Örneğin histrionik kişilik bozukluğu tanısı için sekiz kriterden, narsisist kişilik bozukluğu tanısı için de dokuz kriterden beşine ihtiyaç vardır. Tanı kriterleri farklı farklı kombinasyonlar halinde görülebilir; bu da, aynı kişilik bozukluğu tanısına sahip olsa bile kimsenin kimseyle birebir aynı olmadığı gerçeğiyle uyumludur. Charles Manson'ın da, Jeffrey Dahmer'ın da antisosyal kişilikler olduğu düşünülebilir ama kişilikleri buna rağmen birbirinden belirgin biçimde farklıdır. Dahmer ile Man-

| | |
|---|---|
| Şizoid | Soğuk, kayıtsız, mesafeli, yalnızdır. İnsan ilişkilerine ne istek ne de ihtiyaç duyar. Kendisinin ve başkalarının duygularının asgari düzeyde farkındadır. Dürtüleri veya hırsları ya hiç yoktur ya da pek azdır. |
| Kaçıngan | Tereddütlü, sıkılgan, mahcup, kaygılıdır. Reddedilme kaygısından dolayı sosyal durumlarda gergindir. Sürekli bir performans kaygısından mustariptir. Kendisinin yetersiz, aşağı veya ilgi çekici olmadığını düşünür. Kendisini yalnız ve boş hisseder. |
| Depresif[1] | Kasvetli, bezgin, karamsar, düşünceli, kadercidir. Kendisini kırılgan ve terk edilmiş biri olarak ortaya koyar. Yalnızca eleştirilmeye ve hor görülmeye layık olduğuna inanır. |
| Bağımlı | Biçare, yetersiz, boyun eğen, çocuksu bir yapısı vardır. Yetişkinliğin getirdiği sorumluluklardan kaçınır. Kendisini zayıf ve kırılgan görür. Devamlı daha güçlü insanların onayını arar. |
| Histrionik | Teatral, baştan çıkarıcı, yüzeysel, sürekli uyaran arayışında ve gösterişçidir. Ufak olaylara abartılı tepkiler verir. Teşhirciliği ilgi çekme ve lütuf görme aracı olarak kullanır. Kendisini çekici ve cezbedici görür. |
| Narsisist | Kendini beğenmiş, kibirli, büyüklenmeci, lakayttır. Zihni başarı, güzellik veya kazanım fantezileriyle meşguldür. Kendisini hayran olunası ve üstün biri olarak, haliyle de özel muameleye layık görür. |
| Antisosyal | Dürtüsel, sorumsuz, sapkın, dik kafalıdır. Düşünmeden hareket eder. Sosyal yükümlülüklere ancak kendi çıkarına hizmet ettiği takdirde uyar. Kendisini serbest ve bağımsız görür. |
| Sadist* | Alevlenmeye müsait düşmanca bir tutumu vardır; yıpratıcı, acımasız ve dediğim dediktir. Ani öfke patlamalarına yatkındır. Başkaları üzerinde tahakküm kurmaktan, onların gözünü korkutmaktan ve onları küçük düşürmekten tatmin duyar. Sabit fikirlidir, yeni görüşlere kapalıdır. |
| Kompülsif | Kontrollü, vazifeşinas, saygılı, katıdır. Kurallara bağlı bir yaşam sürer. Sosyal kaidelere harfiyen uyar. Düzenlemeler ve hiyerarşiler çerçevesinde bir dünya görüşü vardır. Kendisini sadık, güvenilir, etkin ve üretken biri olarak görür. |
| Negativist** | Kindar, aksi, şüpheci, memnuniyetsizdir. Başkalarının beklentilerini karşılamaya dirençlidir. Kasten verimsizdir. Öfkesini, başkalarının hedeflerini baltalayarak dolaylı yoldan çıkarır. Bazen huysuz ve çabuk sinirlenen bir hal sergilerken, bazen de surat asıp içine kapanabilir. |
| Mazosist*** | İtaatkârdır, haz fobisi vardır, köle ruhludur, kendini geri planda tutmaya meyillidir. Başkalarını kendisinden faydalanmaya teşvik eder. Kendi başarılarını maksatlı olarak sabote eder. Kendisi i suçlayacak, kendisine kötü davranacak partnerler arar. |
| Paranoid | Aşırı tedbirli, savunmacı, kimseye güvenmeyen, şüpheci bir yapısı vardır. Başkalarının kendisine zarar vermeye yönelik olası niyetlerine karşı her daim tetiktedir. Dönen dolapların kanıtlarını bulma peşindedir. Haklı olduğunu ama zulme uğradığını hisseder. |
| Şizotipal | Eksantrik, kendine yabancılaşmış, tuhaf ve dalgındır. Şahsına münhasır bir üslubu, davranışları vardır. Başkalarının düşüncelerini okuyabildiğine inanır. Zihni garip gündüz düşleriyle ve inançlarla meşguldür. Gerçeklikle fantezi arasındaki sınır bulanıktır. |
| Sınırda | Öngörülemeyen, manipülatif, dengesiz bir yapıdadır. Terk edilmekten ve soyutlanmaktan çılgınca korkar. Duygudurumu sık sık dalgalanır. Sevgi ile nefret arasında hızla gidip gelir. Kendisini ve başkalarını ya tamamen iyi ya da tamamen kötü görür. |

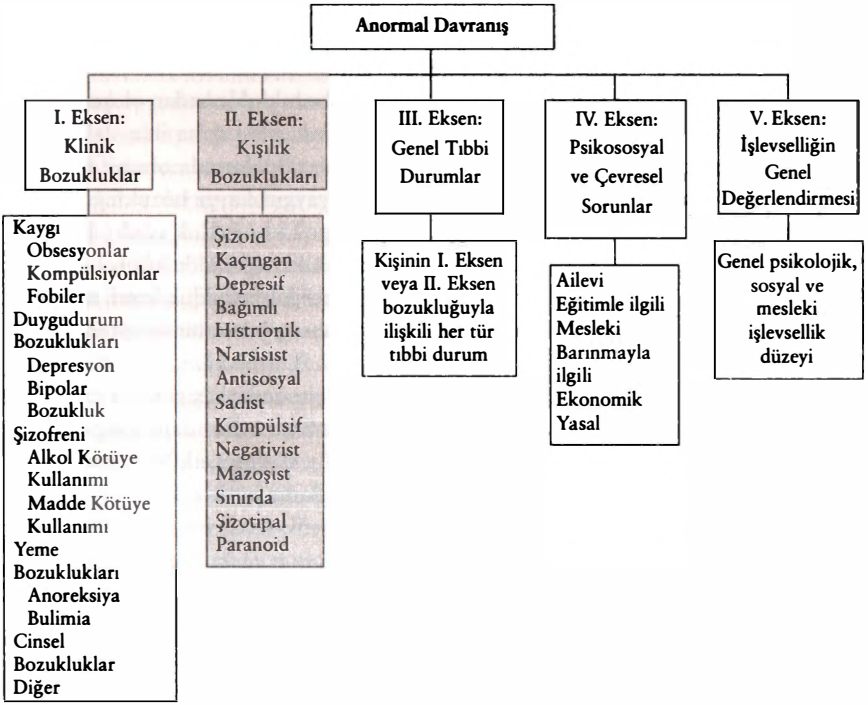
* *DSM-IV*'e muvakkaten dahil edilen bozukluklar arasındadır.
*DSM-III-R*'nin Ekler bölümünden.
*DSM-III-R*'nin eklerinde Kendi Kendini Engelleyen olarak adlandırılmıştır.

son'ı bizim gibi insanlardan ayıranın tam olarak ne olduğunu tespit edebilmek için ciddi miktarda biyografik bilgi gerekir. Bu doğrultuda, bu kitaptaki her bir bölümde kişilik bozukluğunun gelişiminde önemli rol oynayan unsurlara odaklanılmaktadır. Mesela sıkı fıkı bir baba-kız ilişkisi, yetişkinlikteki histrionik kişilik bozukluğuna uzanan ana yollardan biridir.

Kısıtlı süre içinde gördükleri çok sayıda hastaya nispeten seri biçimde tanı koymaları gereken klinisyenler açısından kategorik tipolojiler, kullanım rahatlığı dolayısıyla elverişlidir. Bu tipolojilerin kullanıldığı durumlarda klinisyenlerin dikkati sadece hastanın en belirgin özelliklerine çekilse de, doğrudan gözlemlenmeyen geniş bir özellik yelpazesi de çoğu zaman kuvvetle ima edilir. Kategoriler farklı kişilik özellikleri arasında, normal ile anormal arasında net sınırlar olduğunu varsayar; bu, tıbbi modele son derece uygun olmakla birlikte süreklilik arz eden kişiliğin işleyişiyle pek örtüşmez. Boyut temelli modellerin benimsenmesi gerektiğini savunanların argümanları ağırlıklı olarak belli bir temanın çevresinde toplanır: Farklı bozuklukların ve normalle anormalin arasına belirgin sınırlar çizilmesini mecbur kılması nedeniyle, kategorik model kişilik bozukluklarına uygun değildir. Kişilik özelliği boyutlarının bir dizi cazip yanı olsa da, kişiliğin kaç özellikle sıhhatli biçimde temsil edilebileceği ve bu özelliklerin mahiyeti konularında taraftarları arasında pek fikir birliğine varılamamıştır. Kuramcılar bu boyutları sanki orada durmuş da bilimsel olarak tespit edilmeyi bekliyormuş gibi "keşfetmek" yerine, beklentilerine göre birtakım boyutlar "icat edebilir". Böylesi bir durumda kişiliği değerlendirmek için gereken özellik sayısını, araştırmalarımızın bir tür içkin gerçeği ifşa etme becerisi değil gözlemlerimizi tasarlarken ve düzenlerken yaptığımız tercihler belirleyecektir. Kişilik bu tür kişilik özelliği boyutlarından en az birkaçıyla tarif edildiğinde öyle karmaşık ve girift şemalar ortaya çıkar ki, bir de bunların geometrik veya cebirsel temsillerine ihtiyaç doğar. Bunun gibi nicel formatların özünde yanlış bir şey yoksa da, hem kavrayış hem de klinisyenler arası iletişim bakımından kayda değer zorluklar doğurur.

## *DSM*'nin Çok Eksenli Modeli

*DSM*'deki bozukluklar çok eksenli modele göre gruplanmıştır. Çok eksenli, adı üstünde, birden fazla ekseni olan anlamına gelir. Her bir eksen farklı bir bilgi türünü veya kaynağını temsil eder. Bu kaynakların tam olarak ne olduğuna daha sonra bakacağız, şimdilik sadece işlevlerini açıklıyoruz. Çok eksenli modelin var olma nedeni, bir hastanın çeşitli semptomlarının ve kişilik özelliklerinin bir araya getirilip bütün kişiliğin tüm işleyişini yansıtan tabloyu oluşturmaya imkân sağlayacak bir araca gerek duyulmasıdır. Örneğin narsisist bir kişilikteki depresyon, bağımlı bir kişiliktekinden farklıdır. Narsisistler kendilerini herkes-

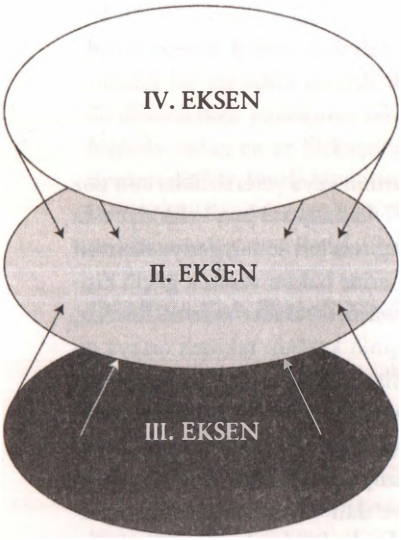



**ŞEKİL 1.1** Anormal Davranış ve Çok Eksenli Model

ten üstün gördükleri için genellikle başarısızlıklarının veya yetersizliklerinin göz ardı edemeyecekleri kadar güçlü bir nesnel kanıtıyla karşı karşıya kaldıklarında depresifleşirler. Çoğunlukla şişmiş durumdaki özgüvenleri söner, geriye depresif duygular kalır. Öte yandan bağımlı kişiler kendilerine bakım verecek güçlü kişiler, zalim dünyanın karşısına onların yerine çıkabilecek vekiller ararlar. Burada, depresyon genellikle bakım veren önemli bir kişinin kaybını takiben ortaya çıkar. Çok eksenli model her hastanın kendi tanılarının toplamından fazlası olmasına vurgu yapar: İkisi de depresiftir ama bambaşka nedenlerden dolayı. Her iki durumda da onları ayrıştıran, yüzeydeki semptomları değil bu semptomların altta yatan kişilikler bağlamındaki anlamıdır. Semptomları daha derin karakter özellikleriyle birlikte değerlendirdiğimizde kişiye dair edindiğimiz anlayış, sadece semptomları veya kişilik özelliklerini değerlendirdiğimizde edindiğimizden fazladır. Mesela birinin depresif bir narsisist olduğunu söylemek, tek başına depresyon veya narsisizm etiketlerinden katbekat fazla anlam barındırır.

Çok eksenli model beş ayrı eksenden oluşur (bkz. Şekil 1. 1) ve bunların her biri insan davranışına etki eden farklı bir unsura ve bunun tesir düzeyine işaret eder. I. Eksen *klinik sendromlar*dan, klinik psikolojiyi ve psikiyatriyi tarihlerinin büyük kısmında meşgul etmiş klasik ruh sağlığı bozukluklarından oluşur. I. Eksen hiyerarşik olarak yapılandırılmıştır. Her bozukluk ailesi daha ince dallara ayrılır; bunlar da asıl tanıyı verir. Örneğin kaygı bozukluklarında obsesif kompülsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu ve yaygın kaygı bozukluğu yer alır. Duygudurum bozukluklarında depresyon ve bipolar bozukluk vardır. Diğer dallar arasında da cinsel bozukluklar, yeme bozuklukları, madde kötüye kullanımı bozuklukları gibi başlıklar bulunur. Son olarak her bir bozukluk kendi tanı kriterlerine, teşhisin konması için tipik olarak bulunması gereken bir semptom listesine ayrılır. Bu kitabın konusunu II. Eksen'deki *kişilik bozuklukları* teşkil ediyor.

III. Eksen'de hastanın daha iyi anlaşılması için önem taşıyan her tür *fiziksel veya tıbbi rahatsızlık* yer alır. Bunların bir kısmının etkisi daha çarpıcı biçimde görülürken, bazılarının etkisi daha örtülüdür. Çarpıcı etkilere örnek olarak şunlar sayılabilir: Kafa travmaları, reçeteli ilaçların kötüye kullanımının veya uyuşturucuların yol açtığı sonuçlar, bilinen genetik sendromlar, sinir, solunum, sindirim sitemini, genitoüriner sistemi, beyin yapısını ya da psikolojik işlevselliği etkileyecek herhangi bir bedensel sistemiyle ilgili her tür hastalık. Kişinin genel-




**ŞEKİL 1.2** Örgütlenme Düzeyleri ve Çok Eksenli Modelle İlişkileri.

likle genetik yatkınlık taşıdığı faaliyet ve duygu örüntüsü olan mizaç veya diğer yapısal, hormonal örüntüler ise örtülü etkiler arasında sayılabilir. Özü itibariyle III. Eksen bedenin ruhu taşıyan bir kaptan ibaret olmadığını kabul eder. Aksine, bizler fiziksel ve psikolojik açıdan bütünlüklü varlıklarızdır. Bunu bir bilgisayar metaforuyla açıklayalım: Yazılım için donanım şarttır ve donanıma göre yazılımın çeşitli işlevleri artırılabilir, kaldırılabilir veya farklı şekilde çalıştırılabilir. Mesela bazı insanların merkezi işlem birimi yoğunluktan harıl harıl çalışırken, bazılarınınki daha hızlıdır ve kasası da çok güzeldir ama başka bir numarası yoktur. Fiziksel faktörler her zaman psikolojik işleyişi etkiler çünkü her şey bir yana beden, zihnin içinden doğduğu fiziksel bir ana yapıdır. Lobotomi geçirmiş herkes bunu hiç şüphesiz biliyordu ama muhtemelen umursayacak hali yoktu.

IV. Eksen, psikolojik işleyişle ilişkili tüm *psikososyal ve çevresel faktörler*in bulunduğu eksendir. Aileyle veya birincil destek grubuyla alakalı sorunlar, sözgelimi aile mensuplarından birinin ölümü, ayrılık veya boşanma, cinsel veya fiziksel istismar, aile içi çatışma, evde uygunsuz veya yetersiz disiplin gibi sorunlar burada yer alır. Keza aile dışındaki sosyal çevrelerde yaşanan sorunlar da yine bu eksenin bir parçasıdır. Bu eksen kapsamına giren bir diğer konu başlığı olan eğitim sorunları arasında okuma güçlüğü, yeterli yönlendirme olmaması ve öğretmenlerle çatışma gibi örnekler sayılabilir. Mesleki sorunlar, örneğin işini kaybetme tehdidine, işin gerçekten kaybına, otorite figürleriyle ve mesai arkadaşlarıyla çatışmalara işaret eder. IV. Eksen'de son olarak *ekonomik sorunlar* ve *hukuki sorunlar,* örneğin tarihi yaklaşmakta olan bir ceza duruşması gibi çeşitli meseleler de bulunur.

IV. Eksen her insanın farklı farklı bağlamlarda var olup işlev gösterdiğini ve bu bağlamların kişinin üstünde belirgin etkileri olduğunu dikkate alır. Mesela narsisist biri işinden kovulursa, bu muhtemelen kişinin sürekli üstünlük taslayan katlanılmaz tutumundan kaynaklanacaktır. Narsisistler her şeyin üstündedirler; patrona bile boyun eğmezler. Hatta bazıları kendini kanundan bile üstün görür, sıradan insanların kurallarının onlar için geçerli olamayacağını düşünür. Tüm bu parçaları (mevcut semptomlar, kişilik özellikleri ve psikososyal stres kaynaklarını) birleştirdiğimizde, kişinin tamamını gösteren karmaşık fakat akla yatkın bir tablo ortaya çıkar. Bunu belli başlı biyolojik detaylarla birlikte düşündüğümüzdeyse ortaya, bazı kişilik özelliklerinin ve mevcut semptomların nasıl oluştuğunu, nasıl korunduğunu ve nasıl tedavi edilebileceğini gelişimsel geçmiş ile patolojik şimdi arasında bağ kurarak açıklayan bir anlayış çıkar. Eldeki bilgilerin böyle çok katmanlı olarak bütünleştirilmesine vaka kavramsallaştırma denir.

Diğer eksenlerin aksine V. Eksen'in kendine özgü bir içeriği yoktur. Vaka kavramsallaştırmanın ardından sıra durumun ağırlığı meselesine gelir: Ortaya çıkan tablo ne kadar patolojiktir? Bu soruyu yanıtlamak amacıyla diğer tüm

eksenlerdeki sorunlar psikolojik, sosyal ve mesleki işlevsellikle ilgili tek ve genel bir değerlendirme altında toplanır. İşlevselliğin Genel Değerlendirilmesi (İGD) Ölçeği 0 ila 100 puan arasında uzanır. Puanlama herhangi bir noktada, mesela hastanın ilk acil başvurusunda, değerlendirme görüşmesinde ya da taburcu olurken yapılabilir. Veya bu puan, geçen hafta ya da geçen yıl gibi belirli bir zaman dilimindeki işlevselliği özetlemek için de kullanılabilir. Genel olarak V. Eksen geniş kapsamlı bir psikolojik sağlık ve patoloji endeksi işlevi görür. Bu tür ölçümler zaman içindeki gelişimi takip etmeye yardımcı olur.

Çok eksenli modelin beş eksenini birden ezberlemek de bir seçenek ama bu modelin nasıl bir amaç doğrultusunda geliştirildiğini, neden bu şekilde olduğunu anlamak daha iyi olacaktır. Modelin bu yapısının temel mantığı kişinin psikopatolojisinde göz önüne alınması gereken her noktaya dikkat çekmek ve böylelikle klinik kavrayışı artırmaktır. Genel muayene için doktora gittiğinizde onun akciğerlerinizden tutun da kalbinize, böbreklerinize, midenize varıncaya kadar başlıca organlarınızın ve sistemlerinizin tamamını kontrol etmesini beklersiniz. Sadece kan basıncınıza bakarak sağlıklı olduğunuzu söyleyen bir doktor pek de güven vermeyecektir.

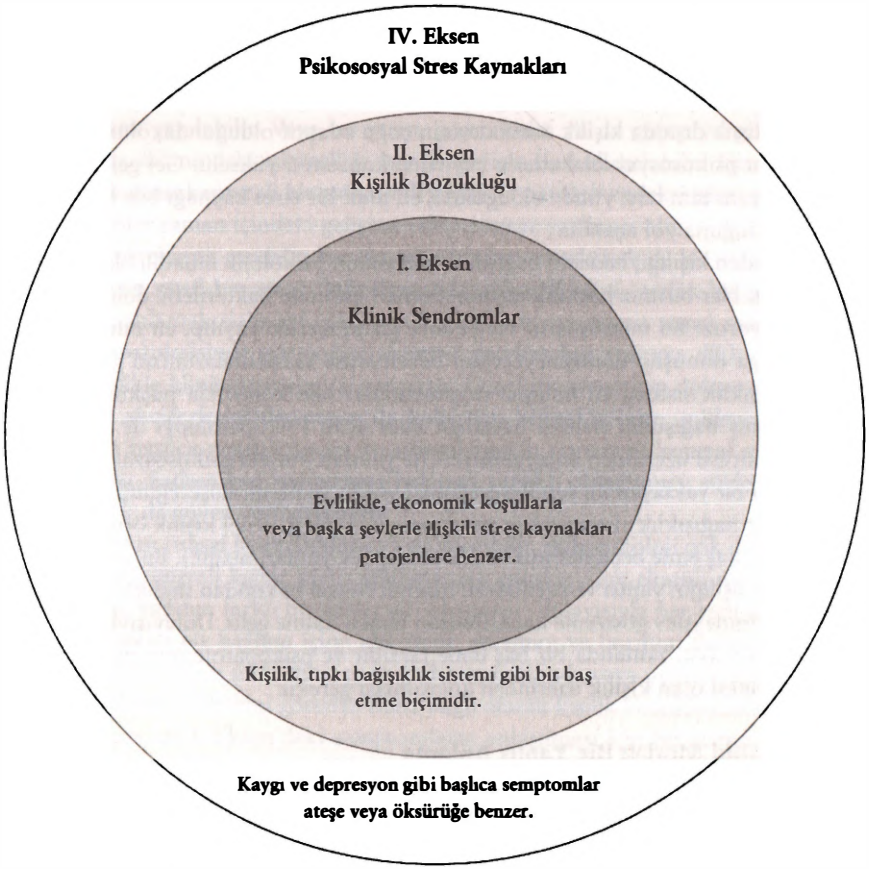
Aynısı ruhsal bozukluklar için de geçerlidir. Psikopatoloji çok daha karmaşık olsa da, önemli hiçbir şeyin atlanmaması gerekir. Çok eksenli modelin her bir ekseni, yapının farklı bir seviyesini oluşturur; dolayısıyla her yeni eksen hemen altındakini bir bağlam içine alır, onun anlamını ve önemini değiştirir. I. Eksen hastanın başlıca şikâyetini, şu an psikiyatri acilinde veya psikoterapistin odasında bulunma sebebini gösterir. Buna bağlı olarak kişilik bozukluklarını kapsayan II. Eksen de I. Eksen'deki semptomların anlaşılması için bir zemin, bir bağlam oluşturur. Kişilik zemini dikkatimizi, gelişme ihtimali olan belli başlı klinik bozukluklara yöneltir. Mesela kaçıngan kişilikler yakınlık kurmayı, onay görmeyi, özgüven sahibi olmayı ne kadar isteseler de genellikle başkalarıyla iletişime geçmekten kaçınırlar. Oysa çocukken hemen hep şımartılmış olan narsisist kişiler, kendi değerlerinin herkesinkinden fazla olduğu hissiyle büyümüşlerdir, bu da dışarıdan kibir veya büyüklenmecilik olarak görülür. Bu iki kişilikten kaçınganın topluluk önünde konuşma korkusu yaşama ihtimali daha fazlayken, narsisistin de herkese ukalalık yaptığı için işten atılma ihtimali daha fazladır. Bir insanın kişilik özelliklerini bildiğimizde onda ne gibi sorunlar baş gösterebileceğini de büyük oranda öngörebiliriz. Zira kişiliğin bir ayağı biyolojide, bir ayağı psikososyal çevrededir. Bizler hem fiziksel hem de sosyal varlıklarız. Sorunların asli kaynağı kişilik faktörleri gibi görünüyorsa, adaptif olmayan kişilik özellikleri veya kişilik bozuklukları söz konusu demektir. Öte yandan eğer sorunlar ağırlıklı olarak çevresel ve sosyal faktörlerle alakalıysa, o zaman bir I. Eksen bozukluğu tanısı verilebilir veya IV. Eksen'deki yaşam sorunlarından biri tespit edilebilir. Kişilik, bu etkilerin sentezlendiği örgütlenme seviyesidir (bkz. Şekil 1. 2).

Çok eksenli model, belirli semptomları besleyip idame ettiren tüm alakalı faktörlere dikkat çeker. Çoğu durumda psikososyal stres kaynakları ile kişilik özellikleri arasındaki etkileşim psikolojik semptomların tezahürüyle sonuçlanır; yani II. Eksen ve IV. Eksen bir araya gelip I. Eksen'i ortaya çıkarır (bkz. Şekil 1. 3). Birkaç istisna dışında kişilik özelliklerinin çoğu adaptif olduğunda, ölüm ve boşanma gibi psikososyal felaketlerle baş etme kapasitesi yükselir. Gel gelelim bu ikisinin oranı tam tersi yönde olduğunda, en ufak bir stres kaynağı bile bir I. Eksen bozukluğuna yol açabilir.

Bu bakımdan kişiliği, bedenin bağışıklık sisteminin psikolojik muadili olarak düşünebiliriz. Her birimiz hastalık taşıma ihtimali bulunan bakterilerle dolu bir çevrede yaşıyoruz. Bu mikropların bünyemize girip, içeride yayılıp, en nihayetinde hastalığa dönüşüp dönüşmeyeceğini belirleyense savunmalarımızın gücü. Sağlam bağışıklık sistemi en bulaşıcı organizmaları bile kolaylıkla püskürtürken, zayıflamış bağışıklık sistemi hastalığa kapı açar. Psikopatolojiyi de aynı etkileşim örüntüsü üzerinden anlayabiliriz. Öte yandan burada psikososyal çevremize yapıcı bir yaklaşım mı sergileyeceğimizi yoksa yenik mi düşeceğimizi belirleyen unsur bağışıklık sistemimizin savunma gücü değil, genel kişilik örüntümüzdür (Yani baş etme becerilerimiz ve adaptif, esnek yanlarımızdır.). Bu açıdan bakıldığında kişiliğin yapısı ve özellikleri, insanın ruhsal bakımdan sağlıklı veya hastalıklı biçimde işlev gösterme kapasitesinin temeli haline gelir. Dolayısıyla da her kişilik tarzı aynı zamanda bir baş etme tarzıdır ve psikopatolojinin de ana örgütlenme ilkesi olan kişilik üzerinden anlaşılması gerekir.

## Kişilik ve Tıbbi Model: Bir Yanlış Anlama

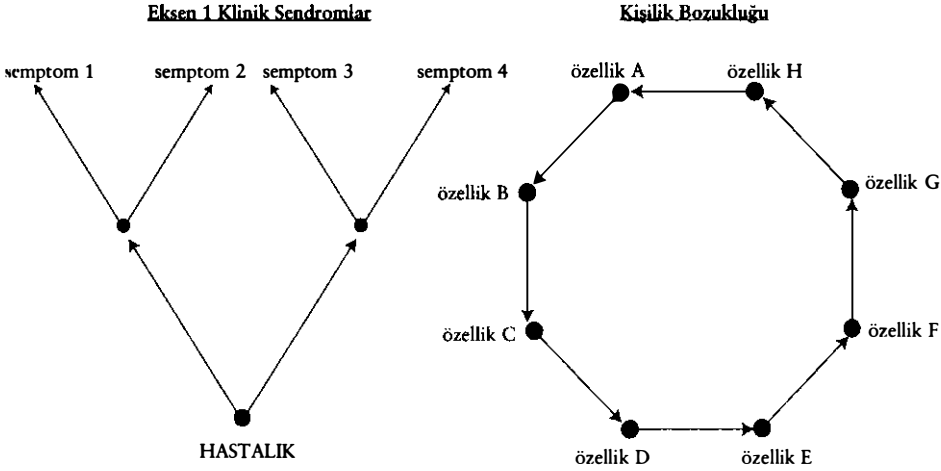
Kişilik bozukluklarını teşhis olarak konabilecek birbirinden bağımsız başlıklar biçiminde veren *DSM*, bunların birbirinden ayrı tıbbi hastalıklar olduğu görüşünü de desteklemiş olur. Oysa öyle değildirler. I. Eksen ve II. Eksen'in altında yatan nedensel varsayımlar birbirinden basbayağı farklıdır. Kişilik, kişinin ana yapısının tamamına yayılmış özelliklerin oluşturduğu örüntüler toplamıdır. Tek bir özellikle sınırlı kalmadan kişinin (kişilerarası, bilişsel, psikodinamik ve biyolojik) özelliklerinin nasıl bir araya geldiğini dikkate alır. Her bir özellik diğerlerini, bütün kişilik yapısının istikrarını ve davranışsal tutarlılığını sürdürmeye teşvik eder (bkz. Şekil 1. 4). O halde kişilik bozukluklarında nedensellik, kelimenin tam manasıyla her yerdedir. Her bir alan, etkileşime girdiği diğer alanları da etkiler ve birlikte yapının tamamının bütünlüğünü muhafaza ederler. Ne var ki I. Eksen'deki klinik sendromların arkasındaki sebeplere ait sınırların tespit edilebileceği varsayılır. Mesela bir uyum bozukluğunun sebebi, hayat koşullarında alışması zor bir değişiklik olabilir. Burada sebepler ve sonuçlar birbirinden ayrı-




**Şekil 1.3** IV. Eksen ile II. Eksen arasındaki etkileşim I. Eksen'i ortaya çıkarır.

labilir; altta yatan "hastalık" ile onun semptom düzeyindeki ifadesi birbirinden farklıdır. Uyum sağlamakta zorlanmak, örneğin depresif duygular uyandırabilir. Oysa kişilik bozukluklarında hastalık ile semptom arasındaki ayrım kaybolur. Bunun yerine işlevselliğin her alanından bir nedensellik çıkar. Yapının tamamındaki her bir unsur diğerlerini idame ettirir. Bu da kişilik bozukluklarının neden terapiye dirençli olma gibi kötü bir şöhrete sahip olduğunu açıklar.

Kişilik bozuklukları hastalık değildir, dolayısıyla bu terimi rasgele kullanırken dikkatli davranmak zorundayız. Herhangi bir tür bozukluğu tıbbi hasta-




ŞEKİL 1. 4 I. Eksen ve II. Eksen olarak bilinen bozuklukların nedensel örüntülerinin kıyaslanması

lıktan farklı tahayyül etmek hayli zordur. Kişiliğin genel psikolojik sağlığımızı belirleyen bağışıklık sistemi olduğu düşüncesinin; sendromları birer psikopatoloji veya bir tür hastalık, yani insanın içine sinsice sızıp güya normal olan işlevlerini baltalayan "yabancı" bir varlık veya lezyon gibi görme alışkanlığını kırması umulmaktadır. Tüm ruhsal bozuklukların kişinin dış güçler tarafından işgal edilmiş olduğu veya içsel hastalık süreçlerine işaret ettiği yönündeki iptidai görüş, insanın içine giren veya onu efsunlayan şeytanlara, ruhlara dair bilimöncesi fikirlerin bir uzantısıdır. Patojenlerin ve anatomik lezyonların fiziksel tıptaki rolü bu görüşü yeniden canlandırmıştır. Şeytanlarla ilgili savlar artık çok geride kalmış olmakla beraber, kişilik bozuklukları hâlâ zorla gelip normalde sağlıklı olan işleyişi bozan dışsal bir gerçeklik addedilmektedir. Ağız alışkanlığıyla bu tür bir terim kullanmaya mecbur kalsak da, birinin kişilik bozukluğuna *sahip olması* aslında mümkün değildir. Psikolojik uyum ve hastalık kapasitesini oluşturan şeyin kişinin ana yapısının tamamı olduğunu söylemek daha doğrudur.

## Normallik-Patoloji Karşıtlığı

Normallik ve anormallik birbirinden objektif olarak ayırt edilemez. Bu tür ayrımların tamamı, ki buna *DSM-IV*'teki tanı kategorileri de dahildir, sosyal ve kültürel yapılara kısmen bağlıdır. İnsanlar açık kriterlere göre çeşitli gruplara ayrılabilir, bu gruplandırmalara bilimin güvenilirlik nişanesi iliştirmiş gibi

görünebilir ama insanları birbirinden ayırma arzusu ve onları farklı kategorilere bölüştürme eylemi özünde sosyal bir nitelik taşır. Patoloji, rahatsızlık, illet, hastalık, bozukluk tanımları en nihayetinde değer yüklüdür ve döngüseldir (Feinstein, 1977). Doktorların tedavi ettiği şey bozukluklardır ve neyi tedavi edeceklerini de zımni sosyal standartlar belirler. Sosyal temeli göz önünde bulundurulduğunda, **normallik** kavramının herhalde en iyi tanımı kişinin referans grubunda veya kültüründe tipik olarak gözlemlenen davranış ve alışkanlıklara uyumudur. **Patoloji** de bu doğrultuda, kişinin referans grubu açısından sıradışı, ilgisiz veya yabancı kaçan davranışlar olarak tanımlanabilir. Bekleneceği üzere Amerikalı yazarlar normalliği bağımsız hareket edebilme, kendi kendine yetebilme ve böylelikle kişisel memnuniyet hissine, bir tür tatmine erişme olarak görme eğiliminde olmuşlardır. Başka kültürlerdeyse birçok farklı standart vardır; örneğin Asya toplumlarında bireycilik, grup normlarına saygı duymak kadar değerli değildir.

Normallik ve patoloji aynı yelpaze üzerinde sıralanmış gibidir. İkisi de usulca soluklaşıp diğerine karışır. Kişilik bozuklukları adaptif olmayan özelliklerden müteşekkil olduğundan, kişilik patolojisinin bu yelpazenin sağlık ucundan patoloji ucuna doğru ilerleyerek daha da ağır hale gelmesinin iki yolu vardır. İlki, tekil özelliklerin daha keskin biçimde ifade bulmasıdır; mesela girişkenlik saldırganlığa dönüşebilir veya başkalarına riayet etme huyu yerini mazoşizme bırakabilir. İkincisiyse kişideki uyuma hizmet etmeyen özelliklerin sayıca artmasıdır. Tablo 1. 2'de kompülsif özelliklerden oluşan bir altküme için verilmiş örnek cümleleri karşılaştırdığımızda, normalliğin nasıl yavaş yavaş kişilik bozukluğuna dönüştüğünü kolaylıkla görebiliriz.

Kişilik bozukluklarını en iyi tanımlayan üç patolojik özellik vardır (Millon, 1969). Bunların ilki doğrudan, kişiliğin bedenin bağışıklık sistemi olduğu benzetmesine dayanır: Kişilik bozuklukları stresli koşullar altında genellikle pek dayanıklı olmayan, dirençsiz bir görüntü sergiler. Çoğu insanın geniş bir yelpazeye yayılan esnek baş etme stratejileri vardır. Bir strateji veya davranış işe yaramazsa, normal insanlar başka bir şeye geçip bir de onu denerler. Kişilik bozukluğu olanlar ise aynı stratejiyi ufak tefek değişikliklerle tekrar tekrar deneme eğilimindedir. Hal böyle olunca da her defasında işi iyice berbat ederler. Bu da stres seviyesini durmaksızın yükseltir, onların kırılganlıklarını artırır, kriz durumları yaratır ve sosyal gerçekliğin giderek daha da çarpık biçimde görülmesine neden olur.

İkinci özellik de ilkiyle bir miktar örtüşür: Kişilik bozukluğu olanların esneklikten uzak, katı tutumu aslında adaptiftir. Normal kişilik işleyişi rol esnekliği göstermeyi, yani ne zaman inisiyatif alıp çevreyi değiştirmek, ne zaman çevrenin koşullarına uyum sağlamak gerektiğini bilmeyi gerektirir. Normal biri etkileşim-

TABLO 1.2 Kompülsif Kişilik: Adaptiften Ağır Bozukluğa

| | **Adaptif** | **Tanı eşiğinin altında** | **Bozuk** | **İleri derecede bozuk** |
|---|---|---|---|---|
| Mükemmeliyetçi | "Yaptıklarımdan gurur duyarım." | "Bir şeyi doğru yapana kadar üstünde uğraşmam gerektiğini hissederim." | "Bir işi ihtiyacımı giderecek kadar yapmışsam bile mükemmel olana dek elimden bırakamam." | "Hep yeterince iyi olmadığını düşündüğüm için hiçbir şeyi bitiremem." |
| Çalışkan | "İş ahlakına inanırım." | "Dinlenmeye veya ailemle vakit geçirmeye nadiren zaman ayırırım." | "Bir şeyin yarım kalması beni çıldırtır. Hiç tatil yapmadım." | "Ofisten çıkarken bitmemiş bir şey kalmışsa paniklerim. O kadar geç saatlere kadar çalışırım ki genelde ofiste uyuyakalırım." |
| Planlı | "Harekete geçmeden önce seçeneklerimi değerlendirmek isterim." | "Karar vermeden önce tüm alternatifleri analiz etmem gerekir." | "Öyle çok ihtimali göz önünde bulundururum ki karar vermek iyice zorlaşır." | "Tüm olasılıkları ve detayları öngörmeye çalıştığımdan her şeyi ertelerim, hiçbir şey için söz veremem." |
| Ahlaki açıdan titiz | "Doğru olan neyse onu yapmak isterim." | "Ahlak standartları benden düşük olan insanlara tahammül edemediğim olur." | "İnsanlığın %99'unda gördüğüm gevşeklik ve laçkalık midemi bulandırır." | "Bence doğru yoldan sapan herkes günahlarının bedelini en ağır şekilde ödemelidir." |
| Vazifeşinas | "Acele etmeden, düzgün bir iş çıkarmaktan hoşlanırım." | "Bazen en ufak hatada insanların beni kınayacağını düşünürüm." | "Ortaya koyduğum işten herkesin memnun kalacağına ikna olmazsam çalışmayı bırakamam." | "Kimsenin bir hata bulamayacağından kesinlikle emin olana dek işi tekrar tekrar kontrol ederim." |
| Duygusal açıdan kısır | "Hiçbir şeyden kolay kolay heyecanlanmam." | "Duyguları fazlaca ifade etmeyi gerekli bulmam." | "Keyif aldığım tek tük şey vardır, onlara da kendimi tamamen kaptıramam." | "Duyguların hiçbir hayrını görmedim. Hayattan hiç zevk almadım." |

lerinde esnek davranır. İnisiyatif aldığı durumlar ve tepkileri, mevcut koşullara tarz olarak da yoğunluk olarak da uygundur. Durum davranışların kısıtlanmasını gerektirdiğinde normal insanların davranışları, kişiliklerinden bağımsız olarak birbirine yakınlaşır. Mesela patron bir şeyin belli şekilde yapılmasını istediğinde çoğu insan bu talimatlara uyacaktır. Bu tür durumların senaryosu büyük oranda bellidir. Hemen herkes ne yapması gerektiğini bilir ve aşağı yukarı benzer şekilde davranır.

## *Odak Noktası: Kültür ve Kişilik*

### Yanlış Anlaşılan Öğrenci

**Kültürün Rolü**

Psikoloji yüksek lisans eğitiminin birinci senesinde olan Jenna'nın, hocası tarafından aşırı utangaçlığı sebebiyle terapiye yönlendirilmiş Asyalı bir kadın öğrenci ile acemi bir terapist arasındaki görüşmenin video kaydını seyredip izlenimlerini yazması gerekiyordu. Videoyu izlerken, terapist ne derse desin öğrencinin onu onayladığını fark etti. Seansın sonunda terapistle ayrı bir mülakat yapılıp izlenimleri sorulmuştu. Terapist, hocanın görüşünü destekleyerek öğrencinin gerçekten de utangaç olduğunu ama neredeyse hiç direnç göstermediği düşünüldüğünde hızlı bir değişim elde edilebileceğini söylemişti. Jenna'nın hocasının da belirttiği üzere bu doğru bir tespit değildi. Aslına bakarsanız yaşça küçük bu kadın öğrencinin kültürel normları, kendisinden çok daha büyük bir erkek terapiste itiraz etmesine engel oluyordu. Öğrenci katılmadığı yerleri belirtmeye cesaretlendirilince, kendisini terapiye yönlendiren öğretmene karşı davranışlarının aslında utangaçlıkla bir alakası olmadığı, bunların kendi referans grubunun âdetlerine uygun olduğu, birer kişilik özelliği olarak görülemeyeceği anlaşıldı. Bu doğrultuda terapinin odak noktası, kişilik değişiminden uzaklaşıp Amerikan kültüründeki beklentilere uyum sağlamaya yöneldi.

Oysa kişilik bozukluğu olanların alternatif stratejileri ve davranışları hem sayıca kısıtlıdır hem de hiç ama hiç uygun olmadığı durumlarda bile katı biçimde uygulanır. Kişilik bozukluğu olan insanlar, taşıdıkları özelliklerin yoğunluğu ve katılığı vasıtasıyla kişilerarası durumları kontrol ederler veya örtülü biçimde yönetirler. Hatta bu kişiler etkileşim sürecine, olabilecek en güçlü ketleri vururlar. Kendileri esneyemediği için çevrelerinin çok daha esnek hale gelmesi gerekir. Çevresel koşullar tek bir kişiye göre düzenlenemediğinde kriz patlak verir. Hal böyle olunca da yeni adaptif stratejiler öğrenme fırsatları iyice azalır, hayatın tadı hepten kaçar.

Kişilik bozukluğu olanların, ikinci özellik sonucunda ortaya çıkan bir üçüncü özellikleri daha vardır. Değişmeyi başaramadıkları için, hayatlarına egemen

olan patolojik temaları kısır döngüler halinde yinelenme eğilimindedirler. Patolojik kişilikler başlı başına patoloji üreten mekanizmalardır. Öyle ki, hayat hiç durmadan tekrar eden tek perdeli berbat bir oyuna dönüşür. Gelişim fırsatlarını kaçırırlar, yeni sorunların fitilini ateşlerler ve her defasında, kendi kendilerini hezimete uğratmaya hizmet eden birbirine yakın birkaç tema üzerinde ufak tefek değişiklikler yaparak başarısızlıklarını tekrarlayacak durumlar yaratırlar.

*Odak Noktası: Kişilik ve İlişkiler*

**Kompulsif Girişimci**

**Kişilikler nasıl etkileşir?**

Farklı kişilik bozukluklarının özelliklerini öğrenmeye hevesli olan Jenna, klinik süpervizöründen kendisine farklı kişilikleri kafasında canlandırmasına yardım edecek bir kaynak önermesini istemişti. Süpervizörü de ona evli bir çiftle yapılan görüşmenin, çiftin onayıyla alınmış video kaydını verdi. Bu seansta kadın, daha önce de bir kere evlenip ayrılmış olan kocasının ailesiyle neredeyse hiç vakit geçirmediğinden şikâyet ediyordu. İlk eşinden neden ayrıldığı sorulduğunda adam ağırbaşlı bir ifadeyle eski eşinin hayatı ciddiye almadığını, kendisi yeni kurduğu işin prosedürel detaylarını saatlerce, tekrar tekrar kontrol ederken kadının ona yardım etmediğini söylemişti. Bu konu daha derinlemesine sorgulandığında her iki kadının da, adamın elindeki işe odaklanma becerisinin farkında olduğu ama aynı zamanda evlilikte hiçbir yakınlık, spontanlık, romantizm olmamasından şikâyet ettiği öğrenilmişti. Sonradan edinilen yeni bilgilerin de ışığında adama obsesif kompülsif kişilik tanısı konulmuştu. Katı çalışma ahlakı ve sonu gelmez gayreti iki ilişkide de hemen hemen aynı sorunlara yol açmıştı.

## Kişilik Bozukluklarına Dair İlk Görüşler

Her bilimin tarihçesinde bilimöncesi bir "doğa tarihi" evresi olduğu söylenebilir. Bu evrede "Alanın başlıca fenomenleri nelerdir?" veya "Onları nasıl tanıyabiliriz?" gibi sorular ön plandadır. İdeal olanı, her geçen gün daha da gelişen yöntemlerle toplanan veriler biriktikçe bu gözlemleri bütünleştirmekle kalmayıp aynı zamanda gelecekteki araştırmalara da yol gösteren kuramsal açıklamaların sağduyunun yerini almasıdır. Örneğin kara deliklerin varlığını önce görelilik kuramı tahmin etmiş, ardından onlarca yıl boyunca biriken kanıtlar her galaksinin merkezinde bir veya da daha fazla kara delik olduğunu göstermiştir. Oysa kimse bir kara deliğin kokusunu alma, tadına bakma, sesini işitme, ona dokunma veya onu görme şansına erişemeyecektir. Kara deliklerin çekim gücüne ışık bile direnemediğinden, bunlar sonsuza kadar gözlerden uzak kalmaya mahkûmdur.

Biliminsanları kara deliklerin varlığına dair çıkarımlarını hem görelilik kuramının tahminlerine hem de kendi çevresindeki uzam-zamanda yol açtığı gözlemlenebilir etkilere dayandırırlar. Yaşanan teknolojik gelişmeler sayesinde göreliliğe dair daha pek çok tahmin test edilmiştir.

Bu kısa örnek bile kuramların bilimde oynadığı rolü netleştirir. Kuramlar mevcut gözlemleri de bir şekilde açıklamakla birlikte, birebir deneyimin ötesine geçen dünya temsilleridir; bu özelliklerine **anlam fazlası** denir. Kuramlar mevcut bulguları da kapsamakla birlikte aynı zamanda bunları aşarak bize yeni tahminlerde bulunma imkânı sunar. Dolayısıyla bir kara deliğe düşecek olsanız asla geri dönüp olan biteni anlatamazsınız ama göreliliğin matematiği sayesinde başınıza tam olarak neler geleceğini öngörebilirsiniz.

Kuram ve deneye doğa bilimlerinde eşit ağırlık verilir. Görelilik kuramı örneğindeki gibi, bilim tarihinde bazen kuram bilimin gözlem kapasitesini aşar. Mesela kara delikler göreliliğin uzun zamandır herkesçe bilinen matematiksel bir sonucuydu ama biliminsanları bunu araştırmanın yollarını ancak çok sonra bulmaya başladı. Bir diğer ihtimal de yeni teknolojilerin hiç olmadığı kadar detaylı, isabetli, bereketli gözlemler yapmayı mümkün hale getirip kuramları zora sokması, haliyle de alanı büsbütün kaosa sürüklemesidir. Yeni gözlemlerin hemen yapılabilmesi test etme sürecinin serbestçe işlemesini sağlar. Böylelikle kuramlar daha çabuk geliştirilir, bilim olgunlaşır. Örneğin Hubble uzay teleskobundan gelen veriler öyle fazla ki kozmologlar bu yeni aracın onlara sağladıklarını henüz tam olarak özümseyebilmiş değiller. Genellikle herhangi bir fenomeni açıklamaya yeltenen birden fazla kuram olduğundan, hangisinin tahminlerinin doğru olduğunu tespit etmek için bir **paradigma deneyi** düzenlemek gerekir. Bu deney bir kuramla uyumlu, diğerleriyle uyumsuz sonuçlar ortaya koymak üzere tasarlanır. Yapılan deneyler zamanla olası kuramları eledikçe, araştırmalar hakikate adım adım yaklaşır.

Oysa sosyal bilimlerin durumu tamamen farklıdır. Doğa bilimlerinde kuramla araştırma arasındaki etkileşim sayesinde soruşturmalar en nihayetinde bir sonuca varır ama sosyal bilimlerin ucu hep açıktır. Burada ilerleme ancak, yeni ve ilginç bir yaklaşımın birden bilimin odağına yerleşmesiyle gerçekleşir. Bu yeni yaklaşım eski paradigmaları yıkmak şöyle dursun, seleflerinin yanına yerleşip konuya dair değerlendirmelere bir bakış açısı daha ilave eder. Zaten yaklaşım, adı üstünde, bir şeye belli bir açıdan yaklaşmaktır. Bu doğrultuda paradigma deneyleri ya mümkün değildir ya da gereksizdir çünkü mevcut yaklaşımlardan hiçbiri alanın tamamını kapsamaz. Hal böyle olunca ihtiyat bilimsel değer, eklektizm de bilimsel norm haline gelir. Kişilik alanındaki egemen yaklaşımlar psikodinamik, biyolojik, kişilerarası ve bilişseldir. Belki varoluşçu veya kültürel yaklaşım gibi bazı diğer marjinal kavramsallaştırmalar da bu listeye eklenebilir.

Bunların bir kısmında yalnızca belli başlı kavramlar ve ilkeler vardır, bazılarıysa çoğu zaman *DSM*'ye hayli uzak düşen sistemli açıklamalar öne sürer. En önemli yaklaşımların halihazırda keşfedilmiş olduğunu umuyoruz ama tabii ki henüz gün yüzüne çıkmamış alternatif anlayışlar olması da her zaman mümkün. Bu kitabın kişilik bozukluklarını ayrı ayrı tartışan bölümlerinde bilişsel, psikodinamik, biyolojik ve kişilerarası yaklaşımlara yer verildi.

Sosyal bilimlerin ucu açık doğası, bu bilimlerin inceleniş şekliyle ilgili de önemli sonuçlar doğurur. Fiziğin bir bilim olarak tarihi ilginçtir ama sadece tarihsel bağlamda bir inceleme yapacaksanız önem taşır. Evrensel kanunlar, evrensel kanunlardır. Einstein hiç doğmamış olsaydı bile enerjiyle madde, uzamla zaman arasındaki ilişkiyi açıklayan denklemler yine aynı olacaktı. Siyaset ve din konularında anlaşmazlığa düşebiliriz belki ama hepimiz aynı fiziksel evrende yaşıyoruz ve bu evreni betimleyen matematik hesapları ortaya tek bir hakikat koyar.

Sosyal bilimlerdeyse farklı yaklaşımlar zorunlu bir düzene bağlı olarak ortaya çıkmaz. Daha sonradan ortaya çıkanlar çoğunlukla öncekilere verilmiş birer tepkidir. Sosyal bilimlerde felsefecilerin olumsal yapı diyebileceği bir şey vardır: Freud doğmamış olsa psikolojinin tarihi de içeriği de epeyce farklı olurdu. Hatta Freud'un bu kadar etkili olmasının başlıca sebebi muhtemelen ilk olmasıydı. Psikanaliz kurulduğunda onun tek gerçek rakibi biyolojik yaklaşımdı. Zamanla psikanaliz öyle bir egemenlik kurdu ki, anormal davranışın çalışılmasıyla neredeyse eşanlamlı kullanılır hale geldi. Bilişsel ve kişilerarası bakış açıları henüz ortaya çıkmadığından, psikanalizin psikopatolojinin tamamından ziyade yalnızca bir parçasını oluşturduğunun anlaşılması biraz zaman aldı. Sonraki düşünürler kendi görüşleriyle arasındaki farkları ortaya koymak adına Freud'un eserlerine sıkça başvurduklarından, psikanalizin babası günümüzde tarihin en çok itiraz edilen, en meşhur isimlerden biridir. Freud'un eserlerini inceleyen önemli düşünürler doğal olarak onun etkisinde kalmış, hatta onu aşabilmek adına kendileri de, en azından bir ölçüde psikanalist olmuşlardır.

Hangi alanda olursa olsun kuramsal yaklaşımlar nadiren tam teşekkül etmiş halde ortaya çıkar. Taze fikirler ağır ağır şekillendiğinden, yeni bir yaklaşım olarak görülmeleri ancak belli bir müddet sonra mümkün hale gelir. Bu gerçekleştiğinde o güne dek eski ekole mensup görülen kişiler sınıflandırılması güç birer geçiş figürüne dönüşürler. Kitabın ileriki kısımlarında ismini tekrar duyacağınız Harry Stack Sullivan'ın psikanalize tepkisi öyle güçlüdür ki, kendisi kişilerarası bakış açısının babası addedilir. Oysa Sullivan'ın kavramlarının çoğunun öncüllerini ortaya atan Alfred Adler'dir; o da bunu Freud'a tepki olarak yapmıştır. Ne var ki Adler psikodinamik ekole mensup görülürken Sullivan kişilerarası yaklaşımın temsilcisi kabul edilir. Ama yine de çağdaş kişilerarası kuram artık öyle ilerlemiş durumda ki buradan bakınca Sullivan bile bazen analitik kaçabiliyor.

Sosyal bilimlerin ucu açık doğasını, nasıl gelişme gösterdiğini anlamak konuyla ilgisizmiş gibi gelse de kişiliği ve kişilik bozukluklarını anlamak için bu şarttır. Her bakış açısı kişiliğin farklı parçalarını açıklar. Gel gelelim kişilik parçalardan ibaret değildir. Kişilik, kişinin tüm ana yapısına yayılmış kişilik özelliklerinin oluşturduğu örüntüdür. Söz konusu parçalar her ne olursa olsun, kişilik bunların iç içe geçerek birlikte çalışmasıdır. Arada bir insanlardan kişiliğin aslında sadece biyolojik, bilişsel veya psikodinamik olduğunu duyabilirsiniz. Onlara inanmayın. Yaklaşım kavramının bütün mantığı tek bir fenomeni, onun farklı yanlarını göstererek incelenmeye, anlamaya açmaktır. Tek bir unsurun bütünü temsil etmesi düşünülemez. Tanımı itibariyle her yaklaşım kendine has bir bütünlüğün parçalı görünümüdür; kişilik de bu yaklaşımların bütünleşmesiyle ortaya çıkan genel örüntü veya geştalttir. Farklı yaklaşımlar kişilik alanının birer parçasıdır ama kişilik parçaların toplamından fazlasıdır. Önümüzdeki iki başlıkta kişilik alanında rekabet eden iki yaklaşımın, biyolojik ve psikodinamik yaklaşımların tarihine ve önemine bakacağız. Bunlar alana pek çok şeyin yanı sıra (sırasıyla mizaç ve karakter gibi) önemli analiz birimleri sağlamıştır. Öyle ki bu kavramlar kimi zaman kişiliğin klinik çalışmaların odağı olma vasfıyla, kişiliğin yerini almaya yeltenmiştir.

## Biyolojik Yaklaşım

*DSM*'nin III. Eksen'i insan doğasına dair önemli bir gerçeği yansıtır: Hepimiz biyolojik varlıklarız, Dünya'daki beş milyar yıllık kimyasal evrimin sonuçlarıyız. Gündelik yaşamımızda zihin ile beden arasındaki bağlantıyı genelde pek düşünmeyiz. Özellikle de gençken fiziksel yapımız tıkır tıkır çalıştığından, bunun işlevleri neredeyse tümüyle fark edilmezdir. Öznel açıdan bakıldığında varlığımızı bedenin içine hapsolmuş bir ruh olarak deneyimleriz; sinapslardaki kimyasallar aracılığıyla iletişim halinde olan nöronların oluşturduğu karmaşık bir fiziksel yapı olarak değil. Bu yanılsama öyle güçlüdür ki filozoflar evrenin özünü oluşturanın zihin mi, madde mi yoksa her ikisi de mi olduğunu yüzyıllar boyunca tartışmıştır. Bize kalsa zihinlerimiz kendi kendini idame ettirir, irademiz de özgürdür. Seçimlerimiz sanki bize aitmiş gibi göründüğünden, bedenlerimizi ancak birer kaptan ibaretmiş gibi hayal ederiz. Pek çok dinde bedenin ölümüyle birlikte serbest kalan ebedi ruhlar olduğumuzun öğretilmesi bu bağlamda hiç de şaşırtıcı değildir. Gel gelelim bilimin gözünde insanlar sosyal, psikolojik ve biyolojik varlıklardır. Bu doğrultuda irademiz de ne tamamen belirlenmiştir ne de tamamen özgürdür; doğadaki her örgütlenme düzeyine nüfuz eden etkenlerce sınırlandırılmıştır.

Kişilik üzerinde rol oynayan biyolojik etkenleri yakın (proksimal) veya uzak (distal) etkenler olarak iki gruba ayırabiliriz. Uzak etkenlerin kaynağı genetik

kodumuzdur, genellikle de türümüzün evrimsel tarihinin bir parçası olarak nesilden nesile aktarılmış kalıtımsal özelliklere dayanır. Bu özelliklerin çoğu sosyobiyolojiktir. Cinsellik olmadan genlerin farklı kombinasyonları ortaya çıkamayacağından onlara ihtiyaç vardır. Bizler, evrimin bir ön koşulu olarak kendi genlerinin gen havuzundaki temsil oranını azamiye çıkarmaya çalışan cinsiyetli varlıklarız. Bunun etkisi büyük oranda zımni olsa da insanlarda bile erkekler daha saldırgan, daha baskın ve bölgesini korumaya daha meyilliyken kadınlar daha şefkatli, anaç ve sosyaldir. Bu tür eğilimler normal insanlarda ancak şöyle böyle seçilir. Oysa bazı kişilik bozuklukları, bilhassa da antisosyal ve narsisist erkekler ile bağımlı ve histrionik kadınlar, cinsiyet rollerine dair klişelerin adeta karikatürleşmiş halidir.

Kişilik üzerindeki diğer biyolojik etkenlerse yakın sebeplerden, karmaşık biyolojik sistemler olmamızdan kaynaklanır. Davranışın altındaki iskeletin farklı olması davranışa da yansır. Kişilikte bu bakımdan önemli kavramlardan ikisi mizaç ve yapıdır.

### *Mizaç*

Nasıl herkesin bir kişiliği varsa, büyük oranda biyolojinin tahakkümü altında bir yaşam ve davranış biçimi de vardır. Her çocuk dünyaya kendine özgü bir yatkınlık ve hassasiyet şablonuyla gelir. Anneler bebeklerinin farklı olduğunu doğar doğmaz anlar; dikkatli ebeveynler kardeşlerin birbirine benzemeyen yanlarını görebilir. Bazı bebekler düzenli emer, çıkarır ve uyurken bazılarının rutini daha değişkendir. Bazıları uykusunda bile rahat edemez, bazıları en gürültülü ortamlarda sakin sakin durur. Bu farkların çoğu yetişkinlikte de devam eder. Bazı insanlar sabahları zar zor uyanır, bazılarıysa neredeyse gözlerini açar açmaz yataktan kalkabilir.

İngilizceye Ortaçağ'da giren **temperament** [mizaç] sözcüğü, kişiliğin içinden filizlendiği biyolojik toprağa istinaden kullanılır. Dolayısıyla mizaç, davranışın altında yatan biyolojik potansiyeldir. Bunu bireylerin duygusallığından veya faaliyet döngülerinin yoğunluğundan açıkça görebiliriz. A. H. Buss ve Plomin (1984, s. 84) mizacın "erken çocuklukta mevcut olan kalıtımsal kişilik özellikleri" olduğunu öne sürse de, biz onu kişiliğin üzerinde yaşam boyu etkili olan kalıtımsal biyolojik unsurların genel toplamı olarak tanımlayabiliriz. Mizacın kişiliğin diğer alanlarından daha önemli ve daha etkili olduğunu savunmak elbette mümkündür. Fiziksel ana yapımız kişiliğin diğer alanlarının ortaya çıkmasından çok daha önce var olduğundan, biyolojik donamımızdaki davranış temayülleri gelişimin olası diğer tüm yollarını zapt eder, tıkar. Haliyle huysuz ve talepkâr bir bebeğin büyüyünce, tarafları sakin sakin dinlemesiyle meşhur diplomat olması

## *Odak Noktası: Cinsiyet Meseleleri*

### Kişilik Bozuklukları Tanısında Cinsiyet Önyargıları

**Klinisyenlerin cinsiyete bağlı beklentileri mi var?**

Bazı kişilik bozuklukları erkekleri, bazılarıysa kadınları mı tercih eder? Bu sorunun cevabı nereden baktığınıza göre değişir. Kadınlar psikiyatrik rahatsızlıkları için tedaviye başvurmaya erkeklerden daha meyilli olduğundan, ruh sağlığı merkezlerindeki hastaların çoğu genellikle kadındır. Öte yandan erkek gaziler kadın gazilerden sayıca fazla olduğu için sadece gazilere hizmet veren hastanelerde ağırlıklı olarak erkeklerin bulunmasını bekleriz.

Bunlar bir yana, görünüşe bakılırsa bazı kişilik bozuklukları sahiden de bazı cinsiyette daha ağır basmaktadır. Kimi araştırmacılara (Kaplan, 1983; Pantony ve Caplan, 1991) göre tanı sıklığındaki bu cinsiyet farkları, özellikle de çok sayıda kadının sınırda, bağımlı ve histrionik tanısı alması özü itibariyle cinsiyetçi bir durumun yansımasıdır. Gel gelelim *DSM-IV* bu üçünün daha ziyade kadınlarda teşhis edildiğini kabul etmekle birlikte paranoid, şizoid, şizotipal, antisosyal, narsisist ve obsesif kompülsif kişilik bozukluklarının da ağırlıklı olarak erkeklerde görüldüğünü belirtir. O halde ortada önyargılı bir eğilim varsa da bu erkeklerin aleyhine gibi durmaktadır.

Bu önyargılı eğilimi yaratan temel sorunlardan biri, bazı tanı kriterlerinin aynı anda hem normalliğe hem de patolojiye işaret etmesidir. Örneğin cinsiyet rollerinin bir parçası olarak kadınlardan göze hoş görünmelerini bekleyen günümüz toplumunda, histrionik kişiliğin "ilgiyi üzerine çekmek için sürekli fiziksel görünümünü kullanır" kriteri hayli muğlak kaçmaktadır. Bu doğrultuda, kişide histrionik kişiliğin pek çok diğer özelliği mevcutsa klinisyenlerin bu muğlak kriterin de karşılandığını varsaymaları muhtemeldir. Widiger (1998) klinik görüşme yapılandırılmışlıktan ne kadar uzaklaşırsa klinisyenlerin tanılarını cinsiyet klişelerine dayandırma olasılıklarının o kadar artacağını savunur.

Tanı kriterleri muğlak olmasa bile onları farklı cinsiyetler için doğru şekilde yorumlamak her zaman kolay olmayabilir. Bağımlı kişiliğin kriterlerinde kadınsı türden patolojik bağımlılık tanımlanır ama erkeksi bağımlılık biçimlerine yer verilmez. Örneğin Walker (1994, s. 36) "ev işleri ve çocuk bakımı gibi sorumlulukları başkalarına bırakan erkekler (...) kişilik bozukluğu düzeyinde bağımlılık sergilemektedir" der. Bu kriter eklenecek olsa bağımlı kişilik tanısı alan erkek sayısı mutlaka artacaktır.

Bundan sonraki DSM'lerde örtülü cinsiyet önyargılarını yansıtan kriterlerin yerine her iki cinsiyet için de geçerli kriterlerin yer alabilmesi için bu endişelerin mutlaka dikkate alınması gerekir.

imkânsız değilse bile hayli düşük ihtimaldir. Benzer şekilde kişisel temposu ortalamanın altında olan bir çocuğun ileride histrionik bir tarz geliştirmesini veya her şeye haddinden fazla boyun eğen bir çocuğun büyüyünce antisosyal kişiliğe sahip olmasını pek beklemeyiz. Yani biyoloji yetişkin kişiliğimizi belirlemez ama

sosyal ve ailevi etkenlerle el ele vererek gelişimimizi kısıtlayıp bizi diğer seçeneklerden uzaklaştırır, belli bir yola yönlendirir.

Yaklaşık 25 yüzyıl önce Yunanların ortaya attığı suyukçuluk doktrini, kişilik farklarını açıklamak için kullanılan ilk sistemlerden biriydi. MÖ 4. yüzyılda Hippokrates tüm hastalıkların dört suyuktaki fazlalıktan veya dengesizlikten kaynaklandığına kanaat getirmişti: sarı safra, kara safra, kan ve balgam. Bu sıvılar filozof Empedokles'in evrenin dört temel unsuru olduğunu savunduğu toprak, su, ateş ve havanın vücut bulmuş haliydi. Hippokrates bu sıvılara denk düşen dört mizaç tespit etmişti: öfkeli, sıcakkanlı, soğukkanlı, içe kapanık. Yüzlerce yıl sonra Galenus bu mizaçların her birini belirli kişilik özellikleriyle ilişkilendirecekti; öfkeliliği çabuk parlamayla, sıcakkanlılığı iyimserlikle, melankolik mizacı mahzunlukla, soğukkanlılığıysa kayıtsızlıkla. Suyuk doktrini artık tedavülden kalkmış ve yerini çağımızdaki benzeri nörokimya çalışmalarına bırakmışsa da, sıcakkanlı olma gibi güncel tabirlerde bu görüşün izlerini görmek hâlâ mümkün.

### *Yapı*

**Yapı,** bir şeyin üzerine inşa edildiği bütüncül plan veya felsefeye istinaden kullanılır. Bu yaklaşımın ilk savunucusu Ernst Kretschmer (1926) üç ana beden tipi (zayıf, kaslı ve obez) üzerinden bir sınıflandırma sistemi geliştirmişti. Bu beden tiplerinin her biri belirli kişilik özellikleriyle ve psikopatolojilerle bağdaştırılıyordu. Kretschmer'e göre obezler manik depresif hastalığa, zayıflar da şizofreniye daha yatkındır. Kretschmer ayrıca bu beden tiplerinin normal özelliklerin dışavurumunda da etkili olduğunu düşünüyordu. Bu doğrultuda örneğin zayıf tipler içedönük, kaçıngan, kişisel ilişkilerinde mesafeli kişilerdi, ki bunlar içine kapanmış şizofrenlerde görülen negatif semptomların nispeten hafif versiyonlarıdır. Obezlerinse neşeli, arkadaş canlısı, kişilerarası ilişkilere bağımlı kimseler olduğuna inanılıyordu; yani sosyal uyaranlar karşısında heyecanlanan, duygudurumu değişken manik depresiflerin o kadar uç olmayan bir versiyonu olduklarına.

Kretschmer'in çalışmalarını devam ettiren Sheldon (1942) üç beden tipi ve embriyoyu oluşturan üç temel katman arasında benzerlikler fark etti: ektoderm, mezoderm, endoderm. Endoderm bedenin yumuşak kısımlarını oluşturur, mezoderm kas ve iskeleti, ektoderm de sinir sistemini. Her bir embriyo katmanı belli bir beden tipine karşılık gelmenin yanı sıra normal yelpazedeki kişilik özelliklerinin dışavurumunda da rol oynar. Buna göre obeziteye meyilli endomorfların rahatına düşkün, sosyal açıdan sıcak ve iyi niyetli insanlar olduklarına inanılıyordu. Genellikle sportif görünümlü mezomorflarsa rekabetçi,

enerjik, girişken ve cesur kişilerdi. Nispeten daha zayıf ektomorflar içedönük ve soğukkanlı olmakla birlikte çok yoğun çalışan, huzursuz zihinlere sahiptiler. Ne kadar ilginç de olsa günümüzde beden tipleri görüşü kişilik kuramındaki etkisini yitirmiştir. Araştırmacılar artık bedenin genel yapısından ziyade çoğu da insan beyninde yer alan tekil anatomik yapıları detaylı çalışmaya yönelmiş durumdadırlar.

### *Nörobiyoloji*

Araştırmacı psikiyatrist Cloninger (1986, 1987 b) her biri ayrı bir nörotransmitter sistemiyle bağlantılı, üç genetik-nörobiyolojik yatkınlık arasında olduğu varsayılan ilişkiye dayanarak incelikli bir kuram geliştirmiştir. Spesifik biçimde ifade edecek olursak; *yenilik arayışı* dopaminerjik sistemdeki düşük bazal faaliyetle, zarardan kaçınma serotonerjik sistemdeki yüksek faaliyetle, ödül bağımlılığıysa düşük bazal noradrenerjik sistem faaliyetiyle bağdaştırılır. Yenilik arayışının kişiyi yeni uyaranlar karşısında heyecanlanmaya, yükselmeye yatkın kıldığı, bunun da hem potansiyel ödüllerin peşinden koşmasına hem de monotonluktan ve cezadan aktif olarak kaçınmasına yol açtığı düşünülmektedir. *Zarardan kaçınma* itici uyaranlara şiddetli tepkiler verme yatkınlığıdır ve kişinin cezadan, yenilikten, hayal kırıklığından kaçınmak uğruna davranışlarını ketlemesiyle sonuçlanır. *Ödül bağımlılığı* ise sosyal onay belirten sözel işaretler gibi ödül göstergelerine daha açık olmayla, önceden ödülle ya da cezadan kaçınmayla ilişkilendirilmiş davranışları bırakmaya direnmekle ilgili görülmektedir. Bu üç boyut, her bir köşesi farklı kişilik yapılarını gösteren bir küpün üç eksenini oluşturur (bkz. Şekil 1. 5). Dolayısıyla, genellikle korkusuz olduğu ve her daim heyecan peşinde koştuğu düşünülen antisosyal kişiliğin zarardan kaçınması düşük, yenilik arayışıysa yüksektir. Öte yandan sakin şizoidler modelin tüm boyutlarının düşük ucunda yer alırlar. Cloninger'ın modelinden çıkan kişilik bozuklukları *DSM-IV*'tekilerle pek örtüşmez. Hatta bu modelde hiç yer almayan çok sayıda kişilik bozukluğu vardır.

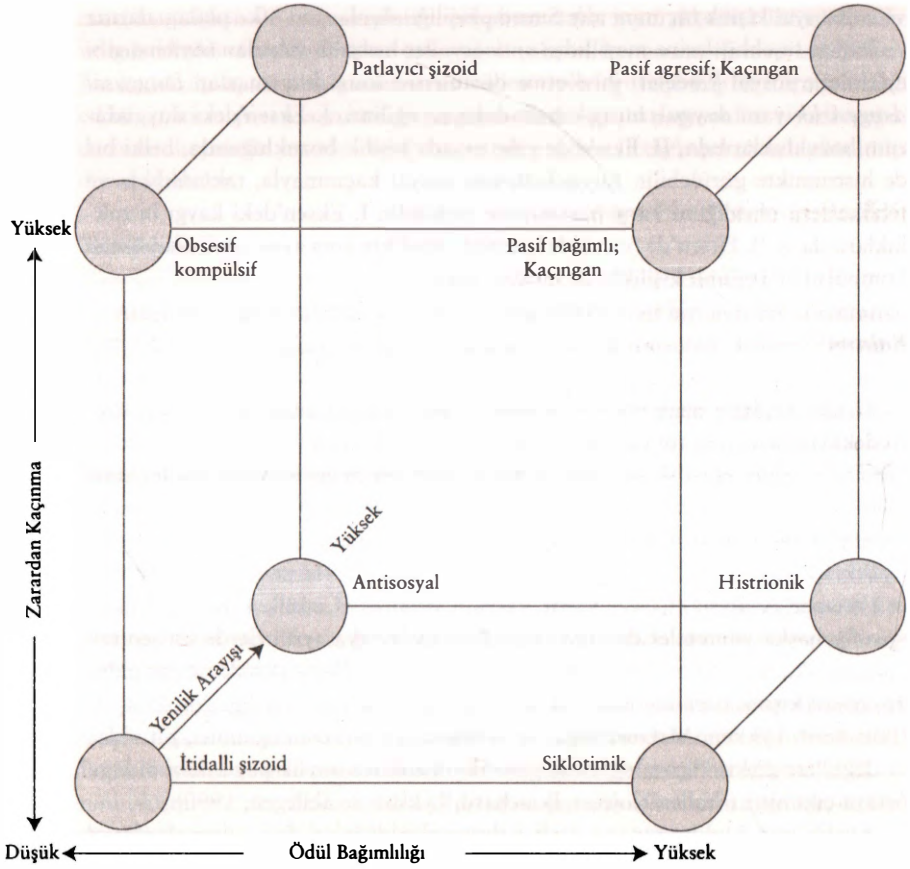
Siever ve Davis (1991) ise **psikobiyolojik model** adında farklı bir yaklaşım önermiştir. Bu modelde yer alan dört boyutun (bilişsel/algısal örgütlenme, dürtüsellik/saldırganlık, duygusal dengesizlik ve kaygı/ketlenme) her birinin yansımalarını hem I. Eksen'de hem II. Eksen'de görürüz. Mesela *bilişsel/algısal örgütlenme* I. Eksen'de şizofreni olarak, II. Eksen'deyse paranoid ve şizoid kişiliklerin yanı sıra bilhassa şizotipal kişilik bozukluğu olarak karşımıza çıkar. Bunların her birinde düşüncede dağılma söz konusudur ve bununla baş etmek için kişi kendini sosyal açıdan soyutlar, çevresinden kopar, gardını alır. *Dürtüsellik/saldırganlık* I. Eksen'de dürtü bozuklukları, II. Eksen'deyse öncelikli olarak sınırda

ve antisosyal kişilik biçimini alır. Sınırda kişiliği olanlar ani öfke patlamalarına ve intihar teşebbüslerine meyillidir; antisosyaller hırsızlık ve yalan söyleme gibi eylemlerle sosyal kaideleri ihlal etme dürtülerine karşı koyamazlar. *Duygusal dengesizlik* yani duyguların çok hızlı değişme eğilimi, I. Eksen'deki duygudurum bozukluklarında, II. Eksen'de yine sınırda kişilik bozukluğunda, belki bir de histrionikte görülebilir. *Kaygı/ketlenme* sosyal kaçınmayla, takıntılılıkla ve tehlike/ceza olasılığına karşı hassasiyetle ilişkilidir. I. Eksen'deki kaygı bozukluklarında ve II. Eksen'de öncelikle kaçıngan kişilikte ama aynı zamanda obsesif kompülsif ve bağımlı kişiliklerde tezahür eder.

### *Kalıtım*

Genler kişiliğin uzak etkenlerindedir. Araştırmacılar genlerin davranış üzerindeki etkisini anlayabilmek için kişinin kardeşinde veya akrabalarında benzer patolojiler olup olmadığına bakarlar. Bu doğrultuda ya geniş ailede nesiller arası aktarımın izlerini sürerler ya da çift/tek yumurta ikizlerinin kişilik testi sonuçlarının korelasyonlarını karşılaştırırlar. Structural Equation Modelling [Yapısal Eşitlik Modellemesi] (Derlega, Winstead ve Jones, 1991) ve Multiple Abstract Variance Analysis [Çoklu Soyut Varyant Analizi] (Cattell, 1982) gibi daha spesifik başka yöntemler de mevcuttur. Aynı evde veya ayrı evlerde yetişen tek yumurta ikizlerinin korelasyonları kıyaslandığında bunların neredeyse eşit olduğu, çeşitli kişilik özelliklerinde yaklaşık 0,50 gibi bir oran verdiği görülmüştür (Bouchard, Lykken, McGue, Segal ve Tellegen, 1990). Dini eğilimler, tutumlar ve değerlere ilişkin ölçümlerde bile genetik unsurların büyük pay sahibi olduğu ortaya çıkmıştır (Waller, Kojetin, Bouchard, Lykken ve Tellegen, 1990).

Kişilik bozukluklarının ne denli kalıtımsal olduğuna dair çalışmalardaysa bu kadar kesin sonuçlar yoktur. Kişilik özellikleri üzerine çalışan araştırmacılar normal kişilerden oluşan geniş çaplı örneklemler kullanma şansına sahipken, kişilik bozukluklarında ancak ufak ve çok daha patolojik bir örnekleme ulaşılabilir ki bu da korelasyon istatistiklerini saptırma potansiyeli taşır. Ayrıca kişilik bozuklukları kişilik özellikleriyle yer yer örtüştüğünden, genetik-çevresel etkileşimler tekil kişilik özelliklerindekine kıyasla çok daha karmaşıktır. Bu alandaki bulguları gözden geçiren Thapar ve McGuffin (1993) kalıtımı destekleyen en güçlü bulguların antisosyal ve şizotipal kişilik bozukluklarında görüldüğünü söylerler. Benzer bir inceleme yapan Nigg ve Goldsmith (1994) de paranoid ve şizoid kişilik bozukluklarıyla şizofreni arasında genetik bir bağ bulunabileceğini savunurlar. Bir diğer popüler genetik hipotez de sınırda kişilikteki şiddetli duygusal savrulmaların, bunun depresyon ve manik depresyon gibi duygudurum bozukluklarıyla bağlantısına delil olduğunu öne sürer.




**ŞEKİL 1. 5** Cloninger'ın Nörobiyolojik Kişilik Bozukluğu Modeli

Dimensional Assessment of Personality Pathology [Kişilik Patolojisinin Boyutsal Değerlendirmesi] (Livesley, Jackson ve Schroeder, 1992) ölçeğindeki kişilik bozukluğu patolojisiyle ilişkilendirilen 18 boyutun ne derece kalıtımsal olduğunu araştıran Livesley, Jang, Jackson ve Vernon (1993) kaygı, duygusal katılık, bilişsel çarpıtma, kompülsiflik, kimlik sorunları, tepkisellik, reddetme, kısıtlı ifade, sosyal kaçınma, uyaran arayışı ve şüphecilik boyutlarında %40 ila %60 kalıtımsallık tespit etmişlerdir. Bunların hepsi bir veya daha fazla kişilik bozukluğunda mevcut bulunduğundan, bu araştırma en azından bazı sıkıntılı kişilik özelliklerinin sahiden de bir nebze kalıtımsal olabileceğine dolaylı ka-

nıt teşkil eder. Örneğin duygusal katılık genellikle antisosyal, sadist ve narsisist kişiliklerle; uyaran arayışıysa histrionik ve antisosyal kişiliklerle bağdaştırılır. Bilişsel çarpıtma şizotipal, şüphecilik de elbette paranoid kişiliği düşündürür. Sosyal kaçınma kaçıngan kişiliği akla getirir, tepkisellikse negativist kişiliği. Başka bağlantılar da kurulabilir.

## Psikodinamik Yaklaşım

Çok sayıdaki klasik kişilik yaklaşımı arasında kavramsal açıdan en zengini olmasına rağmen en yanlış anlaşılanı herhalde psikanalizdir. Psikanalizin babası Sigmund Freud 1856'da doğdu. Oğlunun kaderinde büyük şeyler yazılı olduğuna inanmaktan hiç vazgeçmeyen bir annenin en büyük çocuğu olan Sigmund, büyüyünce meşhur olacağını hep biliyordu. Bilime ilgi duyması ve Darwin'den etkilenmesi nedeniyle tıp kariyeri yapmaya karar verdi. Bir dönem yalnızca araştırmalara odaklandı. Ancak nihayetinde pratik ihtiyaçlar baş gösterince uygulama ağırlıklı bir alana başvurup nöroloji ve psikiyatri ihtisası yaptı. 1885'te Fransa'ya gidip Jean Charcot'nun histerik felç vakasını hipnozla tedavi etmesine şahit oldu. Dönemin psikiyatrik tedavileri hayli etkisiz olduğundan, gördükleri Freud'u etkilemişti. O da kendi tekniğini geliştirmek için denemelere başladı ve bu denemeler zamanla psikanalizin temel fikirlerine dönüştü.

### *Topografik Model*

1890'ların başında Freud, saygıdeğer bir hekim ve nevi şahsına münhasır bir biliminsanı olan arkadaşı Josep Breuer'le birlikte hipnozun kullanımını araştırıyordu. Histerik semptomları olan hastalar hipnoz altındayken sorunlarını anlattığında **katharsis**, yani duygusal boşalma yaşıyorlardı. İkili, histerik semptomların erken dönemde yaşanan cinsel tacizden kaynaklandığı, geride kalan anıların kişi için epey zorlu olması nedeniyle kasten unutulduğu, yalnızca hipnoz altında tam olarak hatırlanabildiği yönünde bir kuram geliştirdi. Freud ileride, bu anıların tamamen bilinç düzeyine taşınmasıyla gelen duygusal boşalmanın semptomları ortadan kaldırdığını keşfedecekti. Her nevrotik çatışmanın altında unutulmuş bir çocukluk travmasının yattığı düşüncesi Freud'un ilk nevroz kuramını oluşturdu. Bu tür anıların **bastırıldığı** söylenir. Bildiğini unutmak isteyen zihin, can yakan deneyimleri bilinç düzeyindeki farkındalığın dışına atarak kendisini korur. Geçmişi değiştiremezsiniz ama etkisini sınırlandırabilirsiniz. Hatta yeni yüzyılın başında psikanalizin temel ilkelerinin keşfine vesile olan histerik sendromların çağımızdaki karşılığı, histrionik kişiliğin kullandığı asli baş etme yöntemlerinden biri olan büyük çaplı bastırmadır.

Freud'un bu tespitlerine dair değerlendirmeleri **topografik model** adıyla bilinir. Bu modele göre zihnin, bilinci aşan ve farklı seviyeler veya bölmeler halinde düşünebileceğimiz bir yapılanma biçimi, bir mimarisi vardır. Zeminde bilinçdışı vardır; sırf düşünerek farkına varamayacağımız tüm şeylerin barındığı gizemli bir alandır burası. Klasik psikanalitik kurama göre bilinçdışı, zihnin doğuştan gelen tek parçasıdır. Bilinçdışının hemen üstünde önbilinç yer alır. Önbilinç, istediğinizde bilinç düzeyine çağırabileceğiniz her şeyden oluşur; örneğin telefon numaranız. Son olarak, zihnin bir de yaşamımızın uyanık geçen saatlerini oluşturan kısmı vardır. Buna da **bilinçli farkındalık** diyoruz. Freud'a göre bilinçdışı içgüdülerini tatmin etme arzusu, yaşamı boyunca insanın davranışlarının ardındaki temel motivasyon unsuru olma özelliğini korur. Bilinçdışını ve dürtüleri psikolojik varoluşun kökenine, merkezine yerleştiren Freud o dönem egemen olan Aydınlanma rasyonalizmine karşı Kopernikçi bir devrimin fitilini ateşliyordu. Davranış esasen rasyonel değil, aksine irrasyoneldi. Nasıl ki Dünya evrenin merkezi değilse, bilinçli farkındalık da zihin yaşamındaki ana akımları gizleyen durgun bir sudan ibaretti. İşte bu nedenle Freud'la Breuer'in hipnozla çalışırken ulaşmaya çalıştığı bilinçsiz olanı bilinçli kılma hedefini, çağdaş psikoterapilerin de çoğu benimsemiştir.

### *Yapısal Model*

Freud her ne kadar başlangıçta hipnoza coşkuyla yaklaşsa da, zamanla bilinçdışının içeriğini haritalandırmasına imkân sağlayan serbest çağrışım gibi yeni teknikler geliştirdi. Bu sayede zihnin örgütlenmesinde etkili olan yeni bir ilke keşfetti: İd, ego ve süperegodan oluşan yapısal model. İd, temel sağkalım içgüdülerinden ve kişiliğin iki egemen dürtüsünden oluşur: cinsellik ve saldırganlık. Yeni doğmuş bir bebeğin davranışlarının ardında içgüdüsel doyuma anında ulaşma arzusu yatar. Freud buna **haz ilkesi** diyordu: "İstiyorum da istiyorum, hemen şimdi istiyorum!" Bir bakıma id, kendi arzularını öne sürmekten başka şey bilmeyen bir diktatör gibidir ki bu da dünyayı çok sinir bozucu bir yer haline getirir.

Doyuma ulaşamamanın yarattığı bu hayal kırıklığını hafifletmek ve organizmanın daha iyi uyum sağlamasına yardımcı olmak amacıyla, kişiliğin ikinci parçası olan ego gelişir. Ego idin talepleri ile dış dünyanın sınırlarını uzlaştırmakla yükümlüdür. İd özü itibariyle irrasyonelken, ego aksine rasyonel ve plancıdır; **gerçeklik ilkesi** doğrultusunda işlev gösterir. Etkili olabilmek adına egonun risk-yarar ve yöntem-sonuç analizi gibi sofistike entelektüel faaliyetleri yürütmesi, çeşitli adımların gelecekte yaratacağı olası sonuçları hesap etmesi, bunları fayda ve zararları bağlamında değerlendirmesi, tüm bunları yaparken de gerektiğinde planları değiştirip alternatifleri benimseyebilmesi şarttır.

Gel gelelim egonun aklına gelebilecek her adım uygun olmayabilir. Nihayetinde bakım verenlerin sosyal değerlerini içselleştiren üçüncü bir kişilik parçası ortaya çıkar: süperego. Süperegonun oluşum sürecine **içe atma** denir; adı üstünde, kişinin bir şeyleri içine yerleştirdiği bir süreçtir bu. Süperego, vicdan ve ego ideali olmak üzere iki kısımdan oluşur: İlki ne yapmamanız gerektiğini anlatır, ikincisiyse ne yapmanız ve ne olmanız gerektiğini. Vicdan **ahlak ilk**esiyle, yani doğru ve yanlış davranışlarla ilgilenir. Ego idealiyse hepimizi kendi özgün potansiyelimizi gerçekleştirmeye iter. Ahlaki kaidelere aykırı davranmanın sonu suçluluk duygusudur; ego ideallerini karşılayacak şeyler yapmaksa kişinin kıvanç hissetmesine, kendisine saygı duymasına yol açar.

Freud'a göre kişilik, üç komutan arasında gerçekleşen bir yıpratma savaşıdır. Kişiliğin yönetici dalı egonun iki taraftan gelen kısıtlamaları dengelemesi, onlara aracılık etmesi gerekir. Bir yandan doyum arzusuyla yanıp tutuşan id alttan bastırır, her seferinde de içeri sızar. Diğer yandan ise, süperegonun koyduğu yasaklar bu doyuma doğrudan ulaşılmasına engel olur. İşte bu nedenle psikanalitik yaklaşımın doğası gereği karamsar olduğu iddiasını sıkça duyarız: Bu yaklaşım insanın, kişiliğin çeşitli ihtiyaçları ve sınırları arasında her daim çatışma yaşayan bir varlık olduğunu söyler. Mukavemet edebiliriz ama kaçamayız.

Kişilik bozukluklarının çoğunda durum tam olarak budur. Mesela kaçıngan kişilikler başkalarıyla yakın olmayı samimiyetle isterler ama aynı zamanda kendilerinden öyle utanırlar ki bu tür ilişkiler kurmaları neredeyse imkânsız hale gelir. Kaçınganlar bunun yerine kendi kabuklarına çekilip orada bu utanç verici kusurlarıyla, noksanlıklarıyla hiç değilse baş başa kalmayı tercih ederler. Kompülsif ve negativist kişilikler ise otoriteye itaat etme veya karşı gelme meseleleriyle meşguldürler. Kompülsifler içselleştirdikleri süperego taleplerine haddinden fazla boyun eğerek bu çatışmayı pasifçe karşılarlar; dışarıdan normal ve kontrollü görünseler de gergin, kaygılı ve davranışları konusunda her daim ihtiyatlı kimselerdir. Oysa eskiden pasif agresif olarak anılan negativist kişilik, sadakatle itaatsiz sabotaj arasında salınarak çatışmaları aktif biçimde dışa vurur. Başkalarının ulaşmak istedikleri sonuçları bildiklerinden, sistemin içinde gizlice çalışarak onların planlarını suya düşürmeye veya hiç değilse önlerine büyük bir engel çıkarmaya uğraşırlar. Çatışmadan kaçmayı yalnızca antisosyal kişiliğin bir alt tipi başarır. Süperegoları güdük kaldığından psikopatların, davranışlarının ne denli doğru veya yanlış olduğunu değerlendirmelerine gerek yoktur. Onların egosu, kendisine gerçekçi bir gözle mümkün göründüğü müddetçe doyuma uzanan her yolu seçebilir; bu yolun insanları aldatmayı, suç işlemeyi, başkalarına geri dönüşü olmayan zararlar vermeyi gerektirmesi hiçbir şeyi değiştirmez. Haliyle, ancak aştıkları sınırlardan dolayı toplumun onlara verebileceği acımasız cezaları fark edince duraksarlar.

### *Savunma Mekanizmaları*

Egonun hem idin itkisel taleplerini karşılayıp hem de gerçekliğin sınırlarını ve süperegonun ahlaki yasaklarını aşmama gibi daimi bir uğraşı olması, farkındalığı kaygı duygularına karşı hassas kılar. Bir yandan ide ait içgüdüler, kapıya dayanmış barbarlar gibi egonun kontrolünü aşıp davranışa o hayvani, ham etkenleri karıştırma tehdidi oluşturur. Bu olasılığın farkındalığı, Freud'un **nevrotik kaygı** dediği durumu doğurur. Diğer yandaysa süperego mükemmelliğin peşindedir; idin taleplerinin karşılanması yeterince gizlenmediği takdirde farkındalığı suçluluğa boğmakla tehdit eder ki Freud buna **ahlaki kaygı** adını vermiştir. Biri günahkârdır, diğeriyse aziz. Son olarak, dış dünya kaynaklı tehditler **gerçeklik kaygısı** yaratabilir. Radyodan borsanın çöktüğünü öğrendiğinizde yatırımlarınızla ilgili kapılacağınız endişe gerçekçidir. Kaynağı her ne olursa olsun kaygı, egoya kontrolü elinde tutmak için bazı şeyleri düzeltmesi gerektiği bilgisini veren bir işarettir.

Peki ego nasıl oluyor da bunca şeyin altında boğulmuyor? O dönemde Freud ve arkadaşları **savunma mekanizmalarını** keşfetmişlerdi. Histeri çalışmaları sayesinde Freud bilinçdışının varlığını tespit etmiş, suçluluğun semptoma dönüştürülebildiğini görmüştü. Mesela kontrol edilemeyen saldırgan dürtüler, birine saldırmak için kullanılabilecek bir elde histeriye bağlı felce yol açabilir. Her ne kadar savunma mekanizmalarının hepsinde hedef aynı (algılanan kaygı veya tehdit düzeyini azaltarak farkındalığın kutsallığını korumak) olsa da, farklı savunma mekanizmalarının birbirinden tamamen farklı işleyişleri vardır. Bazıları nispeten daha basit yapıdadır. Mesela inkâr, nahoş gerçeklikleri göz ardı etme çabasından ibarettir. Bastırma da ona benzer ama bu defa nahoş düşüncelerin bilince hiç ulaşamaması amaçlanır. Eğer bastırma başarılı olursa ortada inkâr edecek bir şey de kalmaz. Örneğin histrionikler dünyalarını tatlı ve basit tutmak için bastırmadan yararlanırlar; insanın varlığının derin varoluşçu bilmeceleriyle uğraşamayacakları gibi, çevrelerindeki insanları hiperseksüel bir tutumla manipüle ettikleri gerçeğiyle de yüzleşmek istemezler.

İnkâr ve bastırmaya kıyasla diğer savunma mekanizmaları daha karmaşık veya dolambaçlı kalır. Mesela rasyonelleştirme, genellikle bir olay olduktan sonra onu gerekçelendirmek için kullanılır. İşin aslı bu savunma egonun, hem kendi davranışına hem de durumun başkalarınca nasıl algılanabileceğine bakıp "Yaptığım şeyi nasıl daha makul gösterebilirim?" diye sormasıdır. Bu savunma, davranışlarının dışarıdan nasıl görüneceğini veya ne gibi sonuçlar doğuracağını benmerkezcilikleri yüzünden düşünmeden harekete geçen narsisistlerin favorisidir. Diğer savunma mekanizmalarıysa daha da çok katmanlıdır. Örneğin

## *Odak Noktası: Tarih*

### Carl G. Jung

**Jung'un Kişilik Kuramına Katkısı**

Her ne kadar Jung kişilik konusunda çığır açmış isimlerden biriyse de, yaptığı katkılara kişilik bozuklukları alanında pek yer verilmez. Freud'un has takipçisiyken, zihninsel yaşamın cinsellikten ibaret olmadığı ısrarı sonucunda ondan kopmuştur. Dışadönüklük ve içedönüklük kavramlarına çoğu öğrenci aşinadır. Dışadönükler olayları çevresel açıdan ele alırlar. Hayatın odak noktasının kendileri dışındaki olayların güdümünde olduğunu düşünür, dikkatlerini tamamen dış dünyaya verirler. İçedönükler ise tam tersine büyük oranda özneldirler, çevreden kendi içkin yatkınlıklarına uyan şeyleri seçerler. Dış dünya çoğumuz için ağırlıklı olarak sosyal nitelik taşıdığından dışadönüklük daha sosyal biri olmakla, içedönüklük ise içe yönelmekle, kişilerarası dünyadan uzaklaşmakla bağdaştırılır. Çağdaş kişilik bozukluklarından histrioniğin adı sosyal kelebeğe çıkmıştır; bu, daha geniş plandaki dışadönük yapısının önemli yüzlerinden biridir. Aksi yöndeyse şizoid kişilik neredeyse tamamen asosyaldir. Sosyal ilişkiler kurmayı arzulasa da küçük düşme korkusuyla herkesten kaçınan kaçıngan kişiliğin ise bu boyutlar bağlamında çatışmalı bir durumu olduğu söylenebilir.

Jung meşhur dışadönük-içedönük kutuplaşmasını tartışırken düşünme, hissetme, duyum ve sezgi diye dört ilave psikolojik uyum veya işleyiş biçimi olduğunu öne sürmüştür (Jung, 1921). Düşünmeden kasıt, akılcı ve güdümlü düşüncedir; olaylar karşısında kendini kaptırmadan, sakin, rasyonel bir yaklaşım sergileme eğilimidir. Hissetme, kendi öznel, duygusal değerlendirmelerinize her tür rasyonel süreçten daha fazla değer verme eğilimidir. Duyguların farklı yanlarının birbiriyle çeliştiği sıkça hissedildiğinden ve bunların anlaşılması gerektiğinden, bu işleyiş biçiminin dürtüsel duygusallığa atıfta bulunması şart değildir. Duyum, duyu organlarıyla aracısız biçimde deneyimlenen uyaranlara işaret eder. Bir uyum aracı duyum ise, herhangi bir tekrar yorumlama veya müdahale olmaksızın mevcut an içerisindeki olaylara yönelme anlamı taşır. Sezgi, duyunun iç dünyadaki muadilidir. Tıpkı duyumda olduğu gibi sezginin ürünleri de hemen bilince ulaşır; aradaki süreçler fark edilmez. Uyum aracı olarak duyum, kaynağı veya gerekçesi tam olarak belli olmamakla birlikte iç sese güvenmeye, bu doğrultuda hareket etmeye işaret eder.

Bu boyutlar günümüzdeki II. Eksen bozukluklarına doğrudan denk düşmez belki ama bazı kişilik bozuklukları sahiden de Jung'un bu dörtlüsünden birinde takılmış gibi durur. Sözgelimi kompülsif kişilikler yaşadıkları "analiz felciyle", yani yaşamın tamamını rasyonel moda geçirmeye çalışmak gibi bir kahramanlığa soyunmalarıyla meşhurdurlar. Oysa bunun temel sebebi hata yapıp kınanmaktan korkmalarıdır. Histrionik ve antisosyal kişiliklerde ise heyecan arayışı ön plandadır; anlık zevklere öyle kapılırlar ki yapacakları şeyin uzun vadede yol açacağı sonuçları kestiremezler. Jung artık büyük ölçüde tarihe karıştığı için düşünme-hissetme ve duyu-sezgi kutupları ile patolojik kişilik arasındaki ilişki henüz çalışılmamıştır.

TABLO 1.3 Yaygın Savunma Mekanizmaları

| Savunma | Tanım | Örnek |
|---|---|---|
| Eyleme dökme | Çatışmalann ya hiç düşünülmeden ya da pek az düşünülerek eyleme dönüştürülmesi. | Hak etmediği bir nottan dolayı öfkeli olan öğrenci sınıfın düzeni i bozar. |
| İnkâr | Acı veren dışsal veya öznel bir gerçeği başkalannın gözünde bariz olduğu halde kabul etmemek. | Bir kadın, tüm testlerin pozitif çıkmasına rağmen hamile olduğunu kabullenmemekte ısrar eder. |
| Değersizleştirme | Kendini cezalandırmak veya değersizleştirilen nesnenin etkisini azaltmak amacıyla, kendine veya başkalanna gerçekdışı olumsuz özellikler yüklemek. | Normalde hayranı olduğunuz profesör ödevinize düşük not verince birden gözünüzde korkunç bir öğretmene dönüşür. |
| Yer değiştirme | Çatışmalann yerleri değiştirilir, tehditkâr nesnelerden daha az tehditkâr olanlara kaydınlır. | Tarih profesöründen nefret eden bir öğrenci, ders kitabını yakar. |
| Dissosiyasyon | Çatışmayla baş etmek için bilincin, belleğin, gerek iç gerekse dış dünyaya ilişkin algılann bütünlüğü bozulur. | Sevgilisinden ayrılan intihara meyilli bir öğrenci birden birlikte geçirdikleri dönemin bazı kısımlannı hatırlayamamaya başlar. |
| Düşlem | Dürtüleri ve arzulan doyuran hayali durumlar tasarlanarak çatışmadan kaçınılır. | Aile içinde sorunlar yaşayan bir öğrenci üniversiteye gidip meşhur bir psikolog olma hayalleri kurar. |
| İdealleştirme | Kişi kendisine veya başkalarına gerçekdışı olumlu özellikler atfeder. | Entelektüel yetilerinden endişe eden öğrenci, bir öğretmenini gözünde idolleştirmeye başlar. |
| Duygusal yalıtım | Çatışmalar, duygu ve düşüncelerin birbirinden ayrılmasıyla etkisiz hale getirilir ve böylelikle akli veya olgusal niteliklerin farkındalığı korunmakla beraber tehditkâr duygularla bağlantı kesilmiş olur. | Biyoloji öğrencisi; var olma hakkı, yaşam kalitesi veya duygusal durumu gibi unsurlan göz önünde bulundurmadan bir hayvanı incelemek üzere keser. |
| Tümgüçlülük | Kişi kendisinin inanılmaz güçlü, zeki, üstün olduğu imajını yaratarak olası tehditkâr sonuçlan veya duygulan aşmaya çalışır. | Önünde zor bir sınav olan öğrenci, sınavda çıkacak konuların hepsini ezbere bildiğini iddia eder. |
| Yansıtma | Kabul edilemeyecek duygular veya kişisel özellikler reddedilip başkalarına yakıştırılır. | Bir öğrenci kendi öfkesini profesörüne yakıştırınca, kendisini zulme uğrayan bir kurban gibi görmeye başlar. |
| Yansıtmalı Özdeşim | Nahoş duygu ve tepkiler başkalarına yansıtılmakla kalmaz, aynı zamanda bilinç düzeyinde muhafaza edilir ve karşı tarafın davranışına tepki olarak görülür. | Kendi öfkesini profesörüne yakıştıran öğrenci kendi verdiği tepkiyi, uğradığı sözde zulüm karşısında meşru görür. |
| Rasyonelleştirme | Her şey olup bittikten sonra kişi davranışına, bunu hem kendisinin hem de başkalarının gözünde gerekçelendiren bir açıklama getirir. | Farkında olmadan çok zor bir sınav yapan profesör, bunu öğrencileri sarsıp tekrar çalışmaya teşvik etmek için özellikle tercih ettiğini iddia eder. |
| Karşıt Tepki Oluşturma | Kabul edilemeyecek düşünce ve dürtüler, tam tersini ifade eden bir tutum benimsenerek izale edilir. | Bir grup insandan nefret eden bir öğrenci, üniversitenin ayrımcı politikalarıyla ilgili bir makale yazar. |
| Bastırma | Yasak düşünce ve arzular bilinçli farkındalığın erişimi dışında tutulur. | Bir öğrenci, rakibini öldürmeye yönelik kıskanç arzulannın bilinç düzeyine taşınmasına i in vermez. |
| Bölme | Bir nesnenin zıt nitelikleri kasten ayrı tutulur; bunun sonucunda ortaya çıkan uç düzeydeki idealleştirme veya değersizleştirme döngüleri benliğe ve başkalarına yansıtılır. | Bir öğrenci profesörüne hayranlık beslemekle onu hor görmek arasında gidip gelir; bazen profesörü zeki ve güçlü, kendisiniyse cahil ve zayıf görürken aralarındaki etkileşime göre bazen de rolleri değiştirir. |
| Yüceltme | Kabul edilemeyecek duygular sosyal açıdan kabul görecek davranışlara kanalize edilerek etkisiz hale getirilir. | Yaptığı işten içten içe nefret eden bir öğretmen, yılın öğretmeni ödülünü alabilmek için canla başla çalışır. |
| Bozma | Zarar gören kişiye yönelik gerçek veya sembolik bir telafiyle suçluluk duygularından kurtulmaya çalışılır. | Çok zor bir sınav hazırlayan profesör, öğrencilerin notlarını yükseltebilmeleri için bir dizi kolay ödev verir. |

yansıtmada kabul edilemeyen saikler kişinin benliğinden başkalarına aktarılır. Paranoidler yansıtmayı kendi saldırgan dürtülerinden kaynaklanan suçluluk duygularını başlarından def etmek için kullanırlar; bu tehditleri başkalarına atfettiklerinde, tehdit altındaki mazlum kurban kendileri olur. Tablo 1. 3'te en yaygın görülen bazı savunma mekanizmalarını bulabilirsiniz.

Nice psikodinamik görüş (örneğin penis hasedi) zaman içinde geçerliğini yitirmişse de, savunma mekanizmaları kişilik bozukluklarına dair çağdaş kuramların hâlâ yararlandığı sağlam bir mirastır. Psikodinamik jargonda **içgüdülerin değişkenliği** denen mesele, yani egonun içgüdüleri dönüştürmesi ve nihayetinde onların davranış, yer yer de semptom biçimini almaları ilk dönemlerde analistlerin ilgisini çekiyordu. Gel gelelim düşünürler zamanla, egonun kendisini kaygıdan korumak için kullandığı çeşitli yöntemlerle ve egonun kendi içkin kapasiteleriyle ilgilenmeye başladılar. Egonun idden geliştiğini ve haliyle ondan gelecek libidinal enerjiye mahkûm olduğunu düşünen Freud'dan farklı olarak, bu ego psikologları idin çalışılmasının tüm kişiliğin çalışılmasının yalnızca ufak bir parçasını teşkil ettiğini savunuyorlardı. Egonun idden tamamen bağımsız kendi özerk kapasiteleri olduğuna inanıyorlardı. Doğal olarak egonun, kişiliğin içindeki diğer etkenlere karşı kendisini korumak için kullandığı yöntem bu düşüncelerin merkezinde yer alıyordu.

Günümüzde savunma mekanizmalarına öyle önem veriliyor ki, üzerlerinde daha fazla çalışılması ve gelecekte ayrı bir eksen olarak *DSM-V*'e dahil edilmek üzere değerlendirilmesi önerilmekte. Her insan çeşitli savunmalar kullanır ama görünüşe göre her kişilik bozukluğunun özellikle tercih ettiği bazı savunma kümeleri vardır (Millon, 1990). Bunları o kişilik bozukluğunun kendisini gerek içsel gerekse dışsal kaygı, stres ve zorluklardan korumak için nasıl kullandığını gösteren bir savunma profili oluşturmak için kullanabiliriz. Mesela kompülsif kişilik, aşırı kontrolcü ve mükemmeliyetçi ebeveynlerin yarattığı yoğun saldırgan dürtülerle baş etmek zorundadır. Karşıt tepki kurma savunmasını kullanarak bu dürtüleri tersine çevirir. İçselleştirdikleri süperego kısıtlamalarına haddinden fazla boyun eğen kompülsifler dışarıdan kontrollü, derli toplu bir görünüm sergileseler de alttan alta isyan ateşiyle yanıp tutuşurlar. Fokurdayan saldırgan güçlerini zapt etme ihtiyaçları öyle fazladır ki bunun için de başka bir mekanizmaya, duygusal yalıtıma sıkça başvururlar. Kompülsifler duyguları düşüncelerden koparıp ayırarak rahatsız edici duyguların altüst edici etkisine karşı sterilize edilmiş bir zihinsel ortam yaratmış olurlar ve aynı zamanda, fikirlerin entelektüel yanlarının farkındalığını da koruyabilirler; böylece kendi işlerine koyulabilirler.

### *Psikoseksüel Evreler*

Freud'a ve çalışma arkadaşlarına göre kişilik gelişimi beş psikoseksüel evreden oluşur; bunların dördü, cinsel doyum sağlayan erojen bölgelerle ilişkilidir. Freud **seksüel** tabirini yalnızca jenital uyarılmayla kısıtlamıyor, haz veren her tür duyguya istinaden kullanıyordu. Normal olgunlaşma sürecinde bu psikoseksüel evreler sırayla yerini bir sonrakine bırakır; kişi olgunlaşma yolunda bir dizi ardışık engeli aşarak ilerler. İlki oral evredir; doğumdan yaklaşık 2 yaşa kadar sürer. Bu evrede odak noktası ağız, dudaklar ve dildir. Annenin memesini emmek, parmak emmek ve daha sonra, ısırmak ve yutmak gibi oral faaliyetlerden haz alınır. Ardından, yaklaşık 2-3 yaş civarında görülen anal evre gelir. Haz veren uyarılma dışkılamayla, dışkının boşaltılmasıyla sağlanır. Oral evreden farklı olarak anal evre çocuğu bakım verenlerle karşı karşıya getirir zira artık çocuktan anal faaliyetlerini doğru yere, yani tuvalete gidene dek ertelemesi beklenir. Üçüncüsü fallik evredir. 3 ila 6 yaşlarındaki bu evrede cinsel doyumun odağı penise veya klitorise kayar. Meşhur Oidipus kompleksi de bu dönemde ortaya çıkar; çocuklar karşı cinsten ebeveyne libidinal arzular duymaya başlarlar ve hemcins ebeveynin ilgisi için rekabete girerler. Freud'un penis hasedi kavramı artık dikkate alınmıyor olsa da, pek çok kişilik bozukluğunun gelişiminde karşı cinsten ebeveynle kurulan özel ilişkinin önem taşıdığı açıktır. Mesela narsisist kişilik çoğu zaman annenin özel veya yetenekli görüp şımarttığı, kardeşlerin en büyüğü veya tek çocuk olan erkeklerde görülür. Benzer şekilde, histrionik kişilikte kızına fazlasıyla düşkün bir babanın onu şirin, tatlı davranışlara teşvik ettiği özel bir ilişki biçimi vardır. 6 ila 12 yaşlarındaki gizil evrede cinsellik yatışır ancak ergenlikle birlikte başlayan jenital evrede yeniden alevlenir. Önceleri amaç kişinin kendi bedeninden aldığı cinsel hazzı azami düzeye çıkarmakken, jenital evrede cinsel enerjiyi başkalarıyla kurulan ilişkilere yatırmak amaçlanır; böylelikle olgun aşk mümkün hale gelir.

### *Karakter Bozuklukları*

Yunancada "oyma" anlamına gelen bir kelimeden türemiş olan **karakter** sözcüğü ilk zamanlarda kişinin "alametifarikası" olan özgün özellikleri anlamında kullanılıyordu. Günümüzdeki yaygın anlamı itibariyle ise karakter, medenileşmiş hayvansı doğamıza karşılık gelir. Egemen toplumun, özellikle de çocukluğun ilk yıllarında öğretilen alışkanlıklarını, geleneklerini, görgü kurallarını benimsemiş olmak bu anlamdaki karakteri yansıtır.

Psikodinamik yaklaşımda ise karakterin teknik bir anlamı vardır. Karakter; egonun id, süperego ve çevrenin taleplerini düzenli olarak karşılama biçimine

istinaden kullanılır (Fenichel, 1945). Psikodinamik karakterler üzerine yapılan çalışmalar kişilikle ilgili çalışmaların öncülü olduğundan, kişilik bozukluklarının çoğunun doğrudan karakterolojik muadilleri vardır. Örneğin oral karakter bağımlı kişiliğe, anal karakter de kompülsif kişiliğe hayli benzer. Tablo 1. 4'te kişilik bozukluklarıyla onların öncülü karakter özelliklerini bulabilirsiniz. Shapiro (1965) gibi sonraki analitik yazarlar karakter, savunma, kişilerarası eylemler ve bilişsel tarz arasındaki ilişkiye eğildikçe, karakter ve kişilik arasındaki bağlantı da giderek güçlenmiştir.

TABLO 1.4 Karakter Tipleri ve Kişilik Bozukluğundaki Muadilleri

| *Psikodinamik Karakter Bozukluğu* | | *Çağdaş Kişilik Bozukluğu* |
|---|---|---|
| **Oral** (Abraham) | → | Bağımlı |
| **Anal** (Abraham) | → | Kompülsif |
| **Fallik-Narsisist** (Reich) / **Narsisist-Libidinal** (Freud) | → | Narsisist |
| **Dürtüsel** (Reich) | → | Antisosyal |
| **Fobik** (Fenichel) | → | Kaçıngan |
| **Mazosist** (Reich) | → | Kendine zulmeden* |
| **Histerik** (Wittels)/ **Erotik** (Freud) | → | Histrionik |
| **Paranoid** (Ferenczi) | → | Paranoid |

* *DSM-IV'te değil, DSM-III-R*'de yer alır.

Analitik karakterolojinin temellerini Karl Abraham (1927a, 1927b, 1927c), Freud'un az önce anlattığımız psikoseksüel gelişim evreleri doğrultusunda atmıştır. Freud bir evrede fazlaca doyuma erişmenin veya mahrum kalmanın libidinal enerjinin *saplanmasına* yol açacağına, bunun da sonraki gelişim evrelerini etkileyeceğine inanıyordu. Örneğin oral evre, oral emme ve oral ısırma olmak üzere iki alt dönemden oluşur. Emme döneminde fazlaca müsamaha gösterilmesi, oral bağımlı tipi doğurur. Bu kişiler iflah olmaz iyimserlerdir, naif bir özgüvenleri vardır; kalender, duygusal açıdan çocuksu kimselerdir. Ciddi meseleler onları etkilemez. Öte yandan emme döneminde doyuma ulaşamamak aşırı bağımlılığa ve budalalığa sebep olur; yoksun kalmış bu çocuklar, sırf bir şeyler alabilmek uğruna her şeyi "yutmayı" öğrenirler. Oral ısırma evresindeki yoksunluklarsa yetişkinlikte yerini istihza veya sözlü sataşmalar gibi saldırgan oral eğilimlere bırakır. Bu oral-sadist karakterler kötümser bir güvensizliğe, geçimsizliğe ve aksiliğe meyillidir.

Anal evrede çocuklar özerkliği ve kontrolü öğrenirler. Giderek gelişen bilişsel becerileri sayesinde ebeveynlerinin beklentilerini anlar, bu beklentileri karşılama veya boşa çıkarma seçeneğine sahip olurlar. Anal karakterler hangi dönemde (anal-bırakıcı veya anal-tutucu) çözümlenme yaşadıklarına göre, otoriteye yönelik farklı tutumlar geliştirirler. Anal-bırakıcı dönem şüphecilik, aşırı kibir ve hırs, kendini beğenmişlik, dağınıklık ve negativizmle ilişkilendirilir. Anal evrenin ikinci yarısı olan anal-tutucu dönemde yaşanan zorluklarsa daha ziyade tutumlu, inatçı ve düzenli olmakla; kılı kırk yaran bir titizlikle, toplumsal kural ve kaidelere harfiyen uymakla bağdaştırılır. Bu tür özellikler akla elbette kompülsif kişiliği getirir.

Wilhelm Reich'ın 1933'teki yazıları karakter kavramını genişletmiştir. Reich'a göre psikoseksüel çatışmaların nevrotik çözümü, savunma tarzının yeniden yapılandırılarak "karakter zırhı" adı verilen "tam bir düzene" kavuşmasıyla mümkün olur. Belli başlı patolojik semptomların ortaya çıkması artık ikinci planda kalmıştır. Semptomlar savunma düzeni bağlamında ele alınır; keza günümüzün çok eksenli modelinde de semptomların kişiliğin tamamı bağlamında anlaşılması amaçlanmaktadır. Reich ayrıca Abraham'ın karakterolojisine fallik ve jenital gelişim evrelerini eklemiştir. Fallik evrede yoksun kalmak; ileride hep liderliği hedeflemeye, grubun içinde ön plana çıkma ihtiyacına ve en ufak yenilgiye bile olumsuz tepkiler vermeye yol açabilir. Bu tür "fallik narsisist karakterler" gösterişçi, küstah, mağrur, özgüvenli, faal, soğuk, mesafeli ve savunmacı biçimde saldırgan olarak resmedilirler.

### *Nesne İlişkileri*

Psikodinamik yaklaşımın gelişimini üç döneme ayırabiliriz. Klasik psikanaliz neredeyse tamamen id psikolojisiydi; psikolojik semptomların ortaya çıkışında içgüdülerin rolü, gelişimin çeşitli psikoseksüel evreleri, bu evrelerde meydana gelen çevresel çatışmalar, idin enerjisinin bir evredeki meselelere saplanıp kalması ve idin karakter oluşumundaki rolü ön plandaydı. Freud id psikolojisini birkaç varsayım üzerinden yaratıp geliştirmişti. Ego ve süperegonun idden doğmasına ilaveten, bu ikisi tek enerji kaynağı olarak temel içgüdüsel dürtüleri kullanmaya mecburdu. Ego ve süperego psikopatolojinin çalışılmasında tali, bağımlı yapılardı; id ise bu çalışmanın tam göbeğindeydi. Dolayısıyla belli bir ruhsal bozukluğu anlamak demek, cinsellikle ve saldırganlıkla ilgili temel dürtülerin egonun gerçekçi, süperegonunsa ahlaki ve idealleştirilmiş kısıtlamaları bağlamında ifade bulmasına bu bozukluğun nasıl hizmet ettiğini anlamak demekti. Çağdaş terimlerle ifade edecek olursak Freud I. Eksen'e odaklanmıştı: İlgisini psikolojik semptomlar, bunların kökenleri ve gelişimi çekiyordu.

Gel gelelim Freud'un "seksüel psikoloji" kuramına karşı olanların ilgisi bir noktada id ve egodan uzaklaştı. Bu yeni düşünürler kişiliğin içinde yeni etken güçler keşfettiler. Böylelikle bu alan psikanalitikten ziyade psikodinamik olarak anılmaya başlandı. Mesela Jung kolektif bilinçdışı, eşzamanlılık ve bir karakter özelliği olarak içedönüklük/dışadönüklük gibi bir dizi orijinal fikir ortaya attı. Adler sosyal etkilere ve aşağılık duygularının nasıl telafi edildiğine odaklandı. Sonraki düşünürlerden, egonun aslında uyum sağlamaya hizmet eden bir yapı olduğunu, bu haliyle de insanın evrimi boyunca gelişmiş kalıtsal potansiyeller taşıdığını öne sürecek kadar ileri gidenler bile olmuştur. Bahsi geçen bu potansiyellerin bir kısmı doğuştan mevcut olan basit algısal becerilerdir; bir kısmınıysa akıl yürütme ve bilişsel yetenekler gibi adaptif unsurlar teşkil eder (Hartmann, 1958). Örneğin karmaşık görevleri alt görevlere bölme becerisi cinsel dürtüyü tatmin etmek için gerekli olabilir ama bu kapasitenin bizatihi cinsellikte nasıl türemiş olabileceğini anlamak zordur. Dahası egonun temel meşgalesi psikolojik ihtiyaçlarla dış dünyanın gerçekleri arasındaki koordinasyonu sağlamak olduğundan, ego psikologları doğal olarak daha kişilerarası bir yaklaşımı benimser hale gelmişlerdir. Bu alandaki önemli kuramcılardan biri Karen Horney'dir. Horney'nin kuramından çıkan kavramların çoğu, çağdaş kişilik bozukluklarıyla şaşırtıcı benzerlikler taşır.

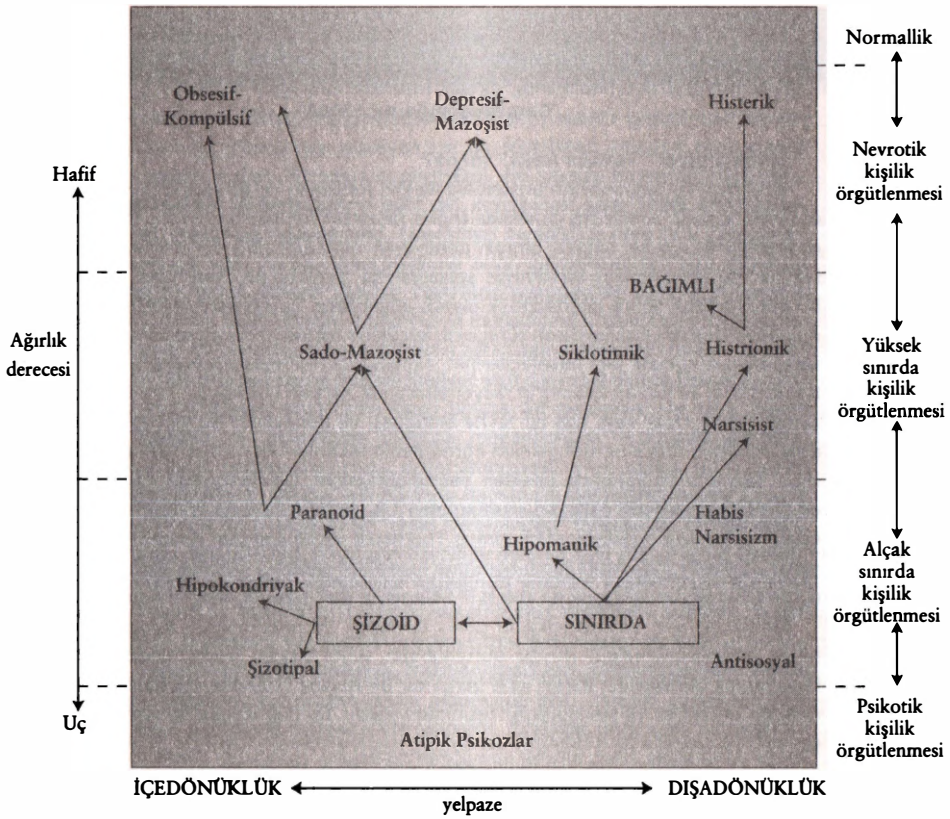
Psikodinamik yaklaşımın gelişiminin son dönemi nesne ilişkileri dönemidir. Bu isim ilk başta kulağa şifreli gelse de, kökenlerinin klasik analizin cinsel indirgemeciliğine dayandığı aslında kolayca anlaşılacaktır. Nasıl ki her içgüdünün

bir amacı varsa, her nesnenin de vardır: Bu amaç her zaman içgüdüsel arzuların doyurulmasıdır; nesneyse bu amaca ulaşılmasına hizmet eden dış dünyadaki bir aracıdır. Freud'a göre id içgüdüleri insan doğasının temelini oluşturuyordu. Kişiliğin ego veya süperego gibi diğer yanları da idin gözünde tıpkı dış dünyadaki insanlar gibi değerli ve gerçekti; tabii kendisine doyum sağladıkları müddetçe... Haliyle id psikolojisi insanın ilişkiselliğine dair bir psikoloji olamaz. Burada diğer insanlar zihinsel yaşam nezdinde birer mobilyadan, varlıkları içgüdüsel tatmin vaat eden nesnelerden ibarettir. Hiçbiri, dürtü hafifletme kapasitelerinin ötesinde görülüp tanınabilecek varlıklar değildir.

Öte yandan modern nesne ilişkileri kuramı aynı anda hem bilişsel hem de kişilerarası yaklaşımları barındırır. Bu kuram iki noktaya vurgu yapar. Birincisi, dış dünyanın zihinsel temsillerle veya işleyen iç modellerle (Bowlby, 1969) tanınmasıdır. İkincisiyse bu modellerin içeriğinin kişilerarası olması; büyük oranda erken çocuklukta, bakım verenlerle ve anlamlı ötekilerle ilişkideki deneyimler doğrultusunda, benlik farkındalığının ortaya çıkmasından bile önce gelişmesidir. Hatta paradigmalar bilimsel kuramlar için neyse, nesne ilişkileri de birey için odur: Çoğunlukla deneyimi düzenleyen bilinçdışı zihin yapıları biçiminde var olsalar da bilinçli düşüncenin erişimine ancak kısmen açıktırlar. Psikodinamik gelişimin en son aşaması olan nesne ilişkilerine "süperego psikolojisi" de denebilir çünkü temel meşguliyeti ötekinin gelişim sürecinde içselleştirilen imgeleri, yanları, iç temsilleridir. Ne var ki tek odak noktası kınama veya ahlak ilkesi değildir; kişinin kendisine ve başkalarına ait zihinsel temsillerinin davranışı şu anda nasıl etkilediği gibi daha geniş kapsamlı bir soruyla hareket eder.

Kişilik bozukluklarındaki ilk nesne ilişkileri düşünürü Otto Kernberg'dir (1967, 1984, 1996). Kernberg bazıları *DSM*'de yer alan bazılarıysa psikanalitik gelenekten alınmış çeşitli kişilikleri, kişiliğin içindeki örgütlenme veya bütüncüllük derecesini yansıtan üç yapısal örgütlenme düzeyine (psikotik, sınırda, nevrotik) göre sınıflandırmamız gerektiğini savunur (bkz. Şekil 1. 6). Normal kişilerde psikanalistlerin **ego kimliği** adını verdiği benlik algısı tutarlı ve bütünleşiktir. Çoğumuz kim olduğumuzu biliriz ve benlik algımız zaman ve uzam ayırmaksızın istikrarını korur. Nelerden hoşlandığımızı veya hoşlanmadığımızı, bizim için önemli olan bazı değerlerimizi, başkalarıyla benzer ve farklı yönlerimizi biliriz. Ego kimlikleri güzelce bütünleşmiş bireylerin ego gücüne, yani bu bütünlüğü baskı ve stres karşısında da koruma becerisine sahip oldukları söylenir. Ayrıca normal insanların sosyal veya ahlaki değer sistemi yani süperegosu, daha olgun ve içselleştirilmiş olmanın yanı sıra kişisel sorumluluk ve yerinde özeleştiri gibi nitelikler de barındırır.

Buna karşın "cinsel yakınlıkla ilgili belli başlı patolojik etkileşim örüntülerinde kendini belli eden bilinçdışı suçluluk duygularının" girift hale geldiği gelişmiş




**ŞEKİL 1.6** Kernberg'in Kişilik Örgütlenmesi Düzeyleri (Kernberg, 1996'dan uyarlanmıştır.)

bir ego kimliği nevrotik düzeyin ayırt edici özelliğidir (Kernberg, 1996, s. 121). Nevrotik kişilikler cinsel meselelerle meşguldürler ve bu durum kişilerarası ilişkilerine de yansıyarak davranışlarını etkileyen suçluluk duyguları doğurur. Kernberg'in tanımladığı karakter tipleri *DSM-IV*'tekilerden bir nebze farklıdır. Nevrotik düzeyde depresif-mazoşist, obsesif-kompülsif ve histerik kişilikler yer alır. Sözgelimi depresif-mazoşist karakter büyük oranda karşıt tepki oluşturmanın, yani bilinçdışı arzuların tam tersini yapma eğiliminin bir uzantısıdır. Dolayısıyla kişi normalde ona haz verecek veya onu tatmin edecek bir şeye kapılmak yerine kendisini sabote etmeye veya bu şeyden mahrum bırakmaya meyillidir. Histerik kişiliğin ise cinselliği bariz biçimde ön plandadır. Bu kişiler yüzeysel bir kışkırtıcılık sergilerler ama aslında bunun altında cinsel ketlenme vardır. Hem ma-

## *Odak Noktası: Tarih*

### Davranışçılığa ne oldu?

**Sadece birer "Tabula Rasa" mıyız?**

Ampirizm ile rasyonalizm arasındaki ikiliğin felsefede ve psikolojideki tarihi çok eskilere dayanır. Ampirizm genellikle İngiliz filozoflar John Locke ve David Hume'la özdeşleştirilir. Locke bilgide birebir deneyimin oynadığı rolü ön plana çıkarmış, bilginin duyumlarımızın birikimiyle şekillenmesi gerektiğine inanmıştır. Locke'un bu görüşü daha sonra çağrışımcılık olarak anılacaktır. Bu görüşte, öğrenmenin bir duyum ile diğerini ilişkilendiren süreçlerin küçük bir toplamı sonucunda ortaya çıktığı savunulur. Ampirizm kıta felsefecilerinin, bilhassa da Hollandalı Spinoza'nın, Fransız Descartes'ın ve Alman Leibniz'in rasyonalizminde karşılık bulmuştur. Örneğin Locke zihnin tabula rasa, yani boş bir levha olduğunu ve deneyimin bu levhayı yazılarla doldurduğunu düşünür. Gel gelelim öğrenmenin etkenleri en nihayetinde uyaran ve tepki terimleri bağlamında yeniden şekillendirilmiştir. Davranışçılığın temellerinin en çok ilintilendirildiği psikolog muhtemelen J.B. Watson'dır ama Watson'ın önünde öğrenme kuramı tarihinde etkili olmuş Thorndike ve Pavlov gibi önemli isimler de vardır. Zaman içinde farklı farklı öğrenme kuramları gelişmiş olmakla beraber resmi dogma olarak davranışçılık en çok B.F. Skinner'ın görüşleriyle bağlantılandırılmıştır.

Skinner'ın katı davranışçılığına göre, davranışı ve patolojilerini açıklayabilmek adına gözlemlenemeyen duygu durumlarının veya bilişsel beklentilerin varlığını koyutlamak gereksizdir. Farazi içsel durumlar bir kenara bırakılıp açıklamalar tamamen dış uyaranlar ve pekiştireçler üzerinden yapılır. Bu doğrultuda tüm bozukluklar çevreden kaynaklanan pekiştirici deneyimlerin ürünlerinden ibarettir. Bunlar kişinin davranış repertuarını şekillendirir; adaptif olan ve olmayan davranışlar arasındaki farkların kökenleri, insanların maruz kaldığı pekiştirme örüntülerinde bulunabilir. Kişilik özellikleri veya şemalar gibi içsel durumların ilkel animizme gönderme yaptığı düşünülür. Davranışıysa ancak olayın bağlamındaki etkenler aydınlatıldığında gerçekten anlayabiliriz. Nispeten basit bir mantıktır bu: İçkin düşünce yoksa, tanımı itibariyle var olan tek şey duyum ve uyarandır. Duyumlar çevre kaynaklı olduğuna göre, çevrenin nihayetinde ne kadar karmaşık olursa olsun her tür davranışı kontrol etmesi gerekir. Böylelikle zihin, yalnızca çevrenin içine koyduğu şeyleri barındıran boş bir kaba veya tabula rasaya dönüşür. Davranışların tamamının uyaran kontrolü altında olduğu söylenir. Bu nedenle kişilikle davranışçılık arasındaki ilişki büyük oranda çatışmalı geçmiştir ki bu da anlaşılır bir durumdur zira davranış psikolojisi kişilik çalışmalarında asli önem teşkil eden kişilik özellikleri, bilişsel şemalar, içgüdüsel dürtüler veya kişilerarası yatkınlıklar gibi kazılıp çıkarılan şeylere odaklanmaz. Davranış psikolojisi daha ziyade gözlemlenebilir yüzeysel davranışa odaklanır.

1980'lerin ortalarına gelindiğinde, geleneksel değerlendirme biçiminde bazı önemli düzenlemeler yapılarak davranışçı yaklaşımlar daha kapsamlı ve ılımlı hale getirildi. En dikkat çeken değişim, I. Eksen'i oluşturan ve psikiyatride ciddi hasta-

lıklar olarak görülen tanı kategorilerinin; davranışçı paradigma bağlamında artık tümevarımcı özetler, klinik iletişimin sağlanması amacıyla gözlemlere dayanarak oluşturulmuş birbiriyle bağlantılı etiketler olarak yorumlanmaya başlanmasıydı. Sözgelimi depresyon sözcüğünü geleneksel klinisyen, kişinin gerçek patolojisine istinaden kullanırdı; davranışçı klinisyen ise bu sözcükten yalnızca operasyonel kriterleri ve etiketi duyar, bir hastalık görmezdi. Bu sayede davranışçı değerlendirmeyle geleneksel değerlendirme aynı dili konuşacak ama kendi kimliklerini, ayrımlarını da muhafaza edebilecekti. Davranışçı terapistler hem tanı kategorilerini kullanabilmek hem de davranışçılıklarına zeval gelmemesi için işte böyle bir bahane geliştirmişlerdi. Benzer şekilde 1960'ların sonunda ve 1970'lerin başında bilişsel devrim ciddi ciddi etkisini göstermeye başladığında, davranışçı psikologlar kendi yaklaşımlarını genelleyip bilişi davranış çatısı altına almanın yollarını aramaya koyuldular. Bir müddet sonra bilişsel faaliyet gizli davranış olarak tekrar yorumlandı. En nihayetindeyse organizma başlı başına bir pekiştireç ve ceza olarak görülmeye başlandı; bu pekiştirme duygusal mekanizmalar vasıtasıyla gerçekleşiyordu. Dolayısıyla çağdaş davranışçı değerlendirmeler artık sadece görünürdeki davranışa odaklanmıyor. Aksine, günümüzde davranışçı değerlendirmenin Lang'in (1968) oluşturduğu bir şemadaki üç "tepki sisteminden" müteşekkil olduğu düşünülmekte: sözel-bilişsel mod, duygusal-fizyolojik mod ve açık-motor tepki sistemi.

Gelin görün ki davranışçı kuramcılar kişiliğimizi yeniden keşfetmeye çalışırken ipin ucunu kaçırdılar. Mesela şu üç tepki sistemindeki tepkilerin birbiriyle ilişkisi fazlaca çalışıldı (kapsamlı bir gözden geçirme için bkz. Voeltz ve Evans, 1982). Davranışçı psikologlar artık davranış örgütlenmesinden bahsetmekteler. Bu (o parçalar birer davranış biriminden ibaret olduğunda bile), bireyin parçaların toplamından fazlası olduğuna dayanan bir görüştür. Özellikle ufuk açıcı bir düşünür olan Staats (1986) davranışçı geleneğin kapsamını artıran daha sistemli bir kişilik yaklaşımı geliştirmiştir. Kendisinin "paradigmatik davranışçılık" dediği bu görüşte, Staats gelişim psikolojisini de işin içine katarak bir tür "üçüncü nesil davranışçılık" yaratmaya çalışmış, "temel davranış repertuarlarını" öğrenme sürecinin doğumla birlikte başlayıp zamanla hiyerarşik olarak ilerlediğini, her yeni repertuarın kendisinden sonra gelecek daha karmaşık öğrenme biçimlerinin zeminini oluşturduğunu savunmuştur. Dolayısıyla bazı repertuarlar diğerlerinden önce öğrenilmek zorundadır. Mesela elyazısının gelişebilmesi için önce ince motor becerilerin gelişmesi ve alfabenin öğrenilmesi gerekir. Staats'a göre repertuarlar dil-biliş, duygusal-motivasyonel ve duyumsal-motor tepki sistemlerinde öğrenilir ve bu sistemler birbirine bağlıdır; aralarındaki ayrım yalnızca pedagojiktir. Haliyle de kişilik, repertuarların karmaşık hiyerarşik yapısının tamamıdır ve bireyin kendine özgü öğrenme öyküsünü yansıtır. Farklı repertuarlar farklı tepkilere vesile olduğundan, bireyler arasındaki farkların sebebi de hepsinin farklı öğrenme geçmişleri olmasıdır. Kısacası davranış repertuarı kavramı aynı anda hem apaçıktır hem de kişisel bir yanı vardır. Bu özelliği itibariyle, normalliği de anormalliği de kapsamasının yanı sıra davranışçı ve kişilik odaklı yaklaşımların gözünde kabul edilebilir bir yere sahiptir.

zoşist-depresif hem de histerik, daha ilkel karakter yapılarına kıyasla çok daha bütünleşik bir düzeyde yer alır. Mesela histerik kişilik nevrotik düzeydedir ama daha talepkâr, itkisel ve saldırgan olan şu sözde bebeksi kişilikle de ilişkilidir. Bu ikisinin aynı *yelpazede* yer aldığı söylenir. Bu yelpaze tabiri, işlevselliği daha yüksek veya düşük karakter tipleri arasındaki ilişkiyi tarif ederken sıkça kullanılır.

Sınırda kişilik işlevselliği düzeyi nevrozlarla psikozların arasında yer alır. Dışarıdan bakıldığında sınırda kişilikler de genellikle nevrotikleri andırırlar ama onlar kadar bütünleşik değildirler. Tıpkı nevrotikler gibi onlar da gerçekle temas halindedirler fakat yine de bazen kopmalar yaşayabilir, psikotik nöbetler geçirebilirler. Ayrıca olgun yetişkinlerin kullandıklarının aksine ilkel savunma mekanizmalarına başvurma eğilimindedirler. Kernberg'e göre sınırdaki tüm bireylerde **bölünmüş nesne temsili** diye bir şey vardır, çoğu davranışlarının altında bu yatar. Normal kişiler tamamen iyi veya tamamen kötü denebilecek insanların, durumların tek tük olduğunun farkındadır. Daha ziyade, çoğu şey ortalarda bir yerdedir, hem iyi hem kötü yanları vardır. İyiyle kötüye zihinlerinde aynı anda yer açabilirler ve bu, karmaşık olmakla birlikte gerçekçi bir tablo ortaya çıkarır. Sınırda kişiliklerde ise her şey ya tamamen iyi ya da tamamen kötü; insanlar ya melek ya da şeytandırlar. Bu tür bireyler ilişkilerinde mutlaka ağır zorluklar yaşarlar, farklı derecelerde cinsel patolojiler sergilerler. Bir an taparken birden nefret etmeye başladığınız arkadaşlarınızın bu döngü birkaç defa tekrarladığında hakkınızda ne düşüneceklerini tahmin edebilirsiniz. Kernberg'e göre her bir psikolojik karakter tipi, dışadönüklük-içedönüklük yelpazesinin iki uç noktasını teşkil eden temel sınırda ve şizoid kişiliklerden doğar. Buradaki ilişkiler bir hayli karmaşık ve şu aşamada teknik açıdan önem teşkil etmiyor. Bunların birçoğunu ileriki bölümlerde ele alacağız.

Psikotik kişilik örgütlenmesi düzeyiniyse detaylı anlatmaya çok gerek yok zira kişilik dediğimizde aklımıza gelen şeylerin çoğu bu düzeyde yitmiş durumdadır. Burada karşımıza bütünleşme ve örgütlenmeden ziyade kırık dökük, rasgele bazı parçalar çıkar; ortada bütünleşik bir kimliğin neredeyse en ufak bir izi dahi yoktur. Benlik ile öteki ve hatta benlik ile fiziksel çevre, ayrışmak şöyle dursun çoğunlukla kaynaşık haldedir. Psikotik düzeyin alametifarikası yoğun ve uygunsuz saldırganlıktır. *DSM-IV*'te yer alan kişilik bozukluklarının hiçbiri normalde psikotik düzeyde işlev göstermez.

## Özet

Geçtiğimiz yirmi yılda kişilik ve kişilik bozuklukları üzerine yapılan çalışmalar anormal psikolojinin merkezine yerleşti. 1. Bölüm'de kişilik ve kişilik bozukluğu kavramları analiz edilerek, bu yeni kavramlara yönelik yaklaşımların

temel varsayımları birbiriyle karşılaştırılarak ve klasik kişilik yaklaşımlarının temelleri ortaya koyularak bu yeni disiplinin doğuşu takdim edilmektedir. Bu verilen bilgiler bundan sonraki klinik bölümlerde önem teşkil edecektir. **Kişilik** [*personality*] sözcüğü, ilk olarak eski çağlarda tiyatro oyuncularının taktığı maskelere karşılık kullanılan Latince *persona* teriminden gelir. Günümüzde kişilik, psikolojik işlevselliğin hemen her alanında otomatik olarak ifade bulan, psikolojik özelliklerden müteşekkil karmaşık bir örüntü olarak görülmektedir. Yani kişilik, insanın ana yapısına yayılmış özelliklerin oluşturduğu örüntüdür. Kişilik genellikle yakın iki kavram olan **karakter** ve **mizaç**la karıştırılır. Karakter büyürken edindiğimiz özelliklere istinaden kullanılır ve müessir sosyal standartlara bir nebze uyum göstermeye işaret eder. Mizaç ise sosyalleşmeyle ilgili etkenlere değil, aksine bazı davranışlara temel oluşturan biyolojik yatkınlığa karşılık gelir.

Kişilik bozukluklarını anlamak için önce bunların anormal davranış çalışmalarında oynadığı rolü anlamak gerekir. **Tanı kriterleri,** klinisyenlerin bireyleri belli bir klinik kategoriye yerleştirmek için kullandıkları tanımlayıcı özelliklerdir. Her bozukluğun kendine özgü bir kriter listesi vardır. Genelde kişilik bozukluklarının kriter listesinde yedi, sekiz veya dokuz madde bulunur. Bunların her biri o bozukluğun belli bir özelliğini, tutumunu veya davranışını detaylandırır. **Kişilik özelliği** ise uzun süre boyunca ve çok farklı koşullarda ifade bulan davranış örüntüsüdür. Bu tür kişilik özellikleri sıkça bir arada görüldüğünde **kişilik bozukluğu** teşkil ettiği söylenebilir. Bunların hepsi bir araya geldiğindeyse **kişilik prototipi** ortaya çıkar.

DSM'deki bozukluklar **çok eksenli model** doğrultusunda sınıflandırılmıştır. Bu model hastanın farklı semptomlarını ve kişilik özelliklerini bir araya getirip kişinin tamamının işlevselliğini gösteren bir tablo ortaya çıkarabilme ihtiyacıyla doğmuştur. Modeldeki her bir eksen farklı bir bilgi türüne veya kaynağına karşılık gelir. II. Eksen'deki kişilik bozuklukları, I. Eksen'deki semptomların anlaşılması için gerekli ortamı ve bağlamı sağlar. Her kişilik tarzı aynı zamanda bir baş etme tarzıdır ve psikopatolojinin de ana örgütlenme ilkesi olan kişilik üzerinden anlaşılması gerekir.

Normallikle anormalliği tamamen nesnel bir zeminde ayrıştırmak mümkün değildir. Normallik ve patoloji genellikle aynı yelpaze üzerinde yer alır. Kişilik bozuklukları üç patolojik özellikten müteşekkil görünmektedir. İlk olarak, kişilik bozukluklarında strese karşı bir dayanıksızlık söz konusudur. İkincisi, kişilik bozukluğu olanlarda adaptif bir katılık vardır. Bozuk kişilikler patolojiyi defalarca tekrarlayarak kısır döngüler yaratır.

Kişilikte psikodinamik, biyolojik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar egemendir. Kişilik üzerindeki biyolojik etkenleri yakın veya uzak olarak düşünebiliriz. Uzak etkenler genetik kodumuzdan kaynaklanır ve genellikle onları türümü-

zün evrimsel tarihinin bir parçası olarak miras alırız. Kişilikteki diğer biyolojik etkenlerse yakın niteliklidir; karmaşık biyolojik sistemler olmamızla ilişkilidir. Davranışın altındaki iskeletin farklı olması davranışa da yansır. Yapı ve mizaç, kişilikte bu bakımdan önem taşıyan iki kavramdır.

İngilizceye Ortaçağ'da giren **temperament** [mizaç] sözcüğü, kişiliğin içinden filizlendiği biyolojik toprağa istinaden kullanılır. Mizaç davranışın altında yatan biyolojik potansiyeldir; bunu da en iyi bireylerin egemen duygudurumundan, duygusallığından veya faaliyet döngülerinin yoğunluğundan görürüz. Bu doğrultuda mizaç, kişilik üzerinde etki eden ve yaşam boyu devamlılık arz eden kalıtımsal biyolojik unsurların genel toplamıdır. Fiziksel ana yapımız kişiliğin diğer alanlarından önce de var olduğundan, biyolojik donamımızdaki davranış temayülleri diğer olası gelişim yollarını zapt ederek devredışı bırakır. **Yapı** ise bir şeyin üzerine inşa edildiği planın veya felsefenin tamamına istinaden kullanılır. Yapısal yaklaşımın ilk savunucusu Ernst Kretschmer (1926) üç ana beden tipi (zayıf, kaslı ve obez) üzerinden bir sınıflandırma sistemi geliştirmiştir. Bu beden tiplerinin her biri belirli kişilik özellikleriyle ve psikopatolojilerle bağdaştırılmıştır.

Daha yakın zamandaysa Cloninger (1986, 1987b) ve Siever'le Davis (1991) nörobiyolojik modeller öne sürmüşlerdir. Cloninger'in modeli üç genetik-nörobiyolojik yatkınlık arasındaki ilişkiyi temel alır. Bunların her biri belli bir nörotransmitter sistemiyle (dopaminerjik, serotonerjik, noradrenerjik) bağlantılıdır. Ve yine her birinin kişiyi farklı bir davranış temayülüne yatkın kıldığı varsayılmaktadır. Siever ve Davis dört boyutlu (bilişsel/algısal örgütlenme, dürtüsellik/saldırganlık, duygusal dengesizlik ve kaygı/ketlenme) bir psikobiyolojik model önermişlerdir. Boyutlarının her birinin I. ve II. Eksen'de çeşitli dışavurumları vardır.

Kişiliğin üzerindeki en uzak etkense genetiktir. Araştırmacılar genlerin davranış üzerindeki etkisini anlayabilmek için kişinin kardeşinde veya akrabalarında benzer patolojiler olup olmadığına bakar, geniş ailede nesiller arası aktarımın izlerini sürer, çift/tek yumurta ikizlerinin kişilik testi sonuçlarının korelasyonlarını karşılaştırırlar. Genetik etkiyi destekleyen en güçlü bulgular antisosyal ve şizotipal kişilik bozukluklarında görülmüştür. Paranoid ve şizoid kişilik bozukluklarıyla şizofreni arasında genetik bir bağlantı olabileceğini söyleyen bulgular da vardır. Popüler bir genetik hipotezine göre kişilik bozukluğundaki şiddetli duygusal salınımlar onun depresyonun ve manik depresyonun da aralarında bulunduğu duygudurum bozukluklarıyla ilişkisine delalettir.

Kişilik bozukluğuna dair klasik yaklaşımlar arasından kavramsal açıdan en zengin olanı muhtemelen psikanalitik yaklaşımdır. Psikanalizin babası Sigmund Freud 1856'da doğmuştu. Freud'un ilk nevroz kuramı hipnoz çalışmalarından çıkmıştı ve her nevrotik çatışmanın ardında unutulmuş bir çocukluk travması olduğu düşüncesine dayanıyordu. O travmanın anılarının **bastırılmış** oldu-

ğu söyleniyordu. Bildiğini unutma arzusuyla zihin ıstıraplı deneyimleri bilinçli farkındalığından aktif biçimde dışlayarak kendini savunmaya alıyordu. Freud nihayetinde bu görüşlerini bir **topografik model** çatısında birleştirmiştir. Bu modele göre zihnin bilinci aşan ve farklı seviyeler, bölmeler (bilinçdışı, önbilinç, bilinçli farkındalık) halinde düşünebileceğimiz bir yapılanma biçimi, bir mimarisi vardır. Sonraları Freud bir de yapısal zihin modeli geliştirmiştir. Bu model üç parçadan oluşur: Temel sağkalım içgüdüleri ve dürtüleri teşkil eden id, idin talepleri ile dış gerçekliğin sınırlamaları arasında orta yolu bulmaya çalışmak üzere geliştirilmiş ego ve kişiyi yetiştirenlerin içselleştirilmiş sosyal değerlerini temsil eden süperego. İd **haz ilkesi** doğrultusunda, ego ise **gerçeklik ilkesi** doğrultusunda hareket eder. Ahlaki kaidelere aykırı davranmanın sonu suçluluk duygusudur; ego ideallerini karşılayacak şeyler yapmaksa kişinin gururlu hissetmesine, kendisine saygı duymasına yol açar. Freud kişiliği üç general arasındaki bir yıpratma savaşı olarak görür. Kişiliğin yönetim birimi olan egonun iki tarafa aracılık edip gerilimi dengelemesi gerekir. Bir yandan doyum arzusuyla yanıp tutuşan id alttan bastırır, her seferinde de içeri sızar. Diğer yandan, süperegonun koyduğu yasaklar bu doyuma doğrudan ulaşılmasına engel olur.

İd, ego ve süperegonun çalışmaları farklı türlerde kaygıya neden olabilir, bu da egoya bir şeyler yapılması gerektiği mesajını verir. Freud ve takipçileri **savunma mekanizmalarını** keşfetmişlerdir. Her birey farklı savunmalar kullansa da, her bir kişilik bozukluğunda bazı savunma kümeleri diğerlerinden daha çok tercih ediliyor gibi görünmektedir. Bunlar, o kişilik bozukluğunun kendisini içeriden ve dışarıdan kaynaklanan her tür kaygı, stres ve zorluktan nasıl koruduğunu gösterecek bir savunma profili çıkarmada kullanılabilir.

Freud'a göre kişilik beş psikoseksüel evre boyunca gelişir. Normal gelişim sürecinde her bir psikoseksüel evre yerini bir sonrakine bırakır, böylelikle bireyin önüne olgunlaşma yolunda ardışık engeller koyulmuş olur. Psikodinamik yaklaşımda karakterin teknik bir anlamı vardır; egonun id, süperego ve çevrenin taleplerini düzenli olarak karşılama biçimine istinaden kullanılır. Psikodinamik karakterler üzerine yapılan çalışmalar kişilikle ilgili çalışmaların öncülü olduğundan, kişilik bozukluklarının çoğunun doğrudan karakterolojik muadilleri vardır. Sonraki analitik yazarlar karakter, savunma, kişilerarası davranışlar ve bilişsel tarz gibi konulara eğildikçe, karakterle kişilik arasındaki ilişki de güçlenmiştir.

Psikodinamik yaklaşımın gelişimindeki son evre **nesne ilişkileridir**. Her içgüdünün bir amacı ve bir nesnesi vardır. Amaç her zaman içgüdüsel arzuların doyurulmasıdır. Nesneyse bu amaca ulaşılmasına hizmet edebilecek, dış dünyaya ait herhangi bir şeydir. Freud'a göre ide ait içgüdüler insan doğasının temelini oluşturur. Modern nesne ilişkileri kuramı ise aksine aynı anda hem bilişsel hem de kişilerarası yaklaşımı kullanır. Bu kuram iki noktaya vurgu yapar. Birincisi,

dış dünyanın zihinsel temsiller veya işleyen içsel modeller vasıtasıyla tanınmasıdır. İkincisiyse bu modellerin içeriğinin kişilerarası olması, büyük oranda erken çocuklukta bakım verenlerle ve anlamlı ötekilerle ilişkideki deneyimler doğrultusunda, benlik farkındalığının ortaya çıkmasından bile önce gelişmesidir. Kişilik bozuklukları alanının öncül nesne ilişkileri düşünürü Kernberg, bazıları *DSM*'den bazıları psikanalitik gelenekten alınmış çeşitli kişilikleri, kişiliğin örgütlenme düzeyini veya bütüncüllüğünü yansıtan üç yapısal örgütlenme düzeyi (psikotik, sınırda, nevrotik) bağlamında sınıflandırmamız gerektiğini savunur.

# II
# Kişilik Bozuklukları: Çağdaş Yaklaşımlar

## Amaçlar

Kişilerarası yaklaşım, psikodinamik ve biyolojik yaklaşımlardan hangi açılardan farklıdır?
Sullivan'ın kişilik çalışmalarına katkısını açıklamak.
Leary'nin kişilik katmanlarını sıralayıp detaylandırmak.
*Kişilerarası döngü* nedir?
Dengeleyicilik ilkesini açıklamak.
Benjamin'in Yapısal Sosyal Davranış Analizi modelini açıklamak.
*Bilişsel tarzlar* nelerdir?
*Bilişsel şemalar* nelerdir? *Bilişsel tarzlar*dan farkları nedir?
*Bilişsel çarpıtmalar* nelerdir?
Beş Faktör Modeli nedir?
Evrimsel kişilik kuramının temel ilkelerini anlatmak.
Kişilik alanları nelerdir?

1. Bölüm'de klasik kuramlar ve temel meseleler üzerinde durmuş, kişilik bozukluklarının doğasından bahsetmiş, bunların anormal davranışla ilişkisini çok eksenli model üzerinden ele almış, (bireyin öyküsündeki iki önemli kavram olan) karakter ve mizaca yer vermiştik.

Kişilik çalışmaları yalnızca klasik psikodinamik ve biyolojik modellerle sınırlı değildir. 1. Bölüm'de görüldüğü üzere sosyal bilimler tarihi zorunluluk içermeyen yapıdadır: Makul alternatifleri yalanlayacak güçlü deneysel yöntemler olmayınca, alandaki en önemli yaklaşımlar hep birden değil, tarihin farklı farklı noktalarında ortaya çıkarlar. Bu bölümde ilk dönemlerdeki yaklaşımlardan uzaklaşarak daha yakın zamanda olgunlaşmış olanlara yani kişilerarası, bilişsel, faktör modelli ve evrimsel kuramlara odaklanacağız. Bölümün sonunda bu yaklaşımları bir araya getiriyoruz. Nasıl ki kişilik kişinin tamamına yayılan özelliklerle, kişilik bozuklukları da bu özelliklerin çevreye ve çevresel zorluklara uyum sağlayamamasıyla ilgiliyse; sağ kalıp üreyerek ilerleyen de, hastalıklara ve tehlikelere yenik düşen de organizmanın tamamıdır. Organizmalar sağkalım şanslarını artırmak için kendi aralarında sofistike ilişkilenme ve iletişim biçimlerinin yanı sıra aciliyet teşkil eden çevresel sorunları ve hayati meseleleri öncelik sırasına dizmeye, analiz etmeye ve olası çözümleri en verimli hale getirmeye yarayan karmaşık bilgi işlem stratejileri geliştirmiştir.

## Kişilerarası Yaklaşım

1. Bölüm'deki yaklaşımların amacı, kişiliği çevreden soyutlanmış biçimde anlamaktı. İster biyolojik mizaç temeli itibariyle, isterse id, ego ve süperego arasındaki psikodinamik çatışmaların şekillendirdiği bilinçdışı güçlerin değişimi vasıtasıyla olsun, kişilik nihayetinde içeriden doğan bir şeydir. Zaman içinde nesne ilişkileri dinamiği gibi farklı unsurlar da denkleme dahil olmakla birlikte, asıl odak noktası her zaman kişinin içselleştirdiği deneyim temsilleri olmaya devam eder. Nesne ilişkileri içeri alınmış, böylelikle kişiyi tekrar içeriden dışarıya doğru anlamak mümkün hale gelmiştir.

Kişilerarası yaklaşım, kişiliği kavramsallaştırmanın en iyi yolunun onu ötekilerle kurulan etkileşimlerin sosyal ürünü olarak düşünmek olduğunu savunur. Sosyal olmayan bir dünyada ihtiyaçlarımızın pek azı karşılanır; hedeflerimizin pek azına ulaşır, arzularımızı ve potansiyellerimizi gerçekleştirmekte büyük oranda başarısız oluruz. Örneğin uyumadan hemen önce o günün en önemli olaylarına dair düşündüklerimiz hep insanları da kapsayan şeylerdir. Rüyalarımızda kapı kollarını veya farelerin özel yaşamlarını değil, hayatlarımızda şu veya bu bakımdan önem teşkil eden kişileri görürüz. (*DSM-IV*'ü yapılandıran komitenin başkanı) Allen Frances'a göre,

> Memeli olmanın esası, ilişkilere ihtiyaç duymak ve ilişki kurabilmektir. Kişilerarası dans doğumla birlikte hatta belki daha erken başlar, ölene kadar da devam eder. Hayattaki en önemli gelişmelerin hemen hepsi kişilerarası niteliktedir ve kişilik dediğimiz şeyin de büyük kısmı kişilerarası biçimde ifade bulur (alıntılayan Benjamin, 1996, s. v).

## *Odak Noktası: Kültür*

### Kültür ve Kişilik

**Kültür ve Kişilik Nasıl Etkileşir?**

Toplumlar bireylerden meydana geldiğinden ve her bireyin bir kişiliği olduğundan kültür ve kişilik, ayrıştırılması mümkün olmayacak şekilde iç içe geçmiş durumdadır. Kültür ve kişilik arasındaki bu ilişkiyi antropologlar, psikologlar ve diğer sosyal bilimciler bu bilimlerin doğduğu günden bu yana araştırmaktadır. 1900'lerin başında Amerikalı antropologlar kültürü kişiliğin bir uzantısı olarak, fiziksel ve zamansal açıdan daha geniş bir ölçeğe yayılmış hali olarak görüyorlardı. Bazıları (Benedict, 1934; Mead, 1928) kişinin olgunlaşma süreci boyunca kendiliğinden ortaya çıkan mizaç özelliklerini bağlam içine alan ve böylelikle etkileyen davranış ideallerini kültürün temin ettiğini savunmuştur. Kimileriyse (Kardiner, 1939), başta çocuk yetiştirme tarzı ve aile örgütlenmesi vasıtasıyla temel kişilik yapısını toplumun şekillendirdiğine inanmıştır. Alarcon, Foulks ve Vakkur (henüz basılmamış yazılarında) bu alandaki yazını derinlemesine incelerler. Daha yakın dönemde yapılan araştırmalarsa kişilik bozukluklarının yaygınlığında kültürel farkların etkisini ele alır (Loranger vd., 1994). Bazı bozuklukların bazı kültürlerde diğerlerinden daha yaygın görüldüğü ama tüm kişilik bozukluklarının kültürler arası geçerliliğe sahip olduğu ve hemen her kültürde en azından belli bir oranda bulunduğu anlaşılmaktadır.

Bu doğrultuda *DSM*'deki kişilik yapılarının evrenselliğini ve daha önce bahsettiğimiz üzere kişilikle kültürün iç içe geçmiş olduğunu düşündüğümüzde, kuramsal bir kişilik modelinin kavramlarını kültürel düzeyde genellemek mümkün olabilir (Escovar, 1997). Evrimsel model (Millon, 1990) insan davranışını güdüleyen, kışkırtan, yönlendiren, ona enerji veren üç boyuttan oluşur. Bu üç boyut, doğadaki her örgütlenme düzeyinde işlev gösteren üç evrimsel şarta (sağkalım, uyum ve tekrara) bağlıdır. Sözgelimi virüsler de hükümetler de evrimsel kanunlara tabidir.

Evrimin ilk zarureti olan sağkalım, haz ve acı boyutuyla ifade bulur. Öznel açıdan haz aldığımız deneyimler, cinsellik gibi bireyin veya türün sağkalımına hizmet edenlerdir. Bize acı veren deneyimlerse ölümle, sakatlıkla, hastalıkla ilişkili olanlardır. Kültürel düzeyde kötü niyetle iyi niyet arasındaki fark, arkadaki saiklerin ne denli acı veya haz odaklı olduğuna bağlıdır. Bazı kültürlerde acı, eski günahların bağışlanmasına vesile olur; haliyle de o kültüre mensup bireyler acıyı bir tür kefaret olarak görürler. Bazı diğer kültürlerde ise toplumun yalnızca yemek, su, barınma gibi temel ihtiyaçlara destek olması halinde bireylerin yapıcı bir yönde seyredeceği görüşü benimsenmiştir.

İkinci evrimsel şart olan uyum sağlama, pasiften aktife uzanan bir yelpazede kendini gösterir. Pasif organizmalar çevrelerine uyum sağlamaya, aktif organizmalarsa çevreyi kendi ihtiyaçlarına uydurmaya çalışır. Kültürel düzeyde bu ayrım, daha rahat ve geleneksel yaşam tarzı ile daha üretken ve dinamik yaşam tarzı

arasındaki gerilimde ortaya çıkar. Bu doğrultuda toplumlar da sosyal değişim oranları bakımından, yani gerek teknik veya başka türlü yenilikleri benimseme hızları gerekse çevreyle kurduğu ilişkinin yoğunluğu bakımından, birbirinden farklıdır.

Üçüncü evrimsel ilke kendini çoğaltmadır ve kişinin kendi çıkarlarını gözetmesiyle başkalarına bakım vermesi arasındaki sosyobiyolojik ikilikte tezahür eder. Bazı türlerde çok sayıda yavrulanır ve bu yavrular kendi başlarının çaresine bakmak zorundadır; eril bir stratejidir bu. Bazı türlerde ise az sayıda yavru bakılıp büyütülür, yetişkinliğe eriştirilir; bu da dişil stratejidir. Bu ikiliğin, bireycilikle ortaklaşmacılık arasındaki ayrımda kültürel bir yankısı olur (Triandis, 1995). Ortaklaşmacı kültürde kişisel hedefler ortaklaşmacı hedeflere tabidir; bireyci kültürdeyse kişinin görüşleri, ihtiyaçları ve hedefleri önce gelir. Her birey kültürün genelinin değer ve standartlarını zımnen, bilinçsizce benimsediğinden, ne tür bir kültürde yaşadığı insanın hareketlerini pek çok açıdan etkiler. Ortaklaşmacı kültürler yakınlığa ve grup içi ilişkiselliğe ağırlık verir; benlik başkalarıyla kurduğu ilişki üzerinden, sosyal boyutuyla tanımlanır. Bireyci kültürler içinse bağımsızlık ön plandadır; benlik gruptan ayrı bir yerde tek başına durur ve bunu yapamaması zayıflık göstergesidir. Sosyal etkileşimler söz konusu olduğunda ortaklaşmacılar için önemli olan ahenktir; öyle ki, olumsuz duygularını bastırırlar, "hakikati söyleyip kötü duygular uyandırmaktansa insanlara duymak istediklerini söylerler" (Triandis, 1994, s. 293). Öte yandan bireyciler "olduğu gibi söyleme" taraftarıdırlar, duygular pahasına da olsa olguları ön plana çıkarırlar.

Doğduğumuz günden öldüğümüz güne dek, gerçek veya hayali kişilerle ve onların beklentileriyle alışveriş halindeyizdir. Kişilik içeriden dışarıya bir yol izlenerek anlaşılamaz çünkü bağlamla iç içedir. Zaten hayat da bir ilişki meselesidir. Kişilik, ancak bu ilişkiler bağlamında gelişir, yalnızca bunlar üzerinden anlaşılabilir.

Kişiliğe dair ilişkisel anlayış, insan doğası hakkındaki bazı efsaneleri ortadan kaldırma bakımından önemli bir role sahiptir ve bilimsel kuramların doğumunda kültürel değerlerin sahip olduğu paya dikkat çeker. Örneğin Kiesler'in (1996) belirttiği üzere Batı kültüründe bireyciliğe yapılan vurgu ilişkisel görüşün temel varsayımlarına ters düşer. Batılıların gözünde kimlik kendi kendini idame ettiren, kendi kendini belirleyen yapıdadır. Bireyciler olarak bizler kendi varlığımızı ve kaderimizi yine kendimizin yazdığını varsayarız. Kim olduğumuzu, olacağımızı belirleyen tek şey özgür irademizdir. Biz müsaade etmediğimiz müddetçe başkaları bırakın bizi değiştirmeyi, etkileyemez bile.

Kişilerarası yaklaşıma göre bireysellik, Batı'nın nesnellik ve rasyonalizm vurgusundan kaynaklanan bir yanılsamadır. Batılı anlayışa göre olayları ve şeyleri analiz etmek, parçalarına ayırmak, temel birimlere ulaşıncaya dek damıtmak ve sonunda onları barındıran, besleyen, hatta onlara varoluş amacı veren daha geniş çaplı ekolojiden ayrıştırmak gerekir. Batılı ego ideali güç, bağımsızlık ve

kendi kendine yetebilmeden müteşekkildir. İlişkilerimiz vardır elbette ama onlara muhtaç değilizdir; zira ilişkiler bağımlılığa, bağımlılık da zayıflığa yol açar. Bilimsel kuramlarımız da bu bakış açısından nasibini almıştır. Kişiliğin ufak birimlerden veya özelliklerden oluşması gibi pek çok psikoloğun üstünde ikinci kez düşünme ihtiyacı duymayacağı bir kavram bile bir tür kültürel çarpıtma olarak görülebilir.

## Kişilerarası Yaklaşımın Kökenleri

Harry Stack Sullivan, kişilerarası yaklaşımın babası kabul edilir. Sullivan'ın fikirleri büyük oranda, yirminci yüzyılın başından ortasına kadar psikiyatriye egemen olan klasik analitik ve tıbbi modellere tepki olarak doğmuştur. Biyografi yazarları genellikle Sullivan'ın kendi gelişimindeki çalkantılara dikkat çekmeye meyletse de, Sullivan muhtemelen her iki modelin de sosyal unsurları göz önüne almadan insanı zımnen suçlama eğiliminde olduğunu düşünmüştür. Klasik psikanaliz, yükselen cinsel ve agresif id içgüdüleri ile onların egonun savunma süreçleriyle kapsanması arasındaki çatışmayı temel alır. Diğer insanlar yalnızca idin taleplerini yerine getiren veya karşılıksız bırakan nesnelerdir; kendi hayatları, arzuları, umutları, hayalleri olan bireyler gibi görülmezler. Freud insanları bu şekilde ferdiyetlerinden sıyırarak, patolojiyi şahsi bir mesele haline getirmiştir. Keza tıbbi model de psikopatoloji kişiye ait bir hastalık olarak görülür; anormal olan da, tanı alan da, tedavi görmesi gereken de kişinin kendisidir.

Sullivan'ın katkısı, belki birey üzerinden daha çarpıcı ve somut bir görüntü sergilese bile bazı akıl hastalıklarını ortaya çıkaranın, sürekli hale getirenin uyumsuz sosyal etkileşim ve iletişim örüntüleri olduğunu fark etmiş olmasıdır. Bu doğrultuda Sullivan'a (1953, s. 110-111) göre kişilik "kişinin yaşamını niteleyen mükerrer kişilerarası durumlar kümesidir". Belki de bizi delirten sözgelimi ailemiz, patronumuz veya eşimizdir. Patolojiyi sosyal alışveriş sistemimizin bir parçası haline getiren Sullivan hem psikopatolojiyi tekrar ait olduğu ekolojik bağlama yerleştirmiş hem de tedaviye daha fazla empati ve hümanizm kazandırmış oldu. Artık kişi birtakım semptomları taşıyan bir kap olarak görülmüyordu; patolojinin iletişim örüntüleri üzerinden doğup kendini idame ettirdiği anlaşılmıştı.

Oysa patolojinin kökenlerinin bireysel değil etkileşimsel olabileceği keşfi yalnızca başlangıçtı; bir süreçten ziyade olasılıktı. Bu keşif bozuk iletişimin nasıl geliştiğini açıklamıyordu. Neyse ki Sullivan bazı yakın alanlardaki son gelişmelerden haberdardı. Psikopatolojinin etkileşimsel zemininin taslağını oluştururken özellikle de George Mead'in simgesel etkileşimciliğinden ve antropolog Edward Sapir'in kültür ve dilbilim alanındaki çalışmalarından yararlandı. Kişilerarası

yaklaşımın temeli olan ve Sullivan'ı en çok uğraştıran mesele benliğin doğasıyla ilişkilidir. Zımnen hepimiz benliği bir şey olarak, tıpkı bir taş gibi net sınırları olan somut bir varlık veya cisim olarak düşünürüz. Halbuki bu doğru olsaydı, tam olarak kim olduğumuzu her daim bilirdik. Freud'un halihazırda gösterdiği üzere özbilinç düşünsel yaşamla sınırlı değildir; bilinçdışının üstünde salınır, erişilmez ve uzaktır. Sullivan bununla da yetinmez. Bilinçdışının perdelerinin ardında gizlenen asli bir benlik olmadığını söyler. Aksine, başkalarıyla etkileşimde tekrar tekrar tanımlanan bir benlik kavramı vardır. Çocuğa kötü biri olduğunu defalarca söylerseniz, çocuk çok geçmeden size inanacaktır.

Sullivan'ın görüşleri sonucunda, psikolojiyle varoluşçuluk arasında bir köprü kuruldu. Bizler kimseye muhtaç olmayan varlıklar değiliz. Hatta kim ve ne olduğumuzdan asla tam olarak emin olamayız. Benlik kavramı olası bazı hipotezlerin bir araya gelmesinden oluşur. Bu hipotezlerin bazılarını desteklemek, bazılarını da çürütmek isteriz. Varoluşçuluk önce var olduğumuzu, sonra kendimizi tanımladığımızı savunur. Kişilerarasıcılar ise benlik kavramımızın oluşumunda diğer insanların elzem olduğunu iddia ederler. Onaylayıcı bulduğumuz etkileşimler ideal benliğimizi destekler. Kafamızı karıştıranlar ise bizi güvensiz bir varoluşsal zeminde müşkül durumda bırakır. Bunlar ya gerçekte olduğumuz kişiyle, asıl benliğimizle tutarsızdır ya da benliğimizi özgüvenimizi tehlikeye sokacak, kaygı ve güvensizliğimizi artıracak nahoş bir biçimde resmeder. Kişilerarası ve psikodinamik görüşler tam da bu noktada birbirinden ayrılır. Freud'a göre ego esasında bastırmayı ve diğer savunma mekanizmalarını ustalıkla kullanabilen bir diplomattır. Kaygıysa içgüdüsel dürtülerin bilince açılmanın eşiğinde olduğunu egoya haber vererek gerekli tedbirlerin almasını sağlar. Oysa Sullivan, kaygının kişilerarası bir şey olması itibariyle sembolik veya düşünsel düzeyde dahi olsa birileri mevcut bulunmadan kaygının var olmasının mümkün olmadığını savunur.

Nice ilginç ve harikulade katkısına rağmen Sullivan sistemli bir düşünür olarak görülmez. Hatta kitaplarının büyük kısmı, sıkı takipçilerinin yayına hazırladığı eski derslerinden oluşur. Ayrıca öne sürdüğü kişilik kavramları, en azından çağdaş standartlarla ele aldığımızda öyle çok da kişilerarası nitelikte değildir. Mesela bunlara örnek olarak kekeme veya homoseksüel kişiliği verebiliriz. Yine de Sullivan 20. yüzyılın en önemli kuramcılarından biri addedilir. Görüşleri farklı kollardan çok sayıda araştırmaya vesile olmuştur ki bunlar arasında şizofrenideki meşhur "çifte açmaz"* [*double bind*] kuramının ortaya çıkmasına

---

Çifte açmaz kuramında, özellikle de çocukluk döneminde birbiriyle çelişen mesajlara sürekli olarak maruz kalmanın şizofreni gelişiminde etkili olduğu savunulur. Örneğin bir anne çocuğuna onu sevdiğini söylerken aynı zamanda ondan tiksinen bir surat ifadesine bürünürse, çocuk buradan alacağı mesajı seçemez ve haliyle uygun bir tepki vermesi de mümkün olmaz. – ç. n.

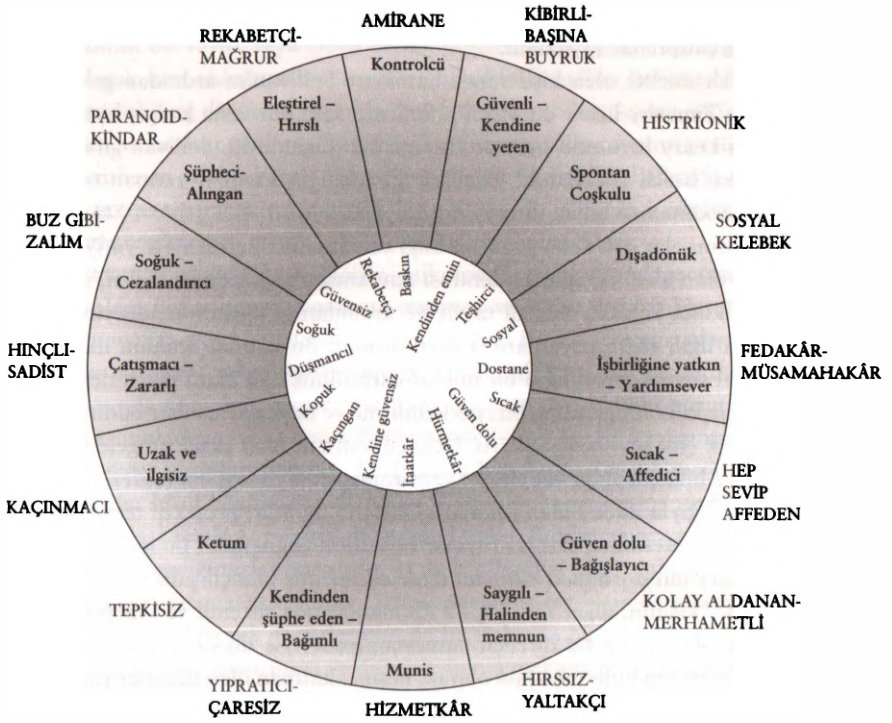
vesile olan araştırma (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956), aile iletişim örüntülerine dair araştırmalar ve hatta (kinezik denilen) sözel olmayan iletişim alanına dair çalışmalar sayılabilir.

Yeni filizlenmekte olan kişilerarası harekette Sullivan'ın ardından gelen en önemli isim Timothy Leary'dir (1957). Sullivan zeki olmasına karşın biraz dağınıktı ama Leary hem zeki hem de sistemli bir düşünürdü. Sullivan gibi o da psikanalizden bolca yararlandı. Özellikle de kişiliğin katman katman olduğu görüşü, psikodinamik bilinç düzeyleri görüşünü andırır. Gel gelelim Leary'nin söz ettiği katmanlar çok daha geniş bir bilgi yelpazesini düzenlemeye yarıyordu. İlk katman olan aleni iletişim kişilerarası davranışların gözlemlenebilen, nesnel yanlarıdır. İkinci katman bilinçli tasvir ve tanımlama, kişinin kendisiyle veya başkalarıyla ilgili sözlü beyanlarıyla dışa vurulur. Bu katman (tanımı itibariyle uzlaşımsal sosyal gerçekliğin bir miktar çarpıtılmış hali olan) öznel deneyim dünyasıyla ilişkili olduğundan, bireyin kendisine ve başkalarına dair bildirimleri genellikle pek çok şeyi açığa çıkarır. Üçüncü katman olan şahsi simgeleştirme, önbilinçte ve bilinçdışında var olup "yansıtmalı, dolaylı düşlem/fantezi malzemeleri" aracılığıyla ifade bulan isnatlarla/atıflarla ilgilidir; projektif testler, fanteziler, sanatsal üretimler, arzular rüyalar ve serbest çağrışımlar bu malzemelere dahildir. Leary'nin dördüncü katmanı ifade edilmemiş bilinçdışıdır ve bilinçten sansürlenen, "kişinin, diğer tüm kişilik katmanlarında sistemli ve saplantılı biçimde kaçındığı (...) ve bu dirençli namevcudiyetleriyle dikkat çeken" (s. 80) meselelere istinaden kullanılır. Son olarak, beşinci katman olan değerler yalnızca ego idealinde değil, aynı zamanda kişinin kendisini ve başkalarını yargılarken kullandığı standartlarda tezahür eder.

## Döngüsel Model

Leary ayrıca, kişilik kuramının tarihindeki en etkili geometrik modellerden olan **kişilerarası döngü**nün [*interpersonal circumplex*] geliştirilmesine de katkıda bulunmuştur (Freedman, Leary, Ossorio ve Coffey, 1951; Leary, 1957). Bu döngüsel model genellikle kişilerarası halka [*interpersonal circle*] adıyla anılır. *DSM*'de kişilik bozuklukları aralarında herhangi bir etkileşim bulunması gerekmeyen birbirinden bağımsız kategoriler olarak verilirken, bu döngüde kavramlar dairenin dilimleri gibi veya saatin ön yüzü gibi dizilidir. Dolayısıyla her kişilik, en yakın komşularıyla hafifçe iç içe geçer.

Bu halkanın ana eksenleri, kişilerarası ilişkiyi tanımladığı düşünülen iki içerik boyutu olan baskınlık ve yakınlıktır (Kiesler, 1996). Halkanın her dilimi yani her kişilik farklı isimler alsa da, hepsi baskınlık ve yakınlığın farklı oranlardaki




**ŞEKİL 2. 1** Kiesler'in 1982 tarihli kişilerarası halkası (Millon ve Klerman, 1986'dan uyarlanmıştır.).

karışımıdır. Birbirine yakın olanlar yakından ilişkilidir, birbiriyle karşı karşıya olanlarsa gerçek hayatta da birbirine zıttır. Leary'nin resmettiği orijinal halkada örneğin bağımlı kişiliğin eşit düzeyde yakınlık ve itaatten oluştuğu görülürken, sorumlu-hipernormal diye isimlendirdiği kompülsif kişilikte eşit düzeyde yakınlık ve baskınlık bulunmaktadır. Leary ayrıca bu halkanın diğer yaklaşımlarla ilişkisine de dikkat çekmiştir. "Halka üzerindeki her çeyrek" der Larry, "Hippokrates'in mizaç ve suyuklarına denk düşer; dikey ve yatay eksenlerse psikanalizin iki temel dürtüsü cinsellik ve saldırganlığa karşılık gelir." Günümüzde en bilindik modellerden biri olan Kiesler'in (1986) 1982 tarihli kişilerarası halkasını Şekil 2. 1'de görebilirsiniz.

### *Dengeleyicilik*

Kişilerarası yaklaşımın en cazip özelliklerinden biri kuramla kavramlar arasındaki sıkı bağdır: Kişilerarası ilkeler doğrudan bu daireyle eşleşir. Bu ilkelerden en önemlisi dengeleyiciliktir. Kiesler'a (1983, s. 198) göre "Kişilerarası eylemlerimiz etkileşim kurduğumuz kişilerde, özellikle de önemsediğimiz insanlarda 'sınırlandırılmış [tepki] öbeklerine' yol açmak, bunları çağırmak, teşvik edip uyandırmak ve cazip kılmak üzere tasarlanmıştır." Kişilerarası her girişim, (çizmek istediğimiz imaja ters düşen) onaylayıcı olmayan tepkileri zımnen dışarıda bırakıp yalnızca (benlik sunumumuzu doğrulayan) onaylayıcı tepkilere zımnen yer açma maksadı taşır. Eğer kişilerarası sürecin her katılımcısı ötekinin tepki kümesini başarıyla kontrol edebilirse, herkesin ihtiyaçları müşterek biçimde karşılanmış olur. Benlik sunumuyla ilgisiz veya tutarsız tepkiler ise muhtemelen görmezden gelinecek veya güvensizlik ve gerilim yaratacaktır. Kişilerarası dairede dikey eksende (kontrol ekseninde) karşılıklı duran veya yatay eksende (yakınlık ekseninde) benzeşen davranışların birbirini dengelediği düşünülmektedir. Bunu gündelik dilde ifade edecek olursak baskınlık itaati, itaat baskınlığı çeker. Bir yandan da dostanelik dostaneliği, nefret nefreti çeker (Carlson, 1969; Kiesler, 1983).

### *Normallik ve Anormallik*

Kişinin kendisini dış dünyaya sunuş biçimini kontrol edebilmesi için mutlaka kendine ve başkalarına dair zımni inançlara sahip olması, dünyaya belli bir açıdan bakması gerekir. Kiesler (1966, s. 87-88) bunu "kişi tam da kendi öngörülerinin sonuçlarına sebep olur (...) hem de sadece öngörüsü gereğince olur bu" diye açıklar. Örneğin çok rekabetçi bir insan çevresindekileri de kendisi gibi rekabetçi görme eğiliminde olduğundan onlarla arasındaki rekabetin dozunu artırır, böylelikle kendisine bir hayli rekabetçi ortam yaratmış olur, bu da rekabete girmek isteyenleri ona çeker. Genel bir ilke olarak denebilir ki herhangi bir kişilik tarzıyla bağdaştırılmış sosyal gerçeklik genellikle o gerçekliği doğrulayan tepkiler uyandırır, yani ortaya kendini gerçekleştiren bir kehanet çıkar. Bazen bu epey adaptif bir durum olabilir; mesela arkadaş canlısı insanlar başkalarında da dostane duygular uyandırırlar, herkesin içini açarlar.

Gelin görün ki kişilik bozukluklarında sonuç çoğu zaman kısırdöngüdür. Patolojik düzeyde katı bireylerin dar benlik algıları vardır. Başkalarından aldıkları ancak belli başlı tepkileri onaylayıcı bulur, ilişkilerinde hep bu tür tepkileri ararlar. İhtiyaçları güçlü ve istikrarlı olduğundan, kısıtlı benlik algısı olan kişiler çevresindekilere kontrolcü veya zorlayıcı gelebilir. Mesela narsisistler özel veya üstün oldukları hissini destekleyecek övgüler duymaya, şımartılmaya her daim ihtiyaç duyarlar. Kiesler (1996, s. 127) örnek olarak kompülsif kişiliği gösterir.

## *Odak Noktası: Sosyal Dinamikler*

### Yetenekli Rakip

**Kişilik ve İş Ortamı**

Başka bir video kasette Jenna, işyerinde yaşadığı sorunlar nedeniyle yönlendirilmiş genç bir çalışandan kendi iş ortamını amansız bir mücadeleye dönüştürmesinin hikâyesini dinledi. Süpervizörleri adamın harika bir iş çıkardığı konusunda hemfikir olmakla beraber ofisteki hallerinin herkesi gerdiği kanaatindeydiler. Adam nihayetinde büyük oranda tek başına çalışacağı başka bir pozisyona tayin edilmişti. İş arkadaşlarına dürüst geribildirimleri sorulduğunda adamın hemen her şeyi yarışmaya çevirdiğine; en iyi, en uzun, en hızlı çalışanın kendisi olduğunu kanıtlama ihtiyacı hissettiğine dair izlenimlerini paylaştılar. Eskiden rahat bir ortam olan ofisleri sanki bir yarış parkuruna dönmüştü. Zamanla kimse ona katlanamaz olmuştu.

Kompülsifler kendilerini rasyonel, mantıklı, kontrollü kimseler olarak ortaya koyarlar; oysa çevrelerindeki insanlar onların yanında sıkılır, bunalır, kendilerini mercek altında hissederler. Katılığı orta düzeyde olan insanlar onaylayıcı etkileşimlere girebilecekleri birini genellikle bulurlar; patolojik düzeyde olanlarsa öyle kısıtlayıcıdırlar ki insanlar onlardan kaçacak delik ararlar. Oysa katı bireyler bu kaygıyı sezince çabalarının dozunu iyice artırırlar; bu da elbette karşılarındakinin iyice kendini çekmesine sebep olur, yani ortaya bir kısırdöngü çıkar. Özellikle de stresli dönemlerde bu tür insanlar önceden pekişmiş, otomatik davranışlarına kayabilirler, ki bu da tepki yelpazelerini iyice daraltarak onları daha da katılaştırır ve "transaksiyonel tırmanma" adı verilen fenomeni ortaya çıkarır. Aslında burada kişi kendi patolojilerinin ardındaki itici güç haline gelmiştir.

Nasıl ki kişilik özelliklerinin yoğunluğu düşük veya yüksek olabiliyorsa, kişilerarası davranışta da bu tür bir yoğunluk boyutu vardır. Normal insanlar davranışlarını duruma uygun düşecek şekilde ayarlar. Mesela acil durumlar uç tepkiler vermeyi gerektirir. Gel gelelim bazı insanlar her zaman aşırı tepkiler verir, onaylayıcı tepki kümesini faaliyete geçirmeye hizmet eden abartılı davranışları sürekli sergiler. Hemen her narsisist kendini diğerlerinden üstünmüş gibi dışavursa bile bazıları diğerlerinden çok daha kibirlidir. Şekil 2. 1'deki 1982 tarihli kişilerarası döngüye gerek normal sınırlarda bulunan gerekse patolojik uçlara daha yakın insanlara istinaden çeşitli sıfatlar sıralanmıştır. Örneğin güven dolu ve bağışlayıcı insanlar olduğu kadar, kolay aldanan merhametli insanlar da vardır. Kimileri dışadönüktür, kimileriyse sosyal kelebek. Katılık ve yoğunluk, anormalliğin değerlendirilmesinde önem teşkil eden iki kişilerarası kriterdir. Bazı insanlarda hem katılık hem de yoğunluk yüksektir; iki tarafın da en kötü yanlarını almışlardır.

## *Odak Noktası: İlişkiler*

### Geçimsiz Çift Vakası

**Kişilik, çiftleri nasıl etkiler?**

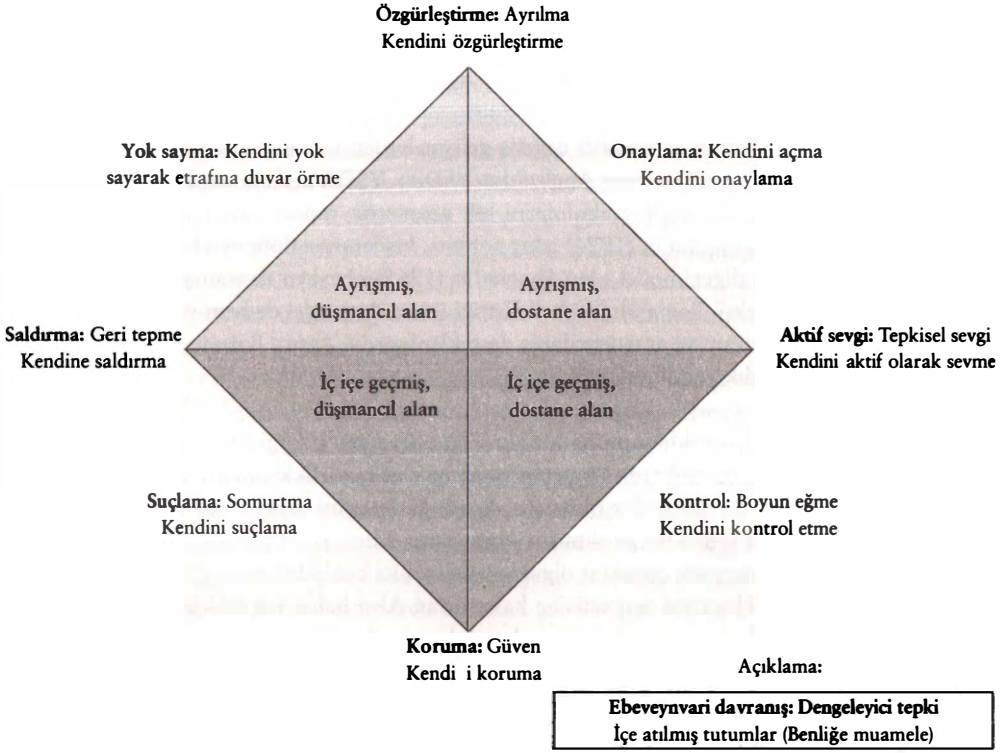
Staja hazırlık dersi kapsamında Jenna tecrübeli bir psikoloğun, ilişkilerini gözden geçirmek ve boşanma seçeneğini değerlendirmek isteyen orta yaşlı bir çiftle görüşmesini izledi. Kadın ayrı bir kimliği olmadığını hissediyordu. Üniversiteye gidip kariyer yapmak istiyordu. Oysa bu konuyu her açtığında kocasının aşırı kontrolcü bir tavır takındığını fark etmişti; evliliklerinde uzun süredir devam eden bir sorundu bu. Üniversiteye gitmesiyle ilgili istisnasız her konuşma şiddetli bir tartışmaya dönüyor, ardından uzun süren sinir bozucu bir küslük ve karşılıklı gerginlik baş gösteriyordu. Kadın, omzuna iyice yük bindiren bir terfiden sonra kocasının kontrolcülüğünün arttığını, bunun da daha sık tartışmalarına neden olduğunu fark etmişti. Adam artık ilişkisinde yalnızca genelde de en sık kullandığı kişilerarası stratejiyi kullanabilir olmuştu.

## Yapısal Sosyal Davranış Analizi

Kişilerarası kuramda yaratıcı çağdaş gelişmelerden biri Benjamin'in (1974, 1996) **Yapısal Sosyal Davranış Analizi**'dir (YSDA). YSDA kişilerarası davranışı, nesne ilişkilerini ve benlik psikolojisini tek geometrik model altında birleştirmeyi amaçlar. Benjamin'in (1974) çıkış noktası, kişilerarası döngüyü bu alanda etkili olmuş bir diğer model olan Shaefer'in (1965) ebeveyn davranışı döngüsüyle birleştirmekti. Benjamin'in de belirttiği üzere iki model de hem itibarlıydı hem de klinik kuram ve araştırmalarca destekleniyordu. Ayrıca ikisinin de yatay ekseninde yakınlık yer almaktaydı.

Kontrolün karşısında klasik kişilerarası döngüde ("Leary döngüsü"nde) itaat, Shaefer'daysa özerklik tanıma yer alır. Her ebeveynin bildiği üzere çocukları kontrol etmekle, bir noktada kontrolü bırakmak ve böylelikle onların büyüyüp sorumluluk sahibi yetişkinler olmasına, kendi kaderlerini tayin etmelerine izin vermek arasında temel bir gerilim söz konusudur. Ebeveynler çocuğa yavaş yavaş özerklik verdiğinde çocuklar olgunlaşarak sahici benliklerine, özgün potansiyellerini gerçekleştirme serbestisine kavuşurlar. Aksi halde kaçırdıkları fırsatlardan ve kendilerine güvenilmemesinden dolayı içerleyebilir veya üzerlerindeki kontrolü kabullenip ebeveyn egosunun uzantısı haline gelebilirler. Psikodinamik yaklaşımda aradaki bu gerilim ayrışma-bireyleşme kavramı üzerinden açıklanır (Mahler, Pine ve Bergman, 1975). Bebekler kendilerine bakım veren kişilere bağlanırlar; bireysel kimliklerinin gelişmesi için onlardan ayrışmaları gerekir.

Benjamin (1974); Leary (1957) ve Shaefer'ın (1965) döngülerini bir araya getiren üç döngülü bir kişilik modeli geliştirmiştir. Bu modeli sıkıştırılmış halde Şekil 2. 2'de görebilirsiniz. Benjamin'e göre dengeleyicilik ilkesi yalnızca Leary'nin kavramlarıyla kısıtlı değildir; kişinin başkalarına yönelik iletişimiyle kendine dair iletişiminin birbirine denk düşen noktalarıyla da bağlantılıdır. Bu doğrultuda başkaları özgür bırakıldığında ayrışarak kendi yollarında gelişirler. Oysa Leary'nin döngüsünde böyle ayrışmış bir alan yoktur. Leary'nin döngüsü gibi YSDA'nın da yarısı dostane, yarısı düşmancıldır. Öte yandan kontrol-özgürleşme ikiliğine ayrıca vurgu yapılması bakımından YSDA özgürlüğü teşvik eden sevgi davranışlarını kapsar. Bu davranışlar karşıdaki kişiyi onaylar ve bunun karşılığında kişinin kendisini daha fazla açmasını bekler. YSDA'da ayrıca zımnen saldırı niteliği taşırken özerklik tanıyan davranışlar da mevcuttur. Bu davranışlar diğer insanları yok sayar, bu da onların dengeleyici pozisyon alarak




**ŞEKİL 2. 2** Benjamin'in Yapısal Sosyal Davranış Analizi

duvar çekmesine neden olur. Leary'nin döngüsünden bu tür kombinasyonlar elde etmek mümkün değildir.

İlaveten YSDA benliğin içe atılmış kapsamını, yani psikodinamik yaklaşımın nesne ilişkilerini tarif etmeye çalışır. Buradaki temel mantık, kendimize de başkalarının bize davrandığı gibi davrandığımızdır. Erken gelişimde bu, yaşam boyu varlığını sürdüren özsaygı örüntüleriyle sonuçlanır. Dolayısıyla kendilerine bakım verenlerden sevgi görenler kendilerini sevme, görmezden gelinenlerse kendi refahlarını ihmal etme eğilimindedirler. YSDA modeli bu kitap boyunca referans noktası olarak kullanılmaktadır.

## Bilişsel Yaklaşım

Bilişin kişilikle alakası herhangi biri için bile barizdir. Bırakın bilişsel unsurları, insan bilişine dair genel bilgi sahibi olmak bile davranışta etkilidir. Mesela çocuklar yeni oyuncak istemek için ebeveyninin "eşref saatini" beklerler. Eşler birbirlerinin yanlış anlayabileceği hassas konulardan, davranışlardan kaçınırlar. İş başvurularında doğru ilk izlenimi yaratmak için çaba gösterilir, o kısa görüşme süresince ortaya konan profesyonel ve yetkin tutumun bir tür kişilik özelliği gibi görülmesi, böylelikle de işi kapmayı sağlaması umulur. Topluluk önünde konuşma yapanlar "Beni severlerse anlatacaklarımı da seveceklerdir" diye düşünerek konuşmalarına başlamadan önce dinleyicileri mizahla ısındırırlar. Reklamcılar hedef kitlelerini bilinçdışı düzeyde etkileyebilmek amacıyla reklamlara subliminal mesajlar yerleştirirler. Diplomatlar itidal çağrısı yapar, "sağduyunun" galip geleceğini umarlar. Bu örneklerde görüldüğü üzere insan bilişiyle ilgili alelade bilgiler bile rutin, otomatik, zımni, spontan, bilinçsiz ve dahası öngörülebilirdir. Örneğin görüşmeye gayriciddi bir kıyafetle gelmiş adayın alttan alta "Bu işi önemsemiyorum" mesajı verdiğine inanılır.

Zihin süreçlerimizin bilincine nadiren varsak da bilişsel yaklaşımın temelleri derinlerdedir. Nihayetinde felsefenin bilginin doğasıyla, nasıl edinildiğiyle ve sınırlarıyla ilgilenen dalı epistemolojiye kadar dayanır. İngilizcedeki **cognitive** [bilişsel] kelimesinin Latince kökeni "bilmiş olmak" anlamı taşır. "Nasıl öğreniriz?", "Ne öğrenebiliriz?" ve "Duyum ve algı arasındaki ilişki nedir?" gibi sorular, biliş çalışmalarıyla insan gelişimi ve gündelik yaşam arasında köprü kurar. "Muhakemelerimizi en iyi nasıl doğrulayabiliriz?" gibi diğer sorular da bilişi bilimsel yöntemimiz ve bilim felsefemiz bakımından önemli hale getirir. Hatta bir tür zihinsel temsil gerektirmeyen bir şey düşünmeniz veya algılamanız mümkün olmadığından, biliş çalışmaları ne kadar olağan da olsa basit duyumlardan mistik deneyimlere varıncaya kadar insana ve hayata dair hemen her alanla bağlantılıdır. Fikirler gerçekliğin kendisi değildir belki ama zihnin bilip

bileceği tek şey fikirlerdir. Dünyayı, kendimizi, başkalarını ve geleceği fikirlerle temsil ederiz. Fikirler bize bir şeyleri kafamızın içine alıp onları inceleme; bazı kısımlarını daha detaylı analiz etmek üzere ayırma, bazılarını ıskartaya çıkarma, bazılarınınsa önem derecesini değiştirme gibi imkânlar sunar. Haliyle bilişsel psikoloji taraftarlarının bilişin bütünleştirici bir kişilik modeli olarak kullanılmasını teklif etmesi hiç de şaşırtıcı değildir.

## Bilişsel Yaklaşımın Kökenleri

Bilişsel psikoloji 1950'lerde davranışçılığa tepki olarak ortaya çıkmıştır. Çok sayıda deneysel psikolog, zihinsel içeriği araştırmaların dışında bırakarak psikologların insan zihnine yönelik çalışmaları adeta sürgün ettiklerini düşünüyordu. Ayrıca davranışçılığın paradigmasını sarsabilecek bazı başka sorunlar da su yüzüne çıkmaya başlamıştı. Bu sorunların her biri, basit bir uyaran-tepki bağlantısıyla açıklanamayacak kadar çetrefilli ve ardışık davranış örüntüleri barındırıyordu. Psikologların gözünde, bilişsel ve davranışsal fikirler arasındaki klasik çatışma "Dil nasıl edinilir?" sorusuyla bağlantılı olarak ortaya çıkıyordu. 1957'deki çalışmasında Skinner konuşmayı standart davranış ilkeleriyle açıklamaya çalıştı. Konuşma, tamamı uyaran kontrolü altında olmak üzere pekiştirme kanunlarıyla uyumlu işlev gösteren şekillendirilmiş bir tepki zincirinden ibaretti. İyi ürünler pekiştiriliyor, sıklaşıyordu; kötü ürünler ise pekiştirilmediğinden zamanla ortadan kalkıyordu. Neyin pekiştirilip pekiştirilmeyeceğini belirleyen çevre olduğu için, gerçek yenilik veya özgür düşünce baştan itibaren denklem dışı bırakılmıştı.

Chomsky (1959) Skinner'ın (1957) görüşlerini darmaduman eden bir değerlendirme kaleme aldı. Dilbilimci olması itibariyle Chomsky dilin davranışsal olarak öğrenilemeyecek kadar karmaşık olduğu kanaatindeydi. Dil daha ziyade hem yüzeysel bir yapıdan (doğrudan dile getirilen sözcüklerden) hem de kendisinin "derin yapı" adını verdiği, yüzey yapıdaki belirsizlikleri çözen bir dilbilgisi kodundan oluşuyordu. Chomsky ayrıca gerçek dünyadan da örnekler veriyordu: Dil öğrenimindeki kritik evrede çocuklar bazen günde beş altı yeni kelime öğrenirler; bu beceriyi pekiştirmeyle açıklamak mümkün değildir. Dolayısıyla, Chomsky zihinsel mekanizmaları dosdoğru Skinner'ın kara kutusuna koymakla kalmayıp, ayrıca bunları insana özgü olduğu varsayılan dil yetisinin anlaşılması uğraşının tam göbeğinde konumlandırmıştı.

Bilişsel psikoloji alanının dışında bilgisayarların ortaya çıkması (kapsamlı bir tartışma için bkz. Gardner, 1985) ve bu doğrultuda gerek bilişsel bilimin gelişmesi gerekse bilgiişlemin bir zihin metaforu olarak kullanılmaya başlanması bakımından önem teşkil eden bazı gelişmeler yaşandı. 1936'da Alan Turing

ilkesel olarak hesaplanabilir her problemin, modern bilgisayarın sıfır ve birlerine tekabül eden bir dizi ikili işlemle çözülebileceğini ortaya koydu. Turing'in çalışmalarından yola çıkan matematikçi John von Neumann modern bilgisayar sistemlerinin mimari yapısını oluşturdu. 1930'ların sonlarında Claude Shannon enformasyon kuramını geliştirdi. Bu kuram, enformasyonu parçası olduğu fiziksel ana yapıdan hayli bağımsız biçimde kendi temel birimleri, ikili basamakları veya parçaları bağlamında düşünme imkânı sunuyordu. 1950'lerin ortalarına gelindiğinde Newell ve Simon mantık sembollerini kullanarak matematiksel ispatlar yapabilen bir bilgisayar programı geliştirmişlerdi. Daha sonra bir de, büyük problemleri daha küçük parçalara ayırıp ardından hangi yaklaşımın çözüme veya hedefe daha yakın düşeceğini değerlendirebilen General Problem Solver'ı [Genel Problem Çözücü] geliştireceklerdi. Bilgisayarların işleyiş biçimiyle zihnin işleyişi arasındaki benzerlik giderek belirginlik kazanıyordu.

Bilişsel psikoloji, dilbilim, sinirbilim, yapay zekâ ve pek çok felsefe dalını bir araya getiren ve yeni yeni filizlenen bilişsel bilim günümüzde "tür narsisizmimizi", yani insanların her nedense kozmik düzende kendilerine hayati bir rol bahşedilmiş özel varlıklar oldukları düşüncesini tersine çevirmeye yarayabilecek bir dizi devrimin en son halkasıdır. İlk önce Copernicus Dünya'nın evrenin merkezi olmadığını ispatladı. Kozmik olaylar kendi kanunları doğrultusunda gerçekleşir, ne Dünya'nın ne de içindeki insanların çevresinde döner; astroloji bilim, yıldızlar da kıyamet alameti değildir. Gel gelelim mantık yürütme kapasitesine sahip yegâne canlının insan olduğuna bu dönemde de inanılmaya devam ediliyordu. Derken Darwin gelip bitki ve hayvan dünyasındaki çeşitliliği oraya çıkaran süreçlerin insanların varlığını da açıkladığını ortaya koydu. İnsanla hayvan arasındaki fark artık nitelikten ziyade nicelik meselesiydi. Yine de bu dönemde insanların hiç değilse özfarkındalık sahibi olduğuna inanılıyordu, ta ki Freud sahneye çıkana dek... Freud'a göre bilinçli farkındalık okyanusun yüzeyindeki dalgalanmalara benziyordu; davranış üstünde belirleyici rol oynayan gerçek güçler ise başka yerde, bilinçdışındaydı.

Bilişsel bilim bu ilk dönemlerdeki keşifleri genişleterek düşüncenin biyolojik temellerinin daha genel prensiplerin özgül hallerinden ibaret olduğunu; bu genel prensiplerin şifrelerinin çözülmesi halinde zekâ ve özfarkındalığın, belki gelişkin bir bilgisayar bile dahil her tür fiziksel ana yapı için mümkün hale gelebileceğini savunur. Bu yapıların her biri mimarisi doğrultusunda kimi yatkınlıklar taşıyacaktır belki ama uzak gelecekteki yapay zekâlı bilgisayar ile insan birbirinden prensipte ancak Ford ile Chyrsler kadar, yani ayrı marka etiketleri taşıyan iki aynı şey kadar farklı olacaktır. Eğer bu genel eğilim geçerliyse, her sahici bilimsel devrimin insan narsisizmini bir yerinden kırdığı, aksi takdirde devrimden sayılamayacağı sonucuna varabiliriz.

## Bilişsel Tarzlar

Bilişsel yaklaşımı en iyi anlamanın yolu muhtemelen, alternatif modellerin eksik kalan yanlarını incelemekten geçer. Bir bilgiişlemci olan zihin dünyaya, kişinin kendisine, başkalarına dair bilinçli ve bilinçsiz bilgileri sürekli toplayıp seçer. Ayrıca kendi kendine koyduğu hedeflere yaklaşmasını sağlayacak planlar yaparken geçmiş olasılıkları ve gelecekte karşılaşılabilecek durumları göz önünde bulundurur, sonrasında harekete geçer, elde edilen sonuçları değerlendirir, deneyimden ders alır. Oysa genel kanı zihnin gelişkin bir kayıt cihazı olduğu yönündedir. Gerçekten böyleyse bugüne kadar yaşadığınız her şey beyninizde bir yerlerde ilk günkü haliyle muhafaza ediliyor demektir. Bilincinizle bilinçdışınız arasındaki sınırın koruyucu bir işlevi vardır: Depolanan bilginin hacmi öyle geniştir ki, sizi böylesi bir çığın altında kalmaktan korumak adına anılarınıza erişiminiz kısıtlanmıştır. İyi bir kayıt cihazıyla kaydedilen her iç temsilin nesnel gerçeklikle birebir örtüşmesi beklenir. Bu koşulda duyum, algı ve yorum arasında hiçbir fark kalmaz; algılamakla duyumsamak eşanlamlı hale gelir. Felsefede bu genel kanıya **gerçekçilik** adı verilir.

Buna karşın bilişsel yaklaşım zihnin faal biçimde, dur durak bilmeden dünyaya, kişinin kendisine, başkalarına ve geleceğe dair "yorumlar" geliştirdiğini savunur. Sözgelimi "Değerli bir insanım" veya "Başkaları hep bana zarar vermek istiyor" gibi inanışlar mükerrer deneyimleri temel alır, psikolojik işlevsellik bakımından uzun vadeli sonuçlar doğurur. Zihin sırf temsil kabiliyeti kısıtlı olduğu için iyi bir kayıt cihazı olamasaydı, bilişle kişiliğin ilgisi kalmazdı. Herkesin kafasında aynı gerçeklik haritası olurdu; sadece bazı insanlarınki diğerlerinkinden biraz daha bulanık gözükürdü, o kadar. Zekânın tek boyutta ölçülebileceği düşüncesinden doğan zekâ katsayısı (IQ) kavramı da aslında bu isabetsiz görüşün uzantısıdır.

Kişilik üzerine çalışanlar için işler tam da burada ilginçleşir: İnsan neyi dikkate değer addeder? Bu seçimi neye göre yapar? Uyaran nasıl yorumlanır? Örneğin kaçıngan kişiler kendilerini kusurlu ve utanç verici bulurlar; hal böyle olunca da başkalarınca onaylanmadıklarını veya küçük düştüklerini gösteren her tür göstergeye karşı aşırı hassastırlar. Benliğin kusurlarına işaret ettiği düşünülen her şey devam eden iletişimin arka planından birer kusur nişanesi olarak çekip çıkarılır, bu da kişilerin nihayetinde hemen her tür sosyal etkileşimden kendilerini geri çekmelerine yol açar. Paranoid kişiler masum yorumları eleştiri gibi duyarlar. Narsisist kişiler kendi üstünlüklerine inanma ihtiyaçları doğrultusunda kendi yeteneklerine veya zekâlarına dair en ufak sinyale karşı her daim tetiktedirler. Sonuç olarak zihin temas ettiği her şeyi çarpıttığından, kayıt cihazı modeli çöker.

Tutarlı bir örüntü halini alan bilişsel çarpıtmaları bilişsel tarz olarak düşünebiliriz. Farklı kişilikler, uzlaşımsal gerçekliği farklı biçimlerde işleme koyar. Mesela histrionik kişiliğin dağınık tarzının uyum sağlamaya hizmet eden bir işlevi vardır. Histrionikler derin, varoluşçu tefekkürlere pek yatkın değildirler. Depresif kişiler insan olmanın anlamı üzerine sabahlara kadar düşünebilirler ama histrionikten böyle bir şey beklenmez. Onların düşünceleri daha ziyade daldan dala sıçrama eğilimindedir. Hiçbir şey derinlemesine düşünülmez; bu da kişiyi nesnenin sürekli zihinde tutulup her açıdan tekrar tekrar incelendiği türden bir kaygıdan, özellikle de endişeden uzak tutar. Histrionik daha hoş, eğlenceli, ilgisini cezp eden bir şeye yönelerek sorunlarını unutuverir. Leary'nin (1957) son derece yerinde bir tabirle "hipernormal kişilik" olarak nitelendirdiği kompülsiflerse sürekli, kendi süperegolarında içselleştirilmiş olanlar da dahil otorite figürlerinin kendilerini kınamasına yol açacak hatalar yapma korkusu içindedirler. Haliyle kompülsif kişi, Piaget'nin (1954) kavramlarıyla ifade edecek olursak yerleştirenden ziyade özümseyen* sınıfına dahil olur. Kompülsifler onaylanmama riskini göze alamadıklarından, onaylanan ve beklenen her ne ise onu yapmak zorundadırlar; başta dâhice görünse de son tahlilde kusurlu olduğu anlaşılan bir fikirden dolayı eleştiri almaktansa, genele uyum sağlayan sıradan biri olmayı yeğlerler. Dolayısıyla kompülsifler muhafazakâr yolu tercih etme, olasılıkları tekrar tekrar gözden geçirip harekete geçmeden önce hepsini her açıdan gerekçelendirme eğilimindedirler. Kompülsiflerin çığır açan yeniliklere imza atmaları beklenemez ama eleştiriye gelince üstlerine yoktur. Keşif alanına narsisistin özgüveni daha uygun düşer. Kişilik bozukluklarının her birinin kendine özgü bilişsel işlemleme tarzı vardır, ki bunlar kitapta yer alan kişilik bölümlerinin her birinde detaylıca ele alınmaktadır.

## Bilişsel Terapi

Bilişsel psikoloji kişilik bozukluklarında bilişsel yapıların rolüne odaklanan araştırma ve kuramlar için doğal bir zeminmiş gibi görünse de süreç böyle gelişmedi. Kuramsal spekülasyon ve araştırmalar daha ziyade bilişsel terapiden çıktı. Aslında ideal olan, tıpkı mühendisliğin fiziğin doğal bir ürünü olması gibi, uygulamalı bilimlerin hepsinin bir tür saf bilimsel zeminden filizlenmesidir. Terapi tarihinin en büyük isimlerinden biri hiç kuşkusuz Beck'tir. Bilişsel terapinin 1950'lerin ortasında; Beck'in depresif hastaların acı çekmeye mazoşistçe ihtiyaç duyduğu anlayışına, yani o dönemin asli psikodinamik depresyon modeline de-

---

Piaget'nin öğrenme stillerinden ikisi. Yerleştiren öğrenme stili birebir deneyimleyerek öğrenme, özümseyen öğrenme stili ise kavramsal modellerle öğrenme anlamı taşır. – ç. n.

neysel kanıt aramasıyla ortaya çıktığını anlatan bir paragraf Beck ve çalışma arkadaşlarının bilişsel terapiyle ilgili yazdıkları kitapların hemen hepsinde yer alır. Oysa Beck'in yaptığı araştırmalar depresif hastaların başarılı olmaya büyük arzu duyduğunu göstermiş, bu da onu bilişsel yönde ilerlemeye sevk etmiştir. Bu hikâyede o esnada vuku bulmakta olan daha geniş çaplı bilişsel devrimden ve bunun Beck'in düşünceleri üzerindeki etkisindense bahsedilmez. Uygulamalı sosyal bilimlerde bu tür olaylara çok sık rastlanır.

Bilişsel terapistler şemalar adını verdikleri içsel zihin yapılarının içeriğini inceleyerek davranışı açıklayabileceklerini savunurlar. Tarihsel olarak baktığımızda şemaların Barlett (1932) ve Piaget'nin (1926) çalışmalarından türetildiğini görürüz. Bu terim bugüne dek çok farklı biçimlerde tanımlanmışsa da, anlamının tasarı ve plan kavramlarıyla ilişkili olduğu açıktır. Her iki kavram da genel bir eylem planının durumun gerektirdikleri doğrultusunda şekillendirilebileceğine işaret eder. Şemaların, duyumdan tutun da paradigmalara ve organizmanın çevresinde etkili olabilmek için kullanabileceği eylem planlarına varıncaya dek bilişsel sürecin her seviyesinde rol oynadığı varsayılmaktadır. Ayrıca bu şemalar bilişsel operasyonlara her daim açıktır. Yeni düşünme biçimleri vasıtasıyla değiştirilebilir, geliştirilebilirler ama asıl varoluş amaçları ham girdilerden anlam üretmektir. Tıpkı bilişsel bir filtre gibi, dünyayı anlaşılabilir kılmak için kullanılmaya hazır ve nazırdırlar. Bu filtreden geçirilen her şey otomatik olarak işlemden geçirilmiş olur. Dolayısıyla şemaların başlıca avantajı deneyimin verimli şekilde işlenmesine imkân sağlamalarıdır. Mesela kişilerarası ilişkilerdeki farklı durumlar için kodlanmış envai çeşit şema sayesinde kişi her yeni tanıştığı insanla etkileşiminde sıfırdan bazı hipotezler üretmek zorunda kalmaz.

Gel gelelim şemaların sağladığı bilgiişlem tasarrufunun da bedeli vardır. Şemalar duyumlardan gelen ham verilerle öznel deneyimin anlamlı dünyası arasında yer aldığından, farklı yorumların önünü tıkayan kimi yanlı tutumları işin içine sokar; bu da uzlaşımsal gerçekliği çarpıtır. Bilimsel paradigmalar gibi şemalar da dünyanın yapısını belirleyen türden kavramsal önceliğe sahiptir. Bilişsel yükü azaltırken diğer yaklaşımların gelişimine, takdir edilmesine engel olurlar. Hatta şematik beklentilerle oldukça tutarsız olan bilgiler hiç algılanmayabilir bile. Örneğin paranoid, antisosyal veya sadist kişiler düşmancıl tavırlar beklentisinde olduklarından destekleyici davranışları kolayca gözden kaçırırlar. Hepsi bir çeşit sosyal ihmalden mustariptir. Etkileşim yelpazesinin tamamını işleme koyabilmek için gereken şematik yapıları ya yoktur ya da yeterince gelişmemiştir; hal böyle olunca bu bozukluklara sahip bireyler aksi, umursamaz, taş kalpli bir tablo ortaya koyarlar. Görünüşe göre, algı dediğimiz şeyin yarısını peşin hükümler oluşturmaktadır ki kişilik bozuklukları da peşin hüküm oluşturmak açısından pervasızdır.

Aaron Beck ve çalışma arkadaşları başta depresyon olmak üzere I. Eksen'deki bozuklukların pek çoğuna yönelik başarılı bilişsel terapiler gerçekleştirdiler (Beck 1976; Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979). Akıl hastalıklarının çoğunda bilişsel belirtiler görüldüğünden, bilişsel terapi önemli bir tedavi alanı açar. Son yıllarda Beck, Freeman ve arkadaşları (1990) bilişsel yaklaşımı kişilik bozukluklarına da uyarlayarak bu kişilerin deneyimlerini ve davranışlarını şekillendiren şemaları (veya temel inançları) açıkladılar. Diğer tüm inançlar gibi bu şemalar da erişime her zaman açıktır ve duyumları düzenlemek için durmaksızın faaliyet halindedir. Bu doğrultuda bilinçli olmayan düzeyde faaliyet göstererek duygu ve davranışı etkileyen "otomatik düşünceleri" doğururlar. Mesela paranoid kişilikteki "İnsanlar kötü niyetli ve yalancıdır" (s. 47) gibi temel inançlar gerçek ilişki durumlarında "Beni kandırmaya çalışıyor" veya "Ona inanma riskini göze alamam" gibi otomatik düşünceleri tetikler. Bu düşünceler haliyle öfke uyandırır, kişinin gardını almasına ve karşı tarafa düşmanca yaklaşmasına neden olur. Paranoidler içinde bulundukları durumu kendilerine yönelik pek çok saldırının bir yenisi olarak sınıflandırdıklarında öfke düzeyleri yükselir, algıları iyice çarpıklaşır, söz konusu otomatik düşünce pekişmiş olur. Nihayetinde ortaya bilişsel-kişilerarası kısırdöngü çıkar.

Beck ve arkadaşları (Pretzer & Beck, 1996) ayrıca bilişsel çarpıtmaların önemine de dikkat çekerler. Muhakeme sürecinde yapılan bu kronik ve sistemli hatalar uzlaşımsal gerçekliğin yanlış yorumlanmasına katkıda bulunur. Belli başlı çarpıtmalardan biri "ya hep ya hiç" türü düşünmedir. Burada mevcut tüm olasılıklar birbirini dışlayan iki kategoriyle sınırlandırılır. Örneğin kompülsif kişilikte benliğin mükemmel olması talep edilir; en ufacık hata ortaya konan çabanın tamamını lekeler, "Başarısız oldum" sonucuna varılır. Kusursuzluktan başka seçenek olmadığından, kompülsifin ikici düşünme biçimi bir başka çarpıtmaya, dramatikleştirmeye neden olur. Dramatikleştirmede her şey facia gibi görülür, gerçekçi bir bakış açısı yoktur. Dolayısıyla kompülsif bir adım daha ileri giderek "Herhalde beni kovacaklar" sonucuna varabilir. Diğer bir örnek de şahsileştirmedir. Burada da dışarıda olup bitenler kişinin kendisiyle alakalı görülür. Mesela partide bir grup insan bilinmeyen bir sebepten ötürü gülmeye başlarsa, kaçıngan kişilik kendisinin sosyal beceriksizliğine güldükleri kanaatine varabilir. İnsanların partilerde gülmesine sebep olacak çok daha gerçekçi sebepler, patolojiyi destekleyen bir yorum uğruna otomatik biçimde ihtimal dışı görülür.

Beck ve arkadaşlarının (1990) bir ayağı evrimde olan bilişsel terapi modeli, makul ölçüde olması halinde adaptif işlev gösterecek ama kişilik patolojisinde abartılı boyutlara ulaşan bazı ilkel evrimsel stratejilerle kişilik bozuklukları arasında bağlantı kurar. Örneğin bağımlı kişilik "yardım ettirme" stratejisine örnek teşkil eder. Engellerle karşılaştığımızda yardım istemek hem kişisel hem de ev-

TABLO 2.1 Kişilik Bozukluklarında İlkel Strateji ve İnançlar

| *Strateji* | *Kişilik* | *Örnek İnanç* |
|---|---|---|
| Sömürgen | Antisosyal | "Herkes enayi." |
| Yardım ettirme | Bağımlı | "Hayatta kalabilmek için insanlara ihtiyacım var." |
| Rekabetçi | Narsisist | "Ben kurallar üstüyüm." |
| Teşhirci | Histrionik | "Duygularıma göre hareket edebilirim." |
| Özerk | Şizoid | "İlişkiler çok zahmetli." |
| Savunmacı | Paranoid | "İyi niyet, başka saikleri gizler." |
| Geri çekilmeci | Kaçıngan | "İnsanlar gerçek halimi kabullenmez." |
| Ritüelci | Kompülsif | "Detaylar can alıcıdır." |

rimsel açıdan adaptif bir davranış olmakla birlikte, bağımlılar bu stratejiyi varoluşlarının merkezine yerleştirmişlerdir. Buna karşın antisosyallerin sorumluluk hissetmelerine veya sosyal kaideleri çiğnedikleri için suçluluk duymalarına yol açacak şemaları yeterince gelişmemiştir. "Sömürgen stratejiyi" abartırlar, haliyle kendilerine hep yeni kurbanlar arayan bir yaşam biçimleri vardır. Bu bakımdan antisosyallerin tam tersi olan kompülsifler her şeyin sorumlusu, suçlusu olarak kendilerini görürler ama onlar da olayları spontan, yaratıcı, esnek biçimde değerlendirme eğilimi bakımından yeterince gelişememişlerdir. İlkel stratejilerle bunlarla ilişkilendirilen inançların Pretzer ve Beck'ten (1996) alınıp kısaltılmış listesini Tablo 2. 1'de bulabilirsiniz.

## *Odak Noktası: Algı*

### İndirgeyen Antisosyal

**Kişilik ve Referans Çerçevesi**

İkinci senesinde uygulamaya başlayacağı psikoterapi sanatını öğrenmeye devam eden Jenna, çoğu antisosyal kişilik tanısı almış bir grup mahkûma terapi yapan tecrübeli bir klinisyenin yanında gözlemci olarak bulundu. Mahkûmların bilişsel temel inançları ve çarpıtmaları yavaş yavaş belirginleşiyordu. İçlerinden biri, "Bak, ya iyilik meleğisindir ya da uyanık. Bugüne kadar tanıdığım bütün insanlar uyanık tiplerdi. Bu insanlardan faydalanmak o kadar da kötü bir şey değil" diyerek dışarıdayken yaptıklarını savunuyordu. Diğer mahkûmların çoğu da bu sözleri başlarıyla onaylıyorlardı. Jenna ise buradaki iki bilişsel çarpıtmayı hemen görebilmişti: ikici düşünme ve indirgeme. Ayrıca herkesin "uyanık" olduğu bir dünya algısı oluşturarak, bu kişi insanları kullanmayı meşrulaştırmış oluyordu.

## Kişilik Özelliği Yaklaşımları ve Faktörlü Yaklaşımlar

Burada ve 1. Bölüm'de yer alan kuramsal modeller, kişiliğe ilişkin çeşitli yaklaşımlardır. Tanımı itibariyle bunlar bir iç bütünlüğe dair kısmi görüşlerdir. Tarihe baktığımızda her birinin diğerlerine üstün gelerek kendini yegâne hakikat olarak ortaya koymaya çalıştığını, hepsinin başat olup coşku uyandırdığı ayrı ayrı dönemler bulunduğunu görürüz. Mesela bilişsel görüş bu aralar kuramcılar ve terapistler arasında bir hayli popülerdir. Bu görüşten yola çıkarak henüz tümevarımcı bir yaklaşım oluşturulmamışsa da mevcut durum ümit vaat etmektedir. Burada ise yalnızca şu sıralar moda olan yaklaşımların bir örneği olarak yer almaktadır.

Psikopatoloji tarihinin rotası kişilik özelliğini temel alan yaklaşımlardan tutun da faktörlü yaklaşımlara kadar nice kuramın birbiri ardına dizilmesiyle çizilmiştir fakat tam da bu kuramlar sorun teşkil etmektedir. Kuram dediğimiz şeyin bazı ilkelere dayanması gerekir; bu ilkelerin kişiliğin içeriğinin tamamını düzenlediği varsayılır. Dolayısıyla diğer yaklaşımlar tali veya türetilmiş niteliğe sahiptir. Mesela kişilerarası kuramcılar, kişilerarası davranışı merkeze yerleştirirler. Diğer yandan bilişsel kuramcılara göre içsel bilişsel yapılar her zaman algıya, yoruma ve iletişime aracılık ettiğinden en iyi bütünleyici model adayı bilişsel kuramdır. İşte kuramın sıkıntısı tam da buradadır: Kişiliğin bazı kısımlarını öne çıkarır, bazılarınıysa dışlar. Bazıları farklı görüşlerin eklektizmine açık olsa da, tümevarımcı kafa yapısı olanlar bol gözlem yapıp sağlam bilimsel yöntemler kullanarak baştan başlama eğilimindedirler. Kuram, dünyayı tepeden başlayıp aşağı doğru yapılandırır; kişilik özelliği yaklaşımıysa aşağıdan yükselebilmek için kendisine sağlam bir zemin arar. Kuram çok daha sonra, ilgili fenomenlerin uzun süre sistemli olarak incelenip metodolojik değirmende öğütüldüğü uzun bir sürecin ardından ortaya çıkar.

Kişilikte faktörlü yaklaşım, kişilik özelliği psikolojisinin tarihiyle yakın ilişki içindedir. 1. Bölüm'deki tanımını tekrarlayacak olursak, kişilik özellikleri zaman ve durum ayırt etmeksizin istikrarlı biçimde ifade bulan bireysel farkların her bir boyutudur. Davranış, ne zaman ve nerede bakarsanız bakın tutarlı olmalıdır; ama aynı kişilik özelliği bazen farklı ifadelere bürünebilir. Mesela saldırganlık genellikle kadınlara değil, erkeklere atfedilir. Erkeklerde saldırganlık çoğu zaman sınır ihlali tehdidini ve olası fiziksel şiddeti barındırır. Kadınlar ise sosyal olarak bu davranışlara karşı şekillendiklerinden saldırganlıklarını ilişkisel düzlemde ortaya koyma eğilimi göstererek (Crick ve Bigbee, 1998) karşı tarafı kendilerini ilişkiden geri çekmekle tehdit eder, manipülasyonlarla empati veya yakınlık yaratmaya çalışır veya insafsız dedikodular yayarlar. Dolayısıyla saldırganlık cinsiyete göre farklı bir görünüm kazanabilir.

Gelin görün ki temel kavramlara dönmeyi kişilik yaklaşımı olarak benimsemekle ilgili iki sorun vardır. Bunların ilki, bilimsel modellerin olabildiğince kapsamlı olma mecburiyetidir. Genelde az ilkeyle çok şeyi açıkladığı düşünülen modeller, daha azını açıklayanlara tercih edilir. Bu kapsamın sağlanabilmesi için, araştırmacılar kişiliği tanımlayabilecek her tür özelliği kayda geçirebilmek adına soluğu sözlüklerin başında almışlardır. Bu yöntemi ABD'de kullanan ilk isimler olduğu düşünülen Allport ve Odbert (1936) *Webster's New International Dictionary*'nin kısaltılmamış 1925 basımında yer alan 400.000 kelime arasından "bir insanın davranışını bir diğerininkinden ayrıştıran" (s. 24) yaklaşık 18.000 terim tespit etmişlerdir. *İyi, mükemmel, zayıf* gibi olumlu veya olumsuz yargı taşıyan kelimeleri sildikten sonra geriye "genel ve kişisel belirleyici eğilimleri" (s. 26) yansıtan 4.500 terim kalmıştır. Bir tür kişilik özelliği deposu olarak sözlüklerden yararlanmak, sözlüksel (leksikal) yaklaşım olarak bilinir. Bu tartışmalı yaklaşıma göre kişiliğin tanımlanması için gereken her kelime halihazırda dilde mevcuttur. Araştırmacılar da ihtiyaç duydukları kapsamın sözlükte mevcut olduğuna inanmışlardır ama bu, bir başka soruna yol açmıştır: 1.000 özellik hiç de az sayıda ilke sayılmaz. O halde bu süreçte insan doğasına dair asli şeyleri yitirmeden, binlerce kişilik özelliğini makul bir sayıya düşürüp düzenlemek nasıl mümkün olabilir?

Bu sorunları çözmek için biliminsanları **faktör analizi** diye istatistiksel bir yönteme başvurdular. İşin matematik kısmı karmaşıktır ama bizim için önemli olan amacıdır. Kısaca ifade edecek olursak, faktör analizi çok sayıda kişilik özelliği arasındaki ilişkilere bakıp hangilerinin temel nitelik taşıdığını tespit etmeye yarayan bir yöntemdir. Örneğin her dilde aşağı yukarı aynı anlama gelen veya ufak bir fark taşıyan sözcükler vardır. Sözgelimi *dik kafalı* ve *inatçı* tabirleri hemen hemen eşanlamlıdır; biri elendiği takdirde pek bir kayıp yaşanmayacaktır. Faktör analizi bu tür birbiriyle örtüşen özellikleri belirlemenin matematiksel yoludur; hatta bize orijinal özellikleri en iyi özetleyebilecek çok daha az sayıda boyut bile önerir. Kişiliğin merkezinde nelerin yer aldığı anlaşıldığında, betimleyici gücü azami düzeyde yitirerek daha dar çaplı veya gereksiz özellikler elenebilir. Böylelikle yüzlerce kişilik özelliği çok daha ufak bir çerçeve içine sığdırılabilir. Gerek normal gerekse anormal kişilik alanlarında, yalnızca sözlükteki kelimeleri analiz ederek değil, aynı zamanda *DSM* kişilik kriterlerini ve kişilik testlerinin yapısını inceleyerek de çok sayıda faktör modeli geliştirilmiştir (bkz. Tablo 2. 2).

## Başlıca Faktör Modelleri

Kişilik alanında en bilinen faktör modeli **Beş Faktör Modelidir** (Costa ve McCrae, 1989). Beş faktör modeli sözlükteki kelimelerden değil, çeşitli kişilik envanterlerinin analiz edilmesinden çıkmıştır. Yine de, bazı istisnaları saymaz-

TABLO 2.2 Normal ve Anormal Kişilik Alanlarının Faktör Modelleri

| *Normal Kişilik Modelleri* | *Kişilik Bozukluğu Faktör Modelleri* | |
|---|---|---|
| **Sözcüksel "Büyük Beşli" Model** | **Livesley ve Arkadaşları** | **Clark ve Arkadaşları** |
| 1. Dışadönüklük | 1. Kompülsiflik | 1. İntihar eğilimi |
| 2. Uyumluluk | 2. Davranış sorunları | 2. Kendini küçültme |
| 3. Sorumluluk | 3. Çekingenlik | 3. Anhedoni* |
| 4. Duygusal denge (veya Nörotiklik) | 4. Kimlik sorunları | 4. Dengesizlik |
| 5. Zekâ (veya Kültür) | 5. Güvensiz bağlanma | 5. Aşırı hassasiyet |
| | 6. Yakınlık sorunları | 6. Öfke/Saldırganlık |
| **Beş Faktörlü Model** | 7 Narsisizm | 7. Karamsarlık |
| 1. Nörotiklik | 8. Şüphecilik | 8. Olumsuz duygulanım |
| 2. Dışadönüklük | 9. Duygusal değişkenlik | 9. Şüphecilik |
| 3. Açıklık | 10. Pasif muhalefet | 10. Benmerkezci sömürü |
| 4. Uyumluluk | 11. Algısal bilişsel çarpıtma | 11. Pasif agresiflik |
| 5. Sorumluluk | 12. Ret | 12. Göze batan teşhircilik |
| | 13. Kendine zarar veren davranışlar | 13. Büyüklenmeci benmerkezcilik |
| **Büyük Yedili Model** | 14. Kısıtlı dışavurum | 14. Sosyal soyutlanma |
| 1. Pozitif değerlik | 15. Sosyal kaçınma | 15. Duygusal soğukluk |
| 2. Negatif değerlik | 16. Uyaran arayışı | 16. Bağımlılık |
| 3. Pozitif duygusallık | 17. Kişilerarası itibar eksikliği | 17 Gelenekçilik-katılık |
| 4. Negatif duygusallık | 18. Kaygılılık | 18. Bağımlılık |
| 5. Sorumluluk | | 19. Dürtüsellik |
| 6. Uyumluluk | **Harkness ve Arkadaşları** | 20. Yüksek enerji |
| 7 Gelenekçilik | 1. Saldırganlık | 21. Antisosyal davranış |
| | 2. Psikotiklik | 22. Şizotipal düşünce |
| | 3. Kendini tutma | |
| | 4. Negatif duygusallık - nörotiklik | |
| | 5. Pozitif duygusallık - dışadönüklük | |

*Normalde keyif veren faaliyetlerden keyif alamama, haz yitimi. – ç. n.

sak sonuçlar birbirine hayli yakındır. Adı üstünde, bu model geniş çaplı beş çatı faktörden oluşur. Bu faktörlerin her birinin altında dışarıdan gözlemlenebilen kişilik özellikleri bulunur. Dolayısıyla modelin hiyerarşik bir yapısı vardır. Çatı faktörler davranışla ilgili büyük ama bir parça isabetsiz öngörüler taşır; onların altında yer alan kişilik özelliklerinin tahminleriyse daha isabetli fakat dar çaplıdır. Mesela ilk faktör olan *nörotiklikte* yüksek puan alanların kendilerini kaygılı, öfkeli, düşmancıl, depresif hissediyor olmaları, kendilerinden emin olamamaları, dürtüsel davranmaları, kırılgan olmaları muhtemeldir. Gel gelelim

nörotizm puanının yüksek olması her ne kadar dürtüsel davranışların veya depresif duyguların görülme ihtimalini artırsa da, bu durum kaçınılmaz değildir. Keza aşırı kaygılı, öfkeli, düşmancıl veya depresif olmadan da dürtüsel olan pek çok insan vardır. Dolayısıyla birine nörotik dediğimizde geniş kapsamlı bir laf etmiş oluruz, ona dair pek detay içermez bu dediğimiz; öte yandan birine dürtüsel dediğimizde detaylı bir şey demiş oluruz ama bu defa da gerisi eksik kalır. Nörotikliğin tersi duygusal denge, yani endişeden azade, sakin, kontrollü olma eğilimidir.

Dört faktörün daha eklenmesiyle birlikte beş faktörlü model tamamlanır. Costa ve McCrae (1992) her bir faktörün ve bunların barındırdığı dışarıdan gözlemlenen kişilik özelliklerinin açıklamalarını yapmıştır; biz de burada bu açıklamaları aktarmaktayız. İkinci faktör olan *dışadönüklük*te sıcaklık (şefkatli ve arkadaş canlısı olma), sosyallik (sürekli bir sosyal uyaran arayışı), girişkenlik (baskın ve etkili olma eğilimi), faallik (hareketli ve enerjik olma eğilimi), heyecan arayışı (uyaranlara ihtiyaç duyma eğilimi) ve pozitif duygular (neşe, mutluluk, sevgi ve iyimserliğe yatkınlık) gibi özellikler bulunur. Üçüncü faktör olan *açıklık* ise düşlem (hayatı zenginleştirmek için hayal gücünden ve yaratıcılıktan yararlanma), estetik duygusu (sanat, güzellik, şiir gibi estetik unsurları takdir edebilme), duygular (içerideki, derindeki duygusal deneyimleri duymaya daha açık olma), eylemler (rutin ve aşina olanlara karşın yeniliği tercih etme), fikirler (entelektüel merak ve sıradışı fikirleri de değerlendirme isteği) ve değerlerin (yerleşik sosyal, siyasi ve dini değerleri tekrar düşünmeye açıklık) farklı yüzlerinden oluşur. Dördüncü faktör olan *uyumluluk* kapsamındaki özellikler arasında güven (başkalarının dürüst ve iyi niyetli olduğuna inanma isteği) ve dürüstlük (açık sözlü ve içten olma eğilimi) sayılabilir. Beşinci faktör *sorumluluk*ta ise yeterlilik (yetkin ve etkin olma eğilimi), düzen (titiz ve tertipli olma eğilimi), vazifeşinaslık (etik ilkelere ve ahlak kurallarına uyma eğilimi), başarı arzusu (azimle ilerlemeye zaman ayırma), özdisiplin (dikkat dağıtan unsurlara veya usanç duygusuna rağmen işleri tamamlama) ve temkinlilik (önce üstünde düşünmeden harekete geçmemek) yer alır. Her bir faktörün çatısı altında bu şekilde altı kişilik özelliği vardır.

Beş faktör araştırmacıları kişilik bozukluklarına normal kişilerden yola çıkarak oluşturulan modellerle bakmışlardır fakat kişilik patolojisi alanına özel faktör modelleri geliştiren araştırmacılar da olmuştur. Clark (1990) gerek *DSM-III* kişilik bozukluğu kriterlerini gerekse aralarında Cleckley'nin (1963) psikopat tanımının da bulunduğu *DSM*'de yer almayan kişilikle bağlantılı bazı kavramları ve I. Eksen'deki bazı kişilikle ilişkili bozuklukların kriterlerini baz alan çok sayıda betimleyici unsuru faktörlere ayırarak 20'nin üstünde boyut elde etmiştir (bkz. Tablo 2. 2). Diğer yandan Livesley ve arkadaşları (Livesley, Jackson

ve Schroeder, 1989) *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü baskısındaki II. Eksen kriterlerini de inceleyerek kişilik literatürünü köşe bucak değerlendirmiş; böylelikle kişilik patolojisinin temel özelliklerini ortaya koymayı amaçlamışlardır. *DSM-III-R*'deki 11 kişilik bozukluğu, yetmiş dokuz kişilik özelliği boyutuyla karşılanabilmiştir. Ardından kişilerin kendilerini değerlendirip puanlaması için genel popülasyondan seçilen iki örnekleme anketler verilmiş, bu da nihayetinde toplam ölçek sayısını 100'e yükseltmiştir. Ardından yapılan faktör analizinde 15 faktör çıkmış, üstüne mantık çerçevesinde 3 tane daha eklenerek toplamda 18 yapı elde edilmiştir (bkz. Tablo 2. 2). Bu araştırmacılar ayrıca elde ettikleri bulgularla beş faktör modelinin uyumuna da bakmış, oldukça küçük bir rol oynadığı anlaşılan ***açıklık*** boyutu haricindeki diğer faktörlerin kişilik patolojisiyle uyumlu olduğu sonucuna varmışlardır.

Bazı diğer araştırmacılar ise farklı yöntemlerle veri toplayarak beş faktör modelinin zayıf yanlarını ortaya çıkarmayı amaçlamışlardır. Harkness ve McNulty (1994) beş kişilik boyutu bulmuştur ama bunlarla beş faktördekiler arasında ciddi farklar vardır. Özellikle de, bu araştırmacıların modelinde yer alan kısıtlama ve psikotiklik adındaki iki faktörün sorumluluktan veya deneyime açıklıktan nitel olarak ayrıştığı iddia edilmektedir. Son olarak Tellegen ve Waller (1987) yedi faktörlü bir model bildirmiş, Allport ve Odbert'in (1936) çalışmasını örnek alarak gerek anormal davranış gerekse benliğe ilişkin genel değerlendirmeler bakımından hayli önem teşkil eden sıradan, mükemmel veya kötü gibi yargılayıcı sözcüklerin dışarıda bırakılması geleneğinin hatalı olduğunu savunmuşlardır. 1985 tarihli *American Heritage Dictionary*'deki 400 kişilik özelliği faktör analizinden geçirildiğinde **Büyük Yedili** modeli doğmuştur. İddialarını daha fazla destekleyebilmek amacıyla Almagor, Tellegen ve Waller (1995) İsrail'le ABD arasındaki kültür ve dil farkı dolayısıyla bunun güçlü bir tekrarlanabilirlik sınavı olacağını düşünerek, Büyük Yedili'nin farklı kültürlerde de geçerli olup olmadığını İbranicede test etmiştir. Çıkan faktörlerden yedisinin tüm rotasyon yöntemlerinde sabit olduğu görülmüştür. Bu yedi faktörden altısı önceki çalışmada da mevcuttur. Daha da önemlisi olumlu değerlendirme ile olumsuz değerlendirmenin yine en büyük iki faktör olduğu bulunmuş, bu da Büyük Yedili'nin doğduğu kültürden hayli farklı bir kültürde de bu faktörlerin geçerli olduğunu net biçimde ortaya koymuştur. Tuhaftır ama kalan faktörler beş faktör modeliyle pek bir benzerlik taşımaz.

Mevcut faktör modellerinin çeşitliliği ve farklı araştırmacı grupları arasındaki çekişme nedeniyle kişilik alanında herhangi bir faktör modeli henüz tam manasıyla kabul görmemiştir. Bundan dolayı bu kitaptaki kişilik bozuklukları bölümlerinde biyolojik, bilişsel, psikodinamik ve kişilerarası yaklaşımların yanında tümevarımcı yaklaşıma yer verilmedi.

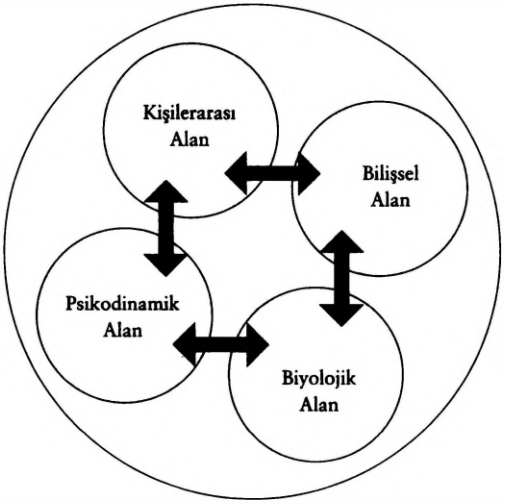
## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Buraya kadar anlatılan yaklaşımların hepsi tek bir kişilik alanından doğan ilkelere dayanmaktadır. 1. Bölüm'de doğa bilimlerinin, yerleşik modellerin geçersizliğini ortaya koyma çabaları vasıtasıyla ilerleme kat ettiğini görmüştük; sosyal bilimler ise o güne dek henüz keşfedilmemiş bilgiler bilimsel düşüncenin önüne geldiğinde gelişme gösterir. Yeni moda her ne ise onun taraftarları kişilik alanında son sözü kendilerinin söylediğine, savundukları görüşün yakında tüm rakiplerini alt edip her şeyi kapsayan ve kendi içinde dört dörtlük kuramsal tutarlılık arz eden kusursuz bir bilimsel model olarak gerçek hükümranlığını ilan edeceğine inanırlar. Psikoloji geçmişte biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlarla flört etmiştir. Bunların her birinin, bilimsel dergilere ardı ardına makaleler gönderen nice taraftarı olmuştur. Ama en nihayetinde hepsi vadesini doldurmuş, tıpkı kurucuları gibi geçmişin tozlu sayfalarına karışıp gitmiştir. Modası geçen yaklaşımlar psikoloji geleneğinin önemli bir parçası olarak anılmaya devam etse de kimsede pek bir coşku uyandırmaz. Skinner'ın artık esamisi okunmaz. Freud ismineyse bugün hâlâ saygıyla yaklaşılıyor olabilir ama psikodinamik kuram etki kaybetmektedir. Farklı görüşlerin yükselişi ve düşüşü sosyal bilimlerin ucu açık doğasından kaynaklanır. Herhangi bir modelin başarısı meziyetlerine olduğu kadar onu ortaya atan kişilerin karizmasına ve enerjisine de bağlıdır.

Yaklaşımlar egemenliği ele geçirmek için birbiriyle böyle mücadele ederken, kişilik de devamlı savaş alanı olarak kalır. Atağa kalkan modeller farklı alanların birbirine rakip kavramlarını hizaya sokmak amacıyla farklı yaklaşımlara ait yabancı değişkenleri doğrudan taksonomik işleme tabi tutar. Önemli olan sadece mevzubahis yaklaşımın değişkenleridir; kalan her şey teferruattır. Mesela Freud insan doğasının kısıtlayıcı sosyal etkenler bağlamında işlev gösteren cinsellik ve saldırganlığa indirgenebileceğini düşünüyordu. Leary (1957) psikodinamik kuramdaki bilinç düzeyleri fikrinden etkilenmiş olmakla beraber kişilerarası ilkelerin başrolde olduğunu ve "şahsi simgeleştirme" adını verdiği kişilik seviyesindeki malzemeyi düzenleyebileceğini savunuyordu. Bu malzeme önbilinçte ve bilinçte yer alıp, aralarında projektif testlerin, fantezilerin, sanat eserlerinin, arzuların, rüyaların ve serbest çağrışımların da bulunduğu "yansıtmalı, dolaylı düşlem malzemeleri" [s. 79] ile dışa vurulan malzemedir. Örneğin Kiesler (1986) 1982 tarihli kişilerarası halkasını davranışsal edimler düzeyine uyarlamıştı. Keza Benjamin (1986) SASB modelini hem duygudurum hem de biliş alanlarını kapsayacak şekilde değiştirmişti. Faktör araştırmacıları kişilik bozukluklarını istatistiksel olarak elde ettikleri boyutlar üzerinden ifade etmeye çalıştılar (Widiger ve Costa, 1994). Bu tür uyarlamalar elbette etkileyicidir zira

komşu alanlara da müdahil olma güçlerini ortaya koyarak modelin ne denli geniş bir yelpazesi olduğunu gösterirler.

Gel gelelim son tahlilde elimizde kalan yalnızca bir yamalı bohçadan ibarettir; bu farklı görüşler tek bir görüş altında derli toplu halde birleştirilememiştir. Bu tekinsiz eklektizme teslim olmaktansa, kişiliği özellikle kişinin ana yapısının tamamına yayılan değişken örüntüler olarak gören bir kuram olup olmadığını sorabiliriz. Böylesi bir kuram, bu alandaki çok sayıdaki yaklaşımın arasına karışmamak üzere geliştirilecektir. Aksine, kişilik tarzlarını ve bozukluklarını başlıca görüşleri bir araya getirecek şekilde sınıflandıracak bir sistem ortaya çıkaracaktır. Kişiliğin birbiriyle etkileşim halindeki alanların içkin bütünlüğü olduğunu sık sık vurguluyoruz. Mantıken kişilikle ilgili herhangi bir kuramın da kişiliğin kendisi kadar bütünleyici olacak şekilde inşa edilmesi beklenir (bkz. Şekil 2. 3). Bu tür bir inşanın da kilit noktası kişiliğin sınırlarının dışına düşen düzenleyici ilkeleri tespit etmektir (Millon, 1990). Aksi takdirde şu ana kadar altı çizilmemiş yeni bir değişken kümesini alıp ön plana çıkardığımızda, anca geçmiş hataları tekrar etmiş, bütün kişilik fenomeninin içinde yeni bir yaklaşım daha yaratmış oluruz. Oysa bahsettiğimiz türden bir kuram, taarruza geçip diğerlerini fethetmektense her tür yaklaşımın "üstünde" yer alan bir dizi bütüncül kavram çıkaracak, böylelikle bu yaklaşımları bütünün parçalarını oluşturacak şekilde bir araya getirmenin yolunu açacaktır. Bunun alternatifiyse birbiriyle kaynaşmamış kısmi görüşlerden müteşekkil rahatsız bir eklektizmdir.




ŞEKİL 2. 3 Farklı alanların etkileşiminin bütünü olarak kişilik

## Kişiliğin Evrimsel Temelleri

İnsanı araştıran bütünleşik bir bilimin temelini oluşturacak en mantıklı seçenek herhalde evrimdir. Nasıl ki kişilik kişinin ana yapısının tamamına yayılan değişken örüntüleriyle ilişkiliyse; sağ kalan, üreyen, adaptif olsun olmasın pek çok potansiyelini sonraki nesillere aktaran da organizmanın tamamıdır. Bazen ölümcül mutasyonlar ortaya çıkabilir gerçi ama çoğu organizmanın evrimsel başarısı, kendi sahip olduğu özelliklerin ve potansiyellerin tamamının çevreyle uyumuna bağlıdır. Benzer şekilde psikolojik sağlık da kişinin özellikleri ve potansiyelleri ile kişinin bir parçası olduğu aile, iş, okul, dini cemaat ve eğlence faaliyetlerinin özellik ve potansiyellerinin birbiriyle ne denli uyumlu olduğuna göre değişir.

### *Sağ kalım: Hayatı Korumak ve Hayatı İyileştirmek (Haz-Acı Kutuplaşması)*

Her organizmanın ilk vazifesi sağ kalmaktır. Sağ kalmayı başaramayan organizmalar bir anlamda ayıklanır; genlerini, taşıdıkları özellikleri sonraki nesillere aktaramaz. Virüslerden tutun da insanlara varıncaya kadar her canlı kendini olası tehditlerden, içsel dengesini bozacak talihsizliklerden korumak zorundadır. Ölmenin gerçekten milyonlarca farklı yolu vardır. Sağkalım faaliyetleriyle ilişkili evrimsel mekanizmalar hayatı iyileştirmeye ve korumaya hizmet eder. Hayatı iyileştirme odaklı olanlar yaşam kalitesini artırmaya, organizmayı sağkalım şansını yükseltecek ve hatta serpilip büyümesini, sonra da çoğalmasını sağlayacak davranışlara yönlendirmeye çalışır. Hayatı koruma odaklı mekanizmalarsa organizmayı hayatını tehlikeye düşürecek ortamlardan ve eylemlerden uzak tutmaya güdümlüdür. Bu tür mekanizmalar haz ve acı arasında kutuplaşmaya sebep olur. Haz veren davranışlar genellikle tekrarlanır ve sağkalımı destekler; acı verenlerse hayati tehlike teşkil edebileceğinden tekrarlanmaz. Istıraplı deneyimleri tekrarlayan veya haz veren deneyimleri tekrarlayamayan organizmalar çok uzun süre dayanamaz.

Belirtildiği üzere bu aşamayla ilişkilendirilen evrimsel mekanizmalar *hayatı iyileştirme* ve *hayatı koruma* süreçleriyle bağlantılıdır. Yüksek mertebedeki bu süreçlere *varoluşsal amaçlar* da denebilir. En üst soyutlama düzeyinde bu tür mekanizmalar, **haz-acı kutuplaşması** dediğimiz şeyi fenomenolojik veya metaforik olarak meydana getirir. Çoğu insanda hem hazzı artıran süreç hem de acıdan kaçındıran süreç birlikte görülür. Oysa bazı insanların varoluşsal amaçları çatışmalıdır (örn. sadist), bazılarınınkiyse eksik, kusurludur (örn. şizoid). Evrimsel-gelişimsel aşamalar (Millon, 1969, 1981, 1990) bakımından ele aldığımızda "duyumsal bağlanma" döneminde ortaya çıkan haz-acı kutuplaşmasındaki yönelimlerin amacı, acı ve haz sinyallerini birbirinden ayırmaya yarayan, büyük oranda kalıtımsal olan yetiyi daha da geliştirmek, ince ayarlarını yapmaktır.

### *Adaptasyon: Ekolojik Uyarlanma ve Ekolojik Değiştirme (Pasif-Aktif Kutuplaşması)*

İstisnasız her organizmanın karşısına çıkan ikinci evrimsel görev adaptasyondur. Var olmak, bir çevre içinde var olmak demektir. Organizmalar ya çevrelerine uyum göstermeli ya da çevrelerini kendi işleyiş biçimlerini destekleyecek şekilde kendilerine uydurmalıdır. Her organizma, mesela beslenmeyle, susuzlukla veya uykuyla alakalı daha alt düzey ihtiyaçlarını karşılamak zorundadır. Memeli ve insanların sözgelimi güvenlikle, bağlanmayla ilgili ayrıca karşılaması gereken başka ihtiyaçları da vardır. Çevre özünde ister cömert ister düşmancıl olsun, asıl seçim pasif ve aktif yönelim arasında, yani belli bir ekolojik konuma uyarlanıp çevreden gelenleri kabullenme veya çevreye müdahale ederek, onu değiştirerek kendine uydurma eğilimleri arasında yapılır. Bu adaptasyon biçimleri, neyin kalıcı olacağını belirlemesi itibariyle evrimin ilk basamağı olan varoluştan ayrılır.

Bütünlüklü yapı bir defa ortaya çıktıktan sonra, bu yapı varlığını çevresiyle bilgi ve enerji alışverişi yaparak sürdürmek zorundadır. Evrimin bu ikinci evresi de çift kutuplu addedilir: Bir ucunda pasif yönelim (yani kişinin çevrenin koşullarına *ekolojik* olarak *uyarlanması*), diğer uçtaysa aktif yönelim (yani *ekolojik değiştirme*ye başvurarak çevresine müdahale etmesi) yer alır. Psikolojik gelişim bakımından bu kutuplaşmanın ontogenetik ifadesi "duyumsal-motor özerklik evresi"dir. Bu evrede çocuk genellikle daha eski dönemlere ait, nispeten pasif uyum tarzlarını terk ederek çevresine ve sosyal ortamına daha aktif biçimde uyum göstermeye başlar.

Uyarlanma-değiştirme kutuplaşması ister istemez sistemler kavramının bir uzantısıdır. Sağkalım evresinde sistemin büyük oranda organizmanın kendisiyle sınırlı olduğu düşünülürken; uyum evresi sistemler kavramını, kişiyi bir bağlam içinde ele alacak şekilde genişletir. Aktif yönelimi olan bazı insanlar gerçek birer etkene dönüşerek çevrelerini arzuları doğrultusunda şekillendirirler. Bu kişilere aktif organizma modeli uygun düşer. Oysa bazı insanlar da kendilerine sunulanı kabullenir ve olur da mevcut ortamda sıkıntı baş gösterirse, bunu değiştirmeye çalışmak yerine kendisine barınabileceği yeni çevreler aramaya girişir. Bu insanlara da pasif organizma modeli uygundur.

### *Çoğalma: Yayılarak Üreme ve Büyüterek Üreme (Başkası-Ben Kutuplaşması)*

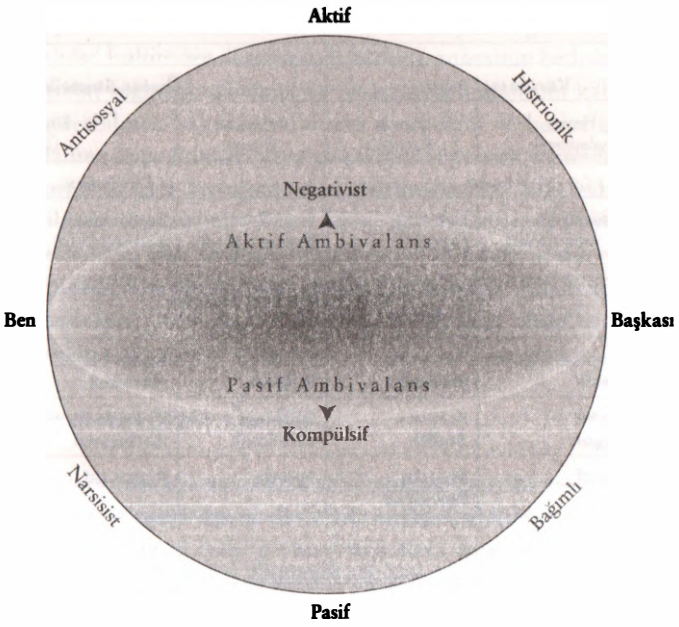
Her organizmanın evrensel olarak karşılaştığı üçüncü evrimsel görev; her cinsiyetin gen havuzundaki temsilini azami düzeye çıkarmak amacıyla kullandığı, aslında birer sosyobiyolojik mekanizma olan üreme biçimleriyle ilişkilidir. Her organizmanın evrilmek için mutlaka üremesi gerekir. Bir uçta biyologların

tabiriyle *r* stratejisi yer alır; burada amaç olabildiğince çok sayıda çocuk dünyaya getirip sonra onları kendi kaderlerine terk etmektir. Diğer uçta ise ebeveynin az sayıdaki yavruya büyük ihtimam gösterdiği *K* stratejisi yer alır. Bireysel istisnalar illaki vardır ama bu stratejiler sosyobiyolojik bağlamdaki, daha eril olan *ben odaklı* stratejiyle ve daha dişil olan *başkasıyla ilgilenme* stratejisiyle paralellik gösterir. Psikolojik açıdan ilk strateji genellikle egoist, kaba, düşüncesiz, umursamaz; ikincisiyse sahiplenici, yakın, koruyucu ve ihtimamlı bulunur (Gilligan, 1981; Rushton, 1985; Wilson, 1978). Tüm kaynaklarını çok sayıda yavru arasında paylaştırdıklarından hiçbirinin ihtiyaçlarını yeterince karşılayamayanlar veya az sayıda yavruya daha uzun vadeli yatırım yapma yoluna gitmelerine rağmen onlara yeterince iyi bakamayanlar seçilimde hayli dezavantajlı konuma düşerler.

Organizmalar çevrelerine çok iyi uyum sağlamış olsa bile her yaşam formunun bir vadesi vardır. Varoluşlarındaki bu sınırlamayı aşmak amacıyla organizmalar üçüncü kutuplaşma olan ve soylarını devam ettirmelerini sağlayan çoğalma stratejilerine ait örüntüler sergiler. Daha önce belirtildiği üzere bu stratejiler bir uçta biyologların *r* diye adlandırdıkları *kendini çoğaltma* stratejisine, diğer uçtaysa *K* veya *başkasını büyütme* stratejisine denk düşer. Tıpkı haz-acı gibi, ben-başkası kutuplaşması da tek boyutlu değildir. Çoğu insan iki kutup arasında makul bir denge yakalamıştır ancak kompülsif ve negativist gibi bazı kişilik bozuklukları gösteren kişiler bu bağlamda çatışma yaşarlar. Gelişim basamakları açısından insanın kendisine ve başkalarına yönelik tutumu ağırlıklı olarak "korteks içi kimlik" evresinde gelişir.

Pasif-aktif kutuplaşmasında olduğu üzere, ben-başkası kutupları da sistemler kavramının genişletilmesi sonucunda ortaya çıkar. Uyum evresinde sistemin çevrenin içinde olduğu düşünülüyordu, burada ise sistemin zamanla evrildiği görüşü söz konusudur. Organizmanın amacı hâlâ aynıdır: Hayatta kalmak ve varlığını sürdürmek. Gel gelelim bu amaç zamana yayıldığında hayatta kalmak dediğimiz şey üremeye ve buna yönelik stratejilere karşılık gelmeye başlar.

Yukarıda bahsi geçen üç kutuplaşmaya ek olarak pek çok insanın haz-acı ve ben-başkası eksenlerinde ayrıca kararsızlık yaşadığı düşünülmektedir. Mesela ileriki bölümlerde etraflıca ele alınacak olan kompülsif ve negativist (pasif agresif) kişiler kendi öncelik ve beklentileri doğrultusunda mı davranacakları yoksa başkalarına mı riayet edecekleri hususunda kararsızlık yaşarlar. Bu kararsızlığı negativist kişi davranışa döker, kompülsif kişiyse bastırır. Dolayısıyla bu iki kişilik arasında kuramsal bir bağ vardır ve bu kurama göre eğer kompülsif bastırılmış öfkesiyle bilinç düzeyinde yüzleşebilirse, bu çatışma yapıcı biçimde ele alınana veya çözümlenene kadar pasif agresif bir tutum sergileme eğilimi gösterebilir. Şekil 2. 4'te bu ilişki dairesel olarak gösterilmekte ve bu bozukluklar antisosyal, narsi-




**ŞEKİL 2. 4** Kişilerarası bakımdan dengesiz ve çatışmalı kişilik bozuklukları

sist, histrionik ve bağımlı kişilikler gibi "kişilerarası bakımdan dengesiz" kişilerle ilintilendirilmektedir. Şeklin sağ tarafında negativist ve kompülsifin birbirine karıştığı, negativistin antisosyal ve histrioniğe karıştığı, kompülsifin de narsisist ve bağımlıya karıştığı görülür. Kabaca ifade edecek olursak bir kompülsifi narsisiste çevirmek için terapide ben ve başkaları arasındaki çatışmayı, kişiyi sonunda kendi endişeleriyle ilgilenir hale getirecek şekilde çözümlemek gerekir. Kompülsifi bağımlıya dönüştürmek içinse terapi bu çatışmaya başkalarının ihtiyaçlarının lehine çözüm getirmelidir. Tablo 2. 3'te, çatışma mefhumunu da işin içine kattığımızda kutuplaşmaların altında yatan muhtelif kavramlardan *DSM-III, DSM-III-R* ve *DSM-IV*'teki bozuklukların nasıl çıkarılabileceği gösterilmektedir.

## Kişiliğin Nörogelişim Temelleri

Buradan itibaren anlatılacak üç gelişim evresi, bir önceki kısımda anlatılan evrimsel aşamalara paraleldir. Her evrimsel aşama farklı bir ontogenetik nörogelişim evresiyle ilişkilidir (Millon, 1969). Örneğin evrimdeki hayatı iyileştirme-hayatı koruma kutuplaşması, nörogelişim bağlamında **duyumsal bağ-**

TABLO 2. 3 Kutuplaşma Modelinin Kişilik Tarzlarında ve Bozukluklarındaki Türevleri

| | **Varoluşsal Amaç** | | **Üreme Stratejisi** | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Hayatı İyileştirmek | Hayatı Korumak | Yayılarak Üreme | Büyüterek Üreme | |
| **Kutuplaşma** | Haz-Acı | | Ben-Başkası | | |
| Kusur, Dengesizlik veya Çatışma | Haz (düşük) Acı (düşük veya yüksek) | Haz Acı (Tersine) | Ben (düşük) Başkası (yüksek) | Ben (yüksek) Başkası (düşük) | Ben-Başkası (Tersine) |
| Adaptasyon Modu | ***DSM* Kişilik Bozuklukları** | | | | |
| Pasif: Benimseme | İçine kapanık **Şizoid** **Depresif*** | Teslimiyetçi **Mazoşist** | Kabullenici **Bağımlı** | Savunmacı **Narsisist** | Uysal **Kompülsif** |
| Aktif: Değiştirme | Müteredditt **Kaçıngan** | Kontrolcü **Sadist** | Dışadönük **Histrionik** | Uyumsuz **Antisosyal** | Şikâyetçi **Negativist** |
| Yapısal Patoloji | **Şizotipal** | **Sınırda, Paranoid** | **Sınırda** | **Paranoid** | **Sınırda, Paranoid** |

lanma evresine denk düşer zira bu dönemde küçük çocuk hangi deneyimlerin iyileştirici, hangilerinin tehditkâr olduğunu ayırt etmeyi öğrenir.

### *1. Basamak: Duyumsal Bağlanma*

Yaşamın ilk yılına, bebeğin uyaran dünyasındaki ilk dağınık deneyimini bir nebze düzene sokup özellikle de haz veren nesneleri acı verenlerden ayırmasına imkân sağlayarak sonraki evrelerin önünü açan temel duyumsal süreçler damgasını vurur. Bu dönemin adına bağlanmanın eklenmesinin nedeni; kendi başlarına sağ kalmaları mümkün olmayan bebeklerin onları koruyacak, onlara bakacak, onları canlarını yakmayan keyifli deneyimlerle uyaracak insanlara "tutunma" ihtiyaçlarıdır.

Evrimsel bir kişilik gelişimi kuramı vasıtasıyla bu tür temalar çabucak anlaşılabilir. Evrim, yetişkin insanları gelecekteki tehlike ve zorluklar kadar potansiyel ödülleri de öngörebilme yetisiyle donatmış olabilir ama bebekler yetişkinlere nazaran çok daha fakirdirler, bu soyut kapasitelerden henüz faydalanamazlar. İşte bu nedenle evrim, çocuğu hayatı iyileştiren (haz veren) faaliyetlere veya alanlara yönlendirecek, hayatını tehdit altına sokanlardan (acı verenlerden) ise uzaklaştıracak mekanizmalar veya altyapılar temin etmiştir.

Yeni doğan, nesnelerle kişileri birbirinden ayıramaz; onun gözünde bunların hepsi birer uyarandan ibarettir. Peki başlangıçtaki bu fark gözetmeme hali nasıl olur da zaman içinde yerini özgül bağlara bırakır? Önem arz eden hemen her

konuda bebek çaresizdir ve acıdan kaçınmak, haz ihtiyacını gidermek için başkalarına bağımlıdır. Rahimden ayrılmasıyla birlikte annesinin bedeniyle fiziksel bağı kesilmiş, onun sağladığı güvenlik ve beslenmeden mahrum kalmıştır; hayatta kalıp büyüyebilmek bakımından elzem uyaranlara ve besine erişebilmek için başka bağlanma kaynaklarına veya alanlarına yönelmek zorundadır.

Bebeğin dünyasını ister bir uğultu gibi düşünelim ister boş levha gibi, nihayetinde varoluşsal amaçlarına hizmet eden, onu besleyen, koruyan, uyaran mekânlar ve nesnelerle; onu sindiren, engelleyen veya tehdit edenleri ayırmaya başlaması mecburidir. Görünüşe göre evrimin "hazırladığı" bu ilk ilişkiler veya "içsel temsil modelleri" (örneğin, Crittenden, 1990) diğer ilişkilerin gelişmesi için gereken bağlamı oluşturur.

### *2. Basamak: Duyumsal-Motor Özerklik*

Duyumsal-motor özerklik evresinde odak noktası bizatihi varoluştan çıkıp, bir çevre içinde var olmaya kayar. Evrimsel açıdan bakıldığında bu evredeki çocuk bir **adaptasyon tarzı**, yani çevresel koşullara uyan *pasif* eğilim yerine çevresini kendine göre değiştirmeye yönelik *aktif* bir eğilim sergilemeyi öğrenir. Aktif tarzda, inisiyatif alıp yaşamın seyrine yön vermeye yatkınlık göze çarpar. Pasif tarzda ise daha durgun, kendi halinde, iddiasız bir tutum vardır; pasif tarzı olanlar harekete geçmek yerine bir şeyler olsun diye bekler, önlerine koyulanı kabullenirler. Alternatif arayışlara ancak eldekinden daha az veya daha fazlası için girerler; kabul etme veya reddetme gibi bir karar onlar için söz konusu değildir. Çocuğun çevreye dönük tutumunda etkili bir başka unsur da hiç şüphesiz, kurduğu bağlardır. Güvenli üssü olan çocuklar bağlandıkları kişiyi tamamen kaybetmekten korkmadan çevrelerini keşfe çıkabilirler (Ainsworth, 1967). Böyle bir üssü olmayanlar ise kendilerine bakan kişilere yakın durma, kısıtlı veya geri kalmış sosyobilişsel yeterliliklerinden dolayı baş etme yöntemlerinin yelpazesini nihayetinde daraltacak olan daha pasif tarzı benimseme eğilimi gösterirler (Millon, 1969).

### *3. Basamak: Korteks İçi Üreme Kimliği*

11 ila 15 yaşlarında bir yerlerde, o güne kadar titizlikle oluşturulmuş ruhsal durumun dengesini bozacak bir dizi hormonal değişim meydana gelir. Bu değişimler ergenliğe girildiğine, *r*- ve *K*- stratejilerinin ortaya çıkmasına zemin hazırlayan cinsiyetle ilgili ve cinsel özelliklerin (güçlü cinsel dürtülerin ve yetişkinlere özgü anatomik yapının, sesin, doğurganlığın) ifade bulmaya başladığına delalettir.

Bu stratejilerin en soyut yansımasını psikolojik zeminde, kişinin başkalarına ve kendisine yaklaşımında görürüz. Bu bağlamda erkek prototipinin daha baskın, güçlü ve hırslı, kadınınsa daha toplumcu, merhametli, hürmetkâr olduğu söylenebilir.

Bu temsiller (benlik ve öteki temsilleriyle bunların eşgüdümü) kişilik sisteminin kökeninde asli öneme sahiptir. Hem bağlanma kuramı hem de burada anlatılan evrim modeli, benliğin ve diğer yapıların hakkını teslim eder. Bağlanma açısından bakıldığında bu yapılar iptidai ilişkilere aittir; ilişkiler ancak bilişsel gelişimle olgunlaşır, karmaşıklaşır.

İlk başta çocuğun şimdinin somut gerçekliğini aşabilmesi, benliğini bir nesne olarak kendi eylem veya uyum tarzına uygun bir dizi gelecek seçeneğine yansıtmasına imkân sağlayacak soyut yetileri edinebilmesi gerekir. Bunlar hem bilişsel hem duygusal yetilerdir; eğer ki bir araya gelmeyi, bütünleşmeyi başaramazlarsa kişilik sistemi açısından çok farklı sonuçlar doğurabilirler ki sınırda veya şizotipal gibi ağır kişilik bozukluklarında bunu görürüz.

Simgelerden oluşan iç dünya kontrol altında alınıp nesnel gerçeklik düzene sokulduğunda, çocukların hayatlarına bir nebze tutarlılık ve devamlılık gelir. Artık sürekli değişen olaylar onları bir ruh halinden veya eylemden diğerine savurmaz; artık içlerinde oluşturduğu temelle akışkan bir çevrede bir tür aynılık, devamlılık hissi yaratan bilişsel bir çekirdek, bir çapa vardır. Dünyayı düzenleme ve bütünleştirme kapasitesi geliştikçe, giderek daha da ayrışan bir yapı egemen olmaya başlar. Başkalarıyla yaşadığı deneyimler, kendisine verilen tepkiler; çocuğun zihninde benliğin nesne olarak bir temsilini, imgesini oluşturur. Bu en üst soyutlama düzeyi yani kişinin kendi kimliğini başkalarınınkinden ayrı görmesi, çocuğun duygu ve düşüncelerine yön veren başlıca uyaran kaynağı haline gelir. Dışarıda olup bitenler artık eski gücüne sahip değildir; çocuğun elinde şimdi rasyonel ve duygusal tefekkürlerin dönüştürdüğü sabit ve daimi bir iç temsil alanı vardır, davranışlarına yön veren eylem planını da bunlar belirler.

Nasıl ki bireyoluş soyoluşun tekrarıysa, gelişimsel özellik ve dizilim de evrimin kilit parçalarına paralellik gösterir. Bu konu kitabımızın kıdemli yazarının başka yazılarında daha etraflıca ele alınmıştır (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996). Bu yazılarda evrimle gelişim arasındaki paralelliğe "nöropsikolojik aşamalar" başlığı altında yer verilmektedir.

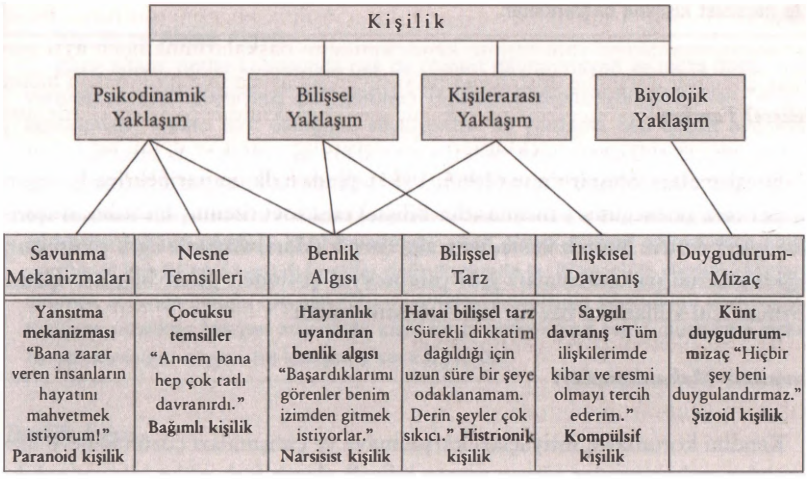
## Kişiliğin Alanları

Evrimsel kuram, gelişim evreleri ve içerik düzeylerinde çok sayıda kutuplaşma ortaya koyar. İlki, kutuplaşmalar ve onlardan çıkan hayatta kalma veya adaptasyon gibi kişilik işlevleridir. İkincisi evrimsel ilerlemeyi takip eden

nörogelişim basamaklarıdır. Üçüncüsü *kişilik özelliklerinin içeriğidir.* Bu üçüncüsünde, biyolojik bilimlerin işlevle yapı arasında yaptığı ayrımdan yararlanırız. Anatomi kalıcı yapılarla, fizyolojiyse bu yapıların izin verdiği işlevlerle ilgilenir. Mesela elin anatomisi kemik, kas ve sinirlerden oluşur; işleviyse manüel manipülasyondur. Benzer şekilde kişiliğin *yapısal alanları* da kişiliğin *işlevsel alanları* için "donanım desteği" sağlayan kalıcı altyapıları, yani içerideki yaşam ile dışarıdaki yaşam arasındaki alışverişi yöneten, dengeleyen, koordine eden davranışları, sosyal hal ve tavırları, bilişsel süreçleri ve bilinçdışı mekanizmaları temin eder. Şekil 2. 5'te kişilik, kişilik yaklaşımları ve bunların alanları arasındaki ilişki görülebilir. İleriki bölümlerde yer vereceğimiz bu kişilik özelliği alanlarını şimdi kısaca tanıtalım.

### *Dışa Vuran Eylemler*

Kişilik özelliği kavramı her ne kadar zaman ve mekân ayırt etmeyen istikrarlı davranışlara istinaden kullanılsa da, dışa vuran eylemler de bu özelliklerin ifade bulduğu ayrı bir davranış birimidir. Kişilik özellikleri daha geneldir, eylemlerse daha tekil. Ayrıca belli bir özellik sınırsız sayıda eylemde ifade bulabilir. Hatta en uç noktalarda eylemler uyaran-tepki zincirlerine karşılık gelebilir ki Watson ve Skinner'ın eskiden popüler olan davranışçı yaklaşımıyla aralarındaki yakın ilişki de bundan kaynaklanır.




**ŞEKİL 2. 5** Kişilik, kişilik yaklaşımları ve altkümeleri.

### *Kişilerarası Davranış*

Bu işlev alanı Sullivan'ın başlattığı ve günümüzde Kiesler, Benjamin gibi saygın isimlerce sürdürülen kişilerarası yaklaşıma denk düşer. İlişkisel davranış tabirini kişinin başkalarıyla ilişkilenme tarzına istinaden; ilişkisel davranışın altında yatan, onu tetikleyen, ona biçim veren saiklerin yanı sıra bu davranışın başkaları üzerindeki umulan ve umulmayan etkilerini, yarattığı ters tepkileri ve kısır döngüleri de kapsayacak şekilde kullanırız.

*Odak Noktası: Terapi*

**Yanlış Anlaşılan Narsisist**

**Kişilik ve Terapi İlişkisi**

Bir üniversite öğrencisi, özel ofisinde çalışan bir psikologla randevusunda hocalarının kendisini hiç anlamadığından yakınmıştı. Neden üniversitenin psikolojik danışmanlık birimine başvurmadığı sorulduğundaysa sıradan danışmanların onun sorunlarını anlayamayacağı yanıtını vermişti. İlk seansta özgüvenli ama aynı zamanda sempatik bir izlenim yaratmıştı. Oysa ikinci seansta, kendini herkesten üstün gören küçümseyici tutumu sahneye çıktı. Üçüncü seans sırasında psikoloğu küçümser bir hali vardı. Anlattıklarını netleştirmek için kendisine bir soru yönelten psikoloğu "İhtiyacınız olan her şey için gerekli bilgiyi halihazırda edinmiş olmanızı beklerdim" diye yanıtlamıştı. İlişkilerdeki küstah ve sömürgen davranışlar genellikle narsisist kişilikle bağlantılıdır.

### *Bilişsel Tarzlar*

Bu işlev alanı, Shapiro'nun (1965, 1981) elinde belki en zarif haline kavuşan bilişsel tarz geleneğinin yansımasıdır. **Bilişsel tarz** soyutlanmış bir inancın içeriğine işaret etmez. Burada kastedilen; algı çarpıklıkları, dikkatle ilgili yanlılıklar, değerlendirme mekanizmaları gibi psikososyal çevreden gelen bilgileri işleme koymak için kullanılan her tür karakteristik yoldur.

### *Savunma Mekanizmaları*

Kendini korumaya, ihtiyaçları karşılamaya ve çatışmaları çözümlemeye hizmet eden mekanizmalar zaman zaman bilinçli olarak fark edilse bile çoğunlukla bilinçdışında işlev gösterir. Amaç hep aynıdır: Bilinçli farkındalığı, bunaltıcı kaygıdan korumak. Gelin görün ki, en azından çok sayıda psikoterapi seansın-

## Odak Noktası: Özfarkındalık

**Histrionik Öğrenci**

**Kişilik ve Kendini Anlamak**

Üniversite öğrencisi genç kadın "kendisini anlamak" istediği gerekçesiyle terapiye başvurmuştu. Terapide ele almak istediği konuları daha net tarif etmesi istendiğinde dağınık, dolambaçlı cevap vermiş; arkadaşlıklarıyla ilgili irili ufaklı her tür detayı sıralamış; bir konudan diğerine atlamış, her şeyi abartmış ama hiçbir şeyin derinine inmemişti. Geniş bir alana saçılmasına rağmen gerçekte pek az bilgi içermesi itibariyle bunun "dağınık" bir bilişsel tarz olduğu söylenebilir. Bu bilişsel tarz genelde, histrionik kişilik örüntüsünün "işlevsel alanlarından" biridir.

dan geçilmediği takdirde, savunma mekanizmalarına bilinçli düşünceyle erişmek hemen hemen hiç mümkün değildir. Hal böyle olunca da sık sık kısırdöngüleri besler, güya bizi uzak tutması gereken sorunların gücüne güç katar. Bazı savunma mekanizmaları basit, bazıları incelikli, bazılarıysa karmakarışıktır. Bu kişilik alanı daha ziyade psikodinamik bakış açısına yakın düşer.

## Odak Noktası: Özdeğerler

**Kompülsif İngilizce Profesörü**

**Kişilik ve Ahlak Algısı**

Genç adam, notlar konusunda pek de cömert davranmayan ve hatta düşük not vermekten keyif alıyormuş gibi görünen İngilizce kompozisyon hocasının "ahlak kumkuması, kuralcı biri" olduğunu söylüyordu. Yol yordama hep dikkat eden bu hoca, bilhassa da dilbilgisi ve noktalama kuralları konusunda titiz davranıyordu. Bir nebze olsun bireysel hareket eden veya derse karşı lakayt tutum ortaya koyan olursa, bulduğu ufacık hatada onu köşeye sıkıştırıveriyordu. Söylentilere göre öğrencilerden biri gördüğü kötü muameleyi yazılı olarak şikâyet edince hoca, üniversitenin kendisine dayattığı kurallar doğrultusunda bu öğrencinin verdiği kâğıtları okumak zorunda olduğu için asıl kötü muameleyi kendisinin gördüğünü söylemişti. Sadistçe nitelikler taşıyan kompülsif kişiliklerde biraz karşıt tepki oluşturma biraz da yansıtmadan oluşan bu karışımla sık karşılaşılır.

### *Benlik Algısı*

Kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımların her birinde bu yapısal alana rastlamak mümkündür. Karman çorman algıların yarattığı kaos, gelişim

sürecinde yavaş yavaş düzene girip istikrar kazanır. Zaman içinde deneyimler değişse bile bu benlik kavramı süreklilik, aynılık hissi veren bir çapa işlevi görür. Herkes "kim olduğunu" iyi kötü bilir ama herkesin kendine dair algısının netliği, isabetliliği birbirinden hayli farklıdır.

### *Nesne Temsilleri*

Hayatın ilk yıllarında bakım veren kişilerle yaşananlar; üzerimizde anılardan, tutumlardan, duygulardan, daha kendimizin farkında bile değilken zihnimize kazınan izlenimlerden oluşan yapısal bir iz bırakır. Böylelikle nesne temsilleri sonraki tüm ilişkilerimizin asli şablonu haline gelir. Psikososyal dünyada olup bitenleri algılamamıza, onlara tepki vermemize imkân sağlayan zemini oluşturarak daha ileriki dönemlerde edindiğimiz deneyimlerin şekillendirici gücünü gasp ederler. Bu alan psikodinamik yaklaşıma aittir.

#### *Odak Noktası: Sosyal Etkileşim*

**Çalışkan Kaçıngan**

**Kişilik ve Sosyal Yaşam**

Linda adında zeki, genç bir kadın arkadaşı, Cathy'yle ilgili danışmanlık almak için başvurmuştu. Cathy derse gitmek ve kafeteryada alelacele bir şeyler yemek haricinde yurt odasından neredeyse hiç çıkmayan, kendini tecrit etmiş bir kızdı. Kattaki diğer kızlar onunla samimiyet kurmayı denemiş ama Cathy yalnızca Linda'ya izin vermişti, o da anca iki senenin sonunda. Diğer kızlaraysa gergin bir sesle dersler için çok okuma yapması gerektiğini ve sadece tek başına çalışabildiğini söylüyordu. Oysa Linda'ya göre Cathy diğer kızlarla yakınlaşması halinde er ya da geç onların kendisiyle dalga geçeceğinden korkuyor, muazzam bir aşağılık duygusu taşıyordu. Dış dünyadan soyutlanmış benlik algısıyla bağlantılı olarak utanılacak bir duruma düşmekten, rezil olmaktan duyulan bu tür korkulara kaçıngan kişilikte sıkça rastlanır.

### *Morfololik Örgütlenme*

Bu alan zihnin ve benliğin genel mimarisini ele alır. Bireyin iç dünyası yapısal bütünlüğü zayıf olabilir, çeşitli parçaları birbiriyle yeterince uyumlu çalışmayabilir veya denge ve uyum sağlama, içsel çatışmaları düzenleme ya da dışarıdan gelen baskıları göğsünde yumuşatma amaçlı kullanabileceği mekanizmaların sayısı pek az olabilir. "Zihin örgütlenmesi" çok büyük oranda psikodinamik yaklaşımın sağladığı bilgilerden çıkmış bir kavramdır.

## *Odak Noktası: Gelişim*

**Evini Özleyen Bağımlı**

**Kişilik ve Bağlanma**

Genç adam üniversitedeki ilk döneminde, evini çok özlediği gerekçesiyle danışmanlık merkezine başvurdu. Naif ve çocuksu görüntüsü hemen göze çarpıyordu. Anne ve babasından ama özellikle de annesinden sevgiyle bahsediyor; annesinin onu hep koruyup kollayan, ödevlerine yardım eden tatlı biri olduğunu söylüyordu. 150 km. uzakta yaşamalarına rağmen ailesini arabayla günaşırı ziyaret ediyor, akşamları annesinin yanında geçiriyordu. Bu tür çocuksu nesne ilişkileri, bakım verenlerle çocukluktaki gibi ilişkilenmeye devam etmek bağımlı kişilerin tipik özelliğidir.

### *Duygudurum-Mizaç*

Hemen herkesin çeşitli duygusal tepkileri vardır ama bazı insanlar bazı duygusal tepkileri vermeye diğer insanlardan daha yatkındır. Bu da o kişilerin baskın duygudurumunun yansımasıdır. Duygudurum bazen yaşamdaki deneyimlerin dayatması olabilse de daha ziyade biyolojik temellidir. Mizaçsa duygudurumla yakından ilişkili olmakla birlikte kişiliğin biyolojik sınırlarının genel toplamı olarak tanımlanabilir. Fiziksel anayapımız kişiliğin diğer tüm alanlarından da önce var olduğundan, biyolojik donanımızdaki biyolojik yatkınlıklar diğer olası gelişim yollarını peşinen kapatır.

## *Odak Noktası: Mizaç*

**Zor Oda Arkadaşı**

**Kişilik ve Kişilerarası Çatışma**

Sessiz sakin, kendi halinde bir üniversite ikinci sınıf öğrencisi okulun danışmanlık birimine oda arkadaşının kendisini tam manasıyla delirttiği gerekçesiyle başvurdu. Dersten odaya her döndüğünde en sevdiği elbisesinin artık nasıl olduysa askıdan düştüğünü, telesekreter mesajlarının "yanlışlıkla" silindiğini ve hatta kitapların içindeki ayraçların yerlerinin değiştirildiğini, yanlış sayfalara konduğunu görüyordu. Oda arkadaşı ise bunların hepsini inkâr ediyor, onu "Paranoyak paranoyak konuşma" diyerek başından savıyordu. Ama bu danışanı en çok rahatsız eden, onunla geçinmek için elinden gelen her şeyi yapmış olmasına rağmen oda arkadaşının ısrarla her şeyden alınması, onun akademik başarılarını ve sosyal becerilerini kıskanması, yaptığı ufacık gürültüye bile gergin gergin uflayıp puflamasıydı. Bu tür asabi mizaçlar genelde negativist (pasif agresif) kişilikle bağlantılıdır.

## Kişilik Bozukluklarını Kullanıma Sokmak

Şu veya bu kuramsal çerçeveden yola çıkarak kişilikle ilgili birtakım kavramlar ortaya atmak yeterli değildir. İşi burada bırakırsak elimizde yalnızca bir listeyle kalırız; bu listedeki kavramların içindeki farklı yaklaşımları bütünleştirmemiz mümkün olmaz. Kişilikten uzaklaşıp evrim kanunlarına baktığımızdaysa her tür yaklaşımı aşan bir çerçeve geliştirme imkânı buluruz. Aksi takdirde ancak geçmişteki hataları tekrarlamış, dar bir veri yelpazesini her şeyi açıklıyormuş gibi göstererek parçayı bütünle karıştırma yanılgısına düşmüş oluruz.

Bu son adımın amacı, bu kitapta başta verilen kişilik tanımına (kişiliğin ana yapısına yayılan değişkenlerin örüntüsü) uygun hareket etmektir. Tablo 2. 4'te *DSM-III-R* ve *DSM-IV*'te bulunan 14 kişilik bozukluğunun her birinin işlevsel ve yapısal alanlarını betimleyen sözcükler yer almaktadır. Bu sözcüklerin her birini temellendiren açıklamalarla daha detaylı bilgi edinilebilir; mesela Tablo 2. 5'te bunun kompülsif kişilik için yapılmış versiyonunu görebilirsiniz. Geçtiğimiz yüzyıldaki kişilik araştırmalarında psikodinamik, biyolojik, bilişsel ve kişilerarası yaklaşımlar ön plana çıktığından, kişiliğin bunların söylediklerinden ibaret olduğu, daha fazlasının bulunmadığı iddia edilir. *DSM-IV* ise bir sonraki bölümde açıklayacağımız üzere, bu kadar büyük konuşamaz. 3. Bölüm'de işlevsel ve yapısal alanların kişilik bozukluklarının *değerlendirilmesi* ve *terapisi*nde oynadığı rolü ele alacak, böylece bu alanları kullanıma sokacağız.

Tablo 2.4 Kişilik Bozukluklarının Kişilik Alanlarındaki Sıfatları*

| | *Dışa Vuran Eylemler* | *Kişilerarası Davranış* | *Bilişsel Tarz* | *Benlik Algısı* | *Nesne Temsilleri* | *Düzenleyici Mekanizmalar* | *Morfolojik Örgütlenme* | *Duygudurum-Mizaç* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Şizoid | Ruhsuz | İlgisiz | Fakirleşmiş | Halinden memnun | Yetersiz | Entelektüelleştirme | Ayrışmamış | Kayıtsız |
| Kaçıngan | Huysuz | İtici | Dikkati dağınık | Soyutlanmış | Can sıkıcı | Fantezi | Kırılgan | Kederli |
| Depresif | Hüzünlü | Savunması | Karamsar | Değersiz | Terk edilmiş | Çilecilik | Tükenmiş | Melankolik |
| Bağımlı | Yetersiz | İtaatkâr | Saf | Beceriksiz | Çocuksu | İçe atma | Gelişmemiş | Barışçıl |
| Histri ik | Abartılı | İlgi açı | Hercai | Sosyal | Sığ | Dissosiyasyon | Dağınık | Değişken |
| Narsisist | Kibirli | Sömürgen | Coşkun | Hayran olunası | Uydurma | Rasyonelleştirme | Yapay | Umursamaz |
| Antisosyal | Dürtüsel | Sorumsuz | Sapkın | Özerk | Alçaltılmış | Eyleme dökme | Azılı | Nasırlaşmış |
| Sadist | Kışkırtıcı | Yıpratıcı | Dogmatik | Kavgacı | Habis | Soyutlanma | Patlayıcı | Düşmancıl |
| Kompülsif | Disiplinli | Saygılı | Kısıtlı | Sorumluluk sahibi | Gizli | Karşıt tepki oluşturma | Bölmeli | Ağırbaşlı |
| Negativist | Alıngan | Zıtlaşan | Şüpheci | Hoşnutsuz | Tereddütlü | Yer değiştirme | Aykırı | Fevri |
| Mazosist | Kanaatkâr | Hürmetkâr | Mahcup | Hak etmeyen | Gözden düşmüş | Abartma | İçedönük | Disforik |
| Şizotipal | Ekzantrik | Gizli kapaklı | Otistik | Yabancılaşmış | Kaotik | Bozma | Parçalı | Çalkantılı veya hissi |
| Sınırda | Dalgalı | Paradoksal | Kaprisli | Kararsız | Uyumsuz | Gerileme | Bölünmüş | Değişken |
| Paranoid | Savunmacı | Kışkırtıcı | Kuşkucu | Dokunulmaz | Değişmez | Yansıtma | Katı | Asabi |

* Millon ve Davis'ten (1996) alınmıştır.

## Bütünleşik Bir Personoloji Bilimine Doğru

1. Bölüm'de sosyal bilimlerin gelişiminin doğa bilimlerinden tamamen farklı olduğundan bahsetmiştik. Doğa bilimlerindeki fenomenlerin sınırları daha nettir, güçlü matematik formülleriyle onlara erişebilirsiniz. Dolayısıyla kuramsallaştırmaya getirilen kısıtlamalar doğrudan bu disiplinlerin ele aldığı konudan kaynaklanır. Bazı kuramların ortaya çıkışı, zamanlaması ilginç olabilir ama sahipleri önemsizdir: Görelilik Kuramı'nı Einstein bulmasa bile biri illa ki bulacaktı. Oysa sosyal bilimlerdeki fenomenlerin sınırları çok daha bulanık, uçları büyük oranda açıktır; bu da sosyal bilimler tarihine zorunluluk içermeyen bir yapı kazandırır. Zaman zaman farklı yaklaşımlar ortaya çıkar, bu yaklaşımların öncüleri kendilerine taraftar çekebilmek için birbirleriyle kavgaya tutuşurlar. Sözgelimi Freud hiç doğmamış olsaydı kişilik çalışmaları bugün bambaşka bir çehreye sahip olurdu. Oysa doğa bilimlerindeki fiziksel kanunlar çok daha genel formüllere dökülür. Artık doğada üç başlıca güç (yerçekimi, elektromanyetizma, güçlü ve zayıf nükleer güçler) olduğu düşünülmemektedir. Bu güçler, sicim kuramı gibi anlaşılması güç kuramlarda bir araya getirilmiş durumdadır.

Doğa bilimlerinin aksine sosyal bilimlerin sınırları belirsiz, açık uçlu yapısı; ele aldığı konuda sayısız yaklaşımın ortaya çıkmasına yol açar. Kişilik kuramlarının çoğu, birbiriyle rekabet halindeki farklı yaklaşımlara ait kavramları düzenlemeye çabalarken bazı değişkenlerin asli olduğunu öne sürme eğilimindedir. Eski düşünürlerin ortaya attığı kuramların çoğu genellikle özel kavramlardan oluşan bir listeden ibarettir. Bu kavramların diğerlerine göre asli önem taşımasında belirleyici olan kurallar bu kuramlar kapsamında yer almaz. Mesela psikodinamik yaklaşımdaki karakter bozukluklarının veya çeşitli faktör modellerinin ortaya attığı boyutların listeleri buna örnektir. Bu noktada, bu yaklaşımların kişiliğe yapabileceği tüm katkının bu kavramlardan ibaret olduğunu kabul etmek, buna gönülden inanmak zorundayızdır.

Gel gelelim evrim kuramı bambaşka bir hikâyedir. Kişilikle ilgili yaklaşımlar türümüzün evrimsel tarihinin ürünüdür. Başka dünyalarda toplumlar, sosyal ilişkiler, biliş mekanizmaları, beyin yapıları, nörotransmitterler ve hatta duyumsal bilginin öznel bir "gerçeklik" deneyimine dönüştürülmesi için kullanılan metafizik kategoriler farklı olabilir. Koca evrende akıllı yaşam prototipinin biz insanlar olduğuna inanmıyorsak -ki hiç şüphesiz bir hezeyan olacaktır bu-, onların kişilik bilimi yaklaşımıyla bizimkinin hiçbir alakası olmayabileceğini kabul etmemiz gerekir. Halbuki haz-acı, aktif-pasif, ben-öteki çiftlerinin bir araya gelerek oluşturduğu çerçeveyi sağkalım, adaptasyon ve üremenin evrimsel şartlar olmaya devam ettiği her yerde –Dünya üzerinde olsun veya olma-

## TABLO 2.5 Kompülsif Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Eylemler | *Disiplinli*<br>Düzenli, oldukça yapılandırılmış, ince ince planlanmış bir hayat sürer; mükemmeliyetçilik, karar almaya ve işlerin tamamlanmasına engel olur. | **Benlik Algısı** | *Sorumluluk*<br>Kendisini boş zamanlarından feragat edecek kadar üretken, güvenilir, titiz, verimli çalışan, kendini işe adamış biri olarak görür; hata yapmaktan veya yanlış anlamaktan korktuğu için benliğinin disiplinli, mükemmeliyetçi, ihtiyatlı ve sadık yanına aşırı değer verir. |
| Kişilerarası Davranış | *Saygılı*<br>Sosyal kaide ve âdetlere olağanüstü bağlılık sergilemenin yanı sıra ahlaki ve etik konularda da fazla dürüst ve vicdanlıdır; kibar, resmi, usturuplu ilişkiler kurmayı tercih eder, asılarının kendi belirlediği kural ve yöntemlere göre hareket etmesini bekler. | **Nesne Temsilleri** | *Gizli*<br>Yalnızca sosyal açıdan kabul görebilecek duygulanımlar ve tutumlar barındıran iç temsillerin bilinçli farkındalık düzeyine erişmesine veya davranışla dışavurumuna izin vardır; haliyle eylemler ve anılar titizlikle denetlenir, yasak dürtüler tecrit edilip zincire vurulur, kişisel ve sosyal çatışmalar savunmacı bir tarzda inkâr edilip bilinçten uzakta sıkı kontrol altında tutulur. |
| Bilişsel Tarz | *Kısıtlı*<br>Dünyasının çimentosu kurallar, düzenlemeler, programlar ve hiyerarşilerdir; katı, inatçı, kararsızdır ve aşina olmadığı veya yeni fikirler, uygulamalar onu belirgin biçimde huzursuz eder. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Bölmeli*<br>Morfolojik yapıların esneklikten uzak bir tarzda örgütlenerek oluşturduğu sımsıkı sistemde birbirinden ayrı çok sayıda dürtü, bellek ve biliş kümesi yer alır; bu kümeler birbiriyle aralarda bulunan tek tük açık kanal sayesinde etkileşim kurar. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Karşıt Tepki Oluşturma*<br>Daha derinlerdeki yasak duygulara tamamen zıt düşen pozitif düşünceleri ve sosyal açıdan takdir görecek davranışları tekrar tekrar sergiler; başkalarını öfkelendiren veya yıldıran durumlarda hep makul ve olgun davranma eğilimindedir. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Ciddi*<br>Gergin, diken üstünde, keyifsiz ve asık suratlıdır; sıcak duyguları kısıtlar, duygularının büyük çoğunluğunu sıkı kontrol altında tutar. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

sın– kullanmak mümkündür (Millon, 1990). Benzer şekilde klinisyenlerin ve personologların çeşitli faaliyetlerini bir araya getirebilecek kapsamlı bir şema da hayli faydalı olacaktır. Bu kitabın kıdemli yazarı yakın zamanda Amerikan Psikoloji Birliğinin "Seçkin Mesleki Katkı Ödülü Konuşması" ["Distinguished Professional Contribution Award Address"] kapsamında bu tür bir çerçevenin ana hatlarını çizmiştir.

# Özet

Kişilerarası yaklaşım kişiliği kavramsallaştırmanın en iyi yolunun, bunu bizim için önem taşıyan kişilerle kurduğumuz etkileşimin sosyal ürünü olarak görmekten geçtiğini savunur. Doğduğumuz günden öldüğümüz güne, gerçek veya hayali kişilerle ve onların beklentileriyle sürekli alışveriş halindeyizdir. Kişilik içeriden başlayıp dışarıya doğru hareket ederek anlaşılamaz çünkü bağlamla iç içedir. Harry Stack Sullivan kişilerarası yaklaşımın babası addedilir. Sullivan'ın bu alana başlıca katkısı, bazı ruh sağlığı sorunlarının en çarpıcı ve somut halini bireyde görsek bile bunların aslında sosyal etkileşim ve iletişim örüntülerindeki uyumsuzluklardan doğduğunu ve yine bunlar vasıtasıyla şiddetlendiğini fark etmesidir. Sullivan en çok kişilerarası yaklaşımın temeliyle, benliğin doğasıyla ilişkili bir noktada zorlanmıştır. Zımnen hepimiz benliği bir şey olarak, tıpkı bir taş gibi net sınırları olan somut bir varlık veya cisim olarak düşünürüz. Halbuki bu doğru olsaydı, tam olarak kim olduğumuzu her daim bilirdik. Oysa Sullivan benliği böyle görmez. Ona göre bilinçdışının örtülerinin altında yatan bir asıl benlik söz konusu değildir. Aksine, Sullivan'ın görüşünde insanlarla kurulan iletişim vasıtasıyla sürekli olarak tekrar tanımlanan bir benlik kavramı vardır. Sullivan'ın ardından yeni yeni filizlenmekte olan kişilerarası harekette öne çıkan ikinci isim Timothy Leary olmuştur. Leary kişiliğin tıpkı psikodinamik bilinç katmanları gibi katman katman düşünülmesi gerektiğine inanıyordu. Bu bağlamda öne sürdüğü katmanlar şunlardı: aleni iletişim, bilinçli tasvir, şahsi simgeleştirme, atıflar, ifade edilmemiş bilinçdışı ve değerler. Leary ayrıca, kişilerarası iletişimin iki alametifarikası olarak görülen baskınlık ve yakınlık boyutlarından oluşan ve kişilikle ilgili kavramları tıpkı bir dairenin dilimleri gibi düzenlemeye yardımcı olan kişilerarası halkanın geliştirilmesine de katkıda bulunmuştur. Kişilerarası ilkeler bu halkaya doğruda yansır. Örneğin dengeleyicilik ilkesi doğrultusunda ilişkilerdeki davranışlarımızın amacı, karşı tarafta kendimize dair algımızı onaylayacak davranışlar uyandırabilmektir. Patolojik ölçüde katı kişilerde kısıtlı bir benlik algısı vardır. Karşı taraftan gelecek yalnızca belli bir tepkiyi onaylayıcı bulduklarından, ilişkilerinde de yalnızca o tepkiyi uyandırmaya çalışırlar. Kısıtlı benlik algısı olanların ihtiyaçları güçlü ve sabittir; haliyle dışarıdan, kontrolcü veya baskıcı görülebilirler. Çağımızdaysa kişilerarası kuramdaki en yaratıcı gelişme Benjamin'in (1974, 1996) YSDA'sıdır. YSDA kişilerarası davranışı, nesne ilişkilerini ve benlik psikolojisini tek bir geometrik model altında bir araya getirme amacı taşır.

Bilişsel psikoloji 1950'lerde davranışçılığa tepki olarak doğmuştur. Bir bilgiişlemci olan zihin dünyaya, kendisine ve başkalarına dair bilinçli veya bilinçsizce sürekli bilgi toplar, bu topladığı bilgiler arasından bazılarını seçer.

Bir araya gelip tutarlı bir örüntü oluşturan bilişsel çarpıtmalar, bilişsel tarzlar olarak nitelendirilebilir. Farklı kişilikler, uzlaşımsal gerçekliği farklı şekillerde işleme koyar. Kişilik bozuklarının her birinin kendine özgü bilişsel işlemleme tarzı vardır.

Bilişsel terapistlere göre davranışı, şema adı verilen içsel zihin yapılarını inceleyerek açıklamak mümkündür. Şemaların duyumdan tutun da paradigmalara, organizmaların dünyaya etki edebilmek için kullanabileceği eylem planlarına kadar her seviyedeki bilişsel işleme aracılık ettiği varsayılmaktadır. Tıpkı bilişsel bir filtre gibi, yorumlanabilir bir dünya yaratmak için kullanılmaya her daim hazırdırlar. Bu filtreden geçirdiğiniz her şey otomatik olarak işleme koyulur. Zaten bunların en büyük avantajı da deneyimi bu kadar etkin biçimde işlemden geçirmeye imkân sağlamasıdır. Gel gelelim şemaların sağladığı bilgiişlem tasarrufunun bir de bedeli vardır. Ham duyum verileriyle, anlamlı öznel deneyim dünyası arasında yer alan şemalar alternatif yorumların önünü kesen bilişsel yanlılıklara sebep olur; bu da uzlaşımsal gerçekliğin çarpıtılması ihtimalini doğurur. Beck vd. (1990) bilişsel yaklaşımı kişilik bozukluklarına da uyarlamış, kişilik bozukluğu olan bireylerin deneyimini ve davranışlarını şekillendiren şemalardan veya temel inançlardan bahsetmişlerdir. Bu yazarlar bilişsel çarpıtmaların da önemine dikkat çekerler. Bilişsel çarpıtmalar, uzlaşımsal gerçekliğin yanlış yorumlanmasının önünü açan kronik ve sistemli mantık hatalarıdır.

Kişilikteki tümevarımcı yaklaşım psikoloji tarihiyle yakın ilişki içindedir. En etkili faktör modeli olan Beş Faktör Modeli sözlükten değil çeşitli kişilik envanterlerinin analizinden doğmuştur. Adı üstünde, bu modelde beş geniş çatı kavram yer alır: nörotiklik, dışadönüklük, açıklık, uyumluluk ve sorumluluk.

Evrimsel-nörogelişimsel modelde, bütünleşik insan biliminin temelini oluşturmak üzere en mantıklı seçeneğin evrim olduğu öne sürülür. Psikolojik sağlık, kişinin özellikleriyle potansiyellerinin tamamının içinde bulunduğu çevrelerle uyumuna bağlıdır. Her organizmanın ilk görevi sağ kalmaktır. Sağ kalmayı başaramayan organizmalar tabiri caizse ayıklanır; genlerini ve taşıdıkları özellikleri sonraki nesillere aktaramaz. Sağ kalmakla ilgili evrimsel mekanizmalar yaşamı iyileştirmeye ve korumaya hizmet eder. Bu tür mekanizmalar haz ve acı arasında kutuplaşma yaratır. Keyifli addedilen deneyimler genellikle tekrarlanır ve sağ kalmaya yardımcı olur. Acı veren deneyimler ise hayati tehlike taşıyabileceğinden tekrarlanmaz. Evrensel olarak her organizmayı bekleyen ikinci görev ise adaptasyondur. Var olmak, bir çevre içinde var olmak demektir. Organizmalar ya çevresine uyum sağlamalı ya da çevresini kendi işleyiş biçimini desteklemek üzere değiştirmelidir. Esasında bu, pasif ve aktif yönelim arasında yani belli bir ekolojik nişe uyum gösterip çevrenin koşullarını kabul etme eğilimiyle,

çevreye müdahale ederek onu kendine uydurma eğilimi arasında bir seçimdir. Her organizmanın üçüncü evrensel görevi, her cinsiyetin gen havuzundaki temsilini artırmak için kullandığı üreme tarzlarıyla yani özünde sosyobiyolojik mekanizmalarla ilgilidir. Her organizmanın evrilmek için mutlaka üremesi gerekir. İnsanların evrimsel kökenleriyle uyumlu işlev göstermelerine imkân sağlayacak hassasiyet ve yetkinlikleri edinebilmeleri için geçmeleri gereken ontogenetik evreleri gösteren paralel bir nörogelişim çerçevesi çizilmiştir.

Evrimsel kurama göre kişilik sekiz farklı alanda ifade bulur: dışa vuran eylemler, kişilerarası davranış, bilişsel tarz, savunma mekanizmaları, benlik algısı, nesne temsilleri, morfolojik örgütlenme ve duygudurum-mizaç.

# III
# Kişilik Bozukluklarının Gelişimi

## Amaçlar

Kişilik çalışmalarında *gelişimsel patogenez*in yerini anlamak.
Kişilik patolojisinin gelişiminde gerek, yeter ve katkı sağlayan koşullar arasındaki etkileşimi anlamak.
Kişilik dinamiklerinin çevreleriyle nasıl etkileşim kurduğuna dair bilgi edinmek.
Bazı kişilik bozukluklarının dışavurumlarıyla şizofreni gibi daha akut patolojiler arasında olduğu varsayılan ilişkiyi öğrenmek.
Doğuştan gelen farklı mizaçların deneyimler ve nihayetinde kişiliğin dışavurumları üzerinde ne denli büyük etkisi olduğunu açıklamak.
*Patojenik* kavramını açıklamak ve patogenezde pay sahibi olabilecek üç tür olayı sıralamak.
İleride uyum sağlamayı zorlaştırdığı düşünülen ebeveyn davranışlarını ve tutarsızlıkları tespit etmek.
Travmatik deneyimlerin kişilik gelişimindeki rolünü tarif etmek.
Erken öğrenmenin önemini açıklamak.
Kültürün ve kültüre ait değerlerin, ideallerin, kurumların kişilik gelişimiyle kesişimini açıklamak.

Kişiliğin ve kişilik bozukluklarının gelişim öyküsünün izini sürmek, tıbbi ve psikolojik bilimlerin en zor ama bir o kadar da tatminkâr olan aşamalarından biridir. Bu nedensellik çalışması genellikle tıpta **etiyoloji**, psikolojideyse **gelişim-**

**sel patogenez** adıyla anılır. Amaç, kişilik patolojisindeki belirleyici etkenlerin görece önemini ve dışarıdan alakasız görünen etkenlerin bir araya geldiğinde oluşturduğu klinik tabloyu ortaya koymaktır. Bu çetrefilli gelişim silsilesini anlaşılır hale getirebilmek için laboratuvar testleri, vaka öyküleri, klinik gözlem ve deneysel araştırma gibi yöntemlerden yararlanılır.

Çoğu insan nedenselliği, tek bir koşulun tek bir sonuç yarattığı en basit haliyle düşünmeye güdümlüdür. Oysa biliminsanları ortaya çıkan sonucun genellikle çok sayıda nedenin etkileşimine bağlı olduğunu bilirler. Ayrıca tek bir nedenin çeşitli sonuçlarda pay sahibi olması hiç de ender rastlanan bir durum değildir. Ortaya çıkan sonuçların her biri, farklı şekillerde dallanıp budaklanacak apayrı bir dizi olayı tetikleyebilir.

Gelişimsel etiyolojiyi araştırmanın karmaşık bir iş olmasının sebebi de budur: Fiziksel hastalık gibi özgül bir sonucu, birbirinden farklı ve bazen de birbirini dışlayan çok sayıda nedensellik dizisinden herhangi biri ortaya çıkarabilir; mesela sigaradan da kanser olabilirsiniz, radyasyondan da. Nedensellik dediğimiz şeyin tek koşulun ortaya çıkardığı tek sonuçtan ibaret olmadığı herkes için açık olsa gerektir. Kişilik patolojisine uzanan çeşitli ve çetrefilli güzergâhlardaki sorunları halletmek sahiden de zor bir uğraştır.

Felsefede nedenler; zorunlu, yeter ve katkı sağlayan nedenler olmak üzere genellikle üç sınıfa ayrılır. **Zorunlu neden** bir olayın gerçekleşmesi için ondan hemen önce gelmesi *zorunlu* olan olaydır. Mesela bazı kuramcılar, belli bir genetik kusura sahip olmayan kişilerde şizofreni görülmeyeceği kanaatindedir; ayrıca genellikle şizofreni tablosunun ortaya çıkabilmesi için bu kalıtımsal kusura bazı örseleyici deneyimlerin de eşlik etmesi gerektiğini savunurlar. Bu düşünceye göre genetik kusur, patoloji açısından yeterli olmayan ancak zorunlu nedendir.

**Yeter koşul** *tek başına* patolojiye yol açabilen koşuldur; yanına başka bir etkenin daha eklenmesine ihtiyaç yoktur. Ne var ki yeter koşul da belirli bir hastalık için ne zorunludur ne de sadece o hastalığa hastır. Örneğin nörosifiliz enfeksiyonu bazı psikopatolojileri tek başına ortaya çıkarabilir ama aynı rahatsızlıklara sebep olan daha nice etken vardır.

**Katkı sağlayan nedenler** bir bozukluğun ortaya çıkma ihtimalini artırır ama bunun için ne zorunludur ne de yeterli. Diğer bir yığın koşula bu koşullar (örneğin ekonomik mahrumiyet veya ırk çatışması) da eklenir; hepsi birleşip patoloji sürecini şekillendirir. Katkı sağlayan nedenler genellikle patolojinin nasıl ifade bulduğunda etkili olur; birincil etken olma güçleriyse çok daha kısıtlıdır.

Kişilikte nedenler, zemin hazırlayıcı ve tetikleyici etkenler olarak ikiye ayrılagelmiştir.

**Zemin hazırlayıcı etkenler** rahatsızlığın ortaya çıkması için zorunlu ya da yeterli olmamakla birlikte onun üstünde yükseleceği temeli oluşturan, gelişimin-

de pay sahibi olan koşullardır. Nispeten uzun soluklu etkileriyle, patolojinin ortaya çıkacağı sahneyi bu koşullar kurar. Kalıtım, sosyoekonomik durum, aile atmosferi, erken travmatik deneyimlere tepki olarak geliştirilmiş alışkanlıklar gibi unsurlar bunlara örnek olarak verilebilir.

Zemin hazırlayıcı unsurlar ile tetikleyici unsurlar arasına net bir çizgi çekilemese bile, bu ikisini birbirinden işe yarar biçimde ayırmak mümkün olabilir. **Tetikleyici unsurlar** patolojinin dışavurumundan hemen önce yaşanan ve net biçimde ayrıştırılabilen olaylara istinaden kullanılır. Bu unsurlar patolojik yatkınlığı yüzeye çıkarır veya bu çıkışa ivme kazandırır; yani tetiği çekmeleriyle birlikte, halihazırda altta yatmakta olan fakat gizli kalmış kalıtımsal durumlar ifade bulur. Ebeveyn kaybı, ağır trafik kazası, romantik ilişkinin aniden sonlanması gibi deneyimler bu tetikleyicilere örnek teşkil eder.

Hayatın ilk yıllarında yaşananların kişiliği şekillendirmede büyük pay sahibi olduğu önermesine katılan nice kuramcı vardır. Gel gelelim ne bu yıllara ait tam olarak hangi unsurların belirli kişilik özelliklerine yol açtığı ne de mevzubahis etkenlerin hangisinin zorunlu veya yeterli koşul sınıfına girdiği konusunda fikir birliğine varılabilmiştir. Psikanalitik kuramcılar etiyolojiyi hemen her zaman çocukluğun ilk dönemlerindeki deneyimlerde ararlar. Ne yazık ki bu dönemin hangi yanlarının gelişim için elzem olduğuna dair aralarında ciddi görüş ayrılıkları vardır.

Gelişimde etkili olan unsurlar bu kadar karmaşık ve değişken olunca, insanın aklına etiyolojik tahlillerin gerçekte ne kadar olanaklı olduğu sorusu gelebilir. Bağlamda veya öncül koşullarda meydana gelen ufacık, rasgele bir değişimin bile bambaşka sonuçlara yol açabildiği, büyük oranda olasılığa dayalı ve kesinlikten uzak verilerden oluşan etkileşimli ve ardışık bir nedensellik zinciriyle karşı karşıya olduğumuz düşünüldüğünde, bu en temel bilimsel faaliyeti gerçekleştirebilir miyiz sahiden? Değişkenlerin oluşturduğu nedensellik ağındaki bu gevşeklik kaçınılmazsa, bu tür girişimlerin birer yanılsamadan ibaret olmadığına inanmamız için herhangi bir sebep var mı? Ayrıca bireyleri dikkatle incelediğimizde tekrarlayan semptomatik örtüşmeler görmemiz ve hatta bariz davranışlar, psişe içi işleyişler, biyofiziksel yatkınlıklar gibi çeşitli klinik unsurların kökenleri arasında tam bir tutarlılık bulmamız mümkün olacak mıdır? Peki, ortak etiyolojik noktalar ve sendrom tutarlılığının geçerli bir fenomen olduğu, yani klinik beklentiler ve kuramsal tarafgirliğin gözlemle elde edilen verilere dayatılmasından ibaret olmadığı kesinlikle tespit edilebilecek midir?

Diğer bir mesele de somut verilerin, yani iyi tasarlanmış ve iyi yürütülmüş araştırmalardan elde edilen şüphe götürmez kanıtların epeyce yetersiz olmasıdır. Belli başlı klinik unsurların nedensel etkenlerine ilişkin tutarlı bulgular çok ama çok işe yarardı, tabii eğer mevcut olsalardı... Ne yazık ki etiyolojik veri tabanımız hem sınırlı hem de güvenilmezdir. Daha önce belirtildiği üzere psikopato-

lojik fenomenleri şekillendiren etkenlerin muğlak, karmaşık, etkileşimli doğası gereği veri tabanımızın böyle sınırlı ve güvenilmez kalması da muhtemeldir. Karmaşık felsefi meseleler, yöntemsel açmazlar ve ruhsal rahatsızlıkların yapılanmasında rol oynayan ayrıştırılması güç zımni ve tesadüfi etkenler mevcut olduğu müddetçe, hangi bakış açısını benimserse benimsesin her kuramcının arzu ettiği derli toplu bir etiyolojik unsurlar kümesini oluşturmak düpedüz imkânsızdır. Günümüzdeki etiyolojik tezlerin hemen hepsi en iyi ihtimalle, nihayetinde ampirik temelleri zayıf olan ve en sevdikleri hipotezleri koyutlayan muhtelif düşünce ekollerinin görüşlerini yansıtan, algıya dayalı varsayımlarıdır. Bu spekülatif mefhumları doğrulanmış hakikatin müjdesi gibi yaymaktansa, ampirik değerlendirmeye tabi tutulması gereken meseleler olarak görmek gerekir.

Deneyimlerle, özellikle de çocukluğun ilk yıllarındaki geçmiş deneyimlerle ilgili olarak klinik görüşme odasında yapılan çıkarımların değeri, tek değilse bile asli bilgi kaynağının hasta olması itibariyle sınırlı ve hatta şaibelidir. Yaşamın ilk yıllarındaki olay ve ilişkilere dair bilgiler bilhassa güvenilmezdir çünkü geriye dönük hatırlamalar netlikten yoksundur. Bebeklerin ve küçük çocukların simge öncesi dünyası, dağınık ve gelişmemiş (ancak çocuğun bilişi ileride daha ayırt edici ve simgesel nitelik kazandığında tekrar üretilemeyecek) şekillere bürünen uçucu, anlaşılmaz izlenimlerden oluşur. Dolayısıyla aslında bu döneme ait hatırlanan ne varsa, hayli müphem imge ve duygulanımlardan oluşan bir yelpazeden çekip çıkarılır; üstelik böylesi bir kaynaktan çekip çıkarılan içerik güncel kaynakların, mesela belli bir kuramsal yönelimi benimsemiş terapistin hem doğrudan hem de dolaylı telkinlerine maruz kalır.

Çocukluğun ilk yıllarındaki deneyimler ile sonraki dönemlerde sergilenen davranışların yapısının bazı temalar veya belli bir mantık doğrultusunda devamlılık gösterdiğine ilişkin savlar bize sezgisel olarak ne kadar makul gelse de ya da mevcut kabul görmüş ilkelerle ne kadar uyumlu olsa da, ortaya koyduğu kanıtlar açısından şüphe götürmez değildir çünkü içerdikleri nedensel bağlantılar farklıdır. Bu konuda hepsi de aynı ölçüde ikna edici gelişimsel hipotezler iler sürmek mümkündür ki yapılan da budur. Çoğu kişilik bozukluğunun kökenlerine ilişkin çağdaş açıklamaların hepsi akla yatkındır ama hiçbiri çok sayıdaki makul olasılıktan biri olmaktan öteye gidemez.

Çağdaş etiyolojik önermelerin problemli yanlarından bir diğeri, çeşitli sendromların esasen birbirinden farksız nedenler sonucu ortaya çıktığının düşünülmesidir. Elbette farklı sonuçların benzer nedenlerle ilişkilendirilmesi makuldür ama kuramcılarda aynı "erken dönem çatışmayı" veya "travmatik ilişkiyi", olur olmaz her tür psikolojik sıkıntıyla bağlantılandırmak gibi tuhaf bir eğilim vardır. Mesela narsisist veya sınırda kişiliklerden tutun da şizofreni ve psikosomatizasyona varıncaya kadar çeşitli sendromlara gerekçe olarak gösterilen ve

neredeyse evrensel olan çetin bir deneyim vardır: ebeveynin düşmancıl tutumunun uyandırdığı içe atılmış saldırgan dürtülerin bölünmesi veya bastırılması. İnsanın iç dünyasına ait bu mekanizma, bu dürtülerin bilince taşınması veya davranışa dökülmesi halinde bağımlılığın verdiği güven duygusunun tehlikeye girmesine engel olma amacı taşır.

Tek kaynaktan doğan nedenlerin klinisyenlerin sıkça iddia ettikleri kadar yaygın olması pek muhtemel değildir ama yaygın olduğunu varsaysak bile, kişilerin eşzamanlı veya takiben maruz kaldıkları etkenlerin dağılımına göre, bu nedenlerin nihai psikolojik etkileri ciddi oranda değişecektir. "Birbirinin aynı" nedensel unsurların aynı tesiri göstermesi beklenemez; keza yol açtıkları sonuçlar da her bireyin kendi deneyimlerinden oluşan daha geniş bağlama atıfta bulunmadan anlaşılamaz.

Bir adım daha ileri gidecek olursak yaşamın ilk yıllarındaki sorunlu ilişkilerin asıl öneminin; bunların istisnai olmasından veya bıraktığı etkinin derinliğinden kaynaklanmadığını, daha ziyade bu ilişkilerin uzun vadede ebeveynle kurulan ilişkide mükerrer bir örüntüye dönüşmesi muhtemel bir şeyin habercisi olması itibariyle önem taşıdığını düşündüren makul gerekçeler (ve kanıtlar) vardır. Nihayetinde gözlemlediğimiz ayrıt edici kişilik özellikleri örüntüsünün derinlerine nüfuz eden, onu şekillendiren de belki salt bu tekrar ve onun sonucunda edinilen bilgi birikimidir. Her ne kadar yaşamın ilk yıllarındaki etkileşim ve kararlar güçlü önceller olarak iş görebilse de klinik belirtilerin kökleri bu dönemde, tekrar pekiştirilene kadar derine kök salmayabilir.

Tüm bu savlar bir yana bu kitabın yazarlarının ortak fikri, tek tek deneyimler ne kadar eskiye giderse, etkili ve kalıcı olma olasılığının da o oranda çok olacağı yönündedir. Sözgelimi yaşamın ilk yıllarında öğrenmenin simge öncesi dönemde gerçekleşmesi ve rastlantısal olması sayesinde aynı şeyler defalarca tekrarlanmaz, bu da öğrenilenlerin "korunmasını" sağlar. Gel gelelim "bölünüp içe atılmış" olanlar gibi tekil etiyolojik deneyimlerin çoğu zaman mükerrer ebeveyn-çocuk ilişkisi örüntüsünün sadece ilk tezahürlerinden biri olduğuna da inanıyoruz. Dolayısıyla ilk yıllarda öğrenilenlerin değişmemesinin sebebi katılaşıp kalmaları değil; bunları başlarda ortaya çıkaran deneyim hattının mevcudiyetini ve etkisini yıllar boyu sürdürmesi olabilir.

## Gelişimsel Patogenezin Etkileşimli Doğası

Kitabın adına bakmayın siz, aslında kişilik bozuklukları lafındaki bozukluk sözcüğü tıbbi anlam taşımaz. Kişilik bozuklukları, kişilik sisteminin çevreyle *uyumsuz* hareket ettiği çeşitli tarz veya örüntüleri yansıtan kuramsal yapılardır. Hedeflere ulaşmak, başkalarıyla ilişki kurmak ve stresle baş etmek için kullanı-

lan alternatif stratejiler tek tükse ve hiç esneklik payı bırakmadan kullanılıyorsa (**adaptif katılık**); alışılagelmiş algılar, ihtiyaçlar ve davranışlar mevcut zorlukları sürdürüp güçlendiriyorsa (**kısırdöngüler**); ve kişinin stres karşısında kendini toparlama becerisi yoksa (**stabilite eksikliği**) karşımızda klinik açıdan uyumsuz bir kişilik örüntüsü var demektir.

Pedagojik amaçlar açısından, uyumsuz bir kişilik sistemini bulgusal bakımdan çeşitli klinik alanlara ayırabiliriz. Bu alanlar klinik araştırmalar ve deneyler için faydalı olsa da gerçekte böyle bir ayrım söz konusu değildir. Kişilik gelişimi bütün bu alanların barındırdığı unsurlar arasındaki karmaşık etkileşimin yansımasıdır. Kişiyle çevre arasındaki etkileşime ek olarak bir de kişinin kendi içinde, hem biyolojik hem psikolojik örgütlenme düzeylerinde gerçekleşen etkileşim ve karmaşık geri bildirim döngüleri vardır.

Gerçekliği bir ölçüde basitleştirmeleri (arazinin kendisi değil haritası olmaları) itibariyle bilimsel kuramlar daha büyük bir alanı kapsayabilmek adına isabet oranlarından taviz vermeye mecburdur. Modern gelişim kuramlarının çoğu organizmacı [*organismic*] ve bağlamsal yapıdadır. Çok boyutlu organizmacı-bağlamsal bir modeli benimsediğimizde kişilik bozukluğunun gelişimini bütün halinde, *tamamen* açıklamaya yeltenmiş oluruz. Oysa bir yandan da bu tür açıklamaların imkânsız olduğunu kabul etmek zorundayızdır. Biz ne kadar aksini arzu etsek de kılavuz metaforda hata payı illa ki kalır. Bu hata payı deneysel hatanın varlığını veya gerçekliğini; yani kişilik değişkenleri arasındaki etkileşimin salt birbiri üstüne eklenen cinsten olmadığını, bilakis birbiriyle birleşerek doğrusal olmayan sinerjik bir rota izlediğini öne sürer.

Hata payını ortadan kaldırmak veya kılavuz metaforun tastamam doğru olduğu yanılsamasını yaratmak için bazı kavramsal hilelere başvurulabilir. Kişilik bozukluğunun gelişimini (bilişsel, psikodinamik veya davranışçı gibi) *tek alana* bağlı kalan bir yaklaşımla açıklayabiliriz. Böylesi açıklamalar isabet oranını artırabilir ama bu ancak kişinin bazı asli boyutlarının görmezden gelinmesiyle mümkündür. Oysa içeriğin bu şekilde indirgenmesi kılavuz metaforumuzla yani organizmanın bütününü açıkladığımız iddiasıyla uyumsuzdur. Nitekim kişilik alanının herhangi bir parçasını alıp dar bir bakış açısıyla açıklayabiliriz ama bu, kişinin tamamına "yayılan" "patolojiye" haksızlık olacaktır.

Bu itibarla etkileşim ve devamlılık bu bölümün iki ana temasıdır. İrdelememiz kişilik bozukluklarını çok sayıda biyolojik ve psikolojik kökenli değişkenin oluşturduğunu, bunların her birinin ağırlığının zamana ve duruma göre değiştiğini vurgulamaktadır. Altı çizilen bir diğer nokta da bu etkenlerin etkileşiminin zamana karşı dayanıklı olmasıdır. Sonradan ortaya çıkan kişilik özellikleri eski olaylara dayanır; kişinin yaşamöyküsü gelecekteki gelişimini başlı başına kısıtlayan bir faktördür. Bu bağlamda kişilik bozukluğu gelişimi; hem bütüncül ve çevresel

etkenlerin karşılıklı, döngüsel bir etki ortaya koyduğu hem de kişinin yaşamı boyunca düzenli ve sıralı biçimde devam eden bir süreç olarak görülmelidir.

## Patojenik Biyolojik Faktörler

Anatomik morfoloji, endokrin fizyolojisi ve beyin kimyasına ilişkin özelliklerin kişiliğin gelişiminde rol oynamaması ihtimali düşünülemez bile. Biyolojiyle uğraşan biliminsanları merkezi sinir sisteminin çevreden gelen uyaranların sadık takipçisi olarak görülemeyeceğini bilirler; bu sistemin hem kendine has ritmik faaliyeti vardır hem de duyu organlarının yakalayabildiği uyaranların miktarı onun kontrolü altındadır. Dış uyaranlara pasifçe karşılık veren bir makinenin aksine beynin neyin, ne zaman ve nasıl deneyimleneceğini büyük oranda belirleyen yönetici bir işlevi vardır. Herkesin sinir sistemi nesnel olayları kendine özgü biyolojik nitelikleri doğrultusunda seçer, dönüştürür ve kaydeder.

Bu incelikli navigasyon sistemindeki olağandışı hassasiyetler, algı ve davranışın belirgin oranda bozulmasına neden olabilir. Farklı işlevlerin herhangi bir pürüz yaşanmadan birlikte hareket edebilmesini engelleyen sıkıntıların baş göstermesi veya geçmişte depolanmış bilgilerin geri çağırılamaması halinde sonuç muhtemelen kaos ve patoloji olacaktır. Normal psikolojik işlevsellik biyolojik yapının bazı kilit kısımlarının sağlam kalmasına bağlıdır; bu yapılardaki herhangi bir bozulma düşünce, duygu ve davranışın da bozulmasına yol açacaktır. Gel gelelim normallikten başlıca sapma biyolojik kökenli işlevlerdeki bozulmalar veya kusurlar sonucunda gerçekleşse bile, bunun ifade buluş *biçimini* belirleyen hemen her zaman fizyolojik ve sosyal etkenlerdir. Dolayısıyla biyolojik faktörlerin payının hakkını vermek illa sosyal deneyimi veya öğrenmeyi yadsımak anlamına *gelmez* (Eysenck, 1967; Meehl, 1962, 1990b; Millon, 1981, 1990; Millon, Blaney, ve Davis, 1999; Millon ve Davis, 1996).

Biyolojik işlevlerin kişilik bozukluklarında tam olarak ne gibi mekanizmalar doğrultusunda etkili olduğu daha bir süre belirsizliğini koruyacak olsa da, biyojenik faktörlerin bu konuda büyük rolü olduğu görüşü yeni değildir. Biliminsanları onlarca yıldır veri toplamakta, çeşitli araştırma yöntemlerini geniş bir biyofiziksel işlev yelpazesine uygulamaktadırlar. Kullanılan tekniklerin ve incelenen değişkenlerin haddi hesabı yoktur. Bu değişkenler genellikle aynı temel hipotezleri araştırmak için kullanılan farklı yollardır. Mesela biyokimyasal işlev bozukluklarına eğilen araştırmacılar çoğu zaman bu bozulmaların genetik hata kaynaklı olduğunu varsayarlar. Oysa kullandıkları yöntemler ve elde ettikleri veriler kalıtımın rolüne bakmak için tek ve çift yumurta ikizlerini karşılaştıran araştırmacılarınkinden farklıdır. Bu bölümde gelişim konusu bir dizi keyfi (ama geleneksel) bölüm altında incelenecektir, bunların ilki kalıtımdır.

## Kalıtım

Kalıtımın rolü genellikle aynı ailenin mensuplarının taşıdıkları özellikler arasındaki korelasyonlara dayanan kanıtlardan çıkarılır. Psikopatologların çoğu kalıtımın kişilik bozukluğu gelişiminde pay sahibi olması gerektiğini kabul eder ama genetik yatkınlıkların çevresel faktörlerden bir hayli etkilendiğinin de altını çizmekten geri durmaz. Bu bakış açısına göre kalıtım değişmez bir sabit değil, kişinin yetişme koşullarına göre farklı biçimlere bürünen bir yatkınlıktır. Kalıtım kuramcılarıysa daha katı bir tutum benimseyerek, geniş bir yelpazeye yayılan patolojilerde genetik faktörlerin etkisine işaret eden verilere atıfta bulunurlar. Bu bozuklukların çeşitliliğinin çevresel koşulların sonucu olduğunu kabul etmeye meyillidirler fakat bunların kişinin kalıtımsal yatkınlığına boyun eğmesine engel olamayacak yüzeysel etkenlerden ibaret olduğunu savunmaları da bir o kadar muhtemeldir. Kanıtların geneline baktığımızda genetik unsurların insanları bazı özelliklere yatkın kıldığı anlaşılsa da, (birkaç istisna haricinde) benzer rahatsızlıklardan mustarip kişilerde semptom ve gelişim öyküsü bakımından önemli farklar görülür (Livesley, Jang, ve Vernon, 2003). Ayrıca kalıtımsal rahatsızlıklar psikolojik tedavilerden fayda görmekte (Millon, 1999) ve bu tür genetik yatkınlıklar olmadan da benzer semptom tabloları ortaya çıkabilmektedir.

Kişilik bozuklukları gibi daha orta şiddetli patolojilerin gelişmemiş veya çok az ifade bulmuş kusurlu genlere bağlı olduğunu savunan kuramcılar vardır. Buna göre, mesela şizoid kişilerde şizofreni genotipi olabilir ama faydalı değiştirici genlerin veya olumlu çevresel deneyimlerin etkisi kusurlu geni zayıflatır (Meehl, 1990b). Alternatif bir açıklama da çok genli [*polygenic*] işleyişi temel alır: Poligenlerin ufak, nicel açıdan benzer ve birikerek çoğalan etkileri vardır. Dolayısıyla patolojik tablonun giderek ağırlaşması, aynı özelliğe etki eden çok sayıda ufak genin etkilerinin üst üste binmesine bağlı olabilir (Millon, 1969).

Psikopatolojik sendromların dört başı mamur hastalıklar olduğu fikri, Mendelci veya tek genli bir kalıtım modeli arayışında olanlar için cazip bir varsayımdır. Son dönemdeki görüşlerse bizi bu hastalık bilimi (nozoloji) yaklaşımının geçerliliğini ve Mendelci genetik faaliyetlerin konuyla ilişkisini sorgulamaya itmektedir. Karmaşıklığı sınır tanımayan merkezi sinir sistemindeki kusurlar sayısız genetik anomaliden kaynaklanabilir (Plomin, 1990). Dahası en inanmış genetikçiler bile (genellikle genetik faaliyetlere bağlanabilen özelliklerin çevresel etkenlerce uyarılabildiğine işaret eden) fenokopi kavramına atıfta bulunurlar; nitekim dışarıdan birbiriyle aynı görünen patoloji biçimleri genetik veya çevresel kaynaklı olabilir. Bu doğrultuda, ortaya çıkardığı klinik tablodan bir rahatsızlığın kaynağı anlaşılamaz zira benzer görünümler her zaman benzer etiyoloji anlamına gelmez. Bu kadarı bile yeterince karışık değilmiş gibi, bir de farklı genler

çevresel etkenlere farklı tepkiler verir; bazıları her çevresel koşulda aynı etkiyi uyandırırken bazıları bazı ortamlarda tamamen baskılanabilir (Plomin, DeFries ve McClearn, 1990). Ayrıca genlerin belirli olgunlaşma dönemlerinde etkili olduğu anlaşılmaktadır; çevresel koşullarla etkileşimleri bu dönemin öncesinde ve sonrasında asgari düzeydedir.

Bu muğlaklıklar ve zorluklar bir yana, bazı kişilik özelliklerinin morfolojik ve biyokimyasal altyapısında, genetik faktörlerin temayül yaratan bir rol oynadığı şüphe götürmez. Ne var ki bu faktörler kişilik patolojisinin gelişimi için hiçbir şekilde şart olmadığı gibi, tek başına patolojik davranış ortaya çıkarmaya yetmesi de pek olası görünmemektedir. Öte yanda, kişinin stres altında işlev gösterememeye veya sosyal açıdan sıkıntılı sonuçlar doğuran davranışları benimsemeye meyilli olmasına ortam hazırlayan fizyolojik bir temel teşkil edebilirler.

## Biyofiziksel Bireysellik

Beynin yapısal örgütlenmesini ve işlevsel karakterini asgari düzeyde anlamak dahi nörolojik lezyonların ve fizyokimyasal dengesizliklerin patolojinin ortaya çıkmasındaki genel payını kavramaya yetecektir. Gel gelelim yanlış bilgilerin tuzağına safça düşmekten kaçınmak önemlidir, ki bu yanlış bilgilerden biri de psikolojik işlevlerin beyindeki belli bölgelerde veya nörohormon depolarında mevzilenmiş olduğudur. Düşünce, davranış ve duygu gibi psikolojik süreçler beyin faaliyetinin karmaşık ve döngüsel geribildirim özelliklerinden kaynaklanır. Mevzubahis psikolojik işlevlerin hizmetinde olan bu muazzam karmaşıklıktaki beyin yapılarının hakkı teslim edilmediği müddetçe, klinik özelliklerin veya kişilik özelliklerinin belli başlı kimyasal dengesizliklerin veya bölgesel lezyonların sonucu olduğuna dair basit önermelerle kendimizi sınırlandırırız (Purves ve Lichtman, 1985). Duygu, davranış ve düşünce gibi psikolojik kavramlar kuramcıların ve araştırmacıların gözlemlerini basitleştirmek için gruplandırdığı, yelpazesi geniş ve karmaşık süreçlerdir. Bu kavramsal etiketleri beynin taşıdığı somut niteliklerle ve içinde olup bitenlerle karıştırmamak gerekir. Kimi bölgeler belirli bazı psikolojik işlevlerde daha fazla kullanılıyor olabilir ancak yüksek işlevlerin farklı beyin bölgeleri arasındaki etkileşime bağlı olduğu açıktır. Örneğin korteksin frontal lobu alıcıların hassasiyetini seçici şekilde arttırıp, diğer beyin bölgelerinde ortaya çıkan uyarıları kıyaslayarak ve bu akımları sayısız farklı şekil ve düzende yönlendirerek dinamik bir örüntü ortaya çıkarır. Orkestra şefini andıran bu işlevi doğrultusunda bir dizi psikolojik işlevi pekiştirir veya ketler.

Klinik emareler ve semptomlar beynin şu veya bu bölgesinde sabitlenmiş, mevzilenmiş gibi düşünülmemelidir. Bunlar daha ziyade karmaşık etkileşimlerden ve geribildirimlerden oluşan bir ağın ürünleridir (Purves ve Lichtman,

## *Odak Noktası: Cinsiyet*

### Kişilik Bozuklukları Tanısında Cinsiyet Yanlılığı

**II. Eksen'deki Bazı Bozukluklar Bir Cinsiyette Diğerinden Daha mı yaygındır?**

Kişilik bozukluğu tanısı koyarken cinsiyet temelli yanlılık sergileme riski doğuran, birbiriyle örtüşen ve etkileşen bir dizi yanıltıcı unsur varken, gerçek farkları sahtelerinden ayırmak neredeyse imkânsızdır. Yanlılık bu denkleme, doğrudan *DSM* kriterlerinden tutun da hastalara tanı koyan klinisyenlere veya ampirik çalışmalarımıza örneklem teşkil eden topluma varıncaya kadar pek çok yerden dahil olabilir. Bunların hepsi, yanlı ve çoğu zaman da kadın düşmanı olan bir kapsayıcı kültür bağlamında üretilip idame ettirilir. Tüm bu potansiyel kaynakları birbirinden ayrıştırma girişimimiz nereden başlamalıdır?

Kişilik bozukluğu tanısında yanlılık meselesini ele alırken göz önünde bulundurulması gereken önemli bir bulgu kümesi, farklı bozukluk kategorilerinin kadınlarda ve erkeklerdeki görülme sıklığıdır. *DSM-IV* (APA, 1994) bazı kişilik bozukluğu tanılarına (daha açık ifade edersek antisosyal kişilik bozukluğunun) erkeklerde daha sık rastlandığını; sınırda, histrionik ve bağımlı kişilik bozukluğu tanılarının ise kadınlara daha sık konduğu belirtir. Hartung ve Widiger (1998) çeşitli kaynaklardan topladıkları bulgular doğrultusunda erkeklere paranoid, şizoid, şizotipal, antisosyal, narsisist ve kompülsif tanılarının; kadınlaraysa sınırda, histrionik ve bağımlı tanılarının daha sık konduğunu tespit etmiştir. Şizotipal kişilik bozukluğu başlığında kadınlarla erkeklerin aşağı yukarı aynı oranda tanı aldığını belirten çalışmalar da mevcuttur. Gel gelelim erkeklerde daha eksantrik/tuhaf semptomların, kadınlardaysa kastedilme zannı,* büyüsel düşünüş ve sosyal kaygının daha yaygın olduğu düşünülmektedir (Roth ve Baribeau, 1997). Görülme sıklığına ilişkin sık dile getirilen eleştirilerden biri, hasta örneklemlerimizin hayli yanlı oluşudur. Araştırmalarda örneklemlerimizi hastaneler, gazi bakım evleri, hapishaneler gibi kolay erişebileceğimiz yerlerden seçer ve bulgularımızı klinik nitelik taşısın taşımasın toplumun tamamına genelleriz. Görülme sıklığına dair güvenilir istatistikler çıkarabilmek adına temsil gücü yüksek örneklemler bulmada sınıfta kaldığımız söylenebilir.

Şaşırtıcı ama genele baktığımızda kadınlarla erkeklerin kişilik bozukluğu tanısı alma ihtimalinin eşit olduğunu görüyoruz (Kass, Spitzer ve Williams, 1983). Oysa kişilik bozukluğu tanılarının kadınlarda ve erkeklerde eşit sıklıkta görülmesi, bu alanda cinsiyet yanlılığı olmasına engel değildir. Hartung ve Widiger (1994) kadınların veya erkeklerin birbirinden daha fazla kişilik patolojisi taşımasının pekâlâ mümkün olduğunu öne sürerler. Onlara göre, eşit sayıda kadın ve erkeğin kişilik bozukluğu tanısı almasını sağlamak psikologların işi olmamalıdır. Daha da ileri gidersek, her kategoriden tanı almış kadın ve erkek sayılarının eşit olması hedeflenecek bir şey değildir. Widiger (1998) "*DSM-IV*'ün maksadı net bir psikopatoloji

* Ideas of reference: Başkalarının kendinden bahsettiğine veya olayların kendisiyle ilgili olduğuna dair hezeyanlar. - ç. n.

sınıflandırması ortaya koymaktır; kadın erkek ayırmadan herkese demokratik biçimde kişilik bozukluğu tanısı koyabilecek bir tanı sistemi geliştirmek değil" (s. 98) der. Bu doğru olsa bile mesleğimizi, mevcut sistemde gözlemlediğimiz farklarda pay sahibi olan potansiyel yanlılıkları araştırıp düzeltmekten muaf kılmaz.

Meseleyi daha da karmaşıklaştıran bir nokta da bugüne dek biriken ampirik bulguların, tanı koyan uzmanların *DSM* kriterlerine bağlı kalmadığını ortaya çıkarmasıdır (bu konuda daha kapsamlı bir tartışma için bkz. Widiger, Corbitt & Funtowitz, 1994). Örneğin Ford ve Widiger'in (1989) yürüttüğü bir araştırmada klinisyenlerin *DSM* kriterlerine riayet etmediklerinde, aslında antisosyal kişilik bozukluğu tanısının kriterlerini karşılayan kadınlara histrionik kişilik bozukluğu tanısı koydukları görülmüştür. Ayrıca klinisyenlerden *DSM*'deki antisosyal ve histrionik kriterlerini tek tek değerlendirmeleri istendiğinde hastanın cinsiyetinin herhangi bir önemi kalmamıştır. Ford ve Widiger'e göre bu bulgular, sorunun kriterlerden ziyade klinisyenlerin onlara uymamasından kaynaklandığına işaret etmektedir.

Bazı diğer bulgularsa sorunun doğrudan tanı kriterlerinde değilse de tanı etiketleri düzeyinde olduğunu düşündürmektedir. Sprock (2000) eylem sıklığı yaklaşımından türettiği bir yöntemle lisans öğrencilerinden cinsiyete veya cinsiyet rollerine atıfta bulunmadan *DSM*'deki histrionik kişiliğe davranış örnekleri vermelerini istemiştir. Ardından bir grup psikolog ve psikiyatrist bu semptomların temsil gücünü histrionik kriterler veya histrionik kişilik bozukluğu bağlamında değerlendirmiştir. Bu değerlendirmelere göre "kadınsı" davranışlar histrionik kişilik bozukluğunu ve histrionik kriterleri "erkeksi" davranışlara göre daha fazla yansıtmaktadır, ki bu da Ford ve Widiger'in iddiasını destekler niteliktedir: Kadın cinsiyet rolü *kriter*den çok *etiket*le ilişkilidir. Aynısı, başkalarının ihtiyaçlarını kendininkinin önüne koyma veya evin geçimini kocaya yükleme gibi geleneksel olarak kadınlarla özdeşleştirilmiş nitelikler barındıran bağımlı kişilik bozukluğu için de söylenebilir.

Kadınlarda görülme sıklığına dair bu farkların *DSM*'nin tek taraflı bir yanlılığı olduğu söylenemez. Erkeklere yakıştırılan basmakalıp davranışların da kişilik bozukluğu kriterlerinde yer aldığı kolaylıkla savunulabilir. Örneğin narsisist kişilik bozukluğunda kendine fazlaca önem verme, sınırsız başarı ve güç fantezileri, her şeyi kendine hak görme, empati yoksunluğu ve küstah tutum gibi geleneksel olarak sağlıklı erkek işlevselliğiyle bağdaştırılan kriterler yer almaktadır. Keza antisosyal kişilik kriterleri arasında da, geleneksel biçimde sosyalleşmiş erkek karakteristikleri bulunabilir: Örneğin düzenbazlık, dürtüsellik, sorumsuzluk ve fiziksel kavgalara karışmayla kendini belli eden saldırganlık (APA, 1994).

Bu tartışmanın iki tarafı da bu kriterlerin cinsiyetle belirlenmiş davranışları yansıttığını iddia etmeyecektir ama bu durumun önemine de mutlaka dikkat çekecektir. Çoğu feminist, kadınlara kişilik bozukluğu damgasının vurulmasının onları kendilerinden beklenen kriterlere uymadıkları için cezalandırma amacı taşıdığını savunur (Landrine, 1989; Walker, 1994). Buna göre kadınlar aslında açmazdadır. Eğer hürmetkâr, bağımlı, cinsel açıdan kışkırtıcı bir tavır ortaya koymazlarsa sosyal tecride uğrama riskiyle karşılaşırlar. Bu tavrı ortaya koydukları takdirdeyse onlara "deli" veya "hasta" etiketi yapıştırılır. Landrine (1989) şöyle der:

> Toplumsal cinsiyet rollerine delilik kostümü giydirilmesinin iki maksadı olabilir: (a) Toplumsal cinsiyet rollerinin ve sınıflandırmalarının barındırdığı saçma bilişsel ve davranışsal sınırların kişinin içinde mevcut olduğuna dair yalan yanlış bir tespitte bulunmak ve böylelikle (b) dikkatimizi (cinsiyet rollerini değiştirmek veya cinsiyete dayalı katmanlaşmaların kökünü kazımak yerine) bireyleri terapiyle değiştirmeye ve görünürdeki kişisel sorunlarını ortadan kaldırmaya yöneltmek (s. 332).

Daha da fenası bu kriterler cinsel istismar veya aile içi şiddet vakalarında failleri suçlamaktansa, mağdurlara "hasta" damgası vurmaya hizmet edebilir. Kişilik bozukluğu tanısı alan kadınların çok büyük yüzdesinin geçmişinde cinsel ve fiziksel istismar olduğu düşünüldüğünde, bu sav kulağa gayet inandırıcı gelir (Brown, 1992).

Bazı yazarlarsa, ki bunlara Widiger, Corbitt ve Funtowitz (1994) de dahildir, sırf bu bozukluklar bazı özellikleri teşvik eden yanlı bir toplumu temel alıyor diye, uç noktalardaki ifade biçimlerinin onları patolojik kıldığı gerçeğinin değişmediğini savunur. Kişilik bozukluklarını kategoriler halinde değil de bir yelpaze gibi düşünürsek, altlarındaki saikler ne olursa olsun uç noktalardaki davranışların bozukluk teşkil ettiği fikrine hak verebiliriz.

Pek çok kişilik bozukluğunun aslında biyolojik cinsiyetlere özgü davranışların sosyal bağlam kazanmış normal hallerinin abartılı versiyonları olduğu görüşünü destekleyen araştırma bulguları mevcuttur. Landrine (1987, 1989) *sosyal rol hipotezi* adını verdiği şöyle bir hipotez önerir:

> Her kişilik bozukluğu, o tanıyı almaya daha meyilli olan belli bir grubun (filanca biyolojik cinsiyet falanca sosyal sınıf veya medeni hal grubu) rollerini/rol klişelerini yansıtır; hatta kişilik bozukluğu kategorileri bütün olarak her iki cinsiyetin de rollerini/rol klişelerini yansıtır. Dolayısıyla mevzubahis kategori büyük oranda cinsiyetlerin rollerine denk düştüğünden, bazı tanılar kadınlara erkeklerden (veya erkeklere kadınlardan) daha fazla konabilir.

Basmakalıp toplumsal cinsiyet rollerine uygun olarak tanımlanmış kişilik bozukluklarının tanısı koyulurken kadınlar ile erkekler arasında bir ayrıma gidilebileceğini söyleyen sosyal rol hipotezinden yola çıkan Rienzi ve Scrams (1991), klinik eğitimi olmayan kişilerin de bu ayrımı doğru yapabilmesi gerektiğini öne sürer. Eğer bu tanıları kadınlara veya erkeklere yakıştırmak sosyal yapılandırmayla alakalı bir durumsa, klinisyen olmayanların da bu tuzağa psikologlar kadar düşmesi gerekir. Bu araştırmacılar üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öğrencilerden, *DSM-III-R*'deki kişilik bozukluklarına ait altı tasvirin hangi cinsiyete uygun düştüğünü belirlemelerini istediler. Öğrencilerin yanıtları birbiriyle belirgin ölçüde tutarlıydı: Paranoid, antisosyal ve kompülsif kişilik bozuklukları eril; bağımlı ve histrionik kişilik bozukluklarıysa dişil görülmüştü. Aynı minvaldeki bir diğer çalışmada Rienzi, Forquera ve Hitchcock (1994) lisans öğrencilerinden, cinsiyeti belirsiz vaka öykülerini kadın veya erkek diye sınıflandırmalarını istediler. Bu araştırmacılar da narsisist vaka öyküsünü erkek, bağımlıyıysa kadın olarak sınıflandırma yönünde benzer bir yanlılık tespit ettiler.

Bu tartışmaya yeni bir boyut kazandıran bir araştırma kolu daha vardır. Bazı kuramcılar histrionik kişilik bozukluğunun ve antisosyal kişilik bozukluğunun aslında "aynı gizil yatkınlığın tezahürleri" olduğuna dair bir hipotez ortaya atmışlardır (Hamburger, Lilienfeld ve Hogben, 1996, s. 52). Altta aynı patoloji yattığı halde biz yüzeyde yalnızca bunun toplumsal cinsiyet bağlamında dışa vurulmuş hallerini görürüz. Widiger ve Spitzer'in (1991) öne sürdükleri üzere kişilik bozukluklarının dağılımında gördüğümüz çeşitlilik, patolojinin nihai dışavurumunu etkileyen farklı cinsiyet hormonları gibi etiyolojik faktörlere bağlı olabilir. Histrionik ve antisosyal kişilikler bu etkiye örnek olarak gösterilebilir. İkisi de aynı patolojinin farklı dışavurumları olabilir; biz ise onları yüzeydeki görünümleri (dışarıya yansıttıkları belirtiler) farklı olduğu için sanki iki ayrı şeymiş gibi yanlış kavramsallaştırırız.

Kişilik bozukluğu tanısında cinsiyet yanlılıkları üzerine düşünürken bakılması gereken bir diğer nokta da suç davranışı üzerine yapılan araştırmalardır. Eskiden erkeklerin mutlak bir kural olarak daha fazla suç davranışı ve antisosyal davranış sergilediği düşünülüyordu. Oysa bu görüş artık değişmektedir. Tarihe bakıldığında kadınların suç oranları hayli düşüktür ve akli denge yitimine bağlanmaktadır. 1890'ların sonunda Lombroso geliştirdiği "erillik hipotezi" ile suç işleyen kadınların davranışlarını açıklamayı amaçlamıştı; aşırı kıllanma, kırışıklıklar ve anormal biçimli kafanın kadın suçluların ortak özellikleri olduğuna inanıyordu. Belki de onun kadın suçluların erkeksi özellikler taşıdıkları ve bir şekilde doğal olmadıkları inancı nedeniyle, kadın suçluların erkeklerden daha hasta olduğu kanısı hayli yaygındır. Hatta Lombroso bu düşüncesini yansıtan bir İtalyan atasözüne bile yer verir: "Kadın nadiren şeytansıdır, ama bir defa oldu mu da erkeği aşar" (Lombroso ve Ferrero, 1916, s. 147). Açıkça görüldüğü üzere antisosyal prototipi erildir. Eğer kadın antisosyal ise, nedense bu prototipin veya "gerçek" antisosyalin anca cılız bir kuzeni gibidir.

**Sonuç**

Tüm yaklaşımları ve bulguları değerlendirdikten sonra, pek çok seviyede sıkıntılar olduğu anlaşılmaktadır. Kavramsallaştırmalarımız muğlak, örneklemlerimiz yanlı, ölçümlerimiz yanlıdır; klinisyenlerimiz de kendi yanlılıklarının tuzağına düşmeye meyillidirler. Ne yapmalı sorusuna cevap vermekse daha da güçtür. Kuramsal düzeyde daha gidecek çok yolumuz vardır. Bu bağlamda *DSM* mantıklı bir başlangıç noktası olacaktır. Ne var ki *DSM* komitelerinin çalışma tarzlarına dair korkunç hikâyeler anlatılmaktadır (kendi kendini engelleyen kişilik tanısının *DSM*'de nasıl muhafaza edildiğine dair detaylar için bkz. Caplan, 1991). Ruhsal bozuklukları teşhis etmeye yardımcı olan tarafsız bir bilimsel sistem olduğuna inandığımız şeyin büyük kısmı aslında epeyce politik ve hatta rasgele kriterlerden müteşekkildir. Yetmezmiş gibi bir de, *DSM* yazarları ve kişilik bozukluğu çalışma grupları bugüne kadar ağırlıklı olarak erkeklerden oluşmuştur. *DSM-III* kişilik bozukluğu çalışma grubunun üyelerinin %89'u (9'da 8'i) erkektir; aynı oran *DSM-III-R* için %84 (38'de 32) ve *DSM-IV*'ün %78'dir (9'da 7) (Widiger, 1988). *DSM*'de ileride yapılacak gözden geçirme çalışmaları, *DSM-IV*'ü ortaya çıkaran 1000 kişiden çok daha geniş bir klinik zemine

oturtulmalıdır. Ayrıca klinik örneklemlerimiz yanlı, tanı kriterlerimiz kusurlu bile olsa camia olarak sağlam epidemiyoloji çalışmalarına yatırım yaparak gerçek görülme sıklığı oranlarını belirlememiz gerekmektedir. Sorunun ne kadar yaygın olduğunu bilmezsek, onu düzeltmeye nereden başlayacağımızı net olarak göremeyiz.

Klinisyenlerin tanı koyma esnasında mevcut kriterlere riayet etmediklerine dair oldukça ikna edici bulgular da yabana atılmamalıdır. Bu başarısızlıklarla nasıl mücadele edileceği karmaşık bir meseledir. Belki işe bu yanlılıklara dair farkındalık yaratmakla başlanabilir. Klinisyenler bir an olsun kendi içlerine dönüp histrionikleri kadın, narsisistleri erkek görmelerinin ardındaki nedenler üzerine düşünseler, durup farklı tanıları değerlendirmeye yönelebilirler. *DSM-IV*'te kişilik bozukluklarına dair genel tartışmada bu konuya yalnızca bir cümleyle yer verilmiş:

> Görülme sıklığındaki bu farklar muhtemelen bu örüntülerin mevcudiyetinde gerçek bir cinsiyet farklılığına işaret etse de, klinisyenler tipik toplumsal cinsiyet rol ve davranışlarına ilişkin sosyal klişeler doğrultusunda bazı kişilik bozukluğu tanılarını kadınlara veya erkeklere gereğinden az veya çok koymamaya dikkat etmelidirler (APA, 1994, s. 632).

Belki *DSM* boyunca hatırlatıcı uyarılar koymak da çözüm olabilir. Mesela histrionik bölümüne "Eğer kadın hasta X, Y, Z semptomlarıyla başvurduysa antisosyal kişilik bozukluğu tanısını değerlendirmeyi ihmal etmeyin" yazılabilir. Her ne kadar tanı kriterlerimizin ve daha geniş çapta ruh sağlığı sistemimizin kadınlara karşı yanlılığından kaynaklanan büyük sorunlarla mücadelede bu öneriler geçici tedbirlerden ibaret de olsa, mevzubahis yanlılıkların ruh sağlığımızdaki olumsuz etkilerini düzeltmeye yönelik adımlardır.

1985). Denebilir ki gerek içeride gerekse dışarıda ortaya çıkan her türden uyaran, birbirini aksettirerek geniş bir yelpazedeki pek çok faaliyeti kontrol eden devrelerin oluşturduğu uzun zincirlerden geçer. Bu doğrultuda psikolojik özellik ve süreçleri, nöronlar arası uyarılma gibi kendi kendini düzenlemeye yönelik yaygın bir örüntünün ürünü olarak görmek gerekir. Bu işlevlerin arkasındaki karmaşık nöral bağlantıları unutmazsak, yorumda basitleştirme hatasına düşmekten de kurtuluruz.

Her şeye rağmen az önce yaptığımız uyarılar dikkate alındığı takdirde, bazı geniş hipotezler değerlendirilebilir. Haz veya acı gibi belli bir işlevin etkileşimsel nörolojik altyapısı, deneyimin karakteri kadar öğrenme ve gelişim sürecini de belirgin düzeyde etkileyebilir. Nöroanatomik yapıların psikopatolojideki rolünün dokulardaki kusurlara veya hasara bağlı sorunlardan ibaret olmadığı anlaşılmaktadır. Yapısal anatomi ve örgütlenmedeki doğal bireysel farklılıklar, bunlarla bağlantılı geniş bir dizi psikolojik etkiye yol açabilir (Davidson, 1986; R.J. Williams, 1973). Tek bir lezyonun nöral yapılardan oluşan ağda yarattığı sıkıntıyı ve beyin morfolojisindeki devasa bireysel farklılıkları göz önünde bu-

lundurursak, nörobiyolojik rahatsızlığın oynadığı rolün izini sürmenin zorlukları belirgin hale gelir. Tek bir beyin lezyonunun psikolojik sonuçlarını ölçmek için gereken teknik becerilere erişmek bile zor olduğuna göre, doğal anatomik farkların psikolojik karşılıklarını belirleme gibi büyük bir işi varın siz düşünün.

## Mizaçta Yatkınlık

Her çocuk kendine özgü bazı yatkınlık ve hassasiyetlerle dünyaya gelir. Hemşireler, doğduğu andan itibaren her çocuğun diğerlerinden farklı olduğunu bilirler; dikkatli ebeveynler de çocukları arasındaki belirgin farkları görürler. Bazı bebekler iştahla emer; bazıları memeye karşı daha kayıtsızdır, daha nazlı emer. Bazı çocuklar düzenli yer, çıkarır ve uyur; bazılarınınsa öngörülebilir bir rutini yoktur (Michelsson, Rinne ve Paajanen, 1990). Bazıları uykusunda döner durur, bazıları keşmekeşin içinde bile sakin sakin yatar. Bazıları dinç ve enerjiktir; bazılarıysa gergin ve huysuz.

Gel gelelim burada sorulması gereken soru çocuklar arasında mizaç farkı olup olmadığı değil, belli bir dizi deneyimin bu mizaç farklarının sonucunda yaşanıp yaşanmadığıdır; bazı ardıl işlev örüntülerini alttan alta desteklemese, çocukluktaki mizacın pek bir önemi kalmazdı. Klinisyen "Çocuğun kendine has özellikleri ebeveynlerinde özel tepkiler uyandırıyor mu, bu tepkiler çocuğun gelişimi açısından faydalı veya zararlı mı?" diye sormak zorundadır (Kagan, Reznick ve Snidman, 1989; Maccoby ve Martin, 1983). Yalnızca çevrenin çocuk üzerindeki etkisine ilgi göstermek yerine, çocuğun çevreye etkisine ve bu etkilerin çocuğun gelişimine nasıl yansıdığına yoğunlaşılabilir.

Yaşamın ilk birkaç ayında gözlemlenen davranış örüntülerinin psikolojikten ziyade biyolojik kökenli olduğu anlaşılmaktadır. Bazı araştırmacılar bunların "birincil" örüntüler olduğunu söylerler çünkü henüz doğum sonrası deneyimlerle açıklanamayacak kadar erken ortaya çıkar. Araştırmacılar bebeklerdeki otonom sistem tepkiselliğinin tutarlı bir örüntü sergilediğini bulmuşlardır; duyusal eşik, duygusal tonun niteliği ve yoğunluğu, elektroensefalografi dalgaları gibi biyolojik ölçümlerde sabit farklara rastlandığını bildirenler de olmuştur. Psikofizyolojik farkların ilerideki kişilikle bağlantısı bilinmediğinden, araştırmacıların ilgisi de gözlenebilir davranışla hayatın daha ileri dönemlerindeki gelişim arasındaki ilişkiye yönelmiştir.

Bu bakımdan oldukça verimli çalışmalar yürütmüş çok sayıda araştırma grubu (Escalona, 1968; Escalona ve Heider, 1959; Escalona ve Leitch, 1953; Murphy, 1962; Murphy ve Moriarty, 1976; Thomas ve Chess, 1977; Thomas, Chess ve Birch, 1963, 1968) mevcuttur. Bu araştırmalar gerek kişilik gelişimine dair genel kavrayışa gerekse daha özel olarak kişilik patolojisinin gelişimi-

ne katkıda bulunmuştur. Bebeklerin mizaç örüntülerini birbirinden ayrıştıran muhtelif davranış boyutları tespit edilmiştir. Her çocuğun biyolojik işlevleri farklı bir düzene sahiptir. Yeni durumlar karşısında verilen tepkilerden çıkarılan özerk tepkisellik; uyaranlara yönelik duyusal teyakkuz ve değişime uyum sağlama; ayırt edici duygulanımlar; tepkilerin, dikkat dağınıklığının ve sebatın yoğunluğu bu biyolojik işlevlere örnek olarak sayılabilir (Goldsmith ve Gottesman, 1981). İlk başlarda görülen örüntüler bebeklikten çocukluğa geçerken çok az bir değişime uğrar ama bu devamlılığı tamamen doğuştan gelen donanıma bağlamak da doğru olmaz. Yaşamın ilk aylarında sergilenen özellikleri pekiştirmeye yarayan deneyimleri unutmamak gerekir (Kagan, 1989). Bunların pekişmesinin sebebi büyük oranda, bebeğin ilk davranışlarının çevresini dönüştürmüş olması; bu dönüşümün de yine kendi davranışlarını güçlendirmesi, belirginleştirmesidir.

Kuramcılar genellikle bozuklukların, yaşanmasında bireyin hiç pay sahibi olmadığı deneyimlerin sonucu olduğu görüşünü benimsemişlerdir (Jones ve Raag, 1989; Zanolli, Saudargas ve Twardosz, 1990). Bu görüş karmaşık bir etkileşimi basitleştirir (Sroufe ve Waters, 1976). Her bebeğin, deneyimlerinin doğasını şekillendiren biyolojik temelli bir hassasiyet ve yatkınlık örüntüsü vardır. Biyolojik yatkınlıkların çevresel deneyimlerle etkileşimi kolaylıkla çözülebilecek bir ağ değil, birbiriyle çapraz bağlantılar kuran etkenlerin oluşturduğu içkin bir geribesleme sistemidir. Gelişimde pay sahibi olması itibariyle, bu sürecin birkaç bileşenine daha yakından bakalım.

### *Uyum Amaçlı Öğrenme*

Büyümekte olan çocuğun mizaca bağlı yatkınlıkları önemlidir, zira bazı kişilik özelliklerinin baskın çıkma ihtimalini güçlendirir (Bates, 1980, 1987; Thomas, Chess ve Korn, 1982). Örneğin çevresinden gelen uyaranlara yanıt veren aktif çocuklar, çevrelerindeki olay ve kişilere ilişkin bilgileri hızlı edinirler. Bu çocuklar şevk ve enerjilerinden dolayı kişisel tatmine hemen ulaşabilirler veya aksine, karşılarına sürekli aşılmaz engeller çıktığı takdirde bu hayat dolu ve meraklı davranışları onların canını yakan hüsran duygularıyla sonuçlanabilir. Hareket etme ihtiyaçlarını gideremeyince olmadık, uyumsuz yollara sapabilirler. Ayrıca mizaç, bağlanma gibi psikolojik değişkenlerin dışavurumunu da etkiler (Belsky ve Rovine, 1987).

Pasif çocukların davranışları da biyolojik yapıları doğrultusunda şekillenir. Çevrelerine karşı girişken olmaya yatkınlığı olmayan, yaşadıkları gerilimi fiziksel olarak boşaltmaya yanaşmayan çocuklar çatışmalardan kaçınmayı öğrenebilir, zor durumlarla karşılaştıklarında bir kenara çekilebilirler. Başını daha sık

belaya sokan ve daha fazla ceza alan, haliyle insanlara karşı saldırgan duygular beslemeye meyilli aktif çocuklara kıyasla, hatalı davranışlarına bağlı suçluluk duyguları pasif çocuklarda muhtemelen daha az görülecektir. Pasif çocuklar ayrıca kendilerini tatminkâr deneyimlerden mahrum bırakabilir, "bir şeylerden dışlandıklarını" hissedebilir, tek başlarına üstesinden gelemeyeceklerini düşündükleri durumlardan başkalarının onları korumasını bekleyebilirler.

### *Kişilerarası Karşılıklılık*

Kişiliği sistem olarak ele alan yaklaşımdan daha önce bahsetmiştik. Oysa sistem görüşünü organizmanın içinde yaşananlarla kısıtlı tutmanın lüzumu yoktur. Kişilerarası kuramcılar, birbirini karşılıklı olarak etkileyen sistemler bağlamında çiftlerden ve üçlülerden sıkça bahsederler. Çocukluk mizacı, ilk başlarda mizaca bağlı olarak ortaya çıkmış yatkınlıkları doğrulayan veya güçlendiren karşıt tepkiler uyandırır (Papousek ve Papousek, 1975). Biyolojik duygulanımlar ve faaliyet düzeyleri sadece çocuğun davranışlarını değil ebeveynlerininkileri de düzenler. Eğer bebeğin neşeli, uyumlu bir yapısı varsa, bakımı kolaysa, annede de buna karşılık hemen olumlu bir tutum baş gösterir (Osofsky ve Danzger, 1974). Diğer yandan eğer çocuk gerginse, bakımı zor ve zaman istiyorsa, annede yılgın, tükenmiş veya düşmancıl tepkiler görülmesi muhtemeldir. O halde bu ayırt edici davranışsal yatkınlık vasıtasıyla çocuk, ebeveynlerinde başlangıçtaki örüntüyü pekiştiren tepkiler uyandırır. Ebeveynlerin aşağılayıcı veya alaycı tavırları, çocuğun neşeli tarzını darmaduman edebilir. Keza sessiz ve utangaç çocukların da özgüvenleri, kendilerini teşvik edecek aile ortamında artabilir (Smith ve Pederson, 1988).

Klinisyenler ve kuramcılar arasında, ebeveynlerin çocuklarına verdikleri tepkiler sanki hep aynıymış (eşit ölçüde istismar veya sevgi davranışı sergileyebilirlermiş) gibi değerlendirme eğilimi mevcuttur. Oysa ebeveynlerin çocuğa karşı davranış ve tutumları birbirinden farklı olmak bir yana, çarpıcı farklılıklar gösterir. Ebeveynler arasında istikrar olsa, hayatın ilk yıllarındaki deneyimlerle ileride görülen davranış tarzları arasındaki bağlantıyı ortaya koymak nispeten kolay olurdu. Halbuki ebeveynlerle kurulan önemli ilişkiler ciddi farklar barındırdığından, işin içine bir de (kimisi küçük kimisi büyük) kardeş veya kardeşlerin rolü girdiğinde denklem iyice karmaşıklaşır.

Etkenlerin özelliklerine ve karışımına bağlı olarak, öğrenilen şeyler çocukta çok çeşitli tarzlarda davranış ve tutumlara yol açabilir. Bazı çocuklar kendilerine dair çelişkili veya bölünmüş bir imaj geliştirir; bazıları bu birbirine zıt örüntüleri birleştirmenin bir yolunu bulur; kimileri de ebeveynlerin ikircikli davranışları doğrultusunda farklı durumlarda farklı davranışlar sergiler (Mesela her daim

ilgili ve şefkatli olan anneden dolayı kadınlara karşı bu tarz davranışlarda bulunmayı; erkeklereyse babanın baştan savan, aşağılayıcı tutumları nedeniyle rekabetçi, düşmancıl biçimde yaklaşmayı öğrenir.).

Biyofiziksel özelliklerin gelecekteki gelişimi kısıtlaması fikri kolaylıkla anlaşılabilir fakat kişinin yapısının içerdiği *her* özellik doğar doğmaz faaliyete geçmez. İnsanlar farklı ivmelerle olgunlaşırlar. Potansiyeller ancak tedrici bir olgunlaşma süreci içinde açığa çıkabilir. Dolayısıyla bazı biyolojik kökenli etkenler çocuk ergenliğe varana kadar ortaya çıkmayabilir ve çok sonradan ortaya çıkan örüntülerin öncekilerin yerini alması çok da anlaşılmaz bir durum değildir.

Belli bir mizacın kişilik patolojisine yol açıp açmayacağını belirlediği anlaşılan önemli etkenlerden biri, çocuğun bireyselliğini ebeveynlerin ne denli kabul ettiğidir. Çocuklarının mizacını kabullenen ve kendilerini buna göre ayarlayan ebeveynler, normalde patolojik hal alabilecek şeylerin önünü almış olurlar. Diğer yandan ebeveynler her gün çocuklarının yatkınlığıyla ilişkili olarak başarısızlık, hüsran, öfke, suçluluk gibi duygular yaşıyorlarsa, çocuğun uyumunun giderek kötüleşmesinde muhtemelen onlar da pay sahibi olacaklardır. Tüm bu tespitler biyolojik ve psikolojik faktörler arasındaki karmaşık etkileşimlerin bir kez daha altını çizmektedir.

## Patojenik Yaşam Deneyimleri

Önceki bölümde biyolojik işlevlerin hangi olayların, ne zaman ve nasıl deneyimleneceğini düzenlemek gibi aktif bir rolü olduğu yönündeki görüşün üstünde durmuştuk; sinir sistemi veya endokrin sistem kendilerine sunulanları pasifçe kabul etmez. Bu aktif süreç, olağandışı biyolojik hassasiyet veya kusurların algıda çarpıklıklara, düşünce bozukluklarına ve patolojik davranışlara sebep olabileceği anlamına gelir.

Davranış patolojisini biyolojik kökenli anormallikler de tetikleyebilir ama belli bir biyolojik sebebi belirlemek etiyolojik analiz için yeterli değildir. Biyolojik kökenli etkenlerin net biçimde tespit edilebileceği durumlarda bile bu kusurları açık bir psikopatoloji tablosuna dönüştüren deneyimlerin nasıl geliştiğinin izini sürmek gerekir; biyolojik kusurları olan bazı insanların işlevselliğini sürdürebilmesi, bazılarınınsa uyumsuz ve psikopatolojik bir seyir izlemesi bu kapsamlı gelişim analizine duyulan ihtiyacı bariz hale getirmektedir (Davidson, 1986). Biyolojik kusur, gelişimdeki bu tür sapmaları açıklamak için tek başına yeterli değildir. Biyolojik anormalliklerin ardından ortaya çıkan patolojik davranışlar bu kusurların basit veya doğrudan ürünleri değildir; aralarında çevresel deneyimlerin ve öğrenmenin de bulunduğu karmaşık bir dizi etkileşim sonucunda meydana gelirler.

Bu bölümün anafikirlerinden biri, psikopatolojinin gerek organizmanın kendi içindeki gerekse çevredeki etkenlerin yakın etkileşimi sonucu geliştiğidir; bu tür etkileşimler rahme düşmemizle birlikte başlar ve yaşam boyu devam eder. Benzer biyolojik potansiyelleri olan kişilerde, maruz kaldıkları çevresel koşullara göre farklı kişilik örüntüleri görülebilir. Yeni biyolojik olgunluklar yeni çevresel etkileşimlerin bağlamıyla iç içe geçtikçe bu örüntüler de açılır ve değişir. Zamanla, bu örüntülerin sabitleşmesiyle birlikte ortaya sürekli değişen deneyim akıntısında nispeten istikrarlı kalan özgün bir davranış hiyerarşisi çıkar.

Biyolojik unsurlar ile çevresel deneyimlerin etkileşim içinde olduğu herkesçe bilinen bir gerçektir; bizim burada daha detaya inerek bu etkileşimlerin tam olarak nasıl gerçekleştiğini sormamız gerekir.

Başlamadan önce, çevresel öğrenmeye kıyasla biyolojik unsurların ne denli etkili olduğuna dair sorulara da değinelim. Bu sorulara yanıt aramak, yöntemsel açıdan imkânsız olması da bir yana, mantıken yanıltıcıdır. Mevcut teknik imkânlarımızla bu iki varyans kaynağının görece ne kadar pay sahibi olduğunu çözmeye kalkışamayız. Ayrıca bu tür bir arayışın temelinde, çevre-biyoloji etkileşiminin doğasına dair yanlış bir kavrayış yer alacaktır. Gerek biyolojik gerekse de psikolojik kökenli unsurların özellikleri ve payları, diğerinin özellikleri ve ne ölçüde pay sahibi olduğuyla sıkı sıkıya ilişkilidir. Mesela biyolojik etkenler her durumda tek tip değildir; içine doğduğu çevresel koşullara göre değişir. O halde bizim benimseyeceğimiz tutum, her iki unsurun da tüm davranış örüntülerine katkısı olduğu ve ikisinin de katkılarını birbirine bağlı olarak karşılıklı değişen kombinasyonların belirlediği yönünde olmalıdır.

Şimdi biyolojik kökenli unsurlarla psikolojik kökenli unsurların, kişiliğin ve psikopatolojinin gelişiminde nasıl etkileştiği meselesine geri dönelim.

Bir önceki bölümde biyolojik unsurların bireyin deneyimlerinin ve öğrenme sürecinin doğasını hangi yollarla şekillendirdiğini, desteklediğini veya kısıtladığı incelemiştik. Örneğin farklı biyolojik hassasiyetleri olan kişiler aynı nesnel çevreyi farklı algılarlar; insanlar çeşitli derecelerdeki uyaranları, kendilerine özgü hassasiyet ve duyusal keskinlik örüntülerine göre kaydederler. Buradan yola çıkarak deneyimin ilk etapta kişinin biyolojik donanımı doğrultusunda şekillendiğini görebiliriz. Ayrıca kişilerin bünye yapıları bazı davranış biçimlerini öğrenme olasılıklarını güçlendirir. Bedenlerinin fiziksel görünümü, ne kadar güçlü veya enerjik oldukları, nörolojik yapıları ve otonom sistem tepkiselliği gibi unsurlar insanların yönelecekleri veya maruz kalacakları uyaranları etkilemekle kalmaz, aynı zamanda bu tür etkileşimlerde yararlı buldukları davranış türlerini de büyük oranda belirler.

Kabul etmemiz gereken bir diğer nokta da biyolojik ve psikolojik unsurlar arasındaki etkileşimin *tek yönlü olmadığı;* biyolojik etkenlerin her zaman öğ-

renme ve deneyimden önce gelerek bu süreçleri etkilediğidir. Son dönemdeki araştırmalar bize biyolojik olgunlaşmanın büyük oranda olumlu çevresel deneyimlere bağlı olduğunu gösterdi; demek ki olgunlaşma sürecinde, nörolojik gelişimin hızlandığı hassas dönemlerde organizmayı uyaranlardan mahrum bırakmak biyolojik altyapıyı bozabilir ve hatta tamamen engelleyebilir. Bu deneyimlerin biyolojik kapasiteler üzerindeki güçlü etkisi kişilik gelişimin en temel meselelerinden biridir; hayatın ilk yıllarında yaşanan bu deneyimlerin niteliğinin de niceliğinin de patolojik kişilik örüntülerinin pek çoğunun gelişiminde asli öneme sahip olduğu kanaatindeyiz.

Bu erken deneyimlerin kritik rolünün de ötesinde, küçük çocuklardaki biyolojik yatkınlıkların başkalarında uyandırdığı karşıt tepkiler sonucunda yine bu yatkınlıkların ağırlık kazandığını; bu anlamda döngüsel bir etkileşimin söz konusu olduğunu savunuyoruz. Çocuğun çevresel koşullarını yaratmada aktif bir rol oynadığı ve bu koşulların da çocuğun biyolojik eğilimlerini pekiştirmesine zemin hazırladığı düşüncesini Cameron ve Margaret'ın (1951) şu eski tespiti güzelce ortaya koyar:

> tepkisiz bebeğin alametifarikası olan apati, onu başkalarının (biyososyal olgunlaşma sürecinde elzem olan) tepkilerinden mahrum bırakabilir. Bebeğin tepkisizliği, ona sevgiyle yaklaşan, onunla konuşan veya ona yeni ve ilgi çekici oyuncaklar sunan ebeveynlerin veya diğer yetişkinlerin hevesini kırabilir; hal böyle olunca da sosyal çevresi onun pasifliğini ve yalıtılmışlığını idame ettirir. Bu tür bir çocuk davranış patolojisi geliştirirse bunun, çocuğun karakteristik tepkilerinin abartılı veya çarpık bir formu içerisinde ortaya çıkması ve zekâ geriliği, kronik yorgunluk ve yalıtılmışlık şeklinde kendini göstermesi yüksek bir olasılıktır.

Dolayısıyla bu teze göre küçük çocuklardaki normal dağılım gösteren biyolojik yatkınlıklar kademe kademe genişler çünkü baştaki yatkınlıklar kendilerini besleyen ve belirginleştiren deneyimleri tetikler. Başka bir deyişle biyolojik yatkınlıklar, deneyimle etkileşim kurmaları sonucunda daimi hale gelmekle kalmaz, aynı zamanda güçlenir.

Biyolojik kökenli faktörlerle psikolojik kökenli faktörlerin birbiriyle yakın temas halinde olduğu savı, psikolojik kökenli olayların tek başına kişilik patolojisine yol açamayacağı anlamına gelmez. Genetikte **fenokopi** diye bir kavram vardır. Bu kavram, tamamen çevresel olaylara bağlı olarak gelişmesine rağmen sanki genetik temelliymiş gibi görünüm sergileyen özelliklere istinaden kullanılır. Benzer şekilde, psikolojik kökenli deneyimler, biyolojik ve sosyolojik etkenlerin etkileşiminden doğanlardan ayırt edilemeyecek patolojik davranışlara sebep olabilir. Çeşitli kişisel travmalar, toplumsal olaylar veya daha sinsi baskılar kişi-

nin normal örüntüsünü tersyüz edip patolojik bir tepki doğurabilir. Bu doğrultuda biyolojik yatkınlık ve deneyimlerin uyum sürecini beraber şekillendirdiği kaidesinin istisnaları olduğu gibi, ümitvar bir başlangıç da sıradışı veya talihsiz gelişmeler sonucunda sekteye uğrayabilir.

Gelecekteki deneyimlerin başlangıçtaki davranış örüntülerini değiştirebildiği örnekler olsa da, bu örnekleri o güne dek yaşanan olaylara bakmadan anlamak mümkün değildir. Kişilik işleyişinin yaşam boyu içkin bir devamlılığı olduğunu öne sürüyoruz; bu nedenle bu bölüm doğal gelişim sırasında ilerliyor. Ayrıca hem çocuklukta yaşananların kişiliğin oluşumunda sonraki döneme kıyasla daha etkili olduğunu hem de sonraki dönemdeki davranışlarla çocukluktaki deneyimler arasında belirleyici bir ilişki olduğunu savunuyoruz. Gelişimde, arada bir meydana gelebilecek çarpıcı kopukluklar haricinde, düzenli ve sıralı bir devamlılık söz konusudur. Bu devamlılığı sağlayansa geçmişle şimdiyi birbirine bağlayan sosyal pekiştirme ve kendi kendini idame ettirme mekanizmalarıdır. Bu bölümün formatı gelişimdeki bu devamlılığı sergilemektedir.

## Patojenik Öğrenmenin Kaynakları

Tutum ve davranışlar, ebeveynlerin talimat ve telkinleri doğrultusunda da öğrenilebilir ama büyük kısmı çocuğun maruz kaldığı sebepli veya tesadüfi bir dizi sıradan olay sonucunda şekillenir. Ödül ve cezaların genellikle spontan ve istikrarsız biçimde verilmesi bir yana ebeveynlerin gündelik, sıradan faaliyetlerinden çocuğa hiç hesapta olmayan, taklit edebileceği modeller çıkar.

Bu koşullar, duygusal açıdan yıkıcı olayların yaptığı gibi savunmacı veya korumacı davranışları tetik*lemez*; yalnızca, edinildikleri ortam haricinde de geçerli olacak şekilde genelleşmesi halinde zarar doğurabilecek davranış stillerini pekiştirir. Davranışın (insanların nasıl düşündüğü, konuştuğu, korktuğu, sevdiği, sorun çözdüğü; başkalarıyla nasıl ilişkiler kurduğu, nelerden kaçındığı, bam telleri, tutumları, kaygıları ve kişilerarası iletişim tarzları gibi alanların) kökenleri, ebeveynlerinin ve abla/ağabeylerinin gündelik tepkilerini gözlemleyen çocukların bunları benimseyip tekrarlamasına kadar uzanır. Çocuklar bu karmaşık davranışları önemlerini anlamadan, ebeveynlerin bunları aktarma gibi bir niyeti olmadığı halde aynalarlar. "Ele verir talkını, kendi yutar salkımı" sözü bu duruma tam oturur. Yani mesela çocuğu nazik davranmadığı için ağır laflarla paylayan anne veya baba aslen ikircikli bir öğrenme deneyimi yaratır; ebeveynlerin ağzından çıkanlar ile tutumları arasındaki çelişki, çocuğa bir yandan nazik şeyler düşünürken diğer yandan sert, kaba davranışlar sergilemesi gerektiğini öğretebilir.

Nice patolojik örüntünün kendine özgü nitelikleri, düşünmeden yapılan ve çocuğun da ister istemez maruz kaldığı davranış ve tutumlardan kaynaklanır.

Dolayısıyla bu bölümü okurken, çocukların en çok ebeveynlerin maksatlı olarak uyguladığı eğitim yöntemlerinden değil, istemsizce içine düştükleri plansız deneyimlerden öğrendiğini akılda tutmakta fayda vardır. Sonuçta insanlar her koşulun kontrol altında tutulduğu bir ortamda özel labirentlere yerleştirilmiş laboratuvar hayvanları değildir; öğrenme uğraşıyla hemen ilişkilenen "dış değişkenlerin" işe dahil olmasıyla karmaşıklaşan süreç, aynı zamanda oldukça düzensiz "pekiştirme programlarının" etkisi altındadır.

Aşikâr olması gerektiğini düşündüğümüz ama patojenik etkenleri ortaya koyarken genellikle göz ardı edilen veya basitleştirilen bir mesele de, daha önce belirttiğimiz üzere çocukların çoğunun kardeş veya kardeşlerin yanı sıra *her iki ebeveyni de* model almalarıdır. Çocuklar farklı farklı algıların, duyguların, tutumların, davranışların yanı sıra kendilerine ve başkalarına dair çeşitli kabullere maruz kalırlar ve sıkça bunlardan bir şeyler öğrenirler. Çocuğun kalıtımsal yatkınlıklarında her iki ebeveynin de pay sahibi olduğuna işaret eden **genetik birleşime** benzer şekilde, burada da çocuğun deneyimleri, öğrendikleri her iki ebeveynden gelen verilerin birleşmesiyle şekillenir. Örneğin ebeveynlerden biri çocuğa karşı acımasız bir tavır benimsemiş, onu terslemiş; diğeriyse hep nazik ve destekleyici davranmış olsun. Bu karışımın nihayetinde nasıl bir psikolojik biçim alacağı ve bu ayırt edici deneyimlerden hangilerinin ağırlık kazanacağı sorusunun yanıtı çok sayıda başka etkene bağlıdır. Gel gelelim her ebeveynin çocuğu farklı etkilemesini ve ortaya çıkan patogenezin bu deneyimlerin karmaşık etkileşimini yansıtmasını bekleyebiliriz. Unutmayın ki tek başına etkili olan pek az deneyim vardır; deneyimlerin çoğu çeşitli unsurların etkileşimine bağlıdır ama en çok da iki ebeveyn kaynaklı etkenlerin birleşip birbirine karışmasıyla şekillenir.

**Patojenik** kavramını açıklamak için üç tip olaydan yararlanabiliriz:

1. Kişiye kapasitesini aşan mecburiyetler getirmesi veya onun rahat ve güvende olduğu hissini sarsması itibariyle aşırı kaygı yaratan olaylar. Duygusal açıdan zararlı olan bu tür olayların devam etmesiyle ortaya çıkan baş etme yöntemleri, en nihayetinde **genellenmiş savunma stratejileri**nin *öğrenilmesine* kadar varabilir. Bu stratejiler kişiyi rahatsız eden bazı duyguları hafifletmeyi başarsa bile, uygun olmadıkları durumlarda da kullanılmaya başlanmaları halinde uzun vadede sağlıklı işlevselliğe engel teşkil edeceklerdir.

2. **Uyumsuz davranışların** öğrenilmesine sebep olan duygusal açıdan nötr koşullar. Bu koşullar duygusal açıdan zararlı olayların yaptığı gibi savunmacı veya korumacı davranışları faaliyete geçirmez; bunlar sadece kendilerini ortaya çıkaran durumun haricinde, olmadık yerlerde kullanıldığında zararlı nitelik kazanır. Haliyle bu zorlukların kökeni stres, kaygı veya bilinçdışı savunma mekanizmaları *değil,* doğrudan doğruya uyumsuz davranış örüntülerinin koşullanması veya tekrarlanmasıdır.

3. **Uyumlu davranışların** öğrenilmesi için gereken deneyimlerin *yetersizliği.* Buna göre, genel uyaranların fakirliği veya minimum düzeyde sosyal deneyim uyumlu davranışların edinilmesini sekteye uğratabilir. Çevreyi kontrol altına almaya yarayacak düzeyde beceri ve yeterliliğe sahip olmamak bir tür patolojik *öğrenme eksikliğidir*, ki bu da stresli deneyimlerin veya kusurlu/uyumu zorlaştıran öğrenmenin yol açtığı bozukluklar kadar ağır bir tablo ortaya koyabilir.

Patojenik kaynaklarla ilgili araştırmalar ve kuramsal yazın bu üçlü şemaya uymaz; bu çalışmaları sunmak için daha farklı bir format kullanmamız gerekir. Siz yine de bundan sonraki sayfaları okurken bu ayrımları aklınızın bir köşesinde tutun.

Hayatın ilk yıllarındaki aile içi ilişkilerin psikopatolojinin gelişiminde belirleyici rol oynadığı inancı profesyoneller arasında yaygın kabul görmektedir; oysa bu kanaati destekleyen güvenilir, şüpheye yer bırakmayan verilere erişmek pek de kolay değildir. Bu veri eksikliği araştırmacıların yeterince çaba harcamamalarından ziyade süreci engelleyen yöntemsel ve kuramsal zorluklar yüzündendir. Örneğin daha önce bahsettiğimiz üzere bu verilerin çoğu, hayatın ilk yıllarındaki deneyimlere dair sonradan, geriye dönük olarak anlatılanlardan elde edilir; haliyle de son derece güvenilmez olmak gibi bir kusurları vardır. Hastalıkları sırasında görüşülen hastaların, insanlarla ilişkilerine dair çarpıtılmış, taraflı beyanlarda bulunmaları muhtemeldir; akrabalardan toplanan bilgilerse çoğu zaman suçluluk duyguları veya rahatsızlığın ilişkilendirilebileceği bir durumu örtbas etme arzusuyla çarpıtılmış haldedir. O halde genel olarak denebilir ki, patolojik öğrenmede pay sahibi olabilecek geçmiş olayların karmaşık dizilimini yeniden tesis etme çabasının karşısına, aşılması hemen hemen mümkün olmayan yöntemsel zorluklar dikilmektedir.

Uygulamadaki bu komplikasyonlara bir de kavramsal semantikle ve veri düzenlemesiyle ilgili sorunlar eklenebilir; bu komplikasyonlar çalışmaları birbiriyle kıyaslamayı zorlaştırır ve birbiriyle tutarlı araştırma verilerinin sistemli biçimde birikmesine engel olur. Mesela araştırmacılardan birinin "soğuk ve mesafeli" dediği ebeveyne bir diğeri "düşmancıl ve kayıtsız" diyebilir; bir araştırmada "ilgili" olan anne diğerlerinde "endişeli" veya "aşırı korumacı" sıfatlarıyla anılabilir. Ayrıca *soğuk* veya *aşırı korumacı* gibi betimleyici sözcükler büyük deneyim kategorilerine istinaden kullanır; deneyimleri bu tür çatı kavramlar altında topladığımızda kişilerarası etkileşimin incelikleri ya belirsizleşir ya da tamamen kaybolur. Bu deneyimlerde esasen neyin uyumu zorlaştıran öğrenmeye yol açtığının henüz açık olmayışının sebebi, bu deneyimleri gruplandırırken başvurulan kategorilerin kaba ve belirginlikten uzak oluşudur. Ebeveynin soğuk veya aşırı korumacı olmasının ne bakımdan patojenik olduğunu tam olarak bilmemiz gerekir. Gelecekteki araştırmaların bu tür detayları netleştireceği umulmaktadır.

Ama o zamana dek bu psikogenez kategorilerinin toparlayıcı yapısıyla barışmak zorundayız.

Bundan sonraki bölümlerde patolojik öğrenmenin kaynaklarını iki büyük kategoriye ayıracağız. Bu kategorilerin ilki, çocuğun gelişim sürecinin tamamında etkili olan deneyimlerin yer aldığı *nüfuz edici ve kalıcı deneyimler*; ikincisiyse hayatın herhangi bir noktasında nispeten kısa süreliğine meydana gelebilen ve gelişime ciddi etkisi olan olumsuz koşulları içeren *travmatik deneyimler*dir.

## Nüfuz Edici ve Kalıcı Deneyimler

Çocuğun yetiştiği aile ortamını atmosferiyle, gündelik ve rutin yaşam faaliyetlerinin nasıl yürütüldüğüyle veya kişilerarası ilişkilerdeki tarzla ve tonla niteleyebiliriz. Olaylar, duygular, iletişim biçimleri günbegün tekrarlanır. Dış çevredeki tesadüfi ve dağınık olayların aksine, aile yaşamındaki deneyimlerin çocuğun öğrenme sürecinin tamamında üst üste eklenen, kalıcı etkisi vardır. Çocuk bu ortamda temel bir güvenlik duygusu geliştirir, insanların birbirleriyle ilişki kurma biçimlerini taklit eder, başkalarının kendisini nasıl algıladığına, ona karşı neler hissettiğine dair bir izlenim oluşturur, kendisine verdiği değer şekillenir, duygularla ve hayatın zorluklarıyla baş etmeyi öğrenir. Aile ortamının kritik gelişim dönemlerindeki etkisi öyle büyüktür ki çocuğun üstündeki onca etkenden yalnızca bu, tek başına kalıcı tesir bırakır. Peki bu kalıcı deneyimler nasıl ayrıştırılabilir?

Gündelik yaşamın gelgitleri iç içe geçerek kaynaşmış nice unsurdan oluştuğundan, yapılacak her tür ayrıştırmanın bir nebze keyfi olması kaçınılmazdır. Aşağıda yer alan beş kategorinin, süregelmekte olan karmaşık olaylar diziliminin yalnızca belli yüzlerinden ibaret olduğunu aklımızda tutarsak etiyolojik basitleştirme tuzağına da düşmemiş oluruz.

### *Ebeveyn Duygu ve Tutumları*

Öğrenilen deneyimin en önemli fakat kavraması en zor yanı çocuğun, ebeveynleri tarafından ne derece kabul görüp reddedildiğiyle ilgili hisleridir. Apaçık istismar veya şiddet görülen durumlar haricinde, araştırmacılar ebeveynlerin davranışlarındaki ihmal, ilgisizlik ve sevgisizlik işaretlerini tespit etmekte bir hayli zorlanırlar. Araştırmacıların yaşadıkları yöntemsel zorluklara rağmen şu üç reddedilme işaretini alan çocuk takdir edilmediğini, hor görüldüğünü veya aldatıldığını net olarak anlar:

1. Yaşamının ilk yıllarında, kendisini istemediklerini veya baş belası olarak gördüklerini açıkça belli eden ebeveynlere maruz kalan çocuk, ona düşmanmış gibi yaklaşan dünyaya karşı derin ve kalıcı bir tek başınalık duygusu hissedebi-

lir. Evde destek ve güvenlikten mahrum olan bu çocuk, dış dünyadaki zorluklarla güvenle mücadele edecek donanımı kazanamayabilir. Ebeveynleri kendisini reddettiğinden, başkalarının gözünde de aynı şekilde değersiz görüleceğini sanabilir (Emde, 1989; Maccoby ve Martin, 1983). Daha fazla acı çekmemek için başkalarından kaçınma gibi bir savunma stratejisi geliştirebilir; artık başkalarından beklediği olumsuz pekiştiricilerin etkisini minimuma indirmek için apati ve kayıtsızlığı koruyucu zırh gibi kullanabilir. Reddedilmeyle ilişkilendirdiği başka özellikler doğrultusunda çeşitli stratejiler geliştirilebilir; çocuklar ebeveynlerinin hor gören, alaycı tavrını taklit ederek kendi rahatsız verici duygularıyla baş etmek için düşmancıl ve intikamcı davranışlar sergileyebilirler. Ebeveynleri tarafından kabul görmeyen çocuğun başkalarının gözünde de değersiz olacağını varsayması muhtemeldir (Cicchetti ve Carlson, 1989; Dodge, Murphy ve Buchsbaum, 1984; Dornbusch, Ritter, Leiderman ve Roberts, 1987; Mueller ve Silverman, 1989; Steinberg, Elmen ve Mounts, 1989).

2. Çocuğun üzerinde en kalıcı ve yıkıcı olumsuz etkiyi yaratan şey istenmediği ve sevilmediği hissi olsa da baştan çıkarma, sömürme ve aldatma gibi tabirlerle nitelendirilebilecek ebeveyn tutumları da çocuğun kişiliğine verilen zararda pay sahibidir (Cicchetti ve Beeghly, 1987). Çocuklar ebeveynlerinden temel sevgiyi ve desteği aldıkları takdirde çevreden gelecek ciddi ceza ve darbelere göğüs gerebilirler; oysa bunları alamadıklarında en ufak stres karşısında dahi dirençleri düşük kalır (Billings ve Moos, 1982; Lewinsohn, 1974).

3. Ebeveynlerin duygu ve tutumlarının birbirleriyle aynı olmadığı veya ikisi tarafından da aynı şekilde iletilmediği gerçeği şimdiye kadar ele aldığımız unsurlardan da önemlidir. Ebeveynlerle kurduğu ilişkilerin birbirinden farklı olması çoğu çocuk için normdur. Ebeveynlerden biri dikkatli ve aşırı korumacı, diğeriyse düşmancıl veya kayıtsız olabilir. Bir bakıma, çocuğun her iki ebeveynden de yarı yarıya kromozom aldığı genetik mirasın deneyim düzeyinde de tekrarlandığı söylenebilir. İnsana has düşünce, duygu ve davranışların farklı boyutlarını her ebeveyn zımni modellemeyle veya doğrudan öğreterek çocuğa aktarır. Çocuk bu iki farklı modeli ya ayrı deneyim biçimleri niteliğinde tutarak ya da onlardan bir sentez oluşturarak kendi bünyesine katar.

Dolayısıyla çocukların kendilerine dair bölünmüş ya da çelişkili tutum ve duygular içinde olmaları hiç de istisnai bir durum değildir; bunlar kısmen anneyle, kısmen babayla, kısmen de büyük kardeşlerle ve akrabalarla ilişkilerin yansımasıdır. Pek çok kişilik bozukluğunun tipik arka planına baktığımızda bahsedilen deneyimlerden ikisini veya daha fazlasını yaşamış kişilerle karşılaşabiliriz. Kendi içinde tutarlı tek bir ebeveyne maruz kalan ve bu ebeveynin tutumlarını dengeleyebilecek, bunlara alternatif sunacak yetişkin modelleriyle karşılaşmayan çocuğun ders kitabından fırlamış gibi katışıksız bir tablo ortaya

koyması mümkündür. Oysa çoğu çocuk kendisine model teşkil eden çok sayıda yetişkinin etkisi sonucunda daha karışık bir kişilik yapılanması geliştirir; örneğin biraz narsisist, biraz da kompülsif veya kısmen bağımlı, kısmen kaçıngan vb. Kişilik alttiplerinin ele alınacağı ileriki bölümlerde, çocuğun maruz kaldığı ebeveyn duygu ve tutumlarının (bazen de birbiriyle çelişen) farklı kombinasyonlarının kişilik bozukluğu karışımındaki yerinden bahsedeceğiz.

### *Davranış Kontrolü Yöntemleri*

Çocuğun davranışlarını düzenlemek ve öğrendiklerini kontrol altında tutmak için ne gibi eğitim yöntemleri kullanılır? Daha önce de belirtildiği üzere ebeveynlerin farkında olmadan kullandıkları yöntemler maksatlarının çok ötesinde etkiler doğurabilir; yani çocuk kişilerarası ilişkilerde nasıl davranması gerektiğini sözlü yönergelerden olduğu kadar çevresindekileri örnek alıp taklit ederek de öğrenir. Aşağıda patojenik kontrol yöntemlerinin beşine yer verilmektedir (Glidewell, 1961; Patterson, 1982; Sears, Maccoby ve Levin, 1957).

Cezalandırıcı Yöntemler. Kullandıkları cezalandırıcı ve baskılayıcı yöntemlerle çocuklarını sindiren ve aşağılayan ebeveynler uyumu zorlaştıran çeşitli örüntülere zemin hazırlayabilirler (El Sheikh, Cummings ve Goetsch, 1989; Loeber ve Stouthamer-Loeber, 1986).

Eğer çocuk baskıya boyun eğer ve ebeveynlerinin beklentilerini karşılamayı başarırsa (yani olumsuz pekiştirici olan cezadan kaçınmanın yollarını öğrenirse) aşırı itaatkâr ve tedbirli biri olup çıkması olasıdır. Genellikle bu kişiler dürtülerini ve çelişkili düşüncelerini kontrol altında tutmanın yanı sıra (başkalarını gözlemleyerek ve taklit ederek) ebeveyn modelini benimsemeyi ve bu cezalandırıcı, sapkın davranışları başkaları üzerinde kullanmayı da öğrenirler. Bu doğrultuda, sert cezalar veren ebeveynleri yüzünden içindeki gençlik ateşinden eser kalmamış 16 yaşında bir oğlan çocuğu, normalde son derece çekingen ve gergin bir yapıda olmasına rağmen 7 yaş grubuna pazar günleri kilisede ders vermeye başladığında "ziyadesiyle zalim" ve cezalandırıcı bir tavır ortaya koymuştur.

Bu çocuklar olur da ebeveynlerinin aşırı taleplerini yerine getirmeyi başaramaz ve sürekli istismara uğramaya, cezalandırılmaya devam ederlerse kişisel ilişkilerinde beklentilere bağlı kalıcı bir kaygı baş gösterebilir; bu da umutsuzluğa, heveslerinin kırılmasına sebep olarak sosyal kaçınganlık veya içe kapanma gibi stratejiler geliştirmelerine yol açabilir. Benzer deneyimler yaşayan başka bazı çocuklarsa ebeveynlerinin sert tavrını taklit ederek düşmancıl, saldırgan, isyankâr davranışlar sergileyebilirler. Bu tepki veya stratejilerden hangisinin ortaya çıkacağı, sürece müdahil olan etkenlerin oluşturduğu daha geniş tabloya bağlıdır (Ferster, 1973; Lazarus, 1968; Lewinsohn, 1974; Patterson, 1977).

**Koşullu Ödül Yöntemleri.** Bazı ebeveynler pek ceza vermezler ama çocukları cesaretlendirmeden veya lütfedip de ödüllendirmeden önce onların belirli davranışları sergilemelerini beklerler. Olumlu pekiştiriciler performansın onaylanmasına bağlıdır. Bu koşullarda yetişen çocuklar sosyal ortamlarda sevilen kişilerdir ve taklitle öğrenme sayesinde başkalarına karşı da ödüllendirici tavrı benimserler. Gel gelelim çoğunda bağlamdan bağımsız, doymaz bir sosyal onay ihtiyacı görürüz. Mesela 15 yaşında bir kız, insanlar onun kıyafetine veya görünümüne dair olumlu yorumlarda bulunmadığı takdirde kısa fakat belirgin depresif dönemler geçiriyordu. Çocukluğunun ilk yıllarında ebeveynlerinden, ancak "cicili bicili giyinip güzel kız olduğu" zamanlarda onay ve sevgi gördüğünü öğrenmişti; ona göre, başkalarının onun güzelliğine dair bir şey söylememesi onu reddettiklerine, onaylamadıklarına işaret ediyordu. Dolayısıyla koşullu ödül yöntemi çocukları abartılı bir onay görme ihtiyacına şartlandırır; sosyal açıdan sağlıklı bir sıcaklıkları/sokulganlıkları olsa da, aynı zamanda sosyal pekiştiricilere bağımlıdırlar.

**Tutarsız Yöntemler.** Bu durumda ebeveynlerin kullandıkları kontrol yöntemleri genellikle düzensiz, çelişkili ve kararsızdır (Maccoby ve Martin, 1983; Patterson, 1982). Gündelik hayatın akışında bir miktar çeşitlilik kaçınılmazdır elbette, ancak bazı ebeveynlerin standartları ve beklentileri sürekli değişir; ne tür ödüller veya cezalar verecekleri kesinlikle öngörülemez. Bu tür kaotik ve dengesiz çevrelerde büyüyen çocuklar istikrarlı bir öğrenme süreci yaşayamaz, uyum sağlamaya yönelik birbiriyle çelişmeyen stratejiler geliştiremezler. Ortaya koyacakları her tür davranış, öngörülmesi imkânsız bir ebeveyn tepkisiyle tersine çevrilebilir.

Önden tahmin edemedikleri tepkilerin kendilerinde yarattığı tereddüt ve kaygıdan kaçınmak amacıyla bazı çocuklar hareketsiz ve çekimser kalabilirler. Bazılarıysa maruz kaldıkları davranışları taklit ederek ikircikli bir yapı, bir davranıştan diğerine salınma eğilimi gösterebilir. Düzensiz pekiştiricilerin ortaya çıkardığı davranış örüntülerinin kolay kolay silinemediğini biliyoruz, dolayısıyla çocuklardaki bu atalet veya ikircikli yapı; çevre artık istikrarlı, öngörülebilir hale kavuştuktan sonra dahi varlığını uzun süre koruyabilir.

**Korumacı Yöntemler.** Bazı ebeveynler çocukların maruz kalacağı deneyim yelpazesini öyle kısıtlarlar ki çocuklar özerk davranışların en temel ilkelerini bile öğrenemezler (Baumrind, 1967; C. C. Lewis, 1981). Çocuklarının çok kırılgan olduğundan, kendi başının çaresine bakamayacağından endişelenen veya daha kendileri makul değerlendirmelerde bulunamayan aşırı korumacı anneler, çocukların normal becerilerinin gelişmesine engel olmanın yanı sıra onlara ezik ve çıtkırıldım olduklarına dair dolaylı bir mesaj da verirler. Bu çocuklar gerçekten yetersiz kaldıkları deneyimler yaşadıkça sahiden de zayıf, aciz, başkalarına bağımlı oldukla-

rının ispatlandığını düşüneceklerdir (Millon, 1981; Millon ve Davis, 1996; Parker, 1983). Başka bir deyişle bu çocuklar uyum sağlamaya, kendi ayaklarının üstünde durmaya hizmet eden davranışlar bakımından zaten eksik bir eğitim görmüşlerdir ama bunun üstüne bir de kendilerini herkesten aşağı görürler, koruyucu güvenli alanlarını terk etmekten her geçen gün daha fazla korkarlar.

**Şımartan Yöntemler.** Her şeye izin veren, gevşek, disiplinsiz ebeveynler çocuklarına her tür kaprisleri için açık çek sunarlar. Bu ebeveynler hem çocuklarını kontrol edemez hem de disiplinsizlikleriyle onlara model oluştururlar ki bu da çocuklarının sorumsuzluğunu iyice artırır. Ebeveynlerin herhangi bir sınırlama getirmediği ve seçici ödüllerle yönlendirilmeyen bu çocuklar, disiplinsiz çocuklarda sıkça rastlanan o düşüncesiz hatta zorbaca davranışları sergileyerek büyürler. Dışarıdan bir güç tarafından disiplin altına alınmadıkları takdirde bu alışkanlıkları kalıcı olabilir ve toplumda sorumsuz birer birey haline gelebilirler (Millon, 1969; Millon, Simonsen, Birkit-Smith ve Davis,1999).

### *Ailevi İletişim Biçimleri*

İnsanlar olarak deneyimi simgeleştirme kapasitemiz birbirimizle, daha alt türlere nazaran çok daha karmaşık, incelikli bir iletişim kurabilmemizi sağlar. İçgüdüsel davranışların basit mekanizmalarından azade olan ve nesnel dünyamızın somut yanlarını aşabilen bizler, çok eskilerde kalmış olaylardan yaptığımız çıkarımları uzak bir geleceğe taşıyabiliriz. Dilimizin simgesel birimleri ve sözdizimi, düşünce ve iletişim açısından hayli yararlıdır. Her aile kendi iletişim tarzını, kendi dinleme ve dikkat örüntüsünü, kendi düşüncelerini ve onları iletme biçimini yine kendi inşa eder. Çocuğun maruz kaldığı kişilerarası iletişim tarzları; başkalarının ifade, düşünce ve duygularına dikkat verme, bunları düzenleme ve yanıtlama modeli olarak kullanılır. Kişilerarası ilişkileri öğrenmek için kullanılan bu çerçeve rasyonel ve karşılıklı olmadığı müddetçe çocuk, başkalarıyla ilişkilerinde etkin işlev göstermesini sağlayacak donanımı kazanamaz. Bu durumda, insanların çevresel koşulları bu kadar başarıyla aşmasını sağlayan simgesel kapasiteler bu defa yanıltıcı olabilir, kafa karışıklığı yaratabilir; başkalarıyla kurulan iletişimi güçlendirmeye yarayan bu araç, aksine sosyal ilişkileri zayıflatabilir. Mantıksız fikirler, rasyonellikten uzak tepkiler, ilgisiz ve tuhaf ifadeler aşırı strese bağlı olarak sıkça görülse de, bunların kökenine indiğimizde genellikle kusurlu ailevi iletişim tarzlarına maruz kalma gibi basit bir sebeple karşılaşılırız (Campbell, 1973; Mash ve Johnston, 1982; J. R. Morrison, 1980; Tizard ve Hodges, 1978).

Biçimsiz, bölük pörçük veya kafa karıştıran ailevi iletişim örüntülerini inceleyen çok sayıda araştırmacı olmuştur (Bateson ve diğ., 1956; Lidz, Cornelison, Terry, ve Fleck, 1958; Lu, 1962; Singer ve Wynne, 1965). Bazı ailelerde

karşı tarafın verdiği mesajlara yöneltilen dikkat muğlak, düzensiz ve rasgeledir ama bunun da ötesinde, gerçekten dikkat edildiğinde bile mesajın müphem veya çelişkili anlamlar barındırdığı görülür. İkircikli veya karşıt anlam ve duygular, Bateson'ın **çifte açmaz** dediği şeyi ortaya çıkarır. Mesela ciddi rahatsızlıkları olan 10 yaşındaki erkek çocuğuna, kendisi de aynı derecede rahatsız olan annesi tarafından belirgin biçimde düşmancıl ses tonuyla sürekli şöyle sesleniliyordu: "Anneciğine gel; anne seni çok seviyor, seni kucaklayıp mıncıklamak istiyor." Bu çifte açmazlı mesajların birbiriyle çelişen yapısı tatminkâr yanıtlar alınması ihtimalini ortadan kaldırır; mesajın muhatabı olan kişinin çelişkiye düşmeden yanıt vermesi mümkün değildir: "Aşağı tükürse sakal, yukarı tükürse bıyık." İletişimde böylesi çelişkilerin içine düşürülen çocuğun gerçeklik temelleri giderek sarsılmaya başlar (Reid, Patterson ve Loeber, 1982; Reiss, 1981). Çocuk, gelen sinyalleri çarpıtarak veya inkâr ederek kafa karışıklığından kaçınmayı öğrenir ama bu savunma manevrasıyla irrasyonel düşünceye hepten yenik düşer. Başkalarının niyet ve düşüncelerini yorumlayamayan, her geçen gün daha da uyumsuz hale gelen çarpıtma örüntüleriyle donanmış çocuk, giderek artan bir fasit yabancılaşma döngüsüne düşer.

### *Öğretilenlerin İçeriği*

Ebeveynler, doğrudan mesaj vererek veya farkında olmadan yaptıkları yorumlarla çocuklarına muhtelif değer ve tutumlar geçirirler (Dorr, 1985; Emde, 1979; M. Lewis ve Saarni, 1985). Aile, inanç ve davranışların aşılandığı asli sosyalleşme sistemi görevi görür. Bu eğitim sürecinde çocuk belli başlı olaylara ve kişilere belirli şekillerde tepki vermeyi, ilgi göstermeyi, onlar hakkında belirli düşüncelere sahip olmayı öğrenir.

Patolojik tutum ve davranışların öğrenilmesine vesile olan öğretiler arasında şunlar sayılabilir:

- Bu öğretilerin en sinsi ve yıkıcı olanı kaygıyla eğitimdir. Kendi sağlıklarından endişe eden, çocuğun işlevselliğindeki en ufak kusuru mercek altına alan, başarısızlıkla veya kötü gidişatla aşırı meşgul olan ebeveynler çocuklarına kaygıya karşı kırılgan modeller sunarlar, ona bu yönde bir öğreti aktarırlar (J. C. Coolidge ve Brodie, 1974; Parker, 1983; Waldron, Shrier, Stone ve Tobin, 1975). Kronik kaygıdan mustarip, her daim endişe içinde yaşayan hane halkının zararlı etkisinden kaçabilen pek azdır. Bedensel hastalıklarla, işyerinde başarısız olmakla, değerli nesnelerin kaybıyla ve sevilen kişiler tarafından reddedilmekle ilgili fanteziler, normalde nötr olduğu söylenebilecek olayların bu genel yatkınlıkla nasıl bir renge bürünebileceğine örnek teşkil eden alanlardır.

Suçluluk ve utanç pek çok evde öğretilen duygulardır. Çocuğun ebeveynlerinin beklentilerini karşılayamaması, onların çok şey feda etmesine neden olduğunu hissetmesi veya bir kusuru ya da kabahati nedeniyle kuralları ihlal ederek aileyi utandırdığına inanması, kişinin kendisine verdiği değeri tartışmaya açmanın yanı sıra belirgin suçluluk ve utanç duyguları uyandıran olaylardır. Ayrıca bu evlerdeki suçluluk uyandıran atmosfer de model alınıp taklit edilir. Ufak tefek hataları yüzünden defalarca uyarılan veya azarlanan çocuklarda sıklıkla kendilerinin başarısız biri olduğuna dair derin ve yaygın bir kanaat gelişir. Çocuklar hatalarını kabullenir ve ebeveynlerinin hükümlerini benimserlerse kendilerini değersiz, mahcup, suçlu görmeye başlarlar. Bu denli belirgin suçluluk duygularından korunmak adına faaliyetlerini kısıtlayabilir, hayatın normal zevk ve tutkularından kendilerini mahrum bırakabilirler. Zamanla en basit hazlardan bile kaçınır olurlar.

Diğer yıkıcı tutumlarsa ebeveynlerin dar ve yanlı hayat görüşleri doğrultusunda öğretilebilir, ki bunların en yaygınlarından ikisi aşağılık duyguları ve sosyal yetersizlik hissidir. Özellikle de cinsel dürtülerle ilgili öğretilenler hasara yol açabilmektedir. Mastürbasyon ve okşama gibi yaygın davranışları ayıplayan gerçekdışı standartlar gereksiz korkulara ve güçlü suçluluk duygularına yol açar; yanlış cinsel eğitimin uzun vadede, özellikle de flört ve evlilik dönemlerinde olumsuz etkileri olabilir.

### *Aile Yapısı*

Ailenin resmi bileşenlerinin patojenik tutum ve ilişkilerin öğrenilmesine zemin hazırladığına sıkça şahit oluruz (Clausen, 1966).

**Yetersiz Modeller.** Ailede güçlü yetişkin figürlerin olmaması, yetişkinliğin gerektirdiği karmaşık davranış örüntülerini taklit yoluyla edinme fırsatından çocukları mahrum bırakabilir (Emery, 1982; Ferri, 1976; Millon, 1987) .Taklit etmesi pek cazip olmayan modeller sunan ebeveynler hiç değilse insan ilişkilerinin doğasındaki alışveriş için bazı rehber ilkeler ortaya koyarlar.

Genellikle en büyük eksiklik hemcins ebeveyn modelinin bulunmamasıdır (Hetherington, Cox ve Cox, 1982). Yoksul ailelerde babaların sıklıkla evde olmaması veya varlıklı ailelerde yine babaların işle fazlaca meşgul olması nedeniyle erkek çocuklarda olgun bir maskülen kimlik gelişmeyebilir; bu çocukların yetişkin yaşamlarına yön verecek hedef ve davranışları yeterli düzeyde değildir.

**Ailede Anlaşmazlık.** Evin içinde sürekli tartışmalara ve dırdıra maruz kalan çocukların hem taklit edebilecekleri tek seçenek yıkıcı modellerdir hem de bu çocuklar patolojik davranışlarla sonuçlanabilecek can sıkıcı etkenlerle karşı kar-

şıyadırlar (Crockenberg, 1985; Cummings, Pellegrini, Notarius ve Cummings, 1989; Millon, 1987; Rutter ve Giller, 1983). Tutarlı düşünme ve davranış örüntüleri edinmek için elzem olan yaşamsal istikrar, süreğen ihtilaf ve çatışmalarla sarsılır. Boşanmada ebeveynlerden birinin kaybedilebileceği görüşü hâkimdir; geçimsizlikse genellikle ebeveynlerin birbirlerinin kuyusunu kazmalarına yol açar; evde genellikle güvensizlik havası hâkimdir, bu da şüphe ve kaygı doğurur; ebeveynler çocukların sadakat ve sevgisini kazanmak için kirli, acımasız bir rekabete tutuşabilirler. Bu tür ortamlarda çocuklar genellikle günah keçisi ilan edilirler; ebeveynlerin kendi aralarındaki düşmancıl tutumları yolunu şaşırıp onları vurur (Hetherington, 1972). Her defasında kendisini annesiyle babası arasındaki tartışmaların ortasında bulan çocuk, güvenlik ve istikrar hissini kaybetmesi yetmezmiş gibi bir de gelgitli husumete ve bir dizi çatışan, yıkıcı davranış modeline maruz kalabilir.

**Kardeş Rekabeti.** Kardeş ilişkilerinin akranlarla ve diğer yakın rakiplerle ilişkileri şekillendirmedeki önemi genellikle gözden kaçar (Circirelli, 1982; Dunn ve Kendrick, 1981; Wagner, Schubert ve Schubert, 1979). Bir ailede iki veya daha fazla sayıda çocuk olması, ebeveynlerin dikkat ve onaylarını paylaştırmalarını gerektirir. Çocuklara gösterilen ilgi orantısız dağıtıldığında veya yeni doğmuş bir bebek büyük çocuğu "tahtından ettiğinde" anlaşmazlık ve rekabet tohumları atılmış demektir. Bu tohumlardan çoğu zaman şiddetli bir husumet filizlenir; oysa bu husumet işgalciyi ortadan kaldırmayı başaramayınca ve ebeveynde ilgi yerine ayıplama uyandırınca, boynu bükülen çocuk genellikle çareyi regresif veya çocuksu manevralarda, mesela bebek gibi konuşma veya yatağını ıslatmada bulur. Eğer bu yöntemler ebeveynin sevgisini geri kazanmaya yeterse, araçsal öğrenme vasıtasıyla davranış pekişir ve bu çocuksu yöntemler kullanılmaya devam edilir. Gelg gelelim çoğu zaman ebeveynlerin tercihlerini değiştirmeye yönelik girişimler hezimete uğrar ve bu durumda çocuğun hissettiği gücenme ve belirgin güvensizlik duygusu süreklilik kazanabilir. Bu tür insanlarda genellikle yakınlığa karşı güvensizlik vardır; duygularını ifade edenlerin kendi ebeveynleri gibi kaypak çıkmasından korkarlar. Ayrıca kardeşleriyle ilişkili yoğun düşmancıl duyguların varlığını koruması ve hatta diğer "rakiplere" beslenen haset ve saldırganlık duygularını kapsar hale gelmesi pek muhtemeldir.

**Doğum Sırası.** Çocuğun ailenin kaçıncı çocuğu olduğunun, karşılaşacağı sorunlarla ve benimsemesi muhtemel stratejilerle bağlantılı olması makul sayılabilir. Örneğin bir zamanlar ebeveynlerinin tüm ilgisini üstünde toplamış *en büyük çocuk*, her yeni doğan kardeşle tekrar tekrar yerinden edilir; bu da onda "her güzel şeyin bir sonu var" inancı uyandırabilir. Kendisine hasar veren bu deneyimin etkisini gidermek için özerklik ve liderlik becerileri edinmeye heves edebilir, yetişkin modellerle özdeşim kurmaya daha yatkın olabilir ve bu doğrultuda, ha-

yatın zorluklarıyla kendisi kadar olgun olmayan kardeşlerine kıyasla daha etkin baş etmeyi öğrenebilir. *En küçük çocuk* ise her ne kadar ailenin bebeği sıfatıyla sevilip okşansa, şımartılsa, en özel ilgi ve ayrıcalıklara sahip olsa da özerk davranışların gerektirdiği yetileri kazanamayabilir. Bağımlılığa yatkınlık geliştirebilir ve rekabetten kaçınmayı tercih edebilir; ailelerin en küçük çocuklarında ruhsal rahatsızlıkların daha yaygın görülmesi de bu yorumları destekler (Dohrenwend & Dohrenwend, 1976). *Tek çocukların* ağır duygusal zorluklar karşısında ayrı bir dayanıklılığı olduğu anlaşılmaktadır. Bu onların özel konumlarına, ebeveynin dikkat, onay ve sevgisinin yegâne odağı olmalarına bağlı olabilir. Tek başına olduğu bu engelsiz ortamda çocuk birtakım özel yeteneklere sahip olduğu inancına kapılabilir. Kendisine verdiği değere güveni sağlam olunca, dış dünyada da aynı evdeki gibi kabul göreceği kanaatiyle topluma daha büyük bir cesaretle açılabilir. Böyle güçlü bir başlangıç yapsa bile kardeş ilişkilerindeki paylaşma ve rekabeti deneyimlememiş olduğundan, akran ilişkilerindeki alışverişlerle baş edecek yeterli donanıma sahip değildir.

Aile ortamının kimisi yapısal (örneğin kardeşlerin cinsiyeti ve sorunlu kardeşler) kimisi aile mensuplarının rolleriyle alakalı (örneğin tahakkümcü veya baştan çıkaran anneler ya da yetersiz veya efemine babalar) daha nice özelliği sıralanabilir; bunların öğrenme sürecindeki etkileri üzerine spekülasyonlarda bulunulabilir. Oysa bu tür olay ve ilişkileri tek tek listelemek bizim amacımızı aşan fazla kapsamlı bir uğraştır. İleriki bölümlerde bazı ayırt edici deneyim öykülerinden bahsederken bunların birkaçına yer vereceğiz.

## Travmatik Deneyimler

Büyük oranda psikolojinin edebiyatta veya yazılı medyadaki popüler yansıtılma biçimine bağlayabileceğimiz yaygın inanışa göre, çoğu psikopatolojiyi tek bir ağır deneyime bağlamak mümkündür ve rahatsızlıkta ortaya çıkan tablonun arkasında bu deneyimin gizli kalıntıları vardır. Freud'un ilk dönemlerdeki yazıları bu görüşün itici gücü olmuş, desteklemiştir. Ancak sonradan, hastanın anlattığı çocukluk dönemi travmalarının aslında hayal ürünü olduğunu fark eden Freud bu görüşünden vazgeçmiştir. Günümüzde bu alanda geçerli olan görüş ise, çoğu patolojik davranışın öğretici mükerrer deneyimlerle kademeli olarak geliştiğidir.

Etkileri kalıcı olan yaygın deneyimler çoğu patolojik örüntünün şekillenmesinde böyle asli rol oynasa da, insanın canını özellikle yakacak bir olay dengeyi tamamen bozabilir, geride öyle kolay kolay değiştirilemeyecek yerleşik bir tutum bırakabilir. İstismar niteliği taşısın veya taşımasın zamansız ve korkutucu deneyimler ya da özellikle utanç verici, kişiye küçük düşmüş hissettiren sosyal olaylar kalıcı tutumlara yol açabilecek durumlara örnek teşkil eder.

Bu olaylar küçük çocukları daha ağır etkileyebilir çünkü onlar bu tür şeylere henüz hazırlıklı değildirler ve bu etkiyi yönetebilmek için gereken bağlamı oluşturacak deneyimi veya bakış açısını henüz edinmemişlerdir (Field, 1985; Garmezy, 1986; Weissman ve Paykel, 1974). Çocuğu belli tür deneyimlerle ilk kez muhatap bırakan şey bir travmaysa, bu olay karşısında öğrendiği tutum benzer olayların tamamına yayılabilir. Dolayısıyla mesela ilk cinsel teşebbüsünün ardından suçluluk, yetersizlik ve utanç gibi hazin duygular yaşayan ergen, yıllar sonra bile bu duyguları taşımaya devam edebilir.

Travmatik olaylarda öğrenilenler iki nedenden dolayı varlığını sürdürür: İlk olarak, belirgin sıkıntı veya kaygı yaşanan durumların çoğunda yüksek düzeyde nöral faaliyet görülür. Nice nöral bağlantı olayla ilişkili hale gelir ve işin içine ne kadar çok nöron girerse öğrenilen tepki o kadar derine nüfuz edecek, öğrenilenleri atıl hale getirmek o kadar zor olacaktır. İkincisi, stres seviyesi yükseldiğinde genellikle çevredeki uyaranları isabetli biçimde ayrıştırma becerisi zayıflar; böylelikle travmatize olmuş kişi, kendi duygusal tepkisini travmanın kaynağıyla belki ancak tesadüfi bağlantıları olan çeşitli nesne ve kişileri de kapsayacak şekilde geneller. Sözgelimi trafik kazasında yaralanmış bir çocuk yalnızca arabalara değil, aynı zamanda (kaza esnasında içinde bulunduğu aracın koltuklarının rengi olan) kırmızı koltuk kılıflarına, (kazanın ardından kendisine müdahale eden doktorun üniformasının rengi olan) beyaz önlüklere ve benzerlerine karşı korktuğunu belli eden tepkiler verebilir. Bu korkuların görünürdeki mantıksızlığı (kazayla bağlantılarını kurmanın zor olması) nedeniyle bunları öylece rasyonel analize tabi tutmak ve öğrenilenleri geri çevirmek hemen mümkün olmaz.

Bazı travmatik olayların etkileri ne kadar ağır ve kalıcı olursa olsun, aynı zamanda uyarana özgü bir nitelik taşır; yani ilk öğrenildikleri zamanki uyaranlara hayli benzer koşullarla sınırlıdırlar. Ne var ki kimi durumlarda bu deneyimler yaygın patolojik akımlar ortaya çıkaran bir dizi tepki ve olaya neden olur. Şimdiki bölümde erken deneyimlerin koşullarının (nasıl bir yapıda olursa olsun), bunları tetikleyen olay geçip gittikten çok sonra bile varlığını sürdürebileceğini göreceğiz.

*Not:* Bu bölümde kuramcıların kişilik patolojisinin psikolojik kökenli başlıca kaynaklarını tespit etmek için kullandıkları geniş çaplı pek çok kavram ve bulguyu bir araya getirdik ama bu verilerin veya onları toplamak için kullanılan yöntemlerin ne denli yeterli olduğu meselesine fazlaca girmedik. Bulguların ne kadar sağlam olduğu sorusuna hiç değinmesek yanlış bir izlenim yaratmış olurduk.

Çocukluk dönemindeki ortamın veya olayların kişiliğin şekillenmesinde belirleyici rol oynadığı görüşünü, hangi kuramsal ekole mensup olursa olsun her psikolog benimsemiştir. Peki bu görüşü destekleyen somut veriler, düzgün tasarlanıp yürütülmüş araştırmalardan gelen tartışmasız kanıtlar nerededir o halde? Ne ya-

## *Odak Noktası: Araştırma*

### Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), Karşıt Olma-Karşıt Gelme Bozukluğu (KOKGB), Davranım Bozukluğu (DB) ve Yetişkin Antisosyal Kişilik Bozukluğu (AKB)

**Özel bir Risk Unsuru**

Bir grup çocukta, erken yaşta başlayan ve yetişkinlikte sıkıntılara yol açabilecek bazı rahatsızlıklar görülebildiği anlaşılmaktadır. Çocukluk dönemindeki DEHB, KOKGB ve DB'nin yetişkinlikte görülen AKB ile bağlantılı olduğunu ortaya koyan sağlam ampirik veriler bulunmakla beraber, buna ilişkin kuramsal açıklamalar henüz tam manasıyla şekillenmemiştir. Bu ilişkileri araştıran 30 senelik ampirik literatür birikiminden yararlanan Lahey ve Loeber (1997), çocukken görülen bu bozukluklarla yetişkinlerin antisosyal davranışları arasındaki bağları açıklamaya yardımcı olacak çeşitli alanlardan nice araştırmaya atıfta bulunurlar. Bunlardan ilki, DEHB'li çocukların ergenlikte ve yetişkinlikte antisosyal davranışlar sergileme ihtimalinin DEHB'si olmayan çocuklara göre daha yüksek olduğu bulgusunu destekleyen çok sayıda araştırma bulunmasıdır. İkincisi, aynı anda hem DEHB hem de DB gösteren çocukların prognozunun nispeten kötü olmasıdır. İki bozukluğun da kriterlerini karşılayan çocuklarda zamanla, yalnızca DB'si olanlara kıyasla daha fazla DB ortaya çıkar. KOKGB ile DB ve ilerideki antisosyal davranışlar arasındaki bağlantı hakkındaysa daha az bilgi sahibiyiz ama aradaki bağlantının DEHB ile olandan bile güçlü olduğuna işaret eden bazı önbulgular mevcuttur.

Gel gelelim çıkarımları daha da ileriye taşımaya kalkıştığımızda sular iyice bulanır. Mesela Lahey ve Loeber DB sergilemeyen DEHB'li çocukların ileride antisosyal davranışlar geliştirme riskinin daha yüksek olacağı hipotezini desteklemeyen iki (Loeber, 1988; Magnusson ve Bergman, 1990), destekleyen de üç (Gittelman, Mannuzza, Shenker ve Bonagura, 1985; Lambert, 1988; Mannuzza ve diğ., 1991) araştırmaya atıfta bulunurlar. Loeber, Burke, Lahey, Winters ve Zera'ya (2000) göre, her ne kadar KOKGB ile DB ergenlerde ileride görülebilecek birtakım bozukluklar için risk teşkil ediyormuş gibi görünse de aslında burada biçimsel bir dizilim söz konusudur; yani KOKGB genellikle DB'nin habercisidir, ki o da AKB'nin habercisi olabilir. İşleri daha da karıştıracak olursak, DEHB de genellikle KOKGB ve DB ile birlikte görülür ama önden KOKGB gelmediği takdirde DB'nin seyrini etkilemeyebilir.

Bu alandaki araştırmaların çoğunun barındırdığı yöntemsel sorunlar bulguların yorumlanması güçleştirmektedir. Gelişim araştırmalarında ne gibi sıkıntılar yaşandığını aşağı yukarı tahmin edebilirsiniz. Bunlardan biri örneklemlerin boylamsal mı yoksa enlemsel mi olması gerektiği meselesidir. Bir bozukluğun nasıl geliştiğini görmek istiyorsanız (örneğin "DEHB ve DB'si olan bir çocuğun yetişkinliğinde antisosyal kişilik bozukluğu ortaya çıkar mı?"), bir grup çocuğu alıp önce ergenliğe, ardından da yetişkinliğe erişene dek kadar takip etmek mantıklı olacaktır. Bu tarz araştırmalar hem çok maliyetlidir hem de tanı kriterlerinin sürekli değişiyor olması gibi bir handikapla karşı karşıyadır. *DSM*'nin her yeni versiyonunda tüm bu tanıların kriterleri ciddi ölçüde değişmiştir, ki bu da söz konusu bozuklukların yaygınlığının da değişmesi anlamına gelir. Dolayısıyla belli başlı bazı semptomları olan bir çocuk bu sene KOKGB tanısı alabiliyorken seneye birebir aynı semptomları sergilediği halde artık kriterleri karşılamayabilir. Bu da hem araştırmaların kendi bulgularını kendi içinde hem de farklı araştırmaların bulgularını birbiriyle kıyaslayarak çıkarımlarda bulunmayı güçleştirir.

zık ki bu tür veriler aslında oldukça kısıtlıdır. Alandaki araştırmaların çoğunun yöntemsel sıkıntılar, yanlı örneklemler, zayıf değerlendirme teknikleri, güvenilmez tanı kategorileri ve en önemlisi kıyaslama yapılabilmesi için gereken kontrol gruplarına sahip olmamak gibi kusurları vardır. Kontrol grubu olmadan, örneğin belli bir ebeveyn tutumunun, eğitim yönteminin veya travmatik olayın; buna atfedilen önemi sahiden de taşıyıp taşımadığını tespit etmek mümkün değildir.

Bazı can sıkıcı bulgular bize normal erkeklerle psikiyatri hastalarının zararlı çocukluk deneyimleri arasında ciddi farklılıklar olmayabileceğini göstermektedir. Ayrıca çocukluğu dışarıdan son derece yıkıcı görünen bir ortamda geçmiş nice yetişkinin bırakın hayatta kalmayı başarmayı, büyüyüp serpildiği; ideal koşullarda büyümüş kimi yetişkinlerinse ağır patolojik örüntülerin pençesine düştüğü herkesçe bilinir. Patolojiyi ortaya çıkaran unsurlar ve olay dizilimi öyle muazzam bir karmaşadır ki kolay kolay çözülemez. İleride yapılacak araştırmalar sağlam temellere oturtulup olanca ihtimamla yürütülmezse, araştırmacılar daireler çizmeye ve yalnızca naif önyargılarının izin verdiği kadarını bulmaya devam edeceklerdir.

İyi temellendirilmiş ve iyi tasarlanmış araştırmaların önemini en çok da kişilik patolojisinin psikolojik kaynaklarına yönelik olanlarda görürüz; geçmişte, iyi araştırmalarda bulunması gereken temel kriterleri karşılayan tek tük çalışma olmuştur. Ortaya koyduğumuz savları destekleyen sağlam araştırmalar olduğu izlenimi yaratmamak adına bu bölümde olabildiğince az çalışmaya atıfta bulunduk. Bu savları, *ileride* yapılacak araştırmalarla doğrulanacak veya yalanlanacak birer önerme olarak düşünmeniz yerinde olacaktır.

## Çocukken Öğrenilenlerin Devamlılığı

Buraya kadarki kısımda çocukluktaki deneyimlerin yaşam boyu görülen davranış örüntülerini şekillendirmede can alıcı rol oynadığını iddia ettik. Bu görüşümüzü desteklemek için çok sayıda yetişme koşuluna ve bunların ne tür sonuçlara yol açtığına baktığımızda, dikkatimizi ilk olarak uyaran miktarının olgunlaşmadaki etkisi, ikinci olaraksa farklı deneyimlerin karmaşık davranış ve tutumların öğrenilmesindeki payı çekti. Çocukluk dönemi yaşantısına atfettiğimiz bu devasa öneme karşı çıkacak psikopatoloji kuramcısı hemen hemen yoktur ama kuramcılar arasında bu deneyimlerin *neden* önemli olduğu ve *nasıl olup da* yetişkinlerin davranışlarında bu kadar belirgin rol oynadığı hususunda görüş ayrılıkları olacaktır.

Yaşamın ilk yıllarındaki deneyimler ileriki yıllardakilerden çok daha önemli olmalıdır. Evrim tarihi boyunca yaşamın ilk yılları her zaman geleceğe hazırlık amacı taşımıştır. Büyük çaplı çevresel değişiklikleri saymazsak, yakın zamana

kadar her türden canlı kendi tarihi boyunca aynı temel ekolojik koşullarda yaşamıştır. Hal böyle olunca erken deneyimler genç organizmaya, çevresinde daha iyi işlev göstermesini sağlayacak bazı hassasiyet ve davranışları edinme fırsatı tanır. Organizma kendi çevresindeki unsurlara aşinalık geliştirir; nelerin kendisine doyum sağladığını, nelerin tehlike arz ettiğini ayırt etmeye başlar. Ebeveynlerinin davranışlarını taklit etmeyi öğrenir ve böylelikle normalde çok daha uzun sürede geliştireceği (hatta belki de hiç geliştiremeyeceği) beceri ve yöntemleri kazanır.

Atalarıyla aynı çevresel koşullarda yaşamaya devam eden canlılar için çocukluktaki öğrenme sürecinin önemini ne kadar vurgulasak azdır. Yakın zamana kadar bu devamlılık insanlar için de geçerliydi. Yani mesela bir çocuğun babası çiftçiyse, çocuk da çiftçiliğin başlıca ve en önemli iş olduğu ortamda işlev göstermeyi çabucak öğreniveriyordu. Ufak bir kızın annesi ev işleriyle ve çocukların bakımıyla ilgileniyorsa, kız da annesinin davranışlarını, tutumlarını gözleyip taklit ediyordu. Eskiden kişinin mahalle ortamı (mahallede benimsenmiş değerler, inançlar ve âdetler) önceki kuşakların inanç, değer ve âdetleriyle büyük paralellikler taşırdı. Keza bu tutumlar, kişinin yetişkinliğinde dahil olduğu daha geniş çaplı toplumunkilerle de uyuşur ve yüksek ihtimalle sonraki kuşaklara aktarılırdı.

Bebeklik ve çocukluk dönemleri kişiyi yetişkinliğe en iyi şekilde hazırlar, hatta belki de fazla iyi şekilde... Radikal çevresel ve kültürel değişimlerden dolayı geçtiğimiz yüzyılda baş gösteren sorunlar, geçmiş ailelerle günümüz ailesi arasındaki bağı zedelemiş, toplumsal değer ve âdetlerin devamlılığına sekte vurmuştur. Çocukken öğrenilenler ile yetişkinlikte karşılaşılanlar arasındaki bu keskin fark, bugün gördüğümüz kişilik sorunlarının çoğunun sebeplerinden biridir. Her çocuk, gerek henüz yaşamının ilk aylarında gerekse yürümeye başladığı dönemde bir dizi düşünce, duygu ve davranış öğrenir; sonra bunlar muhafaza edilip çocukluğun ileriki yıllarına ve yetişkinliğe taşınır. Eskiden bu devamlılık gençlerin lehineydi çünkü yetişkinlikteki örüntülerin kökleri zaten çocukluğa uzanıyordu. Oysa on yıllarla ifade edilebilecek bir müddettir, çocukken öğrenilenlerin çoğu ya kullanılamıyor ya da aile içinde, komşular arasında, yetişkin sıfatıyla girilen cemiyetlerde kullanılması uygunsuz kaçıyor. Mesela kendilerini küçük düşüren, aşağılayan ebeveynlerinden korkmayı öğrenmiş çocuklar, öğrendikleri bu bilgiyi çocukluktakilerden tamamen farklı olması muhtemel yeni ilişkilere de taşıyorlar. Kaçıngan davranışları artık ne uygun ne de kullanışlı olsa bile geçmişle gelecek arasındaki devamlılık gereği sürdürülecek, dolayısıyla da yeni zorluklara yol açacaktır. Kişilik bozukluklarındaki sorunların çoğunun altında yatan; psikanalistlerin aktarım, davranışçılarınsa genelleme dedikleri şey işte tam da bu çocukken öğrenilen davranışların yetişkinlikte de görülmesi meselesidir.

Bizler artık pek az şeyin sabit kaldığı bir toplumda yaşıyoruz; değerler ve âdetler çatışma halinde, günümüzün iletişim biçimleri muhtemelen yarına kalmayacak. Bugün sıkça sınırda tanısı alan yapısız ve oldukça akışkan bir kişilik tarzının ortaya çıktığına şahitlik etmekteyiz. Bu yetişkinler çağdaş toplumun değişen ve çelişen âdetlerini, inançlarını yansıtmaktalar. Bu yeni çocukluk uyumu örüntüsü kişiyi kendi "merkezini" bulamaz hale getiriyor. Bu tür insanlar bırakın başkalarıyla ilişkilerini; kendi davranış, düşünce ve duygularında bile süreklilik, devamlılık ortaya koymayı *öğrenmemiş* durumdalar. Bu dengesiz ve çelişkili kültürel örüntüleri ilerideki altbaşlıkların ve bölümlerin birinde daha detaylı ele alacağız. Benzer şekilde, deneyimsel kesintilerin sınırda kişilik bozukluğunun ortaya çıkmasındaki kilit rolünden de bahsedeceğiz.

Şimdiye kadarki kısımlarda öne sürdüğümüz üzere yaşamın ilk yıllarındaki deneyimlerin etkisi, hassas gelişim evrelerinde çocuğun birçok şeye daha açık olmasına mı bağlıdır? Yani ilk yıllardaki deneyimlerin sonrakilere göre daha belirgin rol oynamasının sebebi, gelişmekte olan çocuğun tamamen olgunlaşmış yetişkine kıyasla daha esnek, daha kolay etkilenir olması mıdır? Davranışın şekillenmesinde bu döneme atfedilen özel konum acaba başka açılardan da açıklanabilir mi?

Alternatif açıklamalar mevcut. Bazıları, hem çocukları hem de yetişkinleri etkileyen unsurların çoğunun çocukken ortaya çıktığını iddia ediyor; yani aslında çocukluğun tek özel yanı bazı deneyimlerin görülme *sıklığı.* Bu olaylar yetişkinlikte de aynı sıklıkta yaşansa, yetişkinleri çocuklardan az etkilemelerini beklememiz yersiz olurdu. Bazı açıklamalar ise çocukların bunları yetişkinlerden çok daha yoğun yaşadığını çünkü onların bu tür zorluk ve tehditlerle baş edecek daha az becerisi olduğunu savunur. Yine benzer bir hipoteze göre çocukluktaki deneyimlerin önemi *öncelikli* olmalarına bağlıdır; sonuçta bir dizi olayın ilki her zaman sonrakilere kıyasla daha etkili olacaktır. Bu görüşe göre ilk defa yetişkinlikte yaşanan bir olay da yetişkinin üstünde çocuğunkine benzer bir etki bırakır. Gel gelelim bu kuramcılar da benzer deneyim serisindeki ilk olayın çocukken yaşanma ihtimalinin daha yüksek olduğuna dikkat çekerler.

Çocukluktaki deneyimlerin bu özel konumunun sıklık ve önceliklilik gibi iki basit gerçeğe kısmen de olsa atfedilebileceği şüphe götürmez; ilk yaşanan şey genellikle sonraki yaşananlarda yankılanır ve bu da bizim ilk yaşantılara verdiğimiz değeri meşrulaştırır. Oysa sıklık ve öncelik kavramlarının tek başına çocukluk çağı yaşantılarına bu denli sıradışı bir önem atfedilmesini açıklamaya yetip yetmediği sorusunun yanıtı henüz net değildir.

Bu iki unsurun hakkını teslim etmek, küçük çocuklara olağandışı kırılganlıklar ve hassasiyetler yakıştıran ilave hipotezleri devredışı bırakmaz. Bu görüşler arasında asli bir çatışma söz konusu değildir; her unsur (öncelik, sıklık ve biyo-

lojik hassasiyet) kendi etki güçlerinden feragat etmeden birlikte hareket edebilir. Bu çeşitli etkenlerin nasıl iç içe geçerek çocukluktaki deneyimlere bu özel rolü kazandırdığını ileriki kısımlarda göstermeye çalışacağız.

Bu kısımdaysa davranışın devamlılığı mefhumuna odaklanıyoruz çünkü çocukluktaki deneyimlerin önemi, etkilerinin yoğunluğundan ziyade süreğenliğinden ve dayanıklılığından kaynaklanır. Bu dönemdeki olaylar hem daha derin ve belirgin izler bırakır hem de etkileri ileriki yıllarda yaşananlara göre daha kalıcıdır, değiştirmesi daha zordur. Örneğin erken çocukluktaki yaşantılar simge öncesi seviyede gerçekleşir; kolay kolay hatırlanamaz ama onlardan öğrenilenleri unutmak da mümkün değildir. Çocuğun farklı seçenekleri öğrenme imkânı kısıtlı olduğundan, sıkça pekiştirilir; çocuğun kendi davranışları vasıtasıyla tekrarlanıp güçlendirilir. O halde çocukluk çağındaki davranış devamlılığının (istikrarlı bir duygu, düşünce, dünyayla ilişkilenme biçiminin) yetişkinlikte de varlığını sürdürmesinin pek çok nedeni vardır.

Çocukluktan yetişkinliğe böylesi bir devamlılık görmemizi kısmen, bu bölümün başlarında bahsettiğimiz biyolojik yapıyla ilgili unsurlara bağlamak da mümkündür. Gel gelelim bu boylamsal istikrara katkıda bulunan daha nice psikolojik süreç vardır (Chess ve Thomas, 1984; Kagan ve diğ., 1989; Millon, 1969; Millon ve Davis, 1996; Plomin ve Dunn, 1986; Robins ve Rutter, 1990). Bu süreçler patolojinin gelişimini daha net görmemize yardımcı olduğundan, onları yadsımamız veya detaylarına girmeden sıralayıp geçmemiz söz konusu olamaz.

Bir araya gelerek devamlılığı sağlayan süreçleri kabaca üç kategoriye ayırabiliriz: sönmeye direnç, sosyal pekiştirme ve kendini idame ettirme.

## Sönmeye Direnç

Sonradan edinilen davranış ve tutumlar genellikle sabit veya kalıcı değildir. Uygun koşulların sağlanması halinde öğrenilenler değiştirilebilir veya ortadan kaldırılabilir, ki bu sürece **sönme** adı verilir. Sönme genellikle başlangıçtaki öğrenme koşullarına benzemekle beraber yeni şeyler öğrenilmesine de imkân sağlayan deneyimlere maruz kalmayı gerektirir. Esas itibariyle, eski alışkanlıklar ancak öğrenilen yeni şeylerin araya girip önceden öğrenilmiş olanların yerini almasıyla değişir; eskiden öğrenilmiş olanların yeri böylelikle giderek zayıflar. Bu zayıflama sürecini hızlandırabilen kimi özel çevresel koşullar da vardır ancak bunların detayları mevcut tartışmamızın dışında kalmaktadır.

Peki ya başlangıçtaki öğrenme koşullarını tekrar canlandırmak öyle kolay değilse? Bitişiklik öğrenme kuramına göre eski alışkanlıkların önünü kesecek fırsatlar yaratamamak, bu alışkanlıkların uzun süre el değmeden devam edeceği

anlamına gelir; tekrar canlandırılması zor olaylar sonucunda öğrenilenler sönmeye dirençlidir.

Şimdi sormamız gereken soru şudur: Çocukluktaki olaylar tekrar canlandırılması zor ve haliyle sönmeye karşı dirençli olacak şekilde mi deneyimlenir? Çocukluktaki koşulları incelediğimizde bu sorunun yanıtının "evet" olduğunu görürüz. Bu iddianın gerekçeleri, çok sayıda kuramcı ve araştırmacı tarafından olağanüstü bir netlikle detaylandırılmıştır.

### *Simgesel dönem öncesi öğrenme*

Biyolojik açıdan, küçük çocuklar ilkel organizmalardır. Sinir sistemlerinin gelişimi henüz tamamlanmamıştır; dünyayı anlık ve değişken açılardan görürler, deneyimlerinin pek çok boyutunu ayrıştıramaz veya isimlendiremezler. Çocuksu algı ve biliş sistemleri vasıtasıyla çevrelerinden görüp öğrendikleri şeyler ileride asla aynı şekilde deneyimlenmeyecektir.

Çocukların dile getirilemeyen geçici izlenimlerden oluşan simge öncesi dünyaları; deneyimi tespit etme, ayrıştırma ve simgeleştirme becerisi kazanmalarıyla birlikte yavaş yavaş geri çekilir. 4 ila 5 yaşlarına geldiklerinde dünyayı yerleşmiş kategorilerin penceresinden görebilir, bebekliktekinden farklı olarak olayları ve nesneleri gruplandırıp simgeleştirebilirler.

Büyüyen çocuğun algıları ayrıştırıcı simgesel biçimlere bürününce, bebekliğinin algısal açıdan biçimsiz, simge öncesi, dağınık deneyimlerini tekrar canlandırması imkânsız hale gelir. Hayatın ilk yıllarındaki bu deneyimleri ileriki yıllarda yeniden üretmeyi başaramayınca, bu deneyimler sonucunda öğrendiklerini söndürmesi de mümkün olmayacaktır; olayları baştaki gibi algılamayınca eski tepkilerinin yerine yenilerini de koyamaz. Dolayısıyla ilk yıllarda öğrenilenler, muğlak ve dağınık biçimde ortaya çıkan duygu, tutum ve beklentiler olarak varlığını sürdürür.

### *Rasgele Öğrenme*

Küçük çocuklar çevrelerine dair net imgeler oluşturma becerisinden yoksun oldukları gibi, çevresel unsurlar arasındaki mantıklı ilişkileri idrak edecek donanıma da sahip değillerdir. Nesne, insan ve olaylardan oluşan dünyaları karışık, rasgele bir düzene sahiptir; aslında birbiriyle hiç alakası olmayan nesne ve olayları bağdaştırmayı öğrenirler, eşzamanlı olarak görülen ama aralarında yalnızca tesadüfi bir bağlantı bulunan uyaran kümeleri yalan yanlış birleştirilir. Bu doğrultuda küçük bir çocuk babasının sert sesine karşılık korku deneyimlediğinde sadece bu sesle kalmayıp tüm ortamdan, oranın atmosferinden, oradaki

resimlerden, mobilyalardan ve kokulardan (yani orada tesadüfen bulunan bir dünya alakasız nesneden) korkmayı da öğrenebilir. Kendisinde korku uyandıranın tam olarak ne olduğunu çevreden ayrıştıramayınca, yaşadığı rahatsızlığı rasgele oradaki ilgili görünen her uyarana atfeder; artık bu uyaranların hepsi, bu duyguları tetikleyebilecek birer işarete dönüşmüştür.

Çocuklar mantıklı düşünme ve algı kapasitesini geliştirince, hayatın ilk yıllarında yapılan bu tür rasgele bağdaştırmaların tekrarlanması da artık imkânsız hale gelir. 4-5 yaşlarına geldiklerinde neden-sonuç ilişkilerini hatırı sayılır bir isabet oranıyla ayrıştırabilmeye başlarlar. Eskiden kurdukları rasgele bağlantılar artık onlar için "bir anlam ifade etmez"; eskiden kalma tetikleyicilerden birine tepki verdiklerinde, çevrelerinde tam olarak neyin onlarda bu tepkiyi uyandırdığını tespit edemezler. Yaşadıkları zorluğun kaynağını bulamazlar çünkü artık eskisine kıyasla çok daha mantıklı düşünüyorlardır. Onlara bir resimden veya mobilyadan korktuklarını söyleyecek olursanız size karşı çıkarlar: Bu duyguları uyandıranın tam olarak ne olduğunu kavrayamazlar çünkü bu kaynaklar onların yeni rasyonel düşünme tarzına yabancıdır. Gerek dünyayı yeniden eskisi gibi deneyimlemekte zorlanmaları, gerekse bu deneyimleri bulmaya çalışırken gelişkin muhakeme güçlerini kullanırlarsa yollarını kaybedecek olmaları sebebiyle geçmişte öğrendiklerinin sönmesi iyice zorlaşır.

### *Genellenmiş Öğrenme*

Küçük çocukların çevrelerine dair ayrımları basit ve kabadır. Dünyalarındaki farklı bileşenleri seçebilmeye başladıklarında, bunları geniş çaplı kabataslak kategoriler altında toplarlar. Erkeklerin tamamı "baba" olur; dört ayaklı hayvanların hepsi "köpecik"tir; yemeklerse "hamham". Çocuklar örneğin belli bir köpekten korkmayı öğrendiklerinde, o köpeğe ilaveten hareket edebilen her tür yabancı dört ayaklı canlıdan korkmayı öğrenirler. Onların ilkel algısında bu hayvanların hepsi birdir.

İlk öğrenme süreçlerinde genelleme kaçınılmazdır. Bu durum sadece çocuğun daha incelikli ayrımlara gidebilecek deneyimi henüz kazanmamış olduğunu yansıtmakla kalmaz, aynı zamanda henüz yeterince gelişmemiş kortikal kapasitesine bağlı yapısal bir yetersizliğin de göstergesidir.

Hayatın ilk yıllarındaki deneyim yığını yavaş yavaş ayrıştırılmaya başlanınca öğrenmenin odağı da netleşir; öğrenme süreci özgül bir hedef doğrultusunda ilerler. 10 yaşında bir çocuk *bulldog* cinsi bir köpekle yaşadığı talihsiz olay sonucunda *bulldog*lardan korkmayı öğrenir ama bu korkusu diğer cinslere sıçramaz çünkü farklı cins köpeklerin birbirinden farklı olduğu bilgisine sahiptir ve onları birbirinden ayırt edebilmektedir.

Genellenmiş öğrenmeyi söndürmek zordur. Küçük çocukların öğrenilmiş tepkileri, spesifik deneyimlerinin muhatabı olanlardan çok daha geniş bir nesne kümesiyle bağdaşır. Kabaca genellenmiş bu tepkileri yaşamın ileriki yıllarında, ayrıştırma kapasitesi çok daha incelikli bir hal aldığında söndürebilmek için çok çeşitli deneyimlere maruz kalmaları gerekir. Örneğin *cocker spaniel* cinsi bir köpeğin 2 yaşında bir çocuğu korkuttuğunu varsayalım. O yaş grubunda incelikli ayrıştırma kapasitesi henüz gelişmemiş olduğuna göre bu tekil deneyim çocuğu tüm köpeklerden, kedilerden ve hatta bazı diğer küçük hayvanlardan korkmaya koşullamış olabilir. Yine diyelim ki bu çocuk büyüdüğünde son derece dost canlısı bir *cocker spaniel*e defalarca maruz kalsın. Bu deneyim sonucunda korkusunun söndüğünü görürüz ama sadece *cocker spaniel* korkusunun; genel anlamda köpeklere, kedilere ve diğer küçük hayvanlara dair korkuları devam eder. O halde sönme süreci, başta edinilen geniş çaplı genellenmiş korku bloğunun yalnızca bir parçasında etkilidir. Nesnel uyaran koşulları aslen aynı olmasına rağmen, orijinal öğrenme deneyiminin kapsadığı uyaran yelpazesi sonraki deneyimine kıyasla çok daha geniştir. Ne var ki çocuk artık bu uyaranları çok daha ince biçimde ayırabilme kapasitesine sahip olduğundan, tekil ama geniş çaplı olarak genellenmiş eski bir deneyimi telafi edebilmek için korkusunu bir dizi farklı durumda tek tek söndürmesi gerekir.

İç içe geçmiş bu koşul (simge öncesi, rasgele ve genellenmiş öğrenme), yaşamın ilk yıllarında yaşananları tekrar deneyimlemenin ve haliyle bu olayların yarattığı duygu, davranış ve tutumlara dair öğrenilenleri geri almanın zorluğunu büyük oranda açıklar.

## Sosyal Pekiştirme

Yaşamın ilk yıllarında edinilen davranış örüntülerinin kalıcı olmasını sağlayan nice unsurdan hiçbiri sosyal ve kişilerarası ilişkiler kadar büyük pay sahibi değildir. Bu ilişkilere dair verimli bilgileri sağlayan, genellikle sosyologların ve sosyal psikologların benimsediği bakış açısıdır. Bu biliminsanlarına göre toplumun çeşitli kültürel ve kurumsal güçleri, çoğu insanın veya belli bir grubun defalarca maruz kaldığı istikrarlı ve örgütlü deneyim kümelerini muhafaza ederek devamlılığı sağlar. Devamlılıkta etkili olan bu nispeten geniş kapsamlı sosyal unsurlara ileriki bölümlerde ara ara atıfta bulunuyoruz. Şimdiyse odak noktamızı daha ziyade kişilerararası deneyimin daha birebir ve özel yanı teşkil ediyor.

Daha önce belirttiğimiz üzere kökleşmiş kişilik örüntüleri kişinin çekirdek ailesiyle kurduğu yakın ve zımni ilişkilerde yaşanan kalıcı deneyimlerin sonucunda gelişir. Belli başlı davranış ve tutumların edinilmesine yol açan pek çok

olaydan daha önce bahsettik. Şimdiyse öğrenilenlerin içeriğinden ziyade öğrenilenleri güçlendiren, bunların pekişmesine vesile olan ilişki unsurlarından üçüne bakacağız: mükerrer deneyimler, karşılıklı pekiştirme, sosyal kalıpyargılar.

### *Mükerrer Deneyimler*

Küçük çocukların katıldığı tipik gündelik faaliyetler kısıtlı ve mükerrer nitelik taşır: Çocukların maruz kaldığı rutin deneyimlerde pek bir çeşitlilik söz konusu değildir. Her gün aynı şeyleri yer, aynı oyuncaklarla oynar, aşağı yukarı aynı fiziksel çevrede bulunur ve aynı insanlarla etkileşirler. Bu kısıtlı çevre (yelpazesi dar aile tutumlarına ve eğitim yöntemlerine tekrar tekrar maruz kalmak) bazı derine kazınmış alışkanlıklar ve beklentiler geliştirmenin yanı sıra çocukları değişim için bir hayli elzem olan yeni deneyimlerden de uzak tutar. Bebeklerin acizliği, çocukların da bağımlılığı onları, yeni tutum ve tepkiler öğrenebilmeleri için onlara en fazla birkaç alternatif sunan sıkış tepiş bir dünyaya hapseder. Dolayısıyla yaşamın ilk yıllarında edinilen davranışların değişememesinin sebebi artık katılaşmış olması değil, başlangıçta onların şekillenmesine vesile olan aynı kısır deneyim yelpazesinin etkisini yıllar boyu sürdürmesidir.

### *Karşılıklı Pekiştirme*

Çocukların ilk yıllardaki davranışlarının ebeveynlerinden gelecek tepkiler doğrultusunda daha da güçlenebileceğinden bölümün başlarında bahsetmiş, çocuğun baştaki biyolojik tepki örüntüsünü şiddetlendiren döngüsel etkileşime dikkat çekmiştik. Bu doğrultuda haddinden fazla pasif, hassas veya huysuz bebekler annelerinde bu eğilimlerini pekiştirecek duygular uyandırırlar.

Bu döngüsel veya karşılıklı etkileşim modeli, biyolojik yatkınlıklara ek olarak öğrenme yoluyla edinilen davranış eğilimleri için de kullanılabilir. Kökeni ister yapısal isterse öğrenilmiş olsun, bazı davranış biçimleri yine bu davranışları tekrarlatacak tepkileri kışkırtır veya bunları özellikle davet eder (Leary, 1957). Mesela şüpheci, kavgaya her daim hazır, asi bir çocuk, başta ne kadar anlayışlı da olsalar insanları bir noktada köşeye sıkışmış hissettirene, çileden çıkarana kadar zorlayacak; kendisine gösterilen her tür ilgiyi, işbirliğini, dost canlısı yaklaşımı baltalayacaktır. Aradaki kuşku ve zıtlaşma uçurumunun giderek genişlemesi, bu tür çocukların ebeveynlerinin kendilerini geri çekmelerine, cezalandırıcı bir tutum benimsemelerine veya ellerini bezgin bir ifadeyle "Pes!" dercesine havaya kaldırmalarına sebep olabilir; bu şüpheci ve düşmancıl uçuruma iyi kötü köprü kurmuş kontrol mekanizmaları ve duygular çökebilir. Geribildirimler aracılığıyla her katılımcının çorbada tuzu olur; başlangıçtaki düşmancıl davranışların

şiddeti iyice artar. Sebep ister çocuk olsun ister ebeveyn, süreç artık kontrolden çıkmıştır; iyi bir etken araya girene kadar veya kendisi iyice bozulup patolojik bir hal alana kadar da bu kısırdöngü, bu amansız gidişat devam edecektir (Gottman & Katz, 1989).

### *Sosyal Kalıpyargılar*

Çocuğun ilk yıllardaki davranışlarının baskın nitelikleri diğer insanlarda belirgin bir izlenim oluşturur. Bu izlenim bir defa oluştu mu, insanlar çocuktan hep bu doğrultuda davranmasını beklerler; zamanla zihinlerinde "çocuğun nasıl biri olduğuna dair" sabit ve basit bir imaj oluşur. Aslen sosyal psikoloji menşeli olan **kalıpyargı** terimi, başkalarının özelliklerini bu şekilde basitleştirme ve sınıflandırma eğilimine istinaden kullanılır.

İnsanlar çocuğa dair bir kalıpyargı geliştirdikten sonra artık onu yansız veya nesnel gözle değerlendirmemeye başlarlar; artık çocuğu diğerlerinden ayıran birtakım özellikleri görmeyi bekler hale geldiklerinden bunlara karşı daha duyarlıdırlar (Farrington, 1977). Kalıpyargı yavaş yavaş tek başına hareket etmeye başlar; çocuğa atfedilen özelliklere uyacak davranışların özel olarak seçildiği bir algı penceresinden etkisini gösterir. Bu kalıba bir defa sokulan çocuk, insanlardan tutarlı tepkiler alır. Oysa bu tepkiler davranışlarının çeşitliliğinin ve karmaşıklığının hakkını vermez. Çocuk ne yaparsa yapsın davranışları hep sabit, katı bir çerçeveden yorumlanır. Aynı tepki ve tutumlara defalarca maruz kalan çocuk da nihayetinde insanları değişebileceğine ikna etmeye uğraşmaktan vazgeçer. Örneğin karşı gelme huyu olan bir çocuk haksızlığa uğradığında azıcık dahi hiddetlense hemen umutsuz vaka olduğu, hep böyle dik kafalı davrandığı gibi gerekçelerle hırpalanır. Diyelim ki hiçbir nahoş tepki vermedi, bu defa da insanlar niyetinden şüphe ederler. Sürekli bu tür olumsuz değerlendirmelere maruz kalan ve içine sokulduğu kalıpyargıyı bir türlü kıramayan çocuk, değişmeyi ne kadar denerse denesin her defasında eski, herkesin kendinden beklediği davranış biçimine ister istemez geri döner.

## Kendini İdame Ettirme

Yaşamın ilk yıllarındaki önemli deneyimler belki hiç tekrarlanmayabilir ama etkilerinin izleri kalıcıdır. Fizyolojik açıdan bu deneyimlerin nörokimyasal değişimlerle yer ettiğini söyleyebiliriz; psikolojik açıdansa bir anı, kalıcı bir işaret, yerleşik bir içsel uyaran olarak kaydedilirler. Dış dünyanın gelip geçici uyaranlarının aksine, bu anı izleri davranışı tetikleyen her uyaran bloğunun ayrılmaz bir parçası haline gelir. Geçmişin etkileri, kayıt altına alınmalarıyla birlikte sabit,

devamlı, kaçınılmaz nitelik kazanır. Artık kişinin yapısının başlıca bileşenlerinden biri haline gelmişlerdir; güncel olaylara da bulaşır, mevcut sahneyi çarpıtarak farklı görünmesine sebep olurlar. Sonraki deneyimlerin kalıntıları bunları geçersiz kılabilir, daha baskın içsel uyaranlar haline gelebilirler ama ilk yıllara ait anıların izleri şu veya bu biçimde mevcudiyetini sürdürür. O halde bugünkü her davranış geçmişin idame ettirilmesidir; içeride oluşmuş uyaran izlerinin bir uzantısı, zorla duruma müdahil oluşudur.

Geçmişin kalıntıları bugünün koşulları üzerinde pasif bir pay sahibi olmakla kalmaz. Hiçbir şey değilse bile sırf zamansal açıdan diğer her şeyden önce gelmeleri itibariyle bile mevcut olaylara yön verir, onların karakterini şekillendirir veya çarpıtırlar. Dolayısıyla her daim mevcut olmalarına ilaveten, yeni uyaran deneyimlerini geçmişle uyumlu hale dönüştürmek için dolaplar da çevirirler. Bu bölümde eskinin devam ettirilmesine yarayan bu süreçlerden dördünü ele alacağız: koruyucu kısıtlama, algısal ve bilişsel çarpıtma, davranışın genellenmesi ve tekrar zorlantısı.

### *Koruyucu Kısıtlama*

Geçmişin ıstıraplı anıları bilincin dışında tutulur; buna **bastırma** adı verilir. Keza son derece isabetli bir hamleyle, bastırılmış anıları yeniden harekete geçirebilecek güncel deneyimlerden de kaçınılır. Kişi kendisini sıkıntıya sokan deneyimlerin tekrarlama ihtimalini azaltmak için gerek bilinçli gerekse bilinçsiz koruyucu hamleler biriktirir.

Kendini korumaya yönelik bunca çabanın bedeli insanın kendi dünyasını daraltması veya sınırlamasıdır. Bastırma, yaşanan rahatsızlığın içsel kaynaklarını farkındalık düzeyinden uzak tutmaya yardımcı olur ama bunu yaparken, bu duyguların hiç öğrenilmemiş gibi olabilmesi veya onlarla baş etmenin yeni yollarının öğrenilebilmesi ihtimalini ortadan kaldırır. Benzer şekilde, savunmacı bir tutumla faaliyetlerini tahammülü zor anıları yeniden canlandırmayacak durumlara indirgeyen insanlar geçmiştekinden daha az kaygılı olma ihtimalinin önünü kesmiş, eskiden kendilerinde stres yaratan durumlara yeni tepkiler vermeyi öğrenme fırsatını tepmiş olurlar. Mesela hayli zeki ve fiziksel açıdan da çekici 15 yaşında bir erkek yavaş yavaş okuldan ve sosyal faaliyetlerden elini eteğini çekmişti çünkü evde yıllardır egemen olan geçimsizlik, her iki ebeveyninin de karıştığı bir skandalla iyice ayyuka çıkmıştı. Öğretmenleri ve akranları ona olumlu bir gözle baksalar da, onu hâlâ kabul ettiklerini göstermek için ellerinden geleni yapsalar da yaşadığı utanç ve sosyal açıdan küçük düşmekten duyduğu korku, nihayetinde kendini giderek soyutlamasına ve nereye giderse gitsin alay konusu olacağına dair fantezilerinin artmasına neden olmuştu.

O halde bu insanlar, koruyucu faaliyetleri doğrultusunda anıları olduğu gibi saklarlar; bu anılar da mevcudiyetlerini sürdürerek insanları çözüme engel olacak yollara sokarlar. Ayrıca insanların koruyucu hamleleri ne kadar ihtiyatlı, sınırları ne kadar darsa etkin işleyiş gösterme yetileri de o denli az olur ve hayatın olumlu getirilerinden aynı ölçüde mahrum kalırlar.

### *Algısal ve Bilişsel Çarpıtma*

Bazı süreçler geçmişi korumakla kalmaz, bugünü de geçmişe göre değiştirir. Cameron (1947) **tepki duyarlığı** adını verdiği bu süreci net bir kavrayışla tarif etmiştir. Tehdit beklentilerine dair bir sistem geliştiren kişi, yaşamındaki benzer tehditkâr unsurlara karşı giderek daha da tetikte olmaya başlar. Örneğin bedenleriyle ilgili muhtelif kaygılar yaşayan kişiler sıklıkla hastalık hastası olurlar; yani çoğu insanın deneyimlediği ama görmezden geldiği fizyolojik süreçlere karşı aşırı hassasiyet geliştirirler.

Beck'in bilişsel şemaları (Beck ve diğ., 1990) bu tepki duyarlığı kavramının uzantısı olarak görülebilir. İnsanlar yalnızca tehditkâr deneyimlerden değil, her tür deneyimden yola çıkarak birtakım öngörülü bilişsel tutumlar edinebilirler. Bu şemalar kişinin maruz kaldığı yeni deneyimlere yön verir; onları takip eder, kodlar ve değerlendirir. Buna göre "herkesin ondan nefret ettiğine" inanmayı öğrenmiş birisi, insanların tesadüfi veya tamamen zararsız sözlerini bile bu zeminde yorumlama eğiliminde olacaktır.

Dil alışkanlıklarının kişinin algısını şekillendiren bir etken olarak rolü, özellikle ilgi çekmiştir. Whorf'un (1956) ve diğerlerinin ortaya koyduğu üzere, kullandığımız sözcükler deneyimlerimizi anlamları doğrultusunda dönüştürür. Mesela en ufak talihsizliği bile "felaket" olarak görüp böyle tepkiler veren ebeveynlerin çocukları, büyüyünce kendileri de bu sözcüğü kullanma ve yaşadıkları her zorluğu (tam da böyle etiketlemiş olmaları itibariyle) "felaket" gibi görme eğiliminde olacaklardır.

Beklentilerin, tepki duyarlığının ve dil alışkanlıklarının önemi, nesnel gerçekliklerin çarpıtılmasına yol açmalarından kaynaklanır. Çoğu insanın hayırlı göreceği bir olay, rahatsız insanların gözünde aşağılayıcı, tehditkâr veya cezalandırıcı bir görüntüye bürünebilir. Olayları nesnel olarak değerlendirmek yerine bu bireyler onları çarpıtarak kendi beklentilerine, düşünce alışkanlıklarına uydurmaya çalışırlar. Bu beklentiler kişinin dikkatini belli bir yere yönelterek çevresindeki önemsiz, ufak tefek şeyleri daha çok fark etmesine sebep olabilir; isabetli gerçeklik algısını eğip bükmek, karartmak için sürekli duruma müdahale eder. Beck'in (1963) şu anlatımı bu süreci en iyi şekilde ortaya koymaktadır:

Depresif bir hasta, evden çıkmadan hemen önceki yarım saatte yaşananları anlattı: Çocuklar yavaş giyindikleri için karısı sinirlenmişti. "Çocuklar daha disiplinli olmadığına göre demek ki ben kötü bir babayım" diye düşünmüştü. Derken damlatan bir musluk gözüne ilişince, bunu aynı zamanda kötü bir eş de olmasının emaresi olarak yorumlamıştı. Arabasında işe giderken "Herhalde kötü bir şoförüm ki tüm bu arabalar beni solluyor" diye geçirmişti aklından. Ofise girdiğinde bazı çalışanların çoktan gelmiş olduğunu görünce düşüncesi "Demek ki ben pek de azimli değilim, yoksa erken gelirdim" olmuştu. Masasının üstündeki dosya ve kâğıt yığınına baktığındaysa "Düzensiz bir insan olmasam yapmam gereken bu kadar çok şey olmazdı" sonucuna varmıştı.

Bu tür çarpıtmaların sorumlularından biri genellikle isabetsiz etiketlemedir. Verilen duygusal tepki, travmatik bir durumun gerçek şiddetinden ziyade olaya yapıştırılan niteleyici etiketlerle orantılıdır.

Bir adam terapi seansının başında amirinin kendisini "hırpaladığından" ve bu nedenle sinirlerinin bozuk olduğundan bahsetti. Sonra üstünde düşündükçe, aslında bu olayı abarttığını; amirinin onun "bir hatasını düzelttiğini" söylemenin daha doğru olacağını fark etti. Olayı tekrar değerlendirmek ona iyi gelmişti. Ayrıca otorite sahibi biri onu her düzelttiğinde veya eleştirdiğinde bu durumu "hırpalama" diye nitelendirmeye meyilli olduğunu görmüştü.

Seçici soyutlama; bağlamından ayrılmış detaylara odaklanma, durumun daha belirgin yönlerini görmezden gelme ve deneyimin tamamını bu tek bileşenin üstüne kurma sürecine istinaden kullanılan bir kavramdır.

İşvereniyle yaptıkları performans değerlendirmesi sırasında çıkardığı pek çok işten dolayı takdir alan bir sekreter, bundan sonra mektupların ekstra karbon kopyalarını çıkarmaması istendiğinde hemen "Yaptığım işten memnun kalmıyorlar" diye düşünmüştü. İşverenden duyduğu onca olumlu söze rağmen bu fikir en tepeye yerleşmişti.

Bu çarpıtma sürecinin sinsice biriken ve sarmallanan bir etkisi de vardır. Gerçekliği kendi beklentilerini karşılamak üzere yanlış şekillendiren bireyler halihazırda çektikleri acıyı daha da şiddetlendirirler. Böylelikle sıradan ve hatta tatminkâr olaylar bile onlara tehdit gibi görünmeye başlar. Bu çarpıtma sonucunda hastalar nötr olayları sanki birer tehditmiş gibi, öznel biçimde yaşarlar. Bu süreçte, gerçekte var olmayan bir dizi ıstıraplı deneyimi kendileri için yoktan var edip biriktirirler.

Bazen yaşamlarının nesnel koşulları iyileşmiş olsa bile hastaların davranışlarının giderek kötüleştiğine şahit oluruz. Bu patolojik çarpıtma süreci bir defa başladı mı, hastalar deneyimlerini kendi çerçevelerine göre yanlış değerlendirirler; artık öyle bir girdaba kapılmışlardır ki nesnel olarak bakıldığında ne kadar iyi olursa olsun her şey onlara sıkıntı verir, tehdit altında hissettirir veya üzüntü yaşatır. Baştaki çarpıtmaları, öznel olarak hissedilen stres unsurları zinciri ya-

ratmıştır: Stres kademeli olarak biriktikçe hastalar gerçekliğe dair nesnel değerlendirmelerden giderek uzaklaşırlar; patolojik gidişatı geri çevirmeye veya durdurmaya yönelik her tür girişim bu aşamada artık beyhudedir. Algısal veya bilişsel çarpıtma sürecinin yakaladığı kendine özgü ivme hem bu süreci pekiştirir hem de şiddetlendirir.

### *Davranışın Genellenmesi*

İnsanların yeni deneyimleri öznel ve sıklıkla da çarpık biçimde algılamasına neden olan pek çok etkeni az önce sıraladık; algısal ve bilişsel çarpıtmalar, yeni uyaran koşullarının geçmiştekilere benzetildiği normal bir sürecin kusurlu tarafı olarak düşünülebilir. Çoğunlukla daha basit koşullar üzerinden anlatılan bu süreç **uyaranın genellenmesi** adıyla bilinir. Bu bölümde dikkatimizi bununla yakından ilişkili bir diğer genelleme biçimi olan (yeni uyaranlara geçmiştekine benzer tepkiler verme eğilimine istinaden kullanılan) **davranışın genellenmesine** yöneltiyoruz.

Uyaranın genellenmesi ve davranışın genellenmesi çoğu zaman aynı madalyonun iki farklı yüzüdür; dolayısıyla insan nesnel bir olayı geçmişteki bir olayın aynısıymış gibi görecek şekilde çarpıtırsa, vereceği tepkinin de daha önceki olaya verdiği tepkiye benzemesini beklemek makul olacaktır. Diyelim ki bir çocuk sert cezalar veren annesinin karşısında sinip kabuğuna çekilmeyi öğrenmiş olsun. Fiziksel özellikleri de annesine benzeyen biraz sert bir öğretmenle karşılaşırsa, öğretmene ilişkin algısını çarpıtıp onu annesinin kopyası haline getirebilir; böylelikle ona, annesine vermeyi öğrendiği şekilde tepki verir.

Daha önce de belirtildiği üzere mevcut olaylara sanki geçmiştekilerin kopyasıymış gibi yaklaşma eğilimine psikanalitik kuramcılar **aktarım** süreci adını verirler. Bu kavram tedavideki hastaların genellikle ebeveynleri ile terapist arasındaki ufak nesnel benzerlikleri abartmasına ve aile ortamında öğrenilen tepkileri terapiste aktarmasına ilişkin gözlemlere işaret eder.

Etkin işlevsellik için geçmiş davranışları yeni durumlara aktarmak şarttır; hayatta karşımıza çıkan her yeni duruma nasıl yaklaşabileceğimizi kestirebilmemiz için önceden oluşturduğumuz algılara, tepkilere ihtiyaç duyarız. Haliyle işlevsellik açısından bakıldığında genelleme; öğrendiğimiz şeyleri uygulamamıza, yani benzer durumlarda aynı tepkileri vermemize imkân sağlar. Ne var ki benzeşmeyen durumları birbirinden ayırmayı başaramadığımız için aynı tepkiyi yanlış yerlerde kullandığımızda (örneğin güncel yeni durumlara geçmiştekilerin tekrarıymış gibi yaklaştığımızda) sorun yaşarız.

Uygunsuz davranışları genelleme eğiliminin bilhassa uzun vadeli sonuçları olur çünkü çevremizdeki insanlarda hem bu davranışları idame ettiren hem de

onları yaratan koşulları ağırlaştıran yanıtlar doğurur. Bateson ve Ruesch (1951) insanlar arasındaki iletişimin salt beyandan ibaret olmadığını, aynı zamanda gelecek tepkiye dair beklenti barındırdığını söyler. Benzer şekilde Leary (1957), Carson (1969) ve Kiesler (1996) kişilerarası davranışların çoğu zaman başkalarından tepki "çekmek" gibi bilinçsiz bir amaç doğrultusunda tasarlandığını öne sürerler. Mesela "Bu işi becerebildiğimi sanmıyorum" cümlesi kişisel duygulara dair bir mesaj barındırmanın yanı sıra "Olur mu öyle şey! Gayet başarılısın" gibi bir tepki uyandırma beklentisi taşıması itibariyle sosyal bir beyandır.

Peki kişilerarası davranışların genellenmesi, bu davranışları ortaya çıkaran durumları nasıl idame ettirir?

Burada bir örnekten yararlanabiliriz. Geçmişteki deneyimleri doğrultusunda ebeveynleri tarafından cezalandırılma beklentisine girmiş biri başkalarından gelecek ret sinyallerine karşı aşırı hassas olabilir. Bu şüpheciliği nedeniyle en masum yorumları bile çarpıtıp, karşı tarafın kendisine düşmancıl bir tutum beslediğinin işareti olarak görebilir. Gelmesini beklediği saldırgan tavra karşılık vermek için hazırlanırken kendini kasar, bakışlarını sertleştirir ve peşinen birkaç sataşmada bulunur. Bu eylemleri hemen düşmanca ve ters bir mesaj olarak yorumlanır. Çok geçmeden başkaları da benzer antipatik duygularını açıkça ifade etmeye, kendilerini geri çekmeye, bu defa hayali olmayan, gerçek bir saldırganlık sergilemeye başlar. Böylelikle kişinin genele yaydığı şüpheci davranışı, tam da öngördüğü ceza tepkisini doğurmuş olur: Çocukluğundakine benzer nesnel bir reddedilmeyi deneyimlemiştir; bu da onu daha da şüpheci ve kibirli kılar, kısırdöngü bir kez daha tekrarlanır.

Eski davranışları yeni durumlara zorla sokan kişiler, eski tepkilerini pekiştiren yanıtları (hem de hiç şaşmayan bir istikrarla) kışkırtırlar. Genellenmiş davranışın hemen her biçimi bu davranışların şiddetini artıran karşılıklar bulur. Örneğin uysal, yaltakçı veya ürkek eylemler karşı tarafta tahakkümcü ve manipülatif tepkiler uyandırır; özgüvenli, kendinden emin bir tutum ise hayranlıkla ve itaatle karşılanır. Kısacası genelleme zaten başlı başına bir idame biçimidir ama aynı zamanda idameyi destekleyen koşulları da yaratır.

### *Tekrar Zorlantısı*

Uyumsuz davranışların varlığını sürdürmesinin tek sebebi genellenmiş, öğrenilmiş alışkanlıklar değildir. İnsanları geçmişteki üzücü veya çözülmemiş olayları tekrar canlandırmaya iten içsel sebepler de vardır. Freud bu sürece **tekrar zorlantısı** diyordu; bundan kastı, geçmişteki hayal kırıklıklarına veya başarısızlıklara paralellik gösteren durumlar ortaya çıkarıp bu hayal kırıklıklarını (defalarca denenmiş ve fayda görülmemiş olsa bile) geri çevirmeye çalışmaktı.

Daha önce bahsi geçen **koruyucu kısıtlama** ve tekrar zorlantısı birbiriyle çelişkili görünebilir. Koruyucu kısıtlamayı çözülmesine dair hiç umut olmayan durumlardan kaçınmayı sağlayan bir süreç olarak düşünürsek bu tutarsızlık ortadan kalkacaktır. Tekrar zorlantılarıysa aksine, geçmişte kısmen de olsa doyum sağlamış ve birgün mutlak doyuma ulaşma vaadi uyandırmış koşulları tekrar yaratma süreci olarak düşünülebilir. Bu süreçte kişi, durumları *dönem dönem* başarılı olmuş manevraları kullanabileceği şekilde ayarlar. Kısmen pekişmiş bu davranışlar, nihayetinde arzulanan amaçlara tam olarak erişebilmek umuduyla tekrar tekrar kullanılır.

Bu kısmen doyuma ulaşan dürtülerin türevleri, varlığını sürdüren ve doyum arayışında olan bir nevi arzu haznesi oluşturur. Dolayısıyla kişi geçmiş örüntüleri sadece genelleme yoluyla değil aynı zamanda tam olarak başarılamamış bir şeyi yeniden yaratıp bu defa aşmaya yönelik aktif çabalarla da tekrarlar. Örneğin iki erkek kardeş arasındaki epeyce sürtüşmeli rekabet kardeşlerden büyüğünde (üniversitenin danışmanlık merkezinde görüşülen 21 yaşında bir üniversite öğrencisinde) düşmancıl, yıkıcı duygular uyandırmıştı. Bu duyguların basıncını yer yer hafifletmek için bir dizi habis taktik kullanıyordu ki bunların bir kısmı bazen başarılı olsa da amaca asla tam olarak ulaşamıyordu; yani küçük kardeşi hiç var olmamış kılma, utandırma ve yok etme dürtüsü ancak kısmen doyurulmuş olarak kalmaya devam ediyordu. Yeni kişilerarası ilişkilerinde de kardeş ilişkisini tekrarlıyor; geçmişte kardeşi üzerinde kullandığı bu hor görme ve aşağılama taktiklerini ara ara edindiği arkadaşlarına karşı da tekrarlıyordu. Gel gelelim bu ilişkiler ihtiyaçlarının ancak birazını karşılamaya yetiyordu çünkü nefretinin asıl nesnesi kardeşiydi ve asıl amacı, yani rakibini tamamen ortadan kaldırma konusunda hiç başarıya ulaşamamıştı. Geçmişte öğrendiği yıkıcı davranış örüntülerini her yeni ilişkide tekrar tekrar, zorlantılı biçimde kullanıyordu; bilinçdışı amaçlarını hiçbir zaman tam olarak gerçekleştiremese bile akran ilişkilerinden edindiği sembolik kazanımlar bu davranışlarını sürdürmesi için yeterliydi.

O halde başarısızlığın ve acının kaçınılmaz olduğu koşullarla sınırlı bir süreç olan koruyucu kısıtlamanın aksine, tekrar zorlantısı periyodik olarak kazanım sağlayan ve daha büyük doyuma ulaşma motivasyonunun baki kaldığı durumlar için geçerlidir. Her halükârda geçmişin tahammülü zor kopyaları çıkarılır.

## Sosyokültürel Etkenler

Kişilik patolojisini toplumsal yaşamın kültürel bağlamını oluşturan kurumların, geleneklerin ve değerlerin şekillendirdiğini gözden kaçırırsak eksik bir resim çizmiş oluruz. Bu kültürel unsurlar belli bir grubun sosyal üyelerine bazı sınırlar koyan ve takip edebilecekleri rehber ilkeler sunan şekillendirici etkenlerden olu-

şan ortak bir çerçeve görevi görür. Ne var ki "toplum" ve "kültürü" bağımsız birer varlıktan ziyade grup üyelerinin müşterek ilişki örüntülerini ve sorumluluklarını yansıtan kullanışlı soyutlamalar olarak görmeye dikkat etmeliyiz.

Kültürel grupların devamlılığı ve istikrarı büyük oranda, ortak inanç ve gelenekleri çocuklarına ne denli geçirebildiklerine bağlıdır. Tarih boyunca işlenerek şekillenmiş bir yapıyı kaybetmemek için her grubun ne yapıp edip çocuklarını da buraya "uyumlu" hale getirmesi, yani eski grup üyelerinin hayatın taleplerini karşılayabilmek amacıyla geliştirdiği yasak ve yaptırımlar sistemini çocukların da benimseyip sürdürmesini sağlaması gerekir. Her çocuk dürtüsel ve naif davranışlarını yavaş yavaş bir kenara bırakıp bunları grubun kuralları ve uygulamaları doğrultusunda düzenlemeyi veya değiştirmeyi öğrendiği bir "sosyalleşme" sürecinden geçer. Bu süreç tabiatı itibariyle zorlayıcı olmasına ve kişisel özgürlüklerin kaybını gerektirmesine rağmen, çocuklar işbirliğine yönelik paylaşımcı davranışların da getirileri olduğunu (ağır ağır da olsa) öğrenirler. Toplum kuralları hayatta kalmalarına, başkalarının davranışlarını öngörmelerine, sıcak ve güvenli bir ortama erişmelerine ve yaşamın bol miktardaki çok çeşitli getirilerini elde etmek için kullanılması makul karşılanacak stratejileri öğrenmelerine yardımcı olur. Bu doğrultuda bir kültürdeki geleneklerin aslında o kültüre mensup kişilere ortak bir yaşam biçimi sağladığını ve bu yaşam biçimi doğrultusunda büyük çoğunluğun temel ihtiyaçlarının asgari çatışma ve azami geri dönüşle karşılandığını anlamak önemlidir.

Bundan önceki kısımlarda, çoğu çocuğun geçtiği kültürel eğitim ve aşılama sürecinin ideal koşullardan epey uzak olduğundan söz etmiştik; ebeveynlerin toplumsal kural ve düzenlemeleri aktarmak için kullandığı yöntemler genelde hayli yüklü ve değişkendir; şefkat, ikna, baştan çıkarma, zorlama, aldatma ve tehdit barındırır. Çocukta stres, kaygı ve içerleme gibi duygular uyandırabilir; bu duygular gelecekte kuracağı ilişkilerde idame ettirilecek ve bu ilişkileri bozacak patolojik kalıntılar bırakabilir. Mevzubahis patojen deneyimleri daha önce ele almıştık.

Bu sosyokültürel düzeyde odak noktası bazı ailelerdeki bazı çocukların daha özel deneyimleri değil, bir topluma mensup kişilerin müştereği olan genel deneyimlerdir. Bir bakıma Lawrence K. Frank'ın (1936) yaklaşık 70 yıl önce ifade ettiği üzere "hasta koltuğuna toplumu oturtan" etkenlerden bahsediyoruz. Frank şöyle yazıyordu:

> Sosyal dediğimiz sorunların çeşitliliği, her birine ayrı ayrı ilgi gösterme ve farklı çareler geliştirme gereği üzerinden düşünmeyi bir kenara bırakıp bunların tamamını aynı hastalığın farklı belirtileri olarak ele alabiliriz. Hastalığın doğası üzerine kesin bir uzlaşmaya varamasak bile bu büyük bir kazanç olurdu. Sözgelimi suç, akıl hastalıkları, aile düzenindeki bozulmalar, çocuk suçlular, fahişelik ve cinsel suçlar gibi alanların yanı sıra

> bugün patolojik süreçlerin sonucu olarak görülen pek çok şeyi (mesela gastrik ülseri) kişilerin ahlaksızlığının, yetersizliğinin, sapkınlığının veya patolojisinin göstergesi olarak değil de kültürel parçalanmaya verilen insani tepkiler olarak görecek olursak belki buradan bir yerlere varabiliriz.

Bugün gözlemlediğimiz patolojik örüntülerin çoğunu kültürel yaşamdaki sapkın, kaotik veya mücadeleci koşullara atfedebileceğimiz görüşünü camiada dile getiren pek çok isim olmuştur (Fromm, 1955; Millon, 1987; Millon ve Davis, 1996; Riesman, 1950; Wachtel, 1983; Yankelovich, 1981); bu koşullar "kaygı çağı", "absürd büyüme", "yalnız kalabalık" gibi tabirlerle nitelendirilmiştir. Bu sloganların taşıdığı temaları detaylandırmak bu kitabın amacını aşar fakat çağdaş yaşamdaki üç koşulu kısaca tanımlamak bu yazarların ne demeye çalıştığını anlamamıza bir nebze olsun yardımcı olacaktır. İlk olarak, bireyleri çocukken maruz bırakıldıkları standartları aşmaya iten etkenlerin işleyişine bakacağız. Ardından değişken, muğlak, çelişkili sosyal değerlerin etkisine bakacağız. Son olaraksa sosyal inanç ve hedeflerin parçalanmasının sonuçlarını anlatacağız.

## Başarı Mücadelesi ve Rekabet

Amerikan yaşamına dair en isabetli tasvirler toplumumuzun yukarıya doğru hareketli yapısına vurgu yapanlardır. Mensuplarının ilerlemesi, başarılı olması, bir zamanlar yalnızca aristokratlara veya müreffehlere özgü görülen maddi kazançlara erişmesi için gereken fırsatları en üst düzeye çıkarmış bir toplumdur bizimkisi. Belli başlı bazı problemli istisnalar haricinde toplumumuzun gençlerinin kendi bilek güçleriyle, zekâlarıyla ve yetenekleriyle yükselmelerinin, ailelerinin sosyoekonomik seviyelerini aşmalarının önünde hiçbir engel yoktur. Oysa bolca reklamı yapılan bu başarı imkânlarının altında bir beklenti vardır: Her insan birtakım fırsatların peşinden koşacak ve bunları ne denli karşılayabildiği üzerinden değerlendirilecektir. Dolayısıyla toplumumuz hırslı olmayı teşvik etmekle kalmaz, aynı zamanda her bir üyesinin bu mücadelede başarılı olmasını bekler. Hedefleri olan herkes başarının cazip getirileri ile başarısızlığın yıkıcı sonuçları arasında riskli bir seçim yapmak zorundadır, ki bunu bazı narsisist kişilik alttiplerinin gelişim öyküsünde de görebiliriz.

Yükselme imkânları toplumumuzun çoğu mensubu için müşterektir; bu da kıran kırana bir rekabet anlamı taşır. Haliyle başarı mücadelesi kişinin yalnızca kendi geçmişini aşabilmesine değil, aynı zamanda başkalarına üstün gelmesine bağlıdır. Rekabette başarısız olmanın, yetersiz kalmanın yol açtığı sonuçların en net örnekleriyle çocukların okul yıllarında sürekli girdiği sınavlarda, aldıkları notlarda karşılaşırız; alınan bu ilk rekabet eğitimi kalıcı olur ve toplumsal yaşa-

mın her yerine nüfuz eder. Sporda, saygın üniversitelere girme çabasında, güzel bir sevgili veya saygıdeğer bir iş arayışında, en yüksek geliri elde etme, havalı bir araba satın alma veya belli cemiyetlerce kabul görme gibi isteklerde bunun izlerini görmek mümkündür.

Başarıya erişme rekabetinde verilen mücadele iflah olmaz, verimsiz bir uğraştır çünkü zirveye yalnızca birkaç kişi ulaşabilir ve hayatta kimseyi kırıp üzmeyecek kıyaslamaların yapılabileceği hiçbir alan yoktur. Göçmen bir ailede yokluk içinde büyüdükten sonra maddi açıdan da doyurucu bir kariyer yaparak avukat olmuş 47 yaşındaki depresif bir adamın, il hâkimliğine adaylığını koyup kazanamayınca kendisini başarısız görmeye başlaması, ümitsizliğe kapılması da bundan kaynaklanır.

Başkalarını hayal kırıklığına uğratmaktan duyulan suçluluk, kişinin sınırlarından dolayı kendini değersiz görmesi, başarısızlıkların faturasını kendine çıkarmak... Tüm bunlar toplumumuzun pek çok mensubunda görülen hastalıklı duygulardır. Hepimiz maksadına, yol açması kaçınılmaz hayal kırıklıklarına ve kısıtlı getirilerine bakmaksızın kamusal başarıların peşinde koşmak, bu uğurda rekabet etmek üzere eğitilmişizdir.

## İstikrarsız ve Çelişkili Sosyal Standartlar

Başarı mücadelesi kişinin geçmişteki kazanımlarını aşma ihtiyacına atıfta bulunur, rekabet ise insanların bu başarıları elde ederek birbirlerini aşma çabalarını tarif eder. Peki insanların kendi başarılarını ölçmek için kullandıkları standartlar sürekli değişiyorsa veya belirsizse, o zaman ne olur? Eğer insanlar hedeflerine yön verecek güvenilir ve net standartlar bulamazlarsa ne olur?

Sosyal yaşamı anlamlandırıp düzenlemek, varoluşun görev ve sorumluluklarını tanımlamak, grup üyelerine müşterek bir inanç, değer ve hedef sistemiyle yol göstermek kültürel geleneklerin tarihsel işlevleri arasındadır. Ebeveynlerden çocuklara aktarılan bu gelenekler çocukların kendi düşünce, davranış ve hedeflerini düzene koymasına kılavuzluk eder.

Bugün önümüze çıkan sorunlardan biri, sosyal değişimin temposu ve toplumumuzun ayak uydurması beklenen standartların giderek daha da çelişkili bir hal almasıdır (Millon, 1987). Hızlı sanayileşme, göç, şehirleşme, hareketlilik, teknoloji ve kitle iletişimi gibi gelişmelerin etkilerinin üst üste binmesiyle geleneksel değer ve standartlarda ciddi bir erozyon yaşanmıştır. Basit ve tutarlı bir gelenek ve inanç yapısının yerine karşımızda sürekli değişen ve giderek daha da sorgulanan standartlar buluruz, ki bunların da ne denli kalıcı olacağı belirsizdir. Eski nesillere rehberlik etmiş mutlak ve kesin ilkeler artık söz konusu değildir. Gündelik deneyimlerin karmaşıklığı ve çeşitliliği, basit arkaik inançları yerle bir

ederek çağdaş gerçekliklerle baş etmekte kullanılamayacak işe yaramaz araçlara dönüştürür. Yaşama dair tutarlı bir görüşümüz olmayınca, afallamış vaziyette el yordamıyla yolumuzu bulmaya çalışır, bir standart kümesinden diğerine savrulur, sürekli değişen olayların ortasında istikrarı bulamayız. İnsanlık tarihinde, dayanıklı ve kabul görmüş geleneklerin yardımı olmadan hayatla baş etmek zorunda kalınmış bazı dönemler olmuştur. Sınırda kişilik bozukluğunun deneyimsel arka planını anlatacağımız kısımda görüleceği üzere, daha önce bahsi geçen etkenler bu kişilerin ruhsal uyumsuzluğunun şekillenmesinde asli önem teşkil ediyor olabilir.

Bu standart bolluğuna bir de insanların maruz kaldıkları, inançlar arasındaki yapısal çelişkiler eklenir: Bir yandan "diğer yanağı çevirmemiz", diğer yandansa "rekabet edip kazanmamız" tembihlenir. Çağımızın bizi şu veya bu şekilde davranmaya iten çelişkili iddiaları ve uyumsuz talepleri bizi çalkantının ortasında bırakır; ne demir atmamıza ne de sabit bir rotaya girmemize izin verir.

Örneğin 36 yaşında üç çocuk annesi kaygılı ve mutsuz bir kadın, ilk çocuğu doğduğunda yarım bıraktığı avukatlık kariyerine geri dönmek ile ev hanımı olarak kalmak arasında gidip geliyordu. İlk görüşmede, hayırsever sosyal projeler yapan bir kamu kurumunda hukuki danışmanlık yapması için gelen teklifi kabul etmek ile bunu yapması halinde eşine ve çocuklarına karşı sorumluluklarını yerine getiremeyecek olmanın suçluluğu arasında kalmıştı. Sağlam bir değer sistemi olmayınca, bir eylemden diğerine sürüklenir dururuz; baskı unsurlarını dengeleme çabasının varacağı tek yer hiçbir şeyden emin olamama, kafa karışıklığı, çatışma ve riyakârlıktır.

## Düzenleyici İnanç ve Hedeflerin Parçalanması

Toplumumuzun büyük kısmı kendini anaakım Amerikan yaşamının dışına itilmiş bulur; sosyal önyargılar veya ekonomik mahrumiyet gibi talihsiz durumlardan dolayı toplumdan soyutlandıklarından, değişen bir toplumda başarıya ulaşmak onlar için pek de mesele değildir zira onlar daha ziyade hayatta kalmak için gereken temel ihtiyaçlarını karşılamakla uğraşmaktadırlar. Bu insanların gözünde asıl soru; değişen sosyal değerlerden hangisinin peşinden gidileceği değil, genel olarak herhangi bir sosyal değerin peşinden gitmeye değip değmeyeceğidir.

Yoksulluk ve mahrumiyet içinde yetişmiş, yetersiz okullarda okumuş, yozlaşmış mahallelerdeki kötü evlerde büyümüş, çalkantılı ailelere mensup, anne babası çoğu zaman ayrı, başarılı ebeveyn modelleri görmemiş ve umutsuzluğun, çaresizliğin, apatinin egemen olduğu bir atmosferde yaşamış çocuklar elbette "iyi toplumun" geçerliliğini sorgulayacaklardır. Böyle ortamlarda büyüyen kişiler, toplumun değer verdiği standartlardan pek azına erişebileceklerini hemen

fark ederler. Bu olumsuz çevreden kendilerini kurtarmak için ne kadar uğraşırlarsa uğraşsınlar yoksulluktan kaynaklanan can acıtıcı kısıtlamalar, anlamsız ve boş bir varoluş hissi, kayıtsız (ve hatta kendilerine düşman) dünya algısı her defasında önlerine çıkar.

Antisosyal olduğu söylenen kişilik bozukluğunu tartıştığımız bölümde de belirttiğimiz üzere bugün pek çok siyahi genç çağdaş toplumda kendine yer bulabildiğini düşünmüyor; eşitlik hakkında bu kadar atılıp tutulmasına rağmen gerek ebeveynlerini gerekse kendilerini haklarından, fırsatlardan mahrum bırakmış bir ülkenin kurtarılmaya değip değmeyeceğini sorguluyorlar. Gerçeklik her umudun altını oyuyorken ve sosyal açıdan var olmak bu kadar bariz ve yaygın biçimde can yakıcı, sert bir şeyken, "yanlış" olduğu aşikâr değerleri kabul ediyormuş gibi veya toplumun erişilmez hedeflerinin peşinde koşuyormuş gibi yapmanın ne gereği olabilir?

Yozlaşmış ve yabancılaşmış topluluklar kendilerinden beslenir; çocukların girişkenliğini ve taşıdıkları umudu yok ederek yalnızca kendi çöküşlerinin devam etmesini sağlamakla kalmaz, aynı zamanda diğer dışlanmış ve dengesiz kişileri kendilerine çeker, aralarına alır. Bu parçalanma ağına takılan çocuklar ve toplumsal statülerinde düşüş yaşayanlar, toplumsal değerlerden elini eteğini çoktan çekmiş olanların saflarına katılırlar. Suç, fahişelik, boşanma, şiddet ve bağımlılık bu grupların alametifarikası haline gelmeye başlar; çöküş ve parçalanma kısırdöngüsü hem kalıcı olur hem de giderek şiddetlenir.

Tüm bunlar bir yana, sert kültürel ve sosyal koşulların kişilik patolojisine genellikle *sebep olmadığını* unutmamalıyız. Bu koşullar daha çok, kişilerarası boyuttaki daha birebir ve anlık deneyimlerin gerçekleştiği bağlam görevini görür. Kişisel ilişkilerin niteliklerini olumsuz yönde etkiler ve kişinin önüne taklit edebileceği model olarak uyumsuz, hastalıklı örnekleri koyar.

## Özet

Kişilik bozukluklarına yönelik araştırmaları tasarlayan, yürüten veya yorumlayan araştırmacıların karşısına zorlu engeller çıkar. Bu alanda gerçekleştirilen ilk araştırmaların gerek yöntemsel yeterliğine gerekse gelecekte faydalı olacağı ihtimaline dair kafalarda nice soru işareti bulunmaktadır.

İlişkili değişkenlerin sistemli biçimde kontrol ve manipüle edilebileceği bir araştırma tasarlamak imkânsız olduğundan, bu değişkenlerle kişilik patolojisi arasında net sebep-sonuç ilişkileri ortaya koymak da imkânsızdır. Araştırmacılar kişi veya grupları bilimsel amaçlar doğrultusunda yönlendiremeyecekleri gibi, onlara zarar veremez veya onları istismar edemezler; dolayısıyla bu alanda yapılan araştırmalar mecburen korelasyon bazlı olmaya ve doğal örneklemler-

den yararlanmaya devam edecektir. Doğal örneklemleri kullanan bu tarz çalışmalara dair sıkıntılardan biri, nedensel çıkarımları zorlaştırmalarıdır; korelasyonlar bize neyin sebep, neyin sonuç olduğunu belirleyecek temeli sağlamaz. Örneğin sosyoekonomik sınıf ile kişilik bozuklukları arasındaki korelasyon; olumsuz sosyal koşulların ruhsal sorunlara yol açtığına işaret edebileceği gibi, ruhsal sorunların olumsuz sosyal koşullara yol açtığı anlamına da gelebilir.

Kişilik patolojisinde patojen unsurların rolüne dair iddiaları destekleyecek güçlü araştırmaların bulunmadığı, bu bölüm boyunca defalarca belirtildi. Hem psikososyal hem de biyolojik yapıdaki patojen unsurların kişilik patolojisinde önemli pay sahibi olması pek çok kuramcıya izahtan vareste gelecektir ama nihayetinde bilim varsayımlarla ve inançlarla değil, iyi tasarlanmış ve iyi yürütülmüş araştırmalardan elde edilen somut gerçeklerle ilerler. Bu alandaki destekleyici veri kıtlığı araştırmacıların ihmalinden ziyade, kişilik patolojisini ortaya çıkaran etkenler arası iletişimi aydınlatmanın olağanüstü güçlüğünden kaynaklanmaktadır. Tüm bu bahanelere rağmen patojen kuramcılarının görüşlerini kabul ederken dikkatli davranmakta fayda vardır.

Gerek akla yatkın spekülasyonların gerekse keşif araştırmalarının sağladığı anlamlı ipuçlarının izinden gitmeye devam etmekten başka çaremiz yoktur. Güçlüklere rağmen geçmişteki basitleştirmelere dönme eğilimine direnmek; yılgınlıktan ya da kinizmden kaynaklanan davranışlarımızı bir kenara bırakmak zorundayız. Patogenezin çok bileşenli, döngüsel karakterine ve ondan ayrı düşünülemeyecek girift gelişim süreçlerine dair bilgimizin artması, bizleri eski kuramcıların kişilik patolojisini tekil etkenlere bağlamasına yol açan basitleştirmelerin tuzağına düşmekten koruyacaktır. Sayısız patojenik köken olabilir; nedensel unsurlar öyle iç içe geçmiştir ki araştırma stratejilerimizi tek tek belirleyenleri birbirinden ayırmaya değil aksine onların birleştiği yerleri, etkileşimlerini ve devamlılık noktalarını tespit etmeye yönelik olarak şekillendirmemiz gerekir.

# IV

# Kişilik Bozukluklarının Değerlendirilmesi ve Terapisi

## Amaçlar

Değerlendirme, terapinin planlanması için iyi bir başlangıç mıdır?
Nomotetik ve idiyografik yaklaşımların ayrıştırılması.
Kişiliği değerlendirmek için ne tür kaynaklardan yararlanılabilir?
Kişilik ölçümündeki bazı yanlı ve bozucu etkenleri sıralamak.
Psikolojik testlerden elde edilen bilgiler hangi farklı düzeylerde yorumlanabilir?
İki büyük özbildirim ölçeğinin (MMPI ve MCMI) avantajları ve dezavantajları bakımından anlatılması.
En sık kullanılan klinik görüşmelerden ikisinin anlatılması.
Psikoterapideki çağdaş akımları açıklamak ve değerlendirmek.
*Sinerjik psikoterapi*yi tanımlamak.
*Güçlendirilmiş eşleşmeler* ile *katalitik dizilimler*den bahsetmek.

Bu kitabın ilk üç bölümünde kişiliğin doğası, bu konudaki klasik ve çağdaş yaklaşımlar, kişilik özelliklerinin ve bozukluklarının gelişimine dair fikirler ele alındı. Bu bölümdeyse kuramsal meselelerden uzaklaşıp konunun uygulama

kısmına, psikolojik değerlendirme ve terapiye bakacağız. Ne yazık ki kuram, değerlendirme ve müdahale neredeyse birbirinden bağımsız şekilde gelişmiştir. Örneğin bilişsel terapi bilişsel psikolojinin yanı sıra gelişmiştir. Daha geniş çaplı bir kavramsal çerçeveye eklemlenemediğinden, bu alan yüzlerce değerlendirme aracı ve psikoterapi yöntemiyle dolu bir çöplüğe dönmüş durumdadır. Bazı durumlarda, onlarca yıl önce geliştirildiği ve içeriği son gelişmelerin ışığında neredeyse hiç güncellenmediği halde kullanımı yaygın olarak devam eden araçlar da vardır. Değerlendirme ve terapinin kişiliği bütüncül bir yapı olarak ele alacak şekilde birbirini tamamlaması, bu bölümün anafikridir. Optik ilkeleri dikkate almadan tasarlanmış teleskoplardan bakan astronomlar olsak, evrene dair görüşümüz epeyce çarpık olurdu. Benzer şekilde değerlendirme araçlarını geliştirirken de, psikoterapi yaparken de kişiliğin, kişinin ana yapısının tamamında gözlemlenen özellikler örüntüsü olduğunu akıldan çıkarmamak gerekir (Benzer şekilde kişinin ana yapısının tamamında geçerli olan değişkenlerin sergilediği örüntüleri kişiliğin özü olarak görme anlayışı; değerlendirme araçlarını geliştirirken de, psikoterapi yaparken de bize eşlik etmelidir.).

## Kişiliğin Değerlendirilmesi

Değerlendirme terapiye rehberlik etmelidir. Değerlendirme olmadan terapi mantıklı bir zeminde ilerleyemez. Değerlendirmenin amacı aslında bilimin amacıyla aynıdır; sadece, burada bir araştırma alanı değil tek bir kişi hedeflenmektedir. Klinisyen, hastanın mevcut semptomlarının, kişilik özelliklerinin ve psikososyal özelliklerinin etkileşimine dair bilimsel bir kavrayışa erişmelidir. *DSM*'nin çok eksenli modelinin bileşenlerinin önce ayrı ayrı değerlendirilip, ardından "vaka kavramsallaştırması" dediğimiz bir alaşım haline getirilmesi gerekir.

### Saf Bilim İle Uygulamalı Bilim Arasındaki İlişki

Değerlendirme ve terapi süreçlerini anlamanın en iyi yolu herhalde saf bilimler ile uygulamalı bilimleri karşılaştırmaktır. Nereden gelir bu ikisi? Kimyada ve fizikte saf bilimlerle uygulamalı bilimler birlikte çalışır; saf bilimlerin keşifleri yeni teknolojilerin ve teçhizatın temelini oluşturur. Mesela insan genom projesi tıpta devrim yapacağı vaadiyle sürmektedir. Sosyal bilimlerdeyse bilimin saf ve uygulamalı yanları genellikle ayrı ayrı gelişmiştir. Onlarca yıl önce geliştirilmiş ölçekleri kullanmaya devam ediyoruz ama psikoterapi çeşitlerinin sayısı her geçen gün artıyor.

### *Nomotetik Yaklaşım*

Çoğu insanın savunduğu üzere aslında iki psikoloji bilimi vardır. Bunlardan biri, **nomotetik yaklaşım**; farazi kavramlara ve farklı kavramları birbiriyle ilişkilendiren (**nomolojik ağ** adıya bilinen) kuramsal önermelere eğilir. "Kontrol odağı ile depresyon arasındaki ilişki nedir?" ve "Benlik şemasının karmaşıklığının boyutlarının strese yatkınlıkla bağlantısı nedir?" gibi sorular tamamen psikolojik kavramları konu edinir. Klinik çalışmanın odak noktası olan bireysellik, geniş örneklemler toplanarak etkin biçimde dışarıda bırakılır. Herhangi bir insanın kendine özgü özellikleri sonucu etkilememelidir. Evliliklerinden mutsuz iki narsisist tesadüf olabilir ama 100 narsisist çift söz konusuysa bu bir bulgudur.

Nomotetik yaklaşım evrensel ilişkilerin peşinde koşan bilimin gayelerine hizmet eder. Bir bilim olarak bu yaklaşımın, kişiliğin tek kişiye özel davranış kanunları keşfetme gibi bir lüksü yoktur; sabahları kahve içmeden uyanamıyor olmanız yayınlanabilir bir bilgi değildir. Bilimin amacı daha ziyade o ana kadar görülmemiş veya anlaşılmamış gözlemlenebilir fenomenlere uygulanabilecek kuramlar üretmektir. Bugüne kadar bir karadeliğin tadına bakan, kokusunu alan veya dokusunu hisseden kimse olmamıştır ama görelilik kuramı sayesinde karadeliğe düşmeniz halinde başınıza neler geleceğini öngörebiliriz. Aynı şekilde kişilik psikologları da davranışla ilgili, tekrarlanan testlerde her defasında yeniden ortaya konulabilecek evrensel önermeleri tespit etmeye uğraşırlar. Allport (1937, s. 4) nomotetik yaklaşımı "bir bireyin doğasından diğerininkine uzanan, yalnızca özel bir kuramsal yaklaşımın sihirli gözlükleriyle görülebilecek o tek bağı bulmaya" benzetir.

### *İdiyografik Yaklaşım*

**İdiyografik yaklaşım** bireyselliğin karmaşıklığına vurgu yapar. Herkes, biyolojik ve çevresel etkenler arasındaki etkileşimlerden oluşan, daha önce hiç bu şekilde var olmamış ve bir daha da asla var olmayacak eşsiz bir tarihin ürünüdür. Burada, evrensel olduğu söylenen yasalar ve sınıflandırma sistemleri oldukça kısıtlı değere sahiptir. Bunun yerine, bireyleri anlamak için yaşadıklarının detaylarını bilmek gerekir: Nerede doğmuşlar, ilkokul öğretmenleri onları nasıl etkilemiş, neden çiftçilik yapmamışlar da psikolog olmuşlar, onlar beşinci sınıftayken babalarının o korkunç bahar fırtınasında ölmesi inançlarını nasıl yerle bir etmiş? ... Henry Murray'in (1938, s. 604) dediği gibi "Kişiliğin tarihi, kişiliktir."

İdiyografik yaklaşımın en uç önermesi; birey olmanın ancak bir yere kadar açıklanabilecek, tek bir sınıflandırma sistemine sığdırılamayacak kadar karmaşık bir şey olduğudur. Bu doğrultuda taksonomiler de, ilave kanıtlar çıktıkça ihti-

yaç doğrultusunda şekillendirilmesi gereken geçici açıklayıcı sistemler olmaktan ibarettir. Kuramsal sistemler sadece, kavrayışı artırmak amacıyla kullanılması gereken ihtiyari bir çıkış noktasıdır, varış noktası değildir. Tanılar ve kişilik profilleri gibi bir kesitten yola çıkılarak yapılan tanımlamalar sadece başlangıçtır. En önemli amaç her bireye zengin bir açıklama getirebilmektir, haliyle kişinin biricikliğini yakalayıp iletebildiği müddetçe her tür kuram ve sınıflandırma sistemi mubahtır. Burada farklı kuramların eklektik biçimde kullanılmasına kötü gözle bakılmaz, aksine bu yaklaşımın toprağı daha da verimli kılarak gerçekten bireyle ilgili aydınlatıcı tasvirler elde etmeye yardımcı olduğu düşünülür.

## Değerlendirmeye Karşı Tanı

Psikoloji fenomenlerinin sınırları kimya veya fiziktekiler kadar net olsa, herkes kendine özgü doğasının tamamını kapsayabilen şu veya bu kategoriden tanı alırdı. İnsan olarak size dair her şey tek bir etikete indirgenirdi. Bu etiketi bilenler sizin hangi sorunlara daha yatkın olduğunuzu da, bunların tedavisinde kullanılabilecek en etkili yöntemleri de hemencecik anlarlardı. Hatta yaptığınız her şey öngörülebilir olurdu. Ses ölçüm teknikleriyle klinisyenler bam telinizi en isabetli şekilde tespit edebilirlerdi, psikoloji kanunlarını uygulamaya koyarak ufak tefek davranış, duygu ve tutumları değiştirmek mümkün olurdu. Bu belirlenimci bilim bağlamında varlığınıza dair her şey açıklanabilirdi. Bu açıdan bakıldığında münferit olan düşmandır; altta yatan örüntünün tespit edilmesine engel olan bir baş belasıdır. Bir insanın tanı etiketini duyduğunuzda onu tanır hale gelirdiniz. Eğer tanıya uymayan yanları varsa bu, gürültü olurdu, yani görmezden gelinebilecek gereksiz bir bilgi sayılırdı. Elbette işler bu kadar basit değil; yine de bu tür ideal bir sınıflandırma sistemi arayışı sürmektedir.

*DSM* kişilik bozuklukları, kavram merkezli yaklaşımın en iyi yanlarını alırken bireyselliğe de yer açmaya çalışır. Birincisi, *DSM* birden fazla bozukluk tanısı verilmesine imkân tanır. İki, üç, hatta dört kişilik bozukluğunun bir arada görülmesi hiç de istisnai bir durum değildir. İkincisi, her kişilik bozukluğu çok sayıda özellikten (tanı kriterlerinden) oluşan bir prototip olarak tanımlanmıştır ki bundan Birinci Bölüm'de bahsetmiştik. Tanı almak için kriterlerin yalnızca bir kısmının karşılanması yeterli olduğu için histrionik, şizoid veya mazoşist biri olmanın sayısız yolu vardır. Herhangi iki kişilik bozukluğunun kriterlerini karşılamanın belki yüzlerce farklı yolu vardır. Olasılıkların bu denli geniş tutulmasının amacı, bireyselliği de tanı sistemine dahil edebilmektir; öte yandan kestirme tanı kriterleri, tanı alan bireylerin yine de "ailevi bir benzerlik" taşıdığına işaret eder. Bazısı mesela daha talepkâr, daha teşhirci veya daha baştan çıkarıcı olsa bile, nihayetinde tüm histrionikler birbirine benzer.

## Sınıflandırma Sisteminin Yanlışlanması

Her kategorik sınıflandırma sistemindeki temel soru kişinin hangi etiketleri alacağıdır. Gel gelelim idiyografik yaklaşım taksonomilerin bizi bir yere kadar götürebileceğini; tanıyla ilgili modellerin sadece anlayışımızı kolaylaştıran, kişiyi bunlara göre kıyaslayıp sınıflandırdığımız referans noktaları olduğunu bize hatırlatır. Eğer birini narsisist olarak nitelendirmişsek bunun ardından şunu sormamız gerekir: "Bu insanı saf narsisist kişilikten ayıran nedir?" Bu tür bir soru sorduğumuzda basit tanı etiketlerinden uzaklaşıp bireyi anlamaya odaklanmış oluruz. Amaç, kişiye dair idiyografik bir kavrayış geliştirmek olduğuna göre değerlendirme dediğimiz şey aslında tanı sisteminin, karşımızdaki kişinin hangi yanlarını açıklamakta yetersiz kaldığını gösterme çabasıdır. Bu süreçte kullanılabilecek bir dizi özbildirim veya projektif temelli araç mevcuttur. Kişilik çalışması işte böylece bir bilim olarak başlayıp sanat olarak biter.

Birey kişilik prototipleri bakımından kavramsallaştırdıktan sonra "Bu kişilik özellikleri nasıl gelişti?" ve "Bu kişilik özellikleri nereden çıktı?" gibi sorulara cevap vermek için biyografik bilgilere ayrıca başvurulur. Bazı cevapları bulmak kolaydır. Sözgelimi kişi doğrudan "Babam inatçı biriydi, ben de öyleyim" veya "Ben küçükken annem hep hastaydı, haliyle kendi ayaklarımın üstünde durmayı öğrenerek büyüdüm" gibi bildirimlerde bulunabilir. Bu tür beyanlar ilave sorular doğuracaktır. İlk örnekteki kişi babasıyla güçlü özdeşim kurmuş olabilir veya inatçılığı, kişiliğinden silmek istediği (keza babasından da silinmesi gereken) olumsuz bir özellik olarak görebilir. İkinci kişiyse kendisini ihmal edilmiş hissedebilir veya zorlu çocukluk yıllarını başarıyla atlayıp kendi başının çaresine bakabilir hale gelmiş olduğu için kendisiyle gurur duyabilir.

### *Odak Noktası: Klinik Beceriler*

#### Klinik Feraset Geliştirmek

**Farklı Tanıların Özellikleri İç İçe Geçtiğinde Ne Olur?**

Jenna ilk danışanıyla yaptığı görüşmede topladığı onca bilgiyle ne yapacağını bilemez haldeydi. Danışanı *DSM-IV*'teki kompülsif kişilik bozukluğu kriterlerini karşılıyordu ama bu tanının pek yansıtmadığı bazı ekstra özellikleri de var gibiydi. Jenna süpervizörüyle görüştüğünde, hem klinik görüşmenin hem de test sonuçlarının yaygın bağımlı eğilimlere işaret ettiğine ama bunun bağımlı kişilik bozukluğu tanısı almaya yetecek düzeyde olmadığına kanaat getirdiler. Süpervizörü ona klinik çalışmanın hem sanat hem de bilim olduğunu söyleyince Jenna rahatladı. İlk klinik raporunu hazırlarken kendisini kullandığı araçlardan elde ettiği bulgularla kısıtlamasına gerek yoktu; konuya dair bilgisinin tamamından yararlanabilirdi, ki buna görüşme sırasında danışana dair edindiği izlenimler de dahildi.

Gelin görün ki kişiliğin gelişimsel öncülleri her zaman böyle bilinç düzeyinde ifade edilmez. Kişilerin içgörü düzeyleri ve biyografik detayları aktarma becerileri birbirinden farklıdır. Bazılarının tarihçiliği kötüdür; kimileriyse çocukluğuna ait epeyce bir şeyi bastırmış olabilir. Bazı kişiliklerde, özellikle de histrionik kişilikte bilişsel tarz dolayısıyla birkaç spesifik detay haricinde genel izlenimler hatırlanmaz. Peşin peşin her şeyi keşfedemediğimiz gibi, değerlendirme sırasında da öğrenemeyiz. Derin bağlantıların ve içgörülerin kurulması çoğu zaman aylar sonra; danışanın yıllardır tekrarladığı uyumsuz örüntülerin kökeni üzerinde terapistle birlikte yaptıkları çalışmanın uzantısı olarak gerçekleşir. Bu yeni biyografi bileşenlerinin eklenmesiyle birlikte tanı kategorileri insanın gözüne gerçekten de çok fakir görünmeye başlar.

Farklı gelişim yollarının oluşturduğu farklı örüntüler, farklı kişilik bozukluklarını doğurur. Bu nedenler ve bunların gelişimsel öncülleri araştırılırken genellikle kişinin kişilik bozukluğu tanısından yardım alınır. Örneğin klinik bilgi bize narsisist kişiliğin evin ilk erkek çocuğu veya tek çocuğu olmakla ilişkili olduğunu söyler. Narsisist bir danışanın çok sayıda kardeşi olsa bile ailede özel bir yerinin olması pek muhtemeldir. Geleceğin narsisistleri karşılıksız sevgiyi öyle sınırsızca ve yoğun deneyimlerler ki, başkalarının da kendilerine ait varoluşları olduğunu öğrenemezler. Hal böyle olunca da benmerkezci, kibirli, duyarsız, her şeyi kendine hak gören kişilere dönüşürler; herkesin onların ihtiyaçlarını öngörebilmesini beklerler ve ihmal edildiklerini hissettiklerinde hiddetlenirler. Her kişilik bozukluğunun çocukluk yıllarına dair özgül deneyimleri vardır. Bu gelişim yollarına dair edinilen detaylı bilgiler, klinik görüşmenin odağını netleştirmek ve böylelikle klinik tanıyı onaylamak ya da alternatifleri değerlendirmek için kullanılabilir.

## Ölçümün Doğası

Fen bilimlerinde, bilim ilerledikçe nomotetik ve idiyografik yaklaşımlar birbirinin pürüzlerini törpüler. Mesela gökbilimciler belli yıldız kümelerinin özellikleriyle ilgilenirler elbette ama bir yandan da tek ama çok önemli bir yıldızın, Güneş'imizin hareketlerini de anlamaya çalışırlar. Bileşenlerini analiz ederek ve akışkanlar dinamiğiyle ilgili karmaşık modelleri kullanarak Güneş'in hareketlerinin pek çok hususiyetini şaşırtıcı bir isabetle öngörebilirler, ki buna bir sonraki Güneş lekesi döngüsünün şiddeti de dahildir. Burada evrensel kanunlar kullanılarak tek bir varlık anlaşılmaya çalışılır. Öte yandan özel bazı anormallikler de bilimi ileri taşıyabilir. Sözgelimi antiprotonları aşırı hızda çarpıştırınca ortaya yeni bir parçacık çıkarsa, temel doğa kuramlarını gözden geçirerek bu parçacığın varlığını deneyin beklenen sonucu haline getirmek gerekir. Kuramın kapsamı genişletildiğinde bu durum da artık anormallik olmaktan çıkar.

## *Odak Noktası: Bağlam*

### Tarihsel Paraleli Bulmak

**Ailesel Etkenler Kişilik Gelişimini Nasıl Etkiler?**

Epeyce bir terapi seansını geride bırakmış olan Justin, onun üstün zekâsını ısrarla görmeyen veya ona özel yeteneklerinden dolayı birtakım ayrıcalıklar bahşetmeyen "kalın kafalı" yaratıcı yazarlık hocasından hâlâ şikâyet ediyordu. Bir noktada Jenna konuyu Justin'in ebeveynlerine getirdi. Bekleneceği üzere annesi kendisini tamamen Justin'in refahına adamıştı; her ihtiyacını daha o söylemeden gidermeye çalışıyordu. Evden ayrılalı bir sömestrden fazla zaman geçmiş olmasına rağmen annesi hâlâ Justin'e her gün telefon açıyor, haftada bir ona en sevdiği yemeklerden gönderiyordu. Justin gerçekten de evrenin merkeziydi, en azından annesi için... Ne yazık ki kibirli tavırlarını ve hocasından ötürü uğradığı hayal kırıklığını, annesinin ona bu denli tapınmasının yarattığı beklentilerle henüz bağdaştıramıyordu.

Doğa bilimlerinin iki özelliği bir araya geldiğinde tikelle tümel arasındaki yapıcı etkileşimin önü açılır. İlk olarak, doğa bilimlerinde kullanılan araçların epeyce gelişkin olması aşırı hassas gözlemlere imkân verir. Ölçüm aracının doğası, ölçümün kendisini kirletmez. Örneğin sıcaklık. "Sıcaklık 32 derece" dendiğinde bunun ne anlama geldiğini herkes bilir; ölçüm için cıvalı mı yoksa alkollü termometre mi kullanıldığı önemli değildir. Ayrıca doğa bilimlerinde genellikle, ölçüm hassasiyetinde ya herhangi bir kayba yol açmadan ya da en azından ölçülebilir kayıplara yol açarak birbirinin yerine geçebilecek iki farklı araç bulunur. Alkol termometresi ile cıva termometresi hemen hemen aynı değeri verir. İkinci olarak, bu tür hassas ölçümler bir defa elde edildikten sonra gelişkin matematiksel modellerle işleme alınabilir. Uygulayıcılar ölçümlerin kaynağını bir yana bırakıp eldeki fenomene odaklanabilirler. Çoğu doğabilim modeli bu şekilde işler.

Sosyal bilimlerde yapılan ölçümlerse konunun tabiatı gereği hassasiyetten uzaktır. Sosyal bilimlerde fenomenler birbirine gevşek biçimde bağlıdır, bu yüzden daha basit örgütlenme düzeyleri içinde yeni ortaya çıkan özellikleri kolayca anlamak mümkün olmaz. Kimya maddenin fiziksel özelliklerini temel alır, biyoloji kimyayı temel alır, psikoloji de biyolojiyi temel alır. Oysa ıslaklığı hidrojenin ve oksijenin özellikleri üzerinden anlamak mümkün olmadığı gibi, bilinci de yalnızca biyolojiyle anlayamayız. Ayrıca sosyal bilimlerdeki fenomenleri, ortaya çıktığı bağlamdan bağımsız düşünmek çoğu zaman mümkün değildir. Psikolojik düzeyde, bilimin değişkenleri kaygı veya mazoşizm gibi farazi kavramsal inşalardır. Bunların bazı beyin yapılarında veya nörotransmitter sistemlerinde biyolojik bağıntıları olabilir belki ama salt biyolojiye indirgenemeyecek psikolojik bir bileşenleri de vardır.

Doğa bilimlerinin aksine, kişilik ve psikopatoloji alanlarındaki ölçüm araçları yapıları gereği kesin değildir. Termometre 10 dereceyi gösteriyorsa, herkes dışarıya çıkarken mantosunu giymesi gerektiğini anlar. Gel gelelim terapist danışana depresyon ölçeğinden 10 puan aldığını söylerse, otomatik olarak "Neyin ölçeği?" sorusu gelecektir. Alkol termometresi ile cıva termometresi arasındaki korelasyon çok yüksektir ama kişilik ölçekleri arasındaki korelasyon genellikle mütevazı düzeydedir, bazen de umut kırıcıdır. Birbirine paralel olacak şekilde tasarlanmış araçlarda bile mükemmel korelasyon sağlanamaz. Terapist her ölçüm aracının yapısını iyi tanımalıdır, aksi takdirde sonucun hiçbir anlamı kalmaz. Bunlara ek olarak, aynı danışana aynı türden iki ölçek verip çelişkili sonuçlar elde etmek de olasıdır. İki kişilik bozukluğu ölçeği birbirinden tamamen farklı profiller ortaya koyabilir mesela veya bir envanterin bulguları klinik görüşmedekilerle tutmayabilir. Yağmurda araba kullanmak nasıldır bilirsiniz; cama düşen damlalara odaklandığınızda ötedeki dünya biraz bulanıklaşır. Kişilik ve psikopatoloji ölçümlerinde de aynısı geçerlidir: Ölçüm aracının kendine özgü nitelikleri ve bilgi kaynağının yapısında yer alan birtakım yanlılıklar, konunun ötesini her zaman biraz bulanık görmemize neden olur.

### *Odak Noktası: Klinik İlerleme*

**Ölçümün Sıhhati**

**Psikoterapötik Değişimi Ölçmek**

Jenna'nın klinik stajının ilk sömestri sona yaklaşırken, süpervizörü Justin'e başta uygulanan test bataryasını* tekrarlayıp aradaki farka bakmayı önerdi. Bataryada üç farklı depresyon ölçümü yer alıyordu. İkisine göre, muazzam bir ilerleme kat edilmişti. Üçüncüsüyse az bir ilerleme olduğunu gösteriyordu. Jenna ve süpervizörü her üç ölçeğin de maddelerini incelediklerinde, sonucu diğer ikisiyle uyuşmayan ölçümde uzun vadeli sıkıntıların tespit edilmesine ağırlık verildiğini, bunun haliyle psikoterapötik değişimi ölçebilecek hassasiyeti taşımadığını gördüler.

* Zekâ, nörolojik beceriler, vb. belirli alanlarda değerlendirme yapmak amacıyla kullanılan muhtelif testlerin bir araya gelmesinden oluşan ölçüm seti - ç. n.

## Bilgi Kaynakları

Bilgi, her ölçümün ve dolayısıyla her klinik değerlendirmenin temelidir. Klinik sorunu açıklamaya yardımcı olan mevcut beş genel bilgi kaynağından her birinin kendine göre avantajları ve kısıtlı yanları vardır. Bunların ilki **özbildirim envanteridir**; adı üstünde, katılımcılar standart soruları cevaplayarak kendileri-

ne dair bildirimlerde bulunurlar. İkincisi, **derecelendirme ölçeği ve kontrol listesidir**; farklı bir bakış açısı sunsun diye, danışanı tanıyan biri bu formu onu düşünerek doldurur. Üçüncüsü **klinik görüşmedir**; genellikle serbest biçimde yürütülen bu görüşmelerde klinisyen sorular sorar, danışan da şifahen cevap verir. Klinisyen, sorularına istediği gibi yön verebilir ve genellikle standart bazı sorulara söz konusu soruna özel yenilerini ekler. Dördüncü bilgi kaynağı **projektif tekniktir**; normalde danışanın sözlü olarak bildirecek kadar bilincinde olmadığı bilinçdışı yapı ve süreçlere erişme amacı taşır. Bu bilgi kaynaklarının her birini sırayla ele alacağız. Danışanın yakınlarından (mesela eşinden, öğretmeninden, ebeveyninden veya bir dostundan), soruna farklı bir perspektif katabilecek birinden yardım almayı da bilgi kaynağı olarak görebiliriz. Fizyolojik ölçümler (örneğin nörotransmitter veya hormon seviyelerinin ölçümü) kesin bilgi sağlayan bir kaynaktır ama çoğu terapist bunlardan yararlanamaz.

### *Özbildirim Envanterleri*

Özbildirim envanteri danışanın doldurduğu bir soru listesinden ibarettir. Çoğu kâğıt-kalemle yapılır ama bilgisayarla doldurulanları da mevcuttur. Özbildirim testleri akla gelebilecek hemen her tür kuramsal kavram ve klinik durum için kullanılabilir. Her biri genellikle en az sekiz maddeden oluşur, yüzlerce maddeye kadar çıkabilir. İstenen cevaplar doğru-yanlış üzerinden olabileceği gibi ("asla", "nadiren", "sık sık", "her zaman" gibi) sıklığa yönelik de olabilir. Sınırsız sayıda çeşitleme yapmak mümkündür. Kısa testler genellikle tek bir kavramı değerlendirmeye yöneliktir; özbildirim envanterleri denen daha uzun testlerse 20 veya daha fazla kavramı ölçebilir. Daha uzun testlerdeki altölçeklerin puanları bir profil oluşturacak şekilde grafiğe dökülebilir.

Özbildirimler danışanın kendi yanıtlarını yansıttığından, klinik sorunların kolayca tespit edilmesi bakımından özellikle değerlidir. Kişi saldırgan veya psikotik değilse klinik sürecin herhangi bir noktasında, genellikle çok fazla yönlendirmeye de gerek kalmadan özbildirim envanteri uygulanabilir. Örneğin terapinin başında çıkarılan bir profil, ileride yaşanacak gelişmeleri değerlendirmede taban değer olarak alınabilir. "Kendime zarar verecek kadar dışadönüğümdür" gibi maddeler kişilik özelliklerini ölçer. Mesela histrionik kişi bu madde için "doğru" seçeneğini işaretleyebilir. Kritik maddeler olarak bilinen diğer bazı sorularsa acil klinik müdahale gerektiren durumlara yöneliktir; örneğin "İntihar etmeyi düşünüyorum." Sağlık hizmetlerinin sıkı denetim altında tutulduğu ve tedavideki ilerlemenin titizlikle belgelenmesini gerektiren bu dönemde, kısa aralıklarla ve özbildirim araçlarıyla yapılacak seri ölçümler klinik seyri hızla ve elverişli biçimde kaydetme imkânı sağlar.

### *Derecelendirme Ölçekleri ve Tarama Listeleri*

Derecelendirme ölçeği danışanı yakından tanıyan herkes (belki eşi, öğretmeni, ebeveyni, iş arkadaşı, cemaatin din görevlisi, hatta şartlı tahliye memuru) tarafından doldurulabilir. Bu insanlar soruna, sorunun şiddetine ve sebeplerine dair özgün bir bakış açısı ortaya koyabilecek konumdadırlar. Derecelendirme ölçeklerini ve tarama listelerini, klinik görüşmeden elde ettikleri de dahil mevcut bilgileri çerçevesinde klinisyen de doldurabilir. Bu araçlar sıklıkla bir tür hatırlatıcı görevi görür; tedavi planı geliştirilirken rahatsızlıkla ilgili hiçbir unsurun dışarıda bırakılmamasını sağlar. Derecelendirme ölçeklerinde genellikle *DSM-IV*'te o rahatsızlığa özgü var olan tanı kriterlerinden daha fazla madde bulunur ve bilimsel kesinlik bakımından da standartları daha yüksektir. Madde sayıları daha fazla olduğu için daha incelikli ölçümler sağlar ama tamamlanmaları da daha uzun zaman alır. Örneğin gözden geçirilmiş Psychopathology Checklist [Psikopatoloji Tarama Listesi] (PCL-R; Hare, 1991) 20 maddeden oluşurken, *DSM-IV*'te antisosyal kişilik bozukluğu tanısına yönelik yalnızca yedi kriter vardır. PCL-R psikopatoloji çalışmalarında oldukça yaygın olarak kullanılsa da, diğer kişilik bozuklukları için çok az sayıda derecelendirme ölçeği vardır.

### *Klinik Görüşme*

Klinik görüşme genelde psikopatolojide standart kriter olarak görülür; diğer tüm ölçüm araçlarının geçerliği bu baz alınarak değerlendirilir. 1960'lardan başlayarak çeşitli yapılandırılmış, sistemli klinik görüşmelerin geliştirilmesi klinik değerlendirme tarihinin önemli basamaklarından biridir. Bu görüşmelerde hastalara sorulacak sorular standardize edildiğinden, tanı koyanlar arası güvenilirliği (yani farklı klinisyenlerin aynı kişiye aynı tanıyı koyma oranını) oldukça artırır. Bu özellikle de, geniş ve yer yer birbiriyle çakışan yapılar olan kişilik bozuklukları için geçerlidir.

Yapılandırılmış ve yarı yapılandırılmış olmak üzere iki tür klinik görüşme vardır. **Yapılandırılmış görüşmeler**, uzman olmamakla birlikte bu görüşmeyi yapmak üzere eğitilmiş kişiler için tasarlanmıştır ve genellikle normal klinik çalışmalarda değil büyük çaplı araştırma projelerinde kullanılır. Sabit bir dizi soru sorulur; görüşmecinin bu sorulardan herhangi bir şekilde sapmasına izin verilmez. Bu sayede, görüşmeyi yapan kişiler değişse de değerlendirme süreci belli bir standarda bağlanır, görüşmecilerin profesyonel deneyim eksikliği de bir nebze telafi edilmiş olur. Aksi takdirde görüşmeci alakasız bir yere takılıp kalabilir, zaman kaybedebilir, gereksiz bilgileri kayda geçirebilir. Yapılandırıl-

mış görüşmelerin çoğu, özel olarak devlet destekli araştırmalarda kullanılır. Katılımcılara görüşme karşılığı ödeme yapılır ve bazen soruların tamamlanması saatler sürebilir.

**Yarı yapılandırılmış görüşmeler** ise uzmanın deneyimine ve bilgisine dayalı olarak, yeri geldiğinde eklemeler yapılarak gerçekleştirilir. Dolayısıyla danışan değerlendirmenin herhangi bir boyutuyla ilgili olabilecek bir şey söylerse, klinisyen bu konuyu daha detaylı konuşmakta özgürdür. Bazı yarı yapılandırılmış görüşmeler II. Eksen kapsamında değerlendirilmeye uygundur. Bunları uygulayıp puanlamak, eğitimi alınmış olsa bile iki saat kadar sürebilir. Diğer yarı yapılandırılmış görüşmelerse tek bir kavrama odaklanır ve yaklaşık bir saat sürer. Bunca zaman gerektirmeleri sebebiyle klinik uygulamalarda yarı yapılandırılmış görüşmeler pek kullanılmaz. Yine de klinik eğitimde son derece faydalı olabilirler. İşe yaradığı kanıtlanmış görüşme sorularından oluştukları için, öğrencinin aşina olmadığı tanı alanına çabucak aşinalık kazanmasına yardım ederler.

### *Projektif Teknikler*

Bazı durumlar esnekliğe, yeniliğe, bireysel davranış farklarının ifadesine daha açıktır, bazılarıysa değildir. Yapılması gerekenler öncesinde ne kadar belliyse, çevresel kısıtlamalar o kadar baskındır ve kişilerin davranışları, kişilik özellikleri ne kadar farklı olursa olsun birbirine yaklaşır. Hemen herkes kırmızı ışıkta durur, hemen herkes cenazelerde ağlar veya en azından üzgün görünmeye çalışır. Öte yandan herhangi bir davranışın sosyal yanı zayıf olduğunda, belirleyici güç çevresel değil içseldir. Bu doğrultuda gözlemcinin şunu sormaya hakkı vardır: "Olası onca davranış varken, neden bu tepkiler de başkaları değil?"

Projektif teknikler, davranışın üzerindeki içsel ve genellikle de bilinçdışı etkenleri bulmayı amaçlar. Bunu da kişiyi yapılandırılmamış, muğlak, belirsiz durumlarla karşılaştırarak yapar. En klasik örnek Rorschach Mürekkep Lekeleri Testi'dir. Kişiye arka arkaya 10 mürekkep lekesi gösterilir ve ne gördüğü sorulur. Aslında lekeler özel bir şeye benzetilmeye çalışılmamıştır ama bakanlar her zaman bir şeyler görürler; bu gördükleri ufak tefek önemsiz şeyler olabileceği gibi psikotik nitelik de taşıyabilir. Cümle Tamamlama Testi'nde, örneğin "Annem ..." gibi bazı ifadelerin boş bırakılan kısımları doldurulur. Tematik Algı Testi, çeşitli kişilerarası ilişkileri gösteren resimlerden yararlanır. Resimde ne olup bittiğine, bu noktaya nasıl gelindiğine, işlerin nasıl sonlanacağına dair bir hikâye anlatılması istenir. Projektif araçlar çokça vakit aldığından ve özbildirim envanterleri veya görüşmeler gibi bilimsel addedilmediğinden, özellikle de sağlık harcamalarına yönelik hassasiyet sebebiyle kullanımları son yıllarda bir hayli azalmıştır.

## Yanıltıcı ve Çarpıtıcı Etkenler

Her bilimde ölçümü kısıtlayan yanıltıcı ve çarpıtıcı etkenler vardır. Doğa bilimlerinde bu etkenler genellikle ölçümdeki isabet yitimine göre nicel olarak ifade edilebilir. Yıldızlar ısıdan ve atmosferin saf olmamasından dolayı parıldar. Oysa dünyadaki büyük teleskoplarda kullanılan araçlar sayesinde artık atmosferin özellikleri tespit edilip ani parıldamalar matematiksel olarak elenerek daha net görüntüler elde edilebilmektedir. Ne var ki kişilikte ve psikopatolojide bu denli kesin belirlemeler çoğu zaman mümkün değildir. Bu alanlarda bilgi, gerek nicelik gerekse nitelik bakımından sınırlıdır. Çalışmalarda yer alan insanların bazıları kötü tarihçilerdir, pek içgörü ortaya koymazlar veya sözel becerileri kısıtlıdır. Entelektüel düzey ve bellek iyi olsa bile, insanlar kendileri hakkında yalnızca bildikleri veya bildiklerine inandıkları şeyleri beyan edebilirler. Hakikatin tekeli Tanrı'da olabilir ama insanlar da şaşmaya müsait göstergelerle iş görmek zorundadırlar. Hatta psikodinamik yönelimli eleştirmenler en önemli hakikatlerin aynı zamanda en tehditkâr olanlar olduğunu, haliyle de bilinçdışında, ne özbildirim araçlarının ne de klinik görüşmelerin erişebileceği bir yerde bastırılmış halde bulunma ihtimallerinin yüksek olduğunu öne sürebilirler.

### *Kişilik Tarzına Bağlı Etkenler*

Bazı çarpıtmalar, görüşmenin taraflarından birinin kişilik tarzına bağlı olarak ortaya çıkar. Farklı kişilikler dünyayı farklı şekillerde yorumlar. Çocuksu bağımlı kişiliğe sahip olanların da, hayata karşı olağanüstü pasif bir yaklaşımı olan kişilerin de kendilerine ve başkalarına dair incelikli temsiller geliştirmeleri beklenmez. Hayatın sorumluluğunu almak ve dünyayla yüzleşmek yerine kullandıkları ikame araçlar nedeniyle, çocuksu bağımlılar işlevsel beceriler geliştiremezler. Hal böyle olunca da çevreleriyle ilgili bilgileri ancak çok dar bir pencereden edinirler. Benzer şekilde şizoidler kendilerini sosyal yaşamdan geri çeker, kendi duygusal ilişkileri dahil hiçbir şeye doğru düzgün ilgi göstermezler. Histrioniklerin de dağınık ve izlenimci olmak gibi kötü bir şöhretleri vardır. Klinik görüşmedeki detaylı sorularla karşılaştıklarında bunların üçü de kaba bilişsel kategorilere dayalı yorumlar yapmaya meyillidir; gerçek ayrımların olduğu noktalarda ayrım yapmayı başaramazlar. Aslına bakarsanız test veya görüşme soruları çoğunlukla kişinin kendi kavrayışından daha incelikli, zımni veya karmaşıktır; bu da, geçerlik bakımından belirgin bir kısıtlılık doğurur.

Klinik bilginin diğer sınırlı yanlarıysa kişinin güdülerinden ve kişilik patolojisinin düzeyinden kaynaklanır. Mesela kompülsifler, otorite figürlerinin ve en yüksek standartların tutturulmasını talep eden cezalandırıcı sadist süperegonun

## *Odak Noktası: Somatik İşaretler*

### Başlıca Stres Kaynaklarına Bakmak

**Somatik semptom tablosu başka nasıl açıklanabilir?**

İlk staj döneminde Jenna'yı en çok zorlayan danışanlardan biri; baş ağrısı, kas ağrıları ve halsizlik gibi muğlak somatik şikâyetleri olan, birinci sınıf öğrencisi histrionik bir kadındı. Kampustaki sağlık merkezinde yapılan muayenede bu semptomlara fiziksel bir açıklama getirilememişti. Standart ilk görüşme sırasında, son dönemde öğrencide stres yaratan başlıca unsurların üniversiteye başladığı için evden ve memleketteki erkek arkadaşından ayrılması olduğu öğrenilmişti. Mevcut duyguları sorulduğunda, açıkça durumu abarttığını gösteren genel ifadelerle yanıt vermişti. "O kadar kötü hissediyorum ki, sanki üstüme milyonlarca ton ağırlığında tuğla düşmüş gibi. Çok depresifim, dayanamıyorum artık" diyor ve Jenna'dan kendisine bir çözüm sunmasını bekliyordu. Eski erkek arkadaşının kişiliğine dair en çok neyi çekici bulduğu sorulduğunda "Ah, bilmem ki... Şahaneydi işte..." diye yanıtlamıştı. Başkalarının iç dünyaları üzerine düşünmek, terapi boyunca sorun yaşadığı başlıklardan biri oldu. Birkaç sömestr boyunca süren görüşmelerin sonunda kendi kimliği ve duyguları hakkında derinlemesine düşünebilir hale gelince, somatik belirtileri de yavaş yavaş ortadan kayboldu.

hışmına uğramaktan korkarlar. Bu nedenle normal görünmeye son derece isteklidirler; öyle ki Leary (1957) kompülsiflerden "hipernormal kişilik" diye bahsetmiştir. Kendilerini sosyal açıdan kabul görecek biçimde yansıtırlar, sağlıklı olduklarına delalet eden her şeyi ön plana çıkarıp, bilinmesi halinde tedavide ele alınması muhtemel olumsuz özelliklerini, davranışlarını ve semptomlarını ise en alt düzeye çekerler. Kompülsif görüşmeciler bazen, histrionik ve narsisist kişiliklerde olduğu üzere aşırı uçarı ve büyüklenmeci görünen kişilerle karşılaştıklarında patolojiyi gözlerinde büyütebilirler. Kompülsifin aksine mazoşist kişilik kendisini sert biçimde cezalandırmaya meyillidir; bu doğrultuda sorunlu olduğunu kabul etmede aşırıya kaçabilir.

Bazen ilişkideki kişilik dinamikleri doğrultusunda iki taraf da gerçekliğin çarpıtılmasına katkıda bulunur. Narsisist kişi mazoşist partnerini başarısızlıkları nedeniyle yerden yere vurabilir, mazoşist de hiç sesini çıkarmadan bunları üstüne alabilir. Sadece sözlü bildirimlere odaklanan görüşmeci mazoşisti sorun olarak görecek, haliyle tedaviyi de ona göre şekillendirecektir. Oysa işlevsel açıdan bakıldığında, mazoşist kişi burada aile terapistlerinin "tanımlanmış hasta" dedikleri konumdadır; yani patolojik sistemi semptomlarıyla ağır aksak da olsa çalıştırmaya yardımcı olan günah keçisidir. İlişkinin iki tarafı da bilinçli farkındalık eşiğinin altında kalan bir düzeyde gerçekliği çarpıtmaktadır. Dolayısıyla

kişilik tarzıyla ilişkili etkenlerin bilginin geçerliğini kısıtlamadaki payı, hastanın ve diğer bilgi kaynaklarının sunabileceklerinin ötesine geçer.

### *Gerçeği Gizleme*

Bazı kişiler sistemden faydalanmak veya kendi davranışlarının olumsuz sonuçlarından kaçınmak için bilgileri bilinçli olarak çarpıtırlar. Örneğin antisosyaller ve histrionikler bazen, işlerine geldiği takdirde hasta numarası yapabilirler. Antisosyal kişi, diyelim ki hapishane yerine psikiyatri kliniğine gönderilmeyi tercih edebilir. Benzer şekilde kişinin bilgi alınan yakınlarının da, eşleri veya ailelerinden biri olsa bile kafasında başka planlar olabilir; bu da verilen bilgilerin çarpıtılmasıyla veya eksik aktarılmasıyla sonuçlanabilir. Mesela aileyi utandıracak bir durum yaratmak istemediklerinden hastanın durumunu olduğundan iyi göstermeye çalışabilirler veya işin ucunda sosyal yardım gibi çıkarlar varsa, sorunları abartarak anlatabilirler. Çoğu özbildirim aracında iyiymiş veya kötüymüş gibi yapma girişimlerini tespit etmeye yarayan endeksler vardır ama bunların başka test bilgileri bağlamında dikkatli değerlendirilmesi gerekir. Her halükârda klinisyenlere, ailevi çıkarlar meselesini her daim akıllarında tutmaları tembihlenir.

### *Duruma Karşı Süreklilik*

Psikolojik teste tabi tutulması gerekli görülen hastaların çoğunda en az bir I. Eksen bozukluğu vardır. **Süreklilik** arz eden unsurlar; zamandan ve durumdan bağımsız olarak varlığını sürdüren uzun vadeli kişilik özellikleridir. Oysa **durumlar** kısa ömürlü olması muhtemel, genellikle duygusal nitelikli koşullardır. Kaygı, depresyon, gerçeklikle bağın kesilmesi... Hepsi kişilik testlerinin sonuçlarını etkileyebilir. Örneğin J. Reich, Noyes, Coryell ve Gorman (1986) panik bozukluğu ve agorafobisi olan bir grup hastanın kişilik profillerini çıkarmışlardır. Bu kişiler altı hafta sonra değerlendirildiklerinde duygusal güç ve dışadönüklük açısından belirgin gelişmeler, kişilerarası bağımlılıktaysa yine ciddi düşüşler sergilemişlerdir. Bazı bozuklukların bilişsel ve motivasyona bağlı boyutları test sonuçlarının geçerliğini etkileyebilir. Depresif kişiler değersizlik ve utanç duygularının arttığını bildirirler; bu da mesela, bir kişilik özelliği olan düşük özgüveni değerlendirmeye yönelik sorulara abartılı cevap vermelerine neden olabilir. Duygudurumla uyumlu belleğe dair yapılan araştırmalar, farklı duygu kümelerinin farklı şemaları harekete geçirerek kişinin kendisine, dünyaya ve geleceğe dair görüşlerini olumsuz yönde çarpıttığını ortaya koymuştur (Beck ve diğ., 1990). Konsantrasyonla ve enerji düşüklüğüyle ilgili sorunlar depresif kişileri daha kararsız kılabilir ki bu da

görünürde, bir şeye karar verirken yardıma ihtiyaç duyan bağımlı kişiliğin özelliklerinden birine benzeyebilir. Bazı sorular, kullanılan kelimeler nedeniyle hem duruma bağlı hem de sürekli özelliklere temas eder. Sözgelimi "Oldukça bağımlı bir insanımdır" gibi bir maddeyi, hem bağımlı kişilikler hem de her ne kadar istemeseler de I. Eksen bozukluğu veya fiziksel rahatsızlığı nedeniyle başkalarından yardım almak zorunda kalanlar onaylayacaklardır. Yardıma muhtaç kişiler bazen bu ölçme değerlendirme araçlarını kendi çaresizliklerini ifade etmenin bir yolu olarak görürler. Sürekli niteliklerle durumsal olanlar arasında karşılıklı geçişler yaşanması değerlendirme sürecinin beklenen bir parçasıdır ve test sonuçlarını değerlendiren kişi bunları mutlaka dikkate almalıdır.

*Odak Noktası: Temaruz*

**Farklı Verileri Bir Araya Getirmenin Önemi**

**Danışanın rızası olmadan edinilen klinik veriler**

Jenna'nın ikinci danışanı, kimya laboratuvarında yaptığı deneylerden birinde yaşanan patlama sonucu büyük bir yangın çıkmasına sebep olmuş; "başkalarının refahını sorumsuzca tehlikeye atma" gerekçesiyle sevk edildiği disiplin komitesi de onu, psikolojik açıdan değerlendirilmesi talebiyle Jenna'ya yönlendirmişti. Gayet çekici ve canayakın görünen bu adam herhangi bir hatası olmadığını ve her türlü işbirliğine hazır olduğunu söylüyordu. Halbuki yapılan psikolojik testler, normalde herkesin kabul edeceği ufak tefek kusurları bile inkâr ettiğini gösterdi. Masum olduğunu savunsa da, adli sicilindeki suç kaydı ve aile üyeleriyle yapılan görüşme doğrultusunda kendisinde narsisist ve antisosyal özellikler bulunduğu anlaşıldı; en nihayetinde de üniversiteden atıldı.

## Psikolojik Testlerin Yorumlanma Düzeyleri

Maddeler, ölçekler ve profiller böylelikle psikolojik değerlendirmenin üç yorum düzeyini oluşturur. **Madde**, psikolojik değerlendirmenin standart uyaranıdır. Bir anketi dolduran herkes aynı maddeleri yanıtladığından, yanıtları birbiriyle doğrudan karşılaştırmak mümkündür. **Ölçek**, aynı psikolojik kavrama temas eden farklı maddelerin bileşiminden oluşur. Dolayısıyla ölçeklerden alınan sonuç, ilişkili maddelerde tarif edilen davranışların özetini yansıtır. Ortalama puanlar, gruptaki makul davranışı teşkil eder; ortalamadan belirgin sapmalarınsa yorumlanması gerektiği düşünülür. Sapma ne kadar fazlaysa sonuç o kadar belirgindir. Birkaç ölçek puanından oluşan kümeye **profil** veya **profil konfigürasyonu** adı verilir. Nasıl ki maddeler bir araya geldiğinde ölçtüğü kavramı temsil ediyorsa, profil de kişiyi çeşitli ölçeklerin toplamı olarak yansıtır. Bu doğrul-

tuda profilin geçerli olabilmesi için, profili oluşturan her ölçeğin geçerli olması gerekir. Maddeleri yazmak, ölçekleri yapılandırmak ve profilleri yorumlamak için kullanılan yöntemler, bu bölümde geniş yer ayrılan özbildirim formatında hayli gelişkindir.

### *Madde Düzeyi*

Çoğu test maddesi öyle spesifiktir ki genel değerlendirmeyle pek bağlantısı yoktur. Örneğin "Partilere gitmeyi severim" maddesi histrionik kişiliğe işaret edebilir de, etmeyebilir de; sonuçta partilere gitmeyi seven herkes histrionik değildir. Oysa bazı maddeler o kadar çarpıcıdır ki bunları kendi içlerinde değerlendirmek gerekir. Diyelim ki bir hasta "Bir süredir kendimi öldürmeye yönelik güçlü düşüncelerim var" maddesini "doğru" diye yanıtlamışsa, değerlendirmeyi yapan klinisyenin hastayla birebir görüşüp intihar riskini tespit etmesi gerekir. Bu tür kritik maddeler klinik durumlarda hayati önem taşır. Bunlar genellikle envanterlere bilerek dahil edilir ama test yapılandırıldıktan sonra yapılan araştırmalar sonucunda tespit edilenler de çıkabilir. Hasta envanteri tamamladıktan sonra, başta kritik maddeler olmak üzere her maddeye cevap vermişse, klinisyen sonuçlara hızlıca göz gezdirir ve klinik görüşmede bundan sonra ne gibi konuların ele alınacağına dair fikir edinir.

### *Ölçek Düzeyi*

Bireysel testler genellikle oldukça spesifik davranışlara yönelik olduğundan, davranışa dair geniş kapsamlı tahminlerde bulunmaz. Bu nedenle çoğu zaman maddeler gruplandırılarak ölçekler oluşturulur. "Partilere gitmeyi severim", "Heyecanlı ve duygusal biriyimdir", "Odak noktası olmayı severim" gibi maddeler bir araya geldiğinde histrionik örüntü belirginleşmeye başlar. Böylelikle ölçek, davranışa dair daha geniş çaplı bir tahminde bulunmuş olur ama bu uğurda daha spesifik ayrıntıları bir nebze yitirir. Her histrionik "Düşüncelerim dağınıktır ve odaklanmakta zorlanırım" maddesini onaylamayacaktır.

İdeal olan; her bir maddenin, ait olduğu ölçeğin değerlendirmeyi amaçladığı kavramın bazı yanlarına temas edebilmesidir. Bir kavramın önemli yanları farklı farklı maddelerce karşılanıyorsa, bu ölçeğin **içerik geçerliği** vardır. Örneğin narsisist kişiliğin büyük kısmını büyüklenmecilik, sömürücülük ve empati eksikliğinin oluşturduğu söylenebilir. Bu doğrultuda büyüklenmeciliğe dair maddeler barındırmayan bir ölçek narsisist yapıyı geçerli biçimde ölçemez zira bu kavramın başlıca bileşenlerinden biri eksik kalmış olur. Haliyle her kavramın farklı yüzlerini dikkatle incelemek, ölçek geliştirmenin olmazsa olmaz adımlarından

biridir. Psikolojik kuramın beklentileri doğrultusunda performans ortaya koyan ölçeklerin ayrıca **yapı geçerliği** (Cronbach ve Meehl, 1955) vardır. Eğer yeni bir antisosyal kişilik ölçeği, sözgelimi artık iyice yerleşmiş bir madde kötüye kullanım ölçümüyle yüksek korelasyon ortaya koyamazsa, antisosyal ölçeğin geçerliği sorgulanmalıdır.

### *Profiller ve Kod tipler*

Nelerin beklenen sınırlarda, nelerin istatistiksel açıdan sapma olduğunu belirlemek için, **normatif örneklem** diye anılan çok sayıda kişiye bazı testler uygulanır. Her ölçek kendi içinde yorumlanabileceği halde, bu örneklemi kullanarak çeşitli ölçeklerden oluşan envanterler eşzamanlı olarak geliştirilebilir. Biri envanteri tamamladığında, aldığı puanlar profil konfigürasyonu kapsamında grafiğe yansıtılır. Bu profildeki en yüksek puanlı iki veya üç ölçeğe genellikle **kod tip** adı verilir. Nasıl ki maddeler ait oldukları ölçeği temsil ediyorsa, profil de kişiyi temsil eder. Yorumlamayı kolaylaştırmak adına, profil doğrudan bu kişiymiş gibi düşünebiliriz. Dolayısıyla envanterin ölçekleri kişiliğin tamamına temas etmelidir; tıpkı bir kavramı ölçen maddelerin o kavramın her noktasında temas etmesi gibi. Ölçeklerin o kişi için içerik geçerliği olmalıdır. Belli bir kuramsal veya yöntemsel mantık doğrultusunda geliştirilmiş envanterler, kişiliğin başlıca boyutlarının değerlendirmeye alınacağını bir nebze olsun teminat altına alır ve böylelikle nihayetinde konuya dair yazılacak klinik raporun içerik geçerliğini de desteklemiş olur.

## Özbildirim Araçları

Kişilik bozukluklarının değerlendirilmesinde kullanılan çok çeşitli özbildirim araçları vardır.

### *Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri – 2. Sürüm (MMPI-II)*

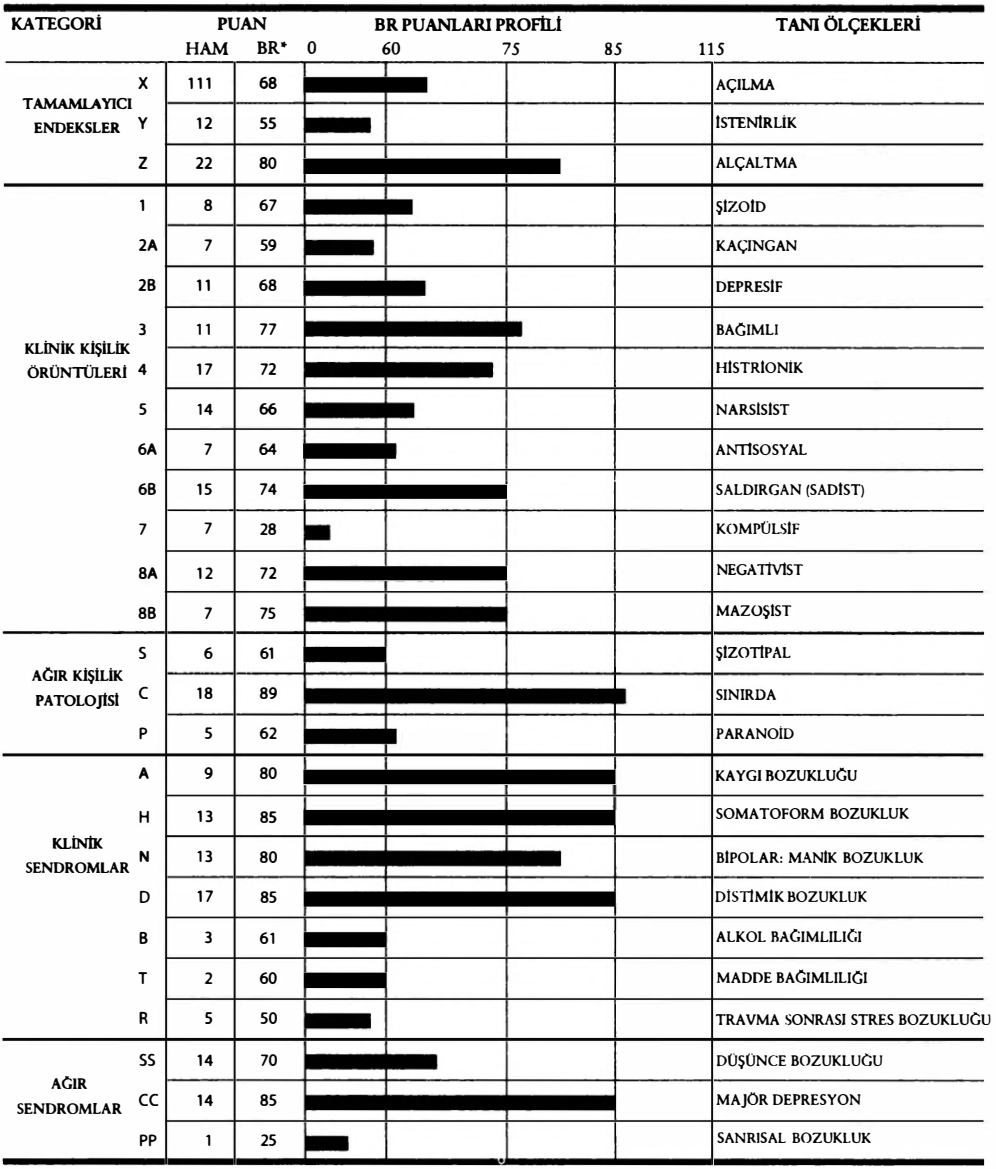
550'nin üstünde maddesi olan MMPI-2 (Butcher, Dahlstrom, Graham, Tellegen ve Kaemmer, 1989) standartlaştırılmış bir testten ziyade doğrudan psikolojiye ait standart bir madde havuzudur. MMPI'ın uzun soluklu kariyeri boyunca ondan nice kişilik ölçekleri türetilmiştir. Öyle ki MMPI'dan doğan ölçek sayısı artık onun maddelerinden bile fazladır (Graham, 1990). Morey, Waugh ve Blashfield (1985); Wiggins'in (1966) Wiggins İçerik Ölçekleri'ni tasarlarken kullandığı strateji doğrultusunda 11 *DSM-III* kişilik bozukluğuna karşılık gelecek bir dizi MMPI-I ölçeği geliştirdiler. Madde seçimi iki aşamalı olarak yapıldı. İlk aşamada dört deneyimli klinisyen, madde havuzunu tarayarak *DSM-III*

kişilik bozukluğu kriterlerini en iyi yansıtan maddeleri seçti; ölçekler bu seçilen maddelerle rasyonel biçimde yapılandırıldı. İki veya daha fazla klinisyenin seçtiği maddeler ön ölçekleri oluşturdu; aynı madde birden fazla ölçekte yer alabiliyordu, ki bu da *DSM-III*'teki tanıların yer yer birbiriyle ortak özellikler göstermesinin yansımasıydı. Ardından bunlar ampirik elekten geçirildi. Birden fazla ölçekte yer alan maddeler, en çok hangisiyle korelasyon taşıyorsa sadece onda bırakıldı, böylelikle birbiriyle çakışmayan ölçekler elde edildi. Sonunda ortaya çıkan ölçeklerden çakışanlarda 14 ila 38 madde, çakışmayanlardaysa 13 ila 20 madde yer alıyordu. Bekleneceği üzere, başka ölçeklerle kısmen çakışan daha uzun ölçeklerin iç tutarlılıkları daha yüksekti; 0.675 (kompülsiyon ölçeği) ile 0.859 (kaçınganlık ölçeği) arasında değişiyordu. Çakışmayan ölçeklerdeyse bu değerler 0.619 (histeri ölçeği) ile 0.791 (şizotipi ölçeği) arasındadır. Bu iç tutarlılık oranları klinik ölçeklerinkinden yüksektir ve Wiggins İçerik Ölçekleri'ninkine yakındır. Hangi maddelerin hangi ölçeklere dahil edildiğini Morey ve diğ. nde görebilirsiniz. Güncellenen MMPI-2'nin normları Colligan, Morey ve Offord'dan (1994) alınmıştır.

### *Millon Çok Eksenli Klinik Envanteri (MCMI)*

Şu an üçüncü versiyonu (MCMI-III; Millon, Davis ve Millon, 1996) kullanımda olan MCMI, açık arayla en yaygın kullanılan kişilik bozuklukları envanteridir. MCMI-III'ü yapılandırırken temel hedeflerden biri, bu aracı her tür tanı ve tedavi ortamında kullanılabilir hale getirecek şekilde madde sayısını azaltmaktı. 175 maddelik son hali benzerlerine göre hayli kısadır, kullanılan terminoloji de sekizinci sınıf okuma düzeyine çekilmiştir. Dolayısıyla çoğu insan MCMI-III'ü 20 30 dakikada tamamlamaktadır. Envanter, özellikle kişilik bozukluğu olduğu düşünülen kişilerde kullanılmak üzere geliştirilmiştir ve normal kişilerde kullanılmamalıdır. MCMI'dan araştırmalarda sıklıkla yararlanılır. Bugüne kadar MCMI'ya yer veren veya doğrudan ona odaklanan 650'nin üzerinde yayın yapılmıştır; her yıl bunlara yaklaşık 65 yeni atıf eklenmektedir.

Envanter, 24 klinik ölçeğin (Şekil 4. 1'de bunları profil halinde görebilirsiniz.) yanı sıra patolojisini aşırı veya yetersiz açma, yalnızca sosyal açıdan cazip cevaplar verme veya patolojiyi fazlaca ön plana çıkarma gibi eğilimleri ölçen üç tamamlayıcı ölçekten (sırasıyla: Açılma, İstenirlik, Alçaltma) oluşur. Klinik ölçeklerin ilk kısmında, şizoidden mazoşiste orta şiddetli kişilik patolojileri yer alır. İkinci kısımdaysa ağır kişilik patolojileri ele alınır: şizotipal, sınırda ve paranoid. *DSM*'nin gözden geçirilmiş basımında bulunmasına rağmen dördüncü basıma alınmamış mazoşist ve sadist kişilikler MCMI-III'te korunmuştur. Ardından gelen iki kısımda anksiyete, distimi gibi orta şiddetli klinik sendromlar-




**ŞEKİL 4.** 1 Millon Çok Eksenli Klinik Envanteri - III

Ks. Base rate (Baz oran).

dan tutun da düşünce bozukluklarına ve sanrısal bozukluğa varıncaya dek I. Eksen'e ait pek çok bozukluk taranır (Millon, 1997).

MCMI polikliniklerde, sivil toplum çalışmalarında, ruh sağlığı merkezlerinde, üniversitelerdeki danışmanlık hizmetlerinde, devlet hastanelerinde, ruh ve sinir hastalıkları hastanelerinde, mahkemelerde, özel muayenehanelerde kullanılabilir. Kişilik bozuklukları ile klinik bozukluklar arasındaki ayrım, çok eksenli modelle paralellik gösterir ve sonuçların yorumlanmasında önem teşkil eder. Ortaya çıkan profil, uzun süredir mevcut olan karakter örüntüleri ile güncel klinik semptomlar arasındaki etkileşimi aydınlatmaya yardımcı olur. Kişilik sendromu ve klinik sendrom ölçeklerinden alınan puanlar 0 ile 115 arasında değişir; 85'in üstü bozukluk düzeyinde patoloji anlamı taşır. Klinik ölçeklerin dağılımına bakarak semptom tablosu, baş etme davranışı, kişilerarası ilişkilerdeki tarzla kişilik yapısı arasındaki ilişkilere dair daha kapsamlı ve dinamik yorumlar getirilebilir. *DSM* ile koordinasyonunu daha da güçlendirmek amacıyla kişilik bozukluğunu ölçen maddeler, muhatabı olan yapıların tanı kriterlerini yansıtacak şekilde yazılmıştır. Örneğin *DSM-IV*'te bağımlı kişilik bozukluğunun ilk kriteri olan "Başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almazlarsa gündelik kararlarını vermekte güçlük çekerler" MCMI-III'te şöyle karşılanmıştır: "Kararımdan emin olduğumu sandığımda bile insanlar fikrimi kolayca değiştirebilir."

Bilgisayarın çıkardığı klinik raporlarda iki ayrıntı düzeyi vardır. Ölçek puanlarından oluşan Profil Raporu, daha derinlemesine veya profesyonel değerlendirmeye ihtiyaç duyan hastaların tespit edilmesi için bir tarama aracı olarak kullanılabilir. MCMI-III'teki tekil ölçeklerin sınır çizgileri başlıca davranış bozukluklarıyla veya sendrom tanılarıyla ilgili kararlar verirken kullanılabilir. Benzer şekilde farklı ölçeklerden oluşan altkümelerdeki yükselmeler patolojinin kronikliği, şiddeti ve ne denli işlev kaybına yol açtığı gibi alanlarda yapılacak değerlendirmelere zemin teşkil edebilir. Bu 24 klinik ölçeğin dağılımı incelendiğinde; semptom tablosu, baş etme davranışı, ilişkilerdeki tarz ve kişilik yapısı arasındaki ilişkilere daha kapsamlı ve dinamik yorumlar getirilebilir. Diğer seçenek olan Yorumlayıcı Rapor'daysa hem ölçek puanlarının profili hem de detaylı bir kişilik ve semptom dinamiği analizinin yanı sıra tedavi sürecine yönelik öneriler yer alır.

### *Diğer Özbildirim Envanterleri*

Çok sayıda başka özbildirim aracı mevcuttur. Bunlardan önemli ikisi, MMPI ve MCMI'nın ergenlere yönelik versiyonlarıdır. İlki, MMPI-A (Butcher vd., 1992) MMPI'dan biraz daha kısadır, aynı durum Millon Adolescent Clinical Inventory [Millon Ergen Klinik Envanteri] (MACI) (Millon, 1993) için de geçerlidir. MCMI'nın son dönemde çıkan türevi M-PACI, Millon Preadolescent

Inventory [Millon Ergenlik Öncesi Envanteri] (Millon, Tringone, Millon ve Grossman, hazırlanıyor) 9-12 yaş grubundaki gençlerle kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Personality Diagnostic Questionnaire [Kişilik Tanısı Anketi] (Hyler ve Rieder, 1987) dördüncü defa gözden geçirilmiştir. F. L. Coolidge ve Merwin (1992) Coolidge II. Eksen Envanteri'nin geçerlik ve güvenilirliğini bildirmişlerdir. Personality Assessment Inventory [Kişilik Değerlendirme Envanteri] (Morey, 1992) 4 geçerlik ölçeği, 11 klinik ölçek, 5 tedavi ölçeği ve 2 kişilerarası ilişki ölçeğindeki toplam 344 maddeden oluşur. Ne var ki yalnızca üç ölçek (Paranoya, Borderline Özellikler ve Antisosyal Özellikler) doğrudan kişilik patolojisini ölçer. Livesley (1987) ve arkadaşları (Livesley ve Schroeder, 1990; Livesley ve diğ., 1992) kapsamlı literatür taraması ve geniş yelpazeli bir ölçek geliştirme çabası ortaya koyarak Dimensional Assessment of Personality Pathology - Basic Questionnaire'i [Kişilik Bozukluğunun Boyutsal Ölçümü - Temel Anket] yapılandırmışlardır. Doğru-yanlış olarak değerlendirilen 375 maddeden oluşan The Schedule of Nonadaptive and Adaptive Personality [Uyumlu ve Uyumsuz Kişilik Çizelgesi] (Clark, McEwen, Collard ve Hickok, 1993) faktör analizi çalışmalarından elde edilen kişilik özelliği boyutlarını temel alan bir ölçüm aracıdır. Gel gelelim içinde *DSM*'deki kişilik bozukluklarına yönelik tanı ölçekleri de mevcuttur. Tridimensional Personality Questionnaire [Üç Boyutlu Kişilik Anketi] (Cloninger, Przybeck ve Svrakic, 1991) Cloninger'in (1987b) önerdiği mizaç boyutları olan *yenilik arayışı*, *zarardan kaçınma* ve *ödül bağımlılığı*nı temel alır. Son olarak, Wisconsin Personality Disorders Inventory [Wisconsin Kişilik Bozuklukları Envanteri] (Klein ve diğ., 1993) Benjamin'in (1996) kişilerarası kuramını araştırılabilir hale getirmek amacıyla tasarlanmış 360 maddelik bir envanterdir. Maddeler, her bir kişilik bozukluğunun YSDA açısından içsel deneyimini yansıtacak şekilde seçilmiştir. Aslen normal kişilik özelliklerini ölçmek için geliştirilmiş olan NEO-PI-R de (Costa ve McCrae, 1992) yakın zamanda klinik kişilik özelliklerinin değerlendirilmesinde kullanılmaya başlanmıştır.

## Klinik Görüşmeler

Kişilik bozukluklarında kullanılabilecek çok sayıda klinik görüşme vardır. Bunlardan görece daha yaygın olanlardan ikisine bakalım.

### *DSM-IV Eksen II Bozuklukları İçin Yapılandırılmış Klinik Görüşme (SCID-II)*

SCID-II (First, Gibbon, Spitzer, Williams ve Benjamin, 1997) *DSM-IV*'te yer alan 12 kişilik bozukluğunu ölçen yarı yapılandırılmış bir tanı görüşmesidir, *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü basımındaki sadist ve mazoşist kişilik yapı-

ları bu görüşme kapsamında yer almaz. First ve arkadaşlarına göre bu görüşme araştırmalarda, daha ziyade bazı örneklemlerdeki kişilik profillerini tarif etmek veya ileriki çalışmalara uygun hastaları seçmek amacıyla kullanılır. Klinik ortamdaysa SCID-II standart ilk görüşmenin rutin bir parçası olabilir. Bir diğer seçenek de şüphelenilen kişilik bozukluğunun varlığını doğrulamak için görüşmenin bir bölümünün kullanılmasıdır. *DSM* tanı kriterlerinin diliyle uyumlu olacak şekilde yazılmış görüşme soruları, kişilik bozukluklarına göre sınıflandırılır -yani mesela kaçıngan kişiliğe dair sorular bir arada bulunur- ve namevcut, eşiğin altında, doğru veya yetersiz bilgi olarak kodlanır. Puanlamada sadece hastanın kendi bildirimiyle sınırlı kalınmayıp mevcut bilgi kaynaklarının tamamı kullanılabilir. Hatta SCID- II doğrudan, hasta hakkında bilgi verebilecek bir kişiyle de gerçekleştirilebilir. Her görüşme maddesinin varlığının araştırılmasına yardımcı olmak amacıyla bazı özel eklentiler yapılır. SCID-II'de ayrıca 119 maddelik bir özbildirim tarama anketi vardır, ki bu anket uygulama süresini epeyce düşürebilmektedir. Her bir özbildirim sorusu görüşmedeki maddelerden birine karşılık gelir ama insanların görüşmelere kıyasla daha fazla gerçekçi yanıt vermelerini sağlayacak şekilde sorulmuştur. Dolayısıyla anket burada tarama envanteri görevi görür; görüşmecinin yapması gereken tek şey doldurulan forma şöyle bir göz atıp hangi maddelerin onaylandığına bakmaktır.

### *DSM-IV'teki Kişilik Bozuklukları için Yapılandırılmış Görüşme [Structured Interview for DSM-IV Personality Disorders- SIDP-IV]*

SIDP-IV (Pfohl, Blum ve Zimmerman, 1997) *DSM-IV*'teki tüm kişilik bozukluklarının yanı sıra *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü baskısında yer alan, kendine zulmeden kişiliğin de değerlendirildiği (fakat sadist kişiliği kapsamayan) yarı yapılandırılmış bir klinik görüşmedir. SCID-II'nin soruları bozukluğa göre gruplandırılmış ve tanı kriterlerine yakın ifadelerle sorulmuşken, SIDP-IV'tekiler konuşma diliyle yazılarak (ilgi alanları, faaliyetler ve duygular gibi) 10 konu başlığı altında toplanmıştır. Bu daha doğal format sayesinde, önceki sorulardan gelen bilgiler aynı konu başlığındaki diğer sorularda daha rahat kullanılabilmektedir. Görüşme ve puanlama genellikle 80-120 dakika arası sürer. Kişinin yakınlarından biriyle görüşülecekse bu süre 20 30 dakika uzayabilir. Yazarlara göre, seçime bağlı olan (kendine zulmeden, depresif ve negativist) kişilik bozukluklarının soruları çıkarılarak bu süreyi kısaltmak mümkündür. Soruların bozukluğa göre gruplandırıldığı alternatif bir SIDP-IV formu da mevcuttur. Hastalardan "normal hallerinde nasıl olduklarını düşünerek" yanıt vermeleri istenir. Kişilik zamana dayanıklı olduğundan, görüşmecilerin beş sene kuralına riayet etmeleri gerekir; yani "son beş yılın büyük kısmında egemen olan davranış, biliş

ve duyguların kişinin uzun vadeli kişilik işleyişini yansıttığı düşünülür". Maddeler *namevcut, eşiğin altında, mevcut ve bariz mevcut* olarak puanlanır. Görüşme sırasında daha tereddütlü işaretlemeler yapılıp nihai puan, eldeki veriler doğrultusunda sona bırakılabilir. Uygulayıcı rehberine göre bu görüşme 60'ın üstünde çalışmada kullanılmış ve pek çok dile çevrilmiştir.

### *Diğer Görüşmeler*

Depresif (Gunderson, Phillips, Triebwasser ve Hirschfeld, 1994), narsisist (Gunderson, Ronningstam ve Bodkin, 1990) ve sınırda (Zanarini, Gunderson, Frankenburg ve Chauncey, 1989) gibi belli kişilik bozukluklarını araştırmak için özel olarak geliştirilmiş başka görüşmeler de vardır. Bunların her biri, değerlendirmeyi amaçladığı yapıyla ilişkili olan ve işlevselliğin çeşitli alanlarında dışa vurulan özelliklere yönelik sorular içerir. Örneğin The Diagnostic Interview for Narcissism [Narsisizm için Tanı Görüşmesi] narsisizmi büyüklenmecilik, kişilerarası ilişkiler, tepkisellik, duygulanım ve duygudurumlar, sosyal ve ahlaki uyum bağlamında değerlendirir. Bu görüşmeler tek bir kişiliğe odaklandığından, tamamlanmaları sadece bir saat kadar alır.

## Kişilik Bozukluklarının Psikoterapisi

Psikoterapi tarihi dogmatizmle doludur. Popüler terapi biçimleri çeşitli popüler ekollerin yansımasıdır, alandaki rakiplerini de onlardan miras almıştır. Farklı kuramsal varsayımlar tartışmaların hararetini artırmıştır. Mesela davranışçı ekol zihnin varlığını reddetmiş ve terapinin klasik ve edimsel koşullanma ilkeleri doğrultusunda yapılması gerektiğini savunmuştu. Diğer yandaysa psikodinamik ekol davranışın yalnızca derinlerde yatan bastırılmış veya dönüştürülmüş motivasyonların yüzeydeki ifadesi olduğunu; daha derin, biyolojik açıdan içgüdüsel bir doğası olan kökenlerinden filtrelenerek yukarı çıktığını öne sürmüştü. Psikodinamik yönelimli eğitim almış bir terapist psikodinamik terapi yapar. Davranışçı eğitim almış terapist ise davranışçı terapi yapar. Terapiyi hastaya uydurmaktansa, klinisyenler hastayı kendi peşin hükümlü dogmalarına uydururlar. Bu tür sadakatlerin egemen olduğu dönemde psikoterapistler insanın bütününün yalnızca bir parçasını tedavi etmeye mahkûmlardı.

Oysa son birkaç onyılda ekol yönelimli terapiden duyulan memnuniyetsizlik, sağlık hizmetleri üzerindeki denetimin uzantısı olan etkinlik vurgusuyla birleşince uzlaşmacı yöntemler geliştirilmeye başlandı. Eskiden olduğu gibi bugün de toplam terapi sayısı hızla artmaya devam etmekte. Buna rağmen şu an baskın olan üç akım var: İlki, kısa süreli terapi; hastaları dikkatli seçerek ve şikâyete

## *Odak Noktası: Tarih*

### Albert Ellis ve Carl Rogers

**Kendi Terapi Tarzınızı Bulmak**

Her ne kadar aslen psikanalist olsa da, Albert Ellis bilişsel terapi hareketinde önemli bir isimdir. İnsan doğasına dair derin ve gizemli bir şeyden, yani bilinçdışından uzaklaşarak nispeten daha bariz bir şeye, akıl yürütmedeki rasyonel süreçlere ve hatalara yönelmesi açısından yaşadığı değişim ibret vericidir.

Ellis'in kurucusu olduğu hareketin adı **rasyonel duygucu terapi**dir. Ellis'e göre ruh sağlığının temelini mantıklı akıl yürütme oluşturur. Psikopatoloji ise mantıksız çıkarımların ve diğer akıldışı inançların ürünüdür. Bu doğrultuda insanlar rasyonel düşünceyi en üst seviyeye çıkarmayı başarabilirlerse zihinsel mutsuzluk, güçsüzlük ve diğer rahatsızlıklar ortadan kalkabilir. Akıl yürütme biçiminizi düzeltirseniz duygular da ardından gelecektir. O halde terapistin görevi, akıl yürütme sürecindeki hataları tespit ederek hastalara yaşadıkları zorlukların büyük oranda çarpık algılardan ve yanlış inançlardan kaynaklandığını göstermektir. Buradan da anlaşılacağı üzere rasyonel duygucu terapi genelde destekleyici olmaktan çok yüzleştiricidir: Hasta bir şeyi yanlış yapıyordur, bunu bulmak ve kökünü kazımak gerekir. Hastaların hastalığı, onların hatalarıdır. Tıpkı diğer bilişsel kuramcılar gibi Ellis'in düşünceleri de bir dizi kişilik yapısı ortaya çıkarmaz ama bunun yerine, bilişsel süreçleri çoğu ruhsal bozukluğa temas ettiği noktalardan ele alır.

1960'lardan 1970'lere en etkili terapi kuramcısı olduğu söylenebilecek Carl Rogers, gerek felsefi bakımdan gerekse hastaya karşı tutumu bakımından Ellis'in tam tersiydi. Ellis yüzleştirici ve epeyce yönlendiriciyken ("Hastalara hatalarını göstermelisiniz."), hastaların hatalarını fark etmelerini sağlamaktansa onlara anlaşıldıklarını hissettirmek amacıyla sürekli dinleyen ve kendi duygularını da yumuşak yorumlar halinde veren Rogers, hastalarda bir tür dede izlenimi bırakıyordu. Rogers'a göre herkes doğuştan doğrudur; yani biricik bir insan olarak gelişmek için neye ihtiyaç duyduğunu herkes içten içe sezer. İyileşme, terapi ilişkisinin niteliğine ve karakterine bağlı olarak ortaya çıkar. Dolayısıyla da Rogers'ın hareketi **danışan merkezli terapi** olarak bilinir. Terapistin bazı tutumları, özellikle de içtenliği ve otantikliği büyümeye yardımcı olabilir.

Terapistler soyut kuramsal bir modele dayanan karmaşık teknikleri öğrenmek yerine "kendileri gibi" olmalı, kendi duygu ve düşüncelerini karşı tarafla saygılı biçimde paylaşmalı ama bunu yaparken gösterişe kaçmaktan veya profesyonel otorite kisvesine bürünmekten kaçınmalıdır. Rogers'a göre işin anahtarı "koşulsuz olumlu kabuldür". Danışanlar varoluşları itibariyle değerli ve saygın kabul edilmelidir, davranışları ne kadar nahoş veya yıkıcı olursa olsun. Gel gelelim Rogers ayrıca danışanların kendi gelişimlerinin sorumluluğunu tamamen üstlenmeleri gerektiğini vurgulamıştır. İsabetli empati ve olumlu kabulle terapist bunun zeminini hazırlar. Arkasını ise ancak danışan getirebilir.

uygun, epeyce yapılandırılmış müdahalelerden yararlanarak daha kısa sürede, normalde olduğu kadar hatta daha büyük bir gelişme kaydettiğini savunur. İkincisi, ortak etkenler yaklaşımı; etkili terapilerin tamamında ortak olan etkenleri tespit edip psikoterapileri büyük oranda birleştirmeyi amaçlar.

Buradaki iddia, tüm terapilerin farklı olmaktan çok benzer olduğu ve bazı kuramların çeşitlendirdiği temel ilke ve tekniklere dönülmesi halinde daha iyi bir psikoterapinin yaratılabileceğidir. Üçüncüsü, terapötik eklektizm; tekniğin ilk olarak hangi kuramsal model çerçevesinde geliştiğine bakılmaksızın tedavide farklı ekollerin tekniklerinden yararlanılması gerektiği kanaatindedir. Teknikleri kuramı ayırınca, terapistler istedikleri tekniği kullanma ve terapiyi her vakaya uygun hale getirme serbestliğine kavuşurlar.

Ne var ki bu hareketler, uzun bir adaptasyon zincirine eklenen son halkalardan ibarettir; nihai varış noktası değildir. I. Eksen'deki semptom bozukluklarına daha uygun olmakla beraber, kişilik bozukluklarına da mantıklı şekilde uyarlanmış bir psikoterapiye doğru yalnızca ara bir adım sayılabilir. Kişilik patolojilerinin tedaviye dirençli olmak gibi kötü bir şöhreti vardır. Bu tür patolojiler sık sık aniden ve dramatik biçimde tersine dönen kırılgan kazanımlar elde etmekle kalmaz, ayrıca beklenmedik meselelerle aktarım ve karşıaktarım tepkilerini karmaşıklaştırarak I. Eksen semptomları göstermeye başlar. Terapistler arasında nam salmış olan sınırda kişilik bunun en güzel örneğidir. Sınırda kişilerde çoğu zaman iyileşme görülür ama terapinin sonlanmasına yakın bu kişiler birden tekrar depresifleşir, intihara meyilli hale gelirler. Ayrıca çağdaş terapiler, terapinin halihazırda uygulanan halinin resmi özellikleri ile mantıken kişilik bozukluklarına uygun terapinin biçimsel özellikleri arasındaki doğal çelişkiyi genelde gözden kaçırırlar. Varsayım basittir: Kişilik, parçaların toplamından fazlası olduğuna göre terapi de öyle olmalıdır (Millon, 1999).

**Sinerjik psikoterapi**nin anlaşılması için gereken arka planı oluşturmak amacıyla, öncelikle daha önce tespit edilen çağdaş akımları gözden geçirip eleştireceğiz. Ardından sinerjik psikoterapiyi, kişilik yapısının mantıklı bir uzantısı olarak tartışacağız. Son olarak sinerjik psikoterapinin önündeki engelleri, yani *DSM*'nin içeriğindeki eksiklikler ve kişilik kuramıyla arasındaki koordinasyon eksiliğini ortaya koyacağız.

## Çağdaş Akımlar

Kısa süreli terapi, ortak etkenler yaklaşımı ve terapötik eklektizm dogmatik geçmiş karşısında ortaya çıkan baskın tepkilerdir. Bunların en büyük meziyetleri bireyi tedavi etmenin önemine, tedavinin etkinliğine dikkat çekmeleridir.

### *Kısa süreli terapi*

Modern çağda **kısa süreli terapiler** diye apayrı bir türün ortaya çıkışına şahit olduk. Odaklanmış Yaklaşım (Malan, 1976), Kaygıyı Tetikleyen Yaklaşım (Sifneous, 1972), Yüzleştirici Yaklaşım (Davanloo, 1980), Deneyimsel Grup Terapisi (Budman, 1981; Budman ve Gurman, 1988), Planlı Tek Seanslık Terapi (Bloom, 1992) ve Kısa Süreli Kişilik Yaklaşımı (Horowitz ve diğ., 1984) gibi isimleri olan bu terapiler, geçmişteki yaklaşımlar kadar ve hatta onlardan daha fazla başarı elde etmeyi amaçlamaktadır. Hepsinin bazı ortak yönleri vardır: Belli bir terapi ekolünden ziyade, terapinin ne kadar süreyle yapıldığına göre tanımlanırlar. Terapi yapılandırılmış olmalıdır ki bir şeyler başarılabilsin. Terapist yönlendirici bir tutum benimser, hastanın da tedavide aktif rol oynaması beklenir. Ele alınacak konular genellikle önceden kararlaştırılır ve terapi kontratıyla resmileştirilir. Eğer terapi tıkanırsa, kaygıyı tetikleyen yöntemler kullanılarak süreç tekrar akıcı hale getirilebilir. Kısa süreli terapiler güçlü rehber kuramlardan yararlansa da asıl amaçları, belli bir yaklaşımın tekniklerini çağdaş ekonomik kısıtlamaların arzu ettiği zaman dilimi içinde kullanılabilir hale getirmektir.

### *Ortak Etkenler Yaklaşımı*

**Ortak etkenler** yaklaşımının amacı, her terapide ortak olan etkenleri tespit edip bunları olumlu sonuçlarla bağdaştırmaktır. Bu yaklaşımın taraftarları, çoğu psikoterapinin aşağı yukarı aynı etkiye sahip olduğunu belirtmeyi pek severler. Örneğin ortak etkenlerin ilk savunucularından biri olan Garfield (1957), artık rahatsızlığı belli bir dereceye ulaşmış kişinin, sosyal açıdan kabul gören bir şifacı olan terapiste başvurmasıyla tedavinin başladığını söyler. Her terapide hastalara yaşadıkları zorluğu dile getirme, kişisel sırlarını açma, kendilerini rahatsız eden duygu ve düşünceleri döküp rahatlama fırsatı tanınır. Terapist ise hastayı aktif bir ilgiyle dinler, anlatılanları detaylandırmak için sorular sorar. Ayrıca her hasta terapistle ilişki kurar. Bu ilişkilerin çoğu, makul düzeyde karşılıklı saygı ve güven barındıran iyi işbirlikleridir. Hasta hem kendisini ve durumu gözden geçirme imkânı bulur, gerçeği belli bir çerçeveden görmeye başlar hem de artık daha yetkin olduğunu ve talihinin döndüğünü hisseder. Son olarak, hangi ekolden olursa olsun çoğu terapist yaptığı terapinin etkili olduğuna inanır. Bu olumlu bakış açısını hastaya da geçirdiğinde, kendi yaklaşımının başarılı olacağına dair inancını da güçlendirmiş olur. J.D. Frank (1961) terapistin güvenilirliği, yetkinliği ve önemseme düzeyinin, psikoterapinin etkili olmasında asli önem teşkil ettiğini öne sürmüştür. Umut aşılamak, davranış değişimini teşvik etmek ve kişinin kendisini anlamak için yeni yöntemler geliştirmesini sağlamak

da önemli unsurlardır. Bunlara ek olarak, Frank'e göre tüm terapiler moral bozukluğuna, özellikle de özgüven yitimine, yetersizlik duygularına, soyutlanmışlığa ve umutsuzluğa göğüs germek zorunda kalır. Çağımızda bu ortak etkenlerin sayısı bir hayli katlanmıştır.

### *Terapötik Eklektizm*

Kendisini **eklektik** olarak tanımlayan, tedaviyi olabildiğince etkili hale getirmek için gereken araç ve teknikleri nereye ait olduğuna bakmaksızın alıp kullanan klinisyenlerin sayısı giderek artmaktadır. Bu doğrultuda eklektizm de açık fikirli olmakla ve insanlara neyin yardımcı olacağına odaklanmakla, yani eleştirmesi güç insani değerlerle özdeşleştirilmektedir. Öte yandan ekol yönelimli psikoterapi türleri vakaların hangi açıdan kavramsallaştırılacağını ve çoğu zaman da terapide hangi yöntemlerin kullanılacağını dikte eder. Oysa terapinin hastaya göre özel olarak şekillendirilmesi gerektiğine hemen herkes katılacaktır. Dolayısıyla eklektizm aslında ileriye doğru atılan büyük bir adımdır. Örneğin Lazarus (1973, 1976, 1981) farklı ekollerden alınan terapi tekniklerinin, illa o ekollerin kuramsal yönelimini benimsemek zorunda kalmadan, mevcut sorunlarla eşleştirilebileceğini savunmuştur. Lazarus'a göre değerlendirme; BASIC IB* olarak kısalttığı davranış, duygulanım, imgelem, biliş, ilişkiler ve biyoloji doğrultusunda yapılmalıdır ama bu yöntemler gerçekten ne kadar etkili olduklarını gösteren ampirik kanıtlara dayanarak seçilmelidir. Kendilerine özgü bir teknik eklektizm geliştiren Beutler ve Clarkin (1990) ortaya çıkan sonucun şu veya bu tedavi tekniğinden çok, muhtelif etkenlere bağlı olduğunu; bunlar arasında terapistin bakış açısı, hastanın kişiliği ve öyküsü başta olmak üzere daha nice spesifik ve interaktif unsurun yer aldığını belirtirler. Diğer eklektiklerin aksine Beutler (1986) hasta, terapist, durum, öykü ve mevcut sorunlar arasındaki etkileşimin çok geniş bir yelpazeye yayılma potansiyeli taşıdığını kabul ederek kuramın terapötik seçiciliğe rehberlik etmesi gerektiğini savunur.

## Çağdaş Akımların Değerlendirilmesi

Buraya kadarki kısımda bahsi geçen çağdaş akımlar geçmişe yeni bir soluk getiren gelişmeler olsa da önemli bir kusurları vardır: II. Eksen'e özgü psikoterapi biçimleri oluşturamaz ve haliyle, kişilik bozukluklarını zımnen sanki I. Eksen'deki semptomatik bozukluklarla aynı şeymiş gibi tedavi eder.

---

Ks. behavior [davranış], affect [duygulanım], sensation [duyum], imagery [imgelem], cognition [biliş], interpersonal relationships [kişilerarası ilişkiler], biology [biyoloji] - ç. n.

### *Kısa Süreli Terapi*

"Ters gitme olasılığı taşıyan her şey ters gidecektir" şeklindeki Murphy Yasası'nın bir açılımı da şudur: "İş, kendisine ayrılan zamanı doldurmak için uzar." Ancak sağlık sistemindeki yeni düzen nedeniyle psikoterapistlerin artık daha kısa sürede daha fazlasını başarmaları gerekmektedir. Etkinliğe yapılan vurgu, daha önce sıraladığımız çok sayıda kısa süreli terapiyi doğurmuştur. Ne yazık ki bu tür terapileri birleştiren şey malzemeleri değil terapi süresine verdikleri önemdir. Oysa terapinin süresini ekonomik sebepler değil sorunun doğası belirlemelidir. Belli bir zaman çerçevesine sığacak şekilde geliştirilmiş terapi biçimleri doğrudan başvuru şikâyetlerini hedef alır. Hedef, mevcut zorlukları çözüme kavuşturup terapiyi sonlandırmaktır.

Kişilikse zamanın ve durumların ötesinde bir kalıcılığa sahiptir. Dahası kişilik bozuklukları, yine zamanın ve durumların ötesinde kalıcılığı olan diğer psikopatolojilerin ortaya çıkmasına da zemin hazırlar. II. Eksen'deki ilave bozuklukların ortaya çıkmasıyla, kişilik sorunlarının mevcudiyeti bunların seyrini ve tedavisini iyice karmaşıklaştırır. Klinisyenler kişilik bozukluğu sahibi depresif bir hastayı tedavi etmenin, herhangi bir kişilik bozukluğu taşımayan hastaya göre çok daha zor olduğunu bilirler. Kısa süreli terapilerin özellikle en ağır ve en acil soruna odaklanması; çalışılabilir hale getirilmesi en kolay, en açıktaki soruna meyledildiğini gösterir. En iyi sonuca ulaşabilmek için terapi çeşitli müdahaleleri öyle birleştirmelidir ki bu müdahaleler tıpkı kişilik gibi, parçaların toplamından fazlası haline gelsin.

### *Ortak Etkenler*

Bu yaklaşımın taraftarları, her başarılı psikoterapide görülen unsurları ararlar. Aslında bu kendi içinde takdire şayan bir başlangıçtır. Ne var ki tüm ruhsal bozukluklar için tek bir gerekli ve yeterli özellik kümesi bulunabileceği şüphelidir. Bu özellikler etkili terapiye zemin hazırlar; belli başlı tedavilerin etkinliği bunlar üzerinden değerlendirilir. Örneğin canayakın bir terapistin sergileyeceği sıcak ve empatik tutumun, depresyona yönelik bilişsel terapiyi daha etkili kılmasını kesinlikle bekleriz. Aynı şekilde hangi kişilik bozukluğuna sahip olduklarına bakılmaksızın her hastanın, sadece bilişsel terapiye giderek belirgin oranda tedavi olduğunu görsek epey hayrete düşerdik. Ekol yönelimli terapilerin hepsinin aşağı yukarı aynı derecede etkili olduğu bulgusu, bunların hepsinde ortak olan etkenler olmasından ziyade kişiliğe dair kısmi hiçbir görüşün diğerinden daha sık başarılı olmasının beklenemeyeceğini ortaya koymaktadır. Kişilik dediğimiz şey kişinin ana yapısının tamamında gözlemlenen özellikler örüntüsü olduğuna

göre, fenomenin tamamını tek bir açıdan tedavi etme çabaları daha başlangıçtan beyhudedir. Aslında kişilik bozuklukları söz konusu olduğunda psikoterapi türlerinin hemen hepsi aynı düzeyde iyi değil, aynı düzeyde kötüdür.

### *Teknik Eklektizm*

Eskinin ekol yönelimli psikoterapileriyle kıyaslayınca, eklektizmin bunlardan daha iyi olduğuna şüphe yoktur. Ne yazık ki terapistler hep "Kendimi eklektik olarak görüyorum" derler, sanki eklektizm terapinin nasıl yapılacağına dair bir tutum değil de siyasi partiymiş gibi. Teknik eklektizm, dirençli zorlukların karşısında ileri adım atmak için gösterilen takdire şayan bir çabadır. Bu dirençlerden hiç de azımsanmayacak biri de, yüzlerce psikoterapinin ve belki onlarla eşit sayıdaki psikopatoloji ve kişilik kuramının yarattığı çekişmeli atmosferdir. İşe yarayan her neyse ona yönelmek, terapinin nihai hedefinin değişim olduğunu belirginleştirir. Psikolojik kuramların, sahiplendiği bazı bozukluklarda diğer tedavi biçimlerine yer bırakmamasının önüne geçilir.

Oysa eklektizm psikoterapinin gelişiminde yalnızca ara bir evredir. İnsan doğasına dair eksiksiz, kişinin doğasını psikolojik yasalardan oluşan bir ana yapı içinde ele alan bir kuram olmadığı sürece hepimiz eklektik kalmak zorundayız. Bu doğrultuda eklektizm aslında, çözülmesi gereken sorunların yapısı her ne ise onlarda en çok yol alabileceği teknikleri alıp kullanır; yani özünde, daha iyi bir kuram veya yöntem ortaya çıkana dek insanların karmaşıklığı ve patolojileriyle baş etmek için bir araç görevi görür. Bu haliyle eklektizm alanın asli doğasını değil, henüz görece olgunlaşmamış olmasını yansıtır.

Eklektizm hemen her vakada başarıya ulaşsaydı bile, neden etkili olduğu belirlenene dek bilimsel addedilemezdi. İşe yaradığını bilmek yetmez. Bir teknik veya alet tıkır tıkır çalışabilir, hatta topluma çok faydası da dokunabilir ama içindeki mekanizmalar bilinmiyorsa araştırılması şarttır. O halde bir uygulamalı bilim olarak psikoterapinin, sadece belli bir tekniğin belli bir bozukluk üzerindeki etkisini belgeleyerek ilerleme kat etmesi mümkün değildir. Etki düzeyi yüksek bir terapi keşfetmek sizi meşhur edebilir, sigorta şirketleriyle muhabbetinizi artırabilir ama biliminsanı yapmaz.

## Sinerjik Psikoterapi

Terapi süreci, tedavi edilenin malzemesiyle uyumlu hale getirilmelidir. Hem başarılı hem de bilimsel olması için terapinin mantık ve tekniğini, başlıca kişilik patolojisi çeşitlerini tutarlı çerçevede ayrıştıran bir sınıflandırma sistemine dayanması gerekir. Doğa bilimleri açısından bakıldığında bu söz gayet açıktır.

Fizikte Standart Model, kimyada da Periyodik Tablo vardır. İlki, çeşitli atomaltı parçacıkları bir araya getirir; ikincisiyse çeşitli elementleri sınıflandırır. Örneğin belli bir kimyasal bileşimin yapım sürecini kusursuz hale getirmek isteyen bir kimya mühendisi, aklına yatacak daha iyi bir çözüm bulmak amacıyla diğer yaklaşımların ortak yanlarını da inceleyebilir elbette ama bunu yalnızca kimyanın kendi içindeki mantığı doğrultusunda değerlendirecektir. Diğer yaklaşımların özellikleri sırf sık kullanıldıkları gerekçesiyle benimsenemez. Kullanılan maddenin kendine özgü nitelikleriyle bağlantılı olarak neyin işe yarayacağını belirleyen kimya kanunlarıdır.

Benzer şekilde terapistler de tedavi ettikleri hastaların özelliklerini ve dinamiklerini anlamaya mecburdur çünkü terapinin sonucunu belirleyecek olan bunlardır. O halde daha önce bahsi geçen çağdaş yaklaşımlar bırakın psikoterapinin gelişmiş olduğunu göstermeyi, aksine kırık ve kopuk bir psikopatolojiyi yansıtır; bilimin saf ve uygulamalı dalları bu psikopatolojinin içinde bağımsız olarak gelişmiştir. Son tahlilde yeni psikoterapi biçimlerinde belirleyici olanın, tarihi dogmatik ekollerin bütünleşmesinin yolunu açanın ve çoğu psikoterapinin aşağı yukarı aynı derecede etkin olması gibi şaşırtıcı bir bulguyu açıklayanın; kişiliğin bu yapısal sentetik özellikleri olduğu söylenebilir.

Geriye dönüp baktığımızda tarihi ekollerin dogmacılığına karşı bir devrimin patlak vermesi kaçınılmazdı. İster psikanalitik olsun isterse bilişsel, davranışçı veya biyolojik, hepsi insan doğasına dair yalnızca kısmi bir görüş ortaya koyar. Doğa bilimlerinde, yerleşik modelleri yanlışlamaya yönelik girişimler sayesinde ilerleme sağlanır. Sosyal bilimlerin yapısı ise bu kadar sınırlı değildir; ilerleme daha ziyade bilimsel farkındalığın merkezine yeni bir içeriğin dahil olmasıyla, bunun da alana yeni bir bakış açısı, yeni bir paradigma getirmesiyle sağlanır. Dolayısıyla psikodinamik ekol bilinçdışının, savunma mekanizmalarının, erken nesne ilişkilerinin önemini vurgular; terapi bilinçdışını bilince taşımalı veya hayatın ilk yıllarında bakım verenlerle kurulan ilişkilerin zararlı kalıntılarını açığa çıkarmalıdır. Kişilerarası ekolse karşılıklılık ve tamamlayıcılık ilkelerini ön plana çıkarır; terapi, aynı kısırdöngülerin içine girmeden, birbirini tamamlamayan tepkiler aracılığıyla yeni davranış kalıpları geliştirmeye yardımcı olmalıdır. Bilişsel ekol otomatik düşünceleri, bilişsel çarpıtmaları ve inançları ön plana çıkarır; terapide danışanlar, bu tür düşünceleri fark edecek ve onların yerine işlevsel alternatifler koyacak şekilde eğitilirler. Her bakış açısı kişiliğin önemli alanlarını aydınlatır ama bütünleştirici ilkeler ortaya koymaz. Bunun yerine psikoterapinin mevcut normu, benzer danışanlarla önceki deneyimlere dayanan bir seçicilik, yani akıllıca bir eklektizmdir.

Ne var ki kişinin ana yapısının tamamı boyunca uzanan nitelikler olarak tanımladığımız kişilik, bu normu desteklemez. Kişilik; davranışların, bilişlerin

ve psişe dahili süreçlerin ayrılmaz halde iç içe geçerek oluşturduğu bir yapıdır. Kişilik bozukluklarını diğer klinik sendromlardan ayıran da, ruhsal yapı ve işlevlerin bu şekilde iç içe geçmiş olmasıdır. Ortaya çıkan sinerji kişiliğin tamamına dayanıklılık kazandırarak kişilik bozukluklarının (en azından klasik terapi biçimleriyle) çözülmesini zorlaştırır. Bu doğrultuda kişiliğe yönelik bir terapinin kişiliğin kendisiyle aşağı yukarı aynı yapıda olması gerekir. Nasıl ki kişilik, parçalarının toplamından fazlasıysa, terapinin de parçalarının toplamından fazlası olması gerekir. Tıpkı kişiliğin bütünleşik ve haliyle dayanıklı olması gibi, terapi de aynı şekilde bütünleşik olmalı ve dolayısıyla etki potansiyeli taşımalıdır. Bu kitabın kıdemli yazarının **sinerjik psikoterapi** dediği terapi tarzında her müdahale tekniği yalnızca belli bir patolojik unsuru çözmede ne kadar etkili olduğuna göre değil, aynı zamanda (çok sayıdaki) tedavi prosedürünün geneline yaptığı katkıya göre de seçilir. Kişilik patolojileri böylelikle özel olarak bütünleştirici bir bakış açısı gerektiren bir bozukluk sınıfı oluştur. Diğer her seçenek optimal olmaktan uzaktır. Aksi takdirde kişilik bozuklukları aslında "bilişsel bozukluklar", "kişilerarası bozukluklar" veya "psikodinamik bozukluklar" olarak anılması gerekirken yanlış adlandırılmış demektir (Millon, 1999).

Kişiliğin işlevsel-yapısal bir sistem olduğu fikri, kişiliğe ve ona en uygun terapi modellerine dair kimi varsayımlar barındırır. İlk olarak kişilik bozukluklarının klinik açıdan neden bu kadar zor göründüğünü açıklar. Her sistem, doğal olarak kendi içsel dengesini korumaya çalışır. Örneğin günlük yaşamın stresi, tıpkı normal insanlarda olduğu gibi kişilik bozukluğu olanların da üzerinde baskı oluşturur. Bu, sabah kalkmak gibi alelade veya ebeveynin ölümü, hayatının amacında başarısız olma gibi daha derin bir baskı olabilir. Öznel açıdan bu tür stres kaynakları kişiyi kaygılandırır. Bu kaygıyla çeşitli yollardan baş edilebilir. Gerçekçi sonuçlar elde etmek için rasyonel baş etme mekanizmalarından yararlanılabilir; bir diğer seçenek de kaygıyı bastırmak, farklı bir kanala yönlendirmek veya dönüştürmek için savunma mekanizmalarını devreye sokmaktır. Kişilikte, her alan dengesini korumak için diğerlerinden destek aldığından tüm yapı güçlenir. Düşünmenin, hissetmenin ve algılamanın kalıcı ve yaygın biçimleri olan kişilik bozukluklarının amacı, özü itibariyle psikososyal dünyaya karşıt bir denge noktasına erişmektir; bu da aynı ikilemleri defalarca pekiştiren kısırdöngülere sebep olur. Tanımı itibariyle, onlarınki kişinin ana yapısının tamamına yaslanan kalıcı, yaygın bir patolojidir. Bu doğrultuda kişiliğin doğası itibariyle; ekol ağırlıklı, tek bir bakış açısını temel alan müdahalelerin kişilik bozukluklarında geçici olmak gibi kötü bir şöhrete sahip olması beklenir. Keza dünyanın dört bir yanındaki klinisyenlerin deneyimleri de bunu doğrular niteliktedir.

Bu bölümün başında sunulan temaya dönecek olursak, katı bir tek boyutluluk taşıyan müdahaleler, karşılıklı nedensellikle süregelen bozukluklarda başarıya

ulaşamaz. Ateşe ateşle karşılık vererek, her vakanın değerlendirmede tespit edilen belirgin özellikleriyle uyumlu çeşitli teknikler kullanarak, kişiliğin dengesinin "sarsılmasını" sağlayacak bir terapi uygulanabilir; böylelikle birbiri üstüne binerek birbirini pekiştiren süreçlerde bir değişim başlayabilir ve bu değişim tüm sisteme yayılır. Dolayısıyla sinerjik psikoterapide kişiliğin her alanından seçilebilecek çeşitli teknikler kullanılır ama bu seçim, bir tekniğin tek başına kullanılmasına kıyasla çok daha etkili olması beklentisiyle özel olarak yapılır. Ekol yönelimli terapinin doğrusal ve Newtoncı olduğu söylenebilir; kuramsal temelli taksonomiden ve bunun kişilik alanlarıyla uyumundan azade olan terapötik eklektizmin ise rastlantısal bir etkinliğe sahip olduğunu öne sürmek mümkündür. Sinerjik psikoterapi, ekol yönelimli psikoterapi ve eklektik terapi Şekil 4. 2'de karşılaştırılmaktadır.

### *Güçlendirilmiş Eşleşmeler*

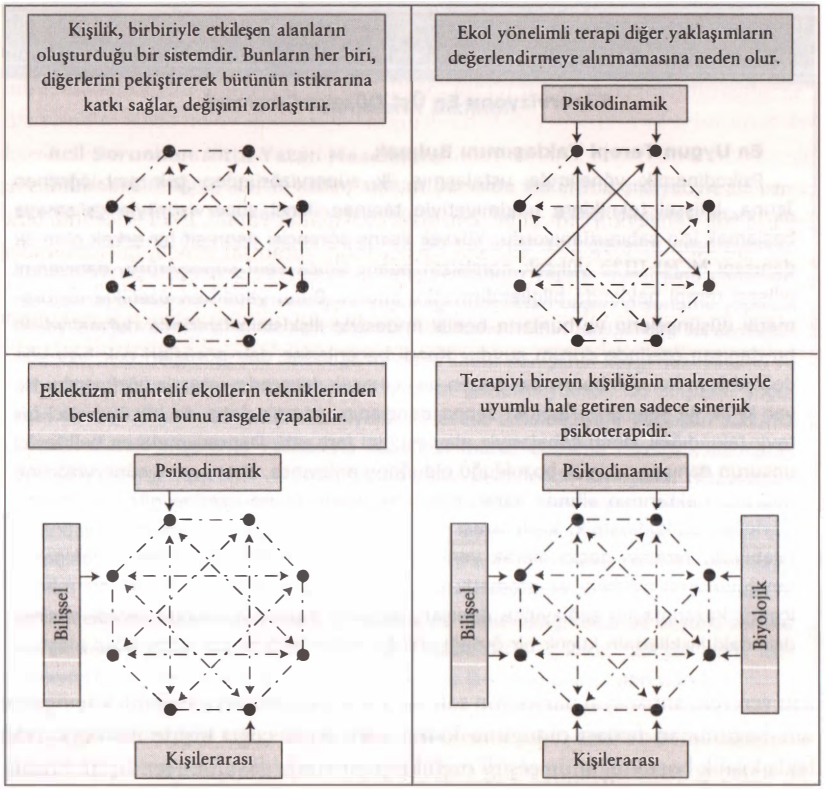
**Güçlendirilmiş eşleşmeler** (Millon, 1990, 1999) her bir tekniğin ayrı ayrı uygulandığı durumlarda direnç gösterebilecek problemli kişilik özelliklerini aşmak için iki veya daha fazla tekniği aynı anda kullanır. Bu tür terapötik bileşenler birden fazla cephede değişim için savaşır, böylelikle kişilik patolojisinin direncine karşılık verebilecek bütünleşik teknikler kullanan bir terapi ortaya çıkar.

### *Katalizör Dizilimler*

Güçlendirilmiş eşleşmeler aynı anda kullanılacak şekilde tasarlanmıştır. Öte yandan **katalizör dizilimler** bunların etkilerini en iyi düzeye çıkarmak amacıyla müdahalelerin sırasını planlar. Katalizör dizilim, boksta arka arkaya atılan iki seri yumruk gibidir. Aslında bu, psikolojik sağlığa doğru tersine bir döngü başlatmayı amaçlayan tekniklerin yapıcı biçimde düzenlenmesi dolayısıyla kısır-döngünün tam tersidir.

### *Sinerjik Düzenlemeleri Tasarlamak*

Çeşitli yaklaşımların tekniklerini ödünç alıp bir araya getirme becerisi, sinerjik psikoterapiye hayli geniş bir yelpaze kazandırır: Kişilik hem bilişsel hem de kişilerarası, psikodinamik ve biyolojik olduğundan, kişilik yapısının doğası da tüm bu yaklaşımlardan gerekli teknikleri almayı mecbur kılar. Eklektizm, teknikler bakımından oportünist bir yaklaşımdır; ama bir yapı olması dolayısıyla kişiliğin doğası, tek bir yaklaşımla yürütülen terapilerin fayda sağlamayacağının haberini verir. Bu bakımdan sinerjik psikoterapi mutlaka çeşitli yaklaşımlardan, patolojinin malzemesiyle uyumlu teknikler kullanmayı gerektirir. Haliyle siner-




**ŞEKİL 4. 1** Ekol Yönelimli, Eklektik ve Sinerjik Psikoterapilerin Karşılaştırılması.

jik düzenlemeleri tasarlarken vakaya dair kapsamlı bilgi sahibi olmak şarttır. Basit tanı düzeyinin ötesinde bir değerlendirme yapılmalıdır. Önemli sorular her değerlendirmede ortaktır: Bu kişi genelde hangi savunma mekanizmalarını kullanıyor? Bu mekanizmaları tetikleyen hassas meseleler neler? Bunlar, diğer insanlarla ilişkileri nasıl etkiliyor? Uzun soluklu sorunların devam etmesinde ne gibi bir rol oynuyorlar? Bu vakanın dokusunu en iyi yansıtan bilişsel tarzlar ve kişilerarası davranışlar neler? Kişinin ilişkilerdeki tutumuna diğer insanlar nasıl tepki veriyorlar? Bu tutum ilişkilerdeki sorunların çözümünü nasıl engelliyor veya kolaylaştırıyor? Kişisel ve sosyal gerçeklere ilişkin uyumsuz değerlendirmeleri idame ettiren bilişsel çarpıtmalar nelerdir? Vesaire.

Tanı etiketleri bu soruların yanıtlanmasına bir nebze yardımcı olsa da genelde birebir karşılıktan uzaktır. *DSM-IV* bile birden fazla tanı koyulmasına

## *Odak Noktası: Tedavi Planı*

### Süpervizyonu En Üst Düzeye Çıkarmak

**En Uygun Terapi Yaklaşımını Bulmak**

Psikodinamik yönelimde ustalaşmış ilk süpervizöründen çok şey öğrenen Jenna, bilişsel tekniklere hâkimiyetiyle tanınan ikinci süpervizörüyle çalışmaya başlamak için sabırsızlanıyordu. Yüksek lisans öğrencisi depresif bir erkek olan ilk danışanı MCMI-III'te yüksek narsisizm puanı alınca yeni süpervizörü, danışanını bilişsel terapi hakkında bilgilendirmesini önerdi. Bunu yaparken özellikle de otomatik düşüncelerin ve bunların benlik imgesiyle ilişkisinin üzerinde durmalıydı ki bu danışan özelinde durum şuydu: Kendi becerilerine dair görüşleri çok hızlı yön değiştiriyor, kendini bazen ilah bazen de acınacak derecede yetersiz görüyordu. Ne var ki ilk iki seansın ardından Jenna danışanın giderek daha da küçümseyici bir tavır takındığını, onun çabalarıyla alay ettiğini fark etti. Depresyonda en belirleyici unsurun danışanın kişilik bozukluğu olduğunu anlayınca, Jenna yeni süpervizörüne doğrudan aktarımın altında yatan otomatik düşüncelerin üzerine gitmeyi önerdi; böylelikle psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar sinerjik biçimde kullanılabilirdi. Terapiyi geçici olarak yeniden narsisist benliğe odaklayınca, danışanın duygudurumu hafifledi ve otomatik düşüncelerin keşfi hızlandı. Bu da bir miktar içgörü kazanmasını sağlayınca danışan, aktarım ilişkisinin aslında terapi ofisinin dışındaki ilişkilerinin küçük bir örneği olduğu farkındalığına çok geçmeden ulaştı.

izin vererek, antisosyal narsisistin salt bir antisosyalden veya bağımlı kaçınganın salt bağımlıdan fazlası olduğunu kabul eder. Keza çoğu kişide iki veya daha fazla kişilik bozukluğunun çeşitli özellikleri bir arada görülür. Her kişilik bozukluğu belli başlı savunma mekanizmalarıyla, bilişsel tarzla, ilişki tutumlarıyla vs. yakından ilişkili olduğundan, bu prototip özellikler o vakaya özgü hipotezlere dönüşür; bu hipotezler de değerlendirmede elde edilen asıl verilerle karşılaştırılır. Örneğin narsisistler rasyonelleştirme eğilimindedirler; davranışlarını geriye dönük olarak değerlendirip bunlara kılıf uydurmaya çalışırlar. Dolayısıyla narsisist hastanız da muhtemelen aynen böyle yapıyordur; bu hipotezi elinizdeki diğer bilgilerle karşılaştırabilir veya doğrudan terapide ele alabilirsiniz. Gel gelelim kişi narsisist bağımlı tanısı almışsa, birincil tanıya bağımlı özellikler de dahil olmuş demektir. Bağımlılar, rasyonelleştirmektense içe atma eğilimindedirler; gerçek dünyadaki işlevselliklerini sürdürebilmek için kendilerine bakım verenlerle bağlarını güçlendirirler. Aslına bakarsanız çoğu insanda iki veya daha farklı kişiliğin çeşitli özellikleri bir arada bulunduğundan, terapi ve değerlendirme de doğal olarak karmaşık bir yapı taşır. Narsisist bağımlı kişi, rasyonelleştirmeden mi yoksa içe atmadan mı daha çok yararlanıyor? İkisinden de yararlanıyorsa, hangi durumda hangisini tercih ediyor? Bu tür soruları göz önünde bulundur-

## *Odak Noktası: Terapi Süreci*

### Tekniklerin Dizilimi

**Acil Sorundan Altta Yatan Meselelere**

İkincisi sınıf öğrencisi bir kadın, sunum dersinde kekeleme şikâyetiyle üniversitenin danışmanlık merkezine başvurmuştu. Üç hafta sonra bugüne kadarki en uzun sunumunu yapması gerekiyordu ve bu düşünce onu dehşete düşürüyordu. Yönlendirilmiş imgeleme yöntemini kullanarak sunum yapma durumunu canlandıran Jenna, sunumdan bir önceki gece yapacağı hazırlıktan başlayıp sunumu yapmak üzere ayağa kalktığı ana, ilk sözcüklerine, kekelememenin başlayışına ve ardından sözlerini tamamlayıp yerine oturduğu noktaya kadar danışanın kaygı düzeyindeki ve otomatik düşüncelerindeki değişimleri anbean gözlemleyebildi. Bu bilişlerin çoğu, rezil olacağı düşüncesini merkez alıyordu. Mevcut tehdide, yani yaklaşan sunuma yönelik olarak imgeleme vasıtasıyla kademeli maruz bırakma tekniği kullanılarak danışanın kaygı tepkisinin ortadan kaldırılması hedeflendi. Danışanın nihayetinde yaptığı sunum sınıfın en iyisi değildi belki ama korktuğu gibi felaket de geçmemişti. Ardından, terapide daha geniş çaplı özgüven sorunları ele alınmaya başlandı. Bu sorunlar, danışanın çok küçük yaşlarından bu yana kendini ortaya koymaya çalıştığı hemen her durumda ketleyici bir rol oynamıştı. Danışanın aciliyet taşıyan mevcut sorunu ele alındıktan sonra odağı genişletip, bu yapılmadığı takdirde baştaki sorunu tekrar ortaya çıkarması muhtemel kişilik meselelerine eğilince, danışan daha ileri düzeyde bir sunum kursu aldı ve bu çabası ona B+ notu olarak geri döndü.

mak, değerlendirmeyi tanı etiketlerinin çok ötesine taşır; sınıflandırma sistemini yanlışlarken bireysel farklılıkların geçerliliğini güçlendirir. Olması gereken de budur zaten. Klinisyenler prototipleri değil, insanları tedavi ederler.

## Sinerjik Psikoterapinin Önündeki Engeller

Sinerjik psikoterapi kişilik patolojisini tedavi etmek için güçlü bir araç olmakla beraber, önünde pek çok engel de vardır.

### *Kişilik Tarzlarıyla Kişilik Özelliklerinin Karıştırılması*

Evrimsel modelden elde edilen kavramları kişilik tarzları veya kişilik bozuklukları olarak ifade edebiliriz. Tarzlar ve bozukluklar, göreli patoloji düzeyleri bakımından birbirinden ayrılır: Kişilik tarzlarından kişilik bozukluklarına belli belirsiz bir geçiş vardır, tarzlar normal yelpazede yer alırken bozukluklar patoloji yelpazesine dahildir. İkisi de kişilik özelliklerinden oluşan daha üst düzey yapılardır. Daha da önemlisi tarzlar ve bozukluklar kişiliğin kısmi işlevlerini bir araya

getirir; kişilik özellikleriyse çeşitli kişilik alanları veya yaklaşımları içindeki basit davranış tutarlılıklarıdır. Bu iki düzey arasındaki ayrım hayli önemlidir. Klinisyenler kişilik özelliklerini bir bütün olarak görürlerse, kişiliğin kişilerarası davranışlar veya bilişsel tarz gibi tamamlayıcı diğer alanlarını değerlendirmek için gerekçeleri kalmaz. Değerlendirme süreci, kişinin bağımlılık özelliğinin yüksek olduğu gibi yetersiz bir çıkarımla sonlandırılabilir. Bu da güçlendirilmiş eşleşmeler veya katalizör dizilimler gibi daha sofistike terapi biçimlerinin kullanılmasını imkânsız hale getirir. Kişilik tarzları ve bozuklukları, kişilik alanındaki farklı yaklaşımlar doğrultusunda tanımlanır; kişilik özellikleri içinse bu geçerli değildir.

### *Mevcut Tanı Standartları*

Terapistler açısından kullanışlı olabilmesi için tanı kriterlerinin kişiliğe her bakımdan karşılık gelmesi gerekir; yani *DSM-IV*'ün tanı kriterleri çeşitli kişi-

## *Odak Noktası: Tanıda İsabet*

**Açıkça ortada olandan fazlasını görebilmek**

**Tanıyla İlgili Varsayımlar Klinik Süreci Baltalar**

Matematik bölümü üçüncü sınıfta okuyan zeki görünümlü bir öğrenci, notlarının düşmekte olduğu ve kendisini "inanılmaz kaygılı" hissettiği gerekçesiyle üniversitenin danışmanlık merkezine başvurdu. Klinik görüşme sırasında diğer öğrencilerden çok daha zeki olduğunu, matematik ve fizik derslerinde hep en yüksek notları aldığını söyledi; ama son zamanlarda bu durum değişmişti. Durum daha etraflıca konuşulunca, öğrencinin babasının da kısa bir süre öncesine kadar aynı üniversitede matematiksel fizik hocası olduğu, ancak şimdi ülkenin diğer yakasındaki bir kurumda kürsü başkanı olarak çalışmaya başladığı öğrenildi. Öğrenciye uygulanan zekâ testi sahiden de üstün entelektüel becerisi olduğunu ortaya koymuştu, ancak babasıyla güçlü bir özdeşim kurduğu ve zorlandığı sorularda ona yardımcı olan babasıyla vakit geçirmekten büyük keyif aldığı da ortadaydı. Birkaç haftalık danışmanlık görüşmelerinin ardından, babası olmadan o kadar yüksek notlar alamamaktan, bunun da zekâsıyla ilgili imajını zedelemesinden korktuğunu itiraf edebildi. Muhtemel ön tanı olarak koyulan narsisist bağımlı kişilik bozukluğu, daha sonra narsisist bağımlı tarza çevrildi. Benlik imgesi bir miktar şişkin olsa da bu büyüklenmecilik düzeyinde değildi; başkaları üzerinde tahakküm kurmuyor, onları arsızca sömürmüyordu, ayrıca empati eksikliği de göstermiyordu (Tüm bunlar katıksız narsisist kişilik bozukluğunun tipik özellikleridir.). Düşük not almakla bağlantılı felaket senaryolarını ("Babam artık beni sevmeyecek.") tespit edip çürütmeye yönelik bilişsel teknikler kullanıldı. Bir yandan da konuya hâkimiyetine hayranlık duyan diğer öğrencilere matematik ve fizik dersleri vermesi önerilerek hem narsisist ihtiyaçları hem de özgüveninin babasına bağımlı olması üzerinde çalışıldı.

lik yaklaşımlarıyla uyumlu olmalıdır. Ne yazık ki mevcut durum böyle değildir. Çoğu durumda tanı kriterleri laf kalabalığından ibarettir, bir yaklaşıma fazla ağırlık verip diğer bir yaklaşımı tamamen dışlar. Kişilik kriterleri insanları kategorilere ayırmak gibi minimalist bir işlevden fazlasını yerine getirmek zorundadır. Tanı kriterleri, kişiliğin dışa vurulduğu her alanda hastaya dair bütüncül ve sağlam bir anlayış geliştirmeye yardımcı olmalıdır. Geleceğin *DSM*'leri de muhtemelen bu doğrultuda geliştirilecektir ama *DSM-IV* henüz bu noktaya ulaşamamıştır. Hal böyle olunca sırtını tamamen *DSM-IV*'e dayayan bir terapist, hastanın yaşadığı zorlukları pekiştirip sürdüren önemli işlev alanlarının farkına varamaz, bu da terapinin sonucunu sabote eder. Terapötik değişimi kısıtlayan unsurların kişiliğin başka yanlarıyla ilişkili olduğu durumlarda terapist asıl sorunun köküne inemeden, yalnızca çevresel anormallikleri tedavi etmiş olur.

### *Etkinlik Çalışmalarında Kriter Standartlarının Bulunmaması*

Ne yazık ki *DSM* tanıda altın standart olarak görülür ve altın standart bir standarda tabi değildir. Her ölçüm sisteminin hedefi, ölçülen şeyin konuyla ilişkili her özelliğini değerlendirmektir. *DSM-IV*'te kişiliğin bazı alanlarına fazla ağırlık verilip bazıları tamamen dışarıda bırakıldığından, sonuç değerlendirme çalışmaları için belirlenen kriter grupları da hatalı biçimde yanlı olacaktır. Ayrıca *DSM*'de farklı bozuklukların tanı eşiklerini, denk düştükleri patoloji şiddet düzeyleriyle eşleştirmeye yönelik bir çalışma da yapılmamıştır. II. Eksen'deki bir kişilik bozukluğundaki minimum eşiği karşılayan kişilerin V. Eksen'deki patoloji şiddeti de aşağı yukarı aynı düzeyde olmalıdır. Oysa buna ilişkin bir araştırma bulunmamaktadır. Bu doğrultuda, yürütülen bir çalışmada belli bir tekniğin bağımlılarda sınırda kişiliklere kıyasla daha etkili olup olmadığı sorusunun

## *Odak Noktası: Diğer Süpervizyonlar*

**Akranlara Danışmak**

**Diğer bir Süpervizyon Seçeneği Olarak Meslektaşlar**

Jenna'nın danışmanlık merkezindeki ikinci döneminde, henüz yolun başında bir terapist olan Mark ona bağımlılık puanı yüksek gelen bir danışanla ne gibi teknikler kullanabileceğini danıştı. Kişilik tarzları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi yanlış anladığından, Mark tek bir ideal yaklaşım arayışındaydı. Gel gelelim bu yeni vakanın bağımlı kişilik bozukluğundan ziyade bağımlı kişilik tarzına daha çok benzediğini anladığında, danışanın kişiliğini daha derinden ele alma ve gerek ilişkisel alanda gerekse savunma mekanizmaları ve bilişsel çarpıtmaları bakımından ona uygun farklı müdahaleler geliştirme imkânı buldu.

yanıtlanması imkânsızdır çünkü sınırda kişilikler örneklem seçiminin yapıldığı andan itibaren muhtemelen daha patolojik bir tabloya sahip olacaklardır. Kişiliğin, kişinin ana yapısının tamamına bağlı olduğu görüşünün ileride II. Eksen bozuklukları için daha uygun kriterler tanımlanmasına ve böylelikle bozuklukların kendileri kadar bütüncül bir sinerjik terapi biçimine vesile olacağını umuyoruz.

### *Profesyonel Eğitim*

Sinerjik psikoterapi ilk başta terapistin eğitim ve bilgi düzeyi bakımından ağır kaçabilir. Örneğin ABD'deki çoğu terapist bilişsel ve davranışçı ilkelere aşinadır ama kişilerarası ekolde eğitim alanların sayısı daha az, savunma mekanizmalarının önemi ve işlevi konusunda bilgilendirilenlerse çok daha azdır. Böyle terapistler danışanlarında kişiliğin hep aynı alanlarını ele alır, eğitimleri fazlasına izin vermediği için sadece ekol yönelimli psikoterapi yaparlar. Daha da kötüsü, böyle terapistler patolojiyi yalnızca eğitimini aldıkları yaklaşım üzerinden değerlendirirler. Hal böyle olunca da hep aynı alanlardaki değişim süreçlerini kullanırlar, bu da kişiye özel olarak en uygun hale getirilmiş terapi olasılığını ortadan kaldırır. Terapötik etkinliği en üst düzeye çıkarmak için yararlanılabilecek, değişim süreçlerinin tamamını terapistin erişimine açan ekol yönelimli hiçbir terapi yoktur. Sinerjik kapsayıcılık 21. yüzyılın terapilerinde egemen akım olacaktır.

*Odak Noktası: Klinik Muhakeme*

**DSM-IV Kriterlerinin Ötesinde**

**Danışanı Çok Eksenli Olarak Anlamak**

Oldukça içedönük bir danışanı *DSM-IV*'teki şizoid kişilik bozukluğu kriterleri doğrultusunda değerlendirirken Jenna, tanı kriterlerinde kişilerarası yaklaşıma ağırlık verildiğini fark etti. Bilişsel tarz, savunma mekanizmaları ve nesne temsillerinin hiç bahsi geçmiyordu. Süpervizörü ona, *DSM* tıbbi modele dayandığı için tanı kriterlerinin bazı kişilik alanlarını dışarıda bıraktığını, bazılarınıysa ön plana çıkardığını açıkladı. Danışana dair bütüncül anlayışa sahip olmak için *DSM-IV* kriterlerinde verilenlerden daha geniş bir bilgi yelpazesi gerektiğine karar verdiler.

## Özet

Bu bölümün anafikri; değerlendirme ve terapinin, kişiliğin bütüncül yapısıyla uyumlu olması gerektiğidir. Değerlendirme, terapinin temelidir. Klinisyen mevcut semptomlar, kişilik özellikleri ve psikososyal unsurlar arasındaki etkileşime dair eksiksiz bir bilimsel anlayışa sahip olmalıdır. Çok eksenli modelde-

ki eksenler ayrı ayrı değerlendirildikten sonra tek bir bileşen haline getirilmeli, vaka kavramsallaştırması yapılmalıdır.

Saf ve uygulamalı bilim arasındaki ilişkide nomotetik yaklaşım, bir toplumdaki her bireye uygulanabilecek evrensel ilkeleri bulmayı amaçlar. İdiyografik yaklaşımsa bireyin karmaşıklığına dikkat çekerek tek bir kişinin tamamını anlamaya çalışır. Kişiye tanı koyarken *DSM*, bireyselliğe de yer açmakla beraber kavram odaklı bir yaklaşımı olabildiğince korumaya çalışır. İlk olarak, *DSM* birden fazla kişilik bozukluğu tanısına izin verir. İki, üç hatta dört kişilik bozukluğu tanısının bir arada verilmesi hiç de ender rastlanan bir durum değildir. İkincisi, her kişilik bozukluğu pek çok kişilik özelliğinden oluşan bir prototip olarak tanımlanır. Herhangi iki kişilik bozukluğu tanısını karşılamanın belki yüzlerce yolu vardır. Bu denli geniş bir olasılık yelpazesiyle amaçlanan, tanı sistemi içinde bireyselliğe de yer verebilmektir. Bununla birlikte tanı etiketleri her halükârda aynı tanıyı alan kişiler arasında bazı benzerlikler olduğunu ortaya koyar. Her kategorik sınıflandırma sisteminde bütün mesele kişinin hangi etiketi alacağıdır. İdiyografik yaklaşımsa bize taksonomilerin de bir sınırı olduğunu hatırlatır: Tanı kavramları, kişiyi bunlarla kıyaslayarak değerlendirebilmemiz için oluşturulmuş referans noktalarından ibarettir. Asıl amaç kişiye dair idiyografik bir anlayış geliştirmek olduğu için değerlendirme, nihayetinde tanı sisteminin karşımızdaki kişide hangi açılardan yetersiz kaldığını göstermeye yarayan bir uğraştır.

Doğa bilimlerine tezat olarak, kişilik ve psikopatoloji alanlarında kullanılan ölçüm araçları doğaları gereği kesinlikten uzaktır. Klinik sorunu açıklarken kullanılabilecek beş genel bilgi kaynağı vardır. Bunların ilki olan özbildirim envanterlerinde, adından da anlaşılacağı üzere kişiler standart sorulardan oluşan bir listeyi cevaplayarak kendileriyle ilgili bildirimlerde bulunurlar. İkinci bilgi kaynağı olan derecelendirme ölçekleri ve tarama listelerinde, kişiyi tanıyan biri formu doldurarak alternatif bir yaklaşım sunar. Üçüncüsünde, klinik görüşmede soruları klinisyen sorar ve danışan da sözlü olarak yanıtlar; bu görüşmeler genellikle serbest yapıdadır. Klinisyen soruları istediği sırada sorabilir ve genellikle standart sorulara, mevcut soruna ilişkin yeni sorular ilave eder. Son olarak, dördüncü bilgi kaynağı olan projektif teknikler aracılığıyla normalde danışanın sözlü bildirimde bulunacak kadar bilincinde olmadığı yapı ve süreçlere erişilmeye çalışılır. Danışanın yakınları (belki eşi, öğretmeni, ebeveyni, yakın bir arkadaşı) da bilgi kaynağı olarak, soruna yeni bir bakış açısı kazandırabilecek biri olarak görülebilir. Nörotransmitter veya hormon düzeyleri gibi fizyolojik ölçümler nihai bilgi kaynakları olmakla beraber çoğu terapistin erişimi dışında kalır.

Yanıltıcı ve çarpıtıcı etkenler her bilimde ölçümü kısıtlar. Bazı çarpıtmalar soruları soran veya yanıtlayan kişinin kişilik tarzından kaynaklanır. Farklı kişilikler, dünyayı farklı şekillerde görürler. Kişilerin saikleri ve kişilik patolojilerinin

düzeyi de klinik bilgiyi kısıtlayan unsurlardır. Kimi durumlardaysa bazı kişiler sistemden bir şekilde faydalanmak veya davranışlarının olumsuz sonuçlarından kaçınmak amacıyla verdikleri bilgileri bilinçli olarak çarpıtırlar. Çoğu özbildirim aracında kişinin kendini olduğundan iyi veya kötü göstermeye çalıştığını tespit etmeye yarayan endeksler yer alsa da, bunlar başka testlerden elde edilen bilgiler bağlamında dikkatli değerlendirilmelidir. Her halükârda klinisyenlerin mutlaka bireysel çıkarlar ilkesini akılda tutmaları önerilir.

Psikolojik test uygulanması gereken hastaların çoğunda bir veya birden fazla I. Eksen bozukluğu görülür. Kişilik özellikleri, zamandan ve durumdan bağımsız olarak varlığını geçmişten bugüne sürdüren unsurlardır. Durumsal özellikler ise kısa ömürlü olma potansiyeli taşır, çoğunlukla da duygusal yapıdadır. Sürekli özellikler ile durumsal olanlar arasındaki geçişler ölçümlerde etkili olabilir. Test sonuçlarını değerlendiren kişi bunları göz önünde bulundurmalıdır.

Psikolojik testler madde, ölçek veya profil bazında değerlendirilebilir. Madde, psikolojik ölçümün standart uyaranıdır. Ölçeği dolduran herkes aynı soruları yanıtladığından, yanıtları doğrudan karşılaştırmak mümkündür. Ölçek, aynı psikolojik kavramı ölçen çok sayıda maddeden oluşur. Dolayısıyla ölçek puanı, bu maddelere verilen yanıtlarda ortaya konan belli başlı davranışların özetidir. Birkaç ölçek puanının bir araya gelmesiyle oluşan kümeye ise profil veya profil konfigürasyonu adı verilir. Profil, tıpkı maddelerin bileşiminin de ölçtükleri kavramı yansıtması gibi, kişiyi ölçeklerin bileşimi olarak yansıtır.

Kişilik bozukluklarını ölçmeye yönelik çeşitli özbildirim araçları mevcuttur. 550'nin üstünde maddesi olan Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri-2 (MMPI) standardize bir testten çok, psikolojiye ait bir standardize madde havuzudur. Uzun kariyeri boyunca MMPI'dan yüzlerce kişilik ölçeği türetilmiştir. Hatta bu türetilen ölçeklerin sayısı artık MMPI'daki maddelerin sayısını geçmiştir. Şu an üçüncü versiyonu kullanımda olan Millon Çok Eksenli Klinik Envanteri (MCMI) açık ara en sık kullanılan kişilik bozukluğu testidir. MCMI-III geliştirilirken envanterin madde sayısı olabildiğince düşük tutulmuş, klinik açıdan önem arz edebilecek davranışları geniş bir yelpazede değerlendirirken bir yandan da her tür tanı ve tedavi ortamında kullanılabilir olması amaçlanmıştır. 175 maddelik son hali benzerlerinden çok daha kısadır; terminolojisi de sekizinci sınıf öğrencilerinin anlayabileceği seviyededir. Haliyle çoğu danışan MCMI-III'ü 20 30 dakikada tamamlayabilmektedir. Envanter, kişilik bozukluğu olduğu düşünülen kişilere uygulanmak üzere geliştirilmiştir ve genellikle normal kişilerde kullanılmaz. MCMI'dan araştırmalarda da sık sık yararlanılır. Birincil olarak MCMI'ya odaklanan araştırmaların sayısı bugün 650'yi aşmıştır, bunlara her yıl yaklaşık 60 70 yenisi eklenmektedir. Gerek MMPI'ın gerekse MCMI'ın ergenlerle kullanılmak üzere tasarlanmış versiyonları mevcuttur.

Kişilik bozukluklarına yönelik pek çok klinik görüşme vardır. DSM-IV Eksen II Bozuklukları için Yapılandırılmış Klinik Görüşme (SCID-II), *DSM-IV*'teki 12 kişilik bozukluğunu değerlendiren yarı yapılandırılmış bir tanı görüşmesidir. Structured Interview for *DSM-IV* Personality [DSM-IV'teki Kişilik Bozuklukları için Yapılandırılmış Görüşme] (SIDP-IV; Pfohl ve diğ., 1997) ise *DSM-IV*'teki tüm kişilik bozukluklarının yanı sıra *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü baskısındaki kendine zulmeden kişiliği de değerlendiren yarı yapılandırılmış bir klinik görüşmedir.

Psikoterapi tarihi dogmacılık örnekleriyle doludur. Gel gelelim son birkaç onyılda ekol yönelimli terapilerden duyulan memnuniyetsizlik ve sağlık harcamalarındaki denetimin tedavinin etkinliğini ön plana çıkarması sebebiyle tavizkâr yaklaşımlar ortaya çıkmıştır. Şu an üç akım egemendir: İlki, *kısa süreli terapi*, hastaları dikkatle seçerek ve mevcut soruna oldukça yapılandırılmış müdahalelerde bulunarak nispeten kısa sürede uzun vadeli terapiyle aynı etkiyi, hatta fazlasını gösterme iddiasındadır. İkincisi, *ortak etken yaklaşımı*, ortak noktalarını belirleyerek etkili tüm terapileri birleştirmeye çalışır. Buradaki iddia, terapiler arasındaki benzerliklerin farklardan fazla olduğu ve her terapinin çeşitlendirdiği temel ilke ve tekniklere dönerek daha iyi bir psikoterapi yaratılabileceği yönündedir. Üçüncüsü, *terapötik eklektizm*, hangi kuramsal model çerçevesinde geliştirildiğinde bakmaksızın farklı ekollerin tekniklerinin gerekli durumlarda tedavide kullanılmasını savunur. Bu çağdaş akımların hepsi geçmişe kıyasla yenilikçi bir gelişme teşkil etse de, yine de önemli bir kusurları vardır: II. Eksen'e özgü psikoterapi biçimleri geliştirmez, kişilik bozukluklarını zımni olarak sanki I. Eksen'deki semptom bozuklukları yla aynı şeymiş gibi tedavi ederler.

*Sinerjik psikoterapi* ise kişiliğin her alanından, ama herhangi bir tekniğin tek başına başaramayacağı kadar belirgin bir etkiye erişmek amacıyla özel olarak alınan farklı tekniklerin kullanılmasını gerektirir. *Güçlendirilmiş eşleşmeler*, sorunlu kişilik özelliklerinin üstesinden gelmek amacıyla tek başına kullanıldığında etkisiz kalacak iki veya daha fazla tekniği eşzamanlı olarak kullanır. Güçlendirilmiş eşleşmeler aynı anda kullanılacak şekilde tasarlanır. Öte yandan *katalizör dizilimler* müdahalelerin etki gücünü en üst düzeye çıkarabilmek amacıyla bunları belli bir sıraya dizer. Farklı yaklaşımların tekniklerini ödünç alıp bir arada kullanma becerisi, sinerjik psikoterapiye hayli geniş bir yelpaze kazandırır: Kişilik hem bilişsel hem de kişilerarası, psikodinamik ve biyolojik olduğundan kişilik kavramının doğası gereği, ihtiyaç halinde her yaklaşımın tekniği kullanılabilir, kullanılsa iyi olur hatta kullanılmak zorundadır.

# V
# Antisosyal Kişilik

## Amaçlar

*DSM-IV*'teki antisosyal kişilik kriterleri nedenlerdir?
*Psikopati* nedir ve antisosyal kişilikten ne açıdan farklıdır?
*Psikopati* ile *sosyopati*nin farkı nedir?
Maceracı ve muhalif kişilikler antisosyalin normal versiyonlarıdır. Bunların özelliklerini tarif etmek ve onları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle bağdaştırmak.
Antisosyal kadınlar, antisosyal erkeklerden daha farklı bir davranışsal patoloji örüntüsü mü sergiler?
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek antisosyal kişiliğin her bir alttürünü nasıl oluşturduğunu açıklamak.
*Ahlaki delilik* ve *psikopatik aşağılık* kavramlarının tarihsel önemi nedir?
Antisosyallerin davranışları daha başından biyolojik unsurların büyük etkisi altında görünmektedir. Lykken'e göre güçlü mizaç özellikleri sergileyen bir çocuğa en etkili ebeveyn yaklaşımı nasıl olmalıdır? *Semantik afazi*nin anlamı nedir?
Antisosyal kişiliğe ilişkin biyolojik kanıtları özetlemek.
Psikanalitik yaklaşım antisosyallerin olgun bir süperegosu olmadığını söylerken neyi kastetmektedir?
Antisosyalin kişilerarası davranışları neden *"saf kişilerarası düşmancılık"* ve *"sorumsuz"* olarak nitelendirilir?
Anlık ödül ve doyumların etkisine karşı oldukça hassas görünen antisosyal bilişsel tarz, kişilik bozukluğunun genel ifadesine nasıl katkı sağlar?

Antisosyalin temel inanışları hangileridir?
Antisosyallerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak bazı özellikleri vardır. Bu kişilik özelliklerini sıralamak ve her biriyle antisosyal arasındaki farkları açıklamak.
Madde kullanımı antisosyaller arasında neden bu kadar yaygındır?
Antisosyallerle terapide karşıaktarım meseleleri neden bu kadar önemlidir?
Antisosyal kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

---

Antisosyal kişilikte kötülük ile delilik iç içe geçmiş gibidir. Antisosyallerin işlediği suçlar bazen öyle akıl almaz, ahlaki açıdan öyle mide bulandırıcıdır ki eylemin kendisi bile onların akıl sağlığından şüphe etmemize yeter. Örneğin Jeffrey Dahmer gibi öldürdüğü insanlarla seks yaptıktan sonra bunların çoğunun cesedini yemiş biriyle veya şeytani maceraları ancak 19. yüzyıl sonlanmadan hemen önce asılmasıyla sonlanmış Herman Mudgett'le (bkz. Stone, 1993) normal bir insanın özdeşim kurması kesinlikle mümkün değildir. Michigan Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunlarından Mudgett, Chicago'da çalışan bir eczacıydı. Sigorta dolandırıcılığında ve genç kadınları baştan çıkarmada ustalaşmıştı; sigortalarını ve birikimlerini onun üstüne geçirdiklerini beyan eden bir kâğıt imzalayan bu kadınlardan en az 27'sini öldürmüştü. Evlilik öncesinde cinselliğin yaşandığı bir gecenin ardından kloroformla uyuşturduğu kadınların her biri, uyandığında kendisini üç katlı bir ofis binasının asansör boşluğunda hapis buluyordu. Mudgett bu binayı şeytani faaliyetlerini gizlemek üzere özel olarak tasarlamıştı. Tuzak kapılarla, ses geçirmeyen odalarla, gözetleme delikleriyle, devasa fırınlarla ve insan kalıntılarını çözündürmek için kullanılan asit fıçılarıyla dolu bu binayı kendisinin "kalesi" olarak nitelendiriyordu. Hapsolmuş kızların yaşadığı dehşetin bir süre tadını çıkardıktan sonra asansör boşluğunu zehirli gazla dolduruyor, ardından kızların cansız bedenlerini sürükleyerek otopsi masasına getiriyor ve kendisini bilhassa cezp eden yerlerini ayırmaya koyuluyordu.

Neyse ki Dahmer ve Mudgett uç örneklerdir. Gerçekten de her antisosyal aynı zamanda bir suçlu olmadığı gibi (Alexander, 1930), her suçlu da antisosyal değildir. Toplumun onlara ilgisi bir yana, özellikle de seri katillere hayli nadiren rastlanır (Hare, 1993). Aslına bakarsanız antisosyal örüntünün yalnızca küçük bir kümesi yasalarla sıkıntı yaşar. Bilimsel ve klinik terimlerle ifade edecek olursak, bozukluğun sosyal sonuçları her zaman menfur nitelik taşımaz. Hatta kurtlar sofrası diye anılan ve çetin ceviz olmanın, gerekirse kuralları esnetmenin hayatta kalmak ve başarılı olmak için gerekli görüldüğü rekabetçi toplumumuzda, normal sınırlarda kalan antisosyal özelliklere sahip kişiler genellikle ödül-

lendirilirler. Normal uyum ve insan yaşamının en vahşi biçimlerde sömürülmesi gibi iki uç arasında kalan kısımda grinin nice tonu mevcuttur. Bazı antisosyaller özerkliklerinin üzerine titrer, davranışlarını kısıtlamaya veya ayıplamaya kalkışabilecek herkese tedbiren saldırır. Öte yandan, antisosyal kişiliğin normal versiyonlarını taşıyan bireyler bazen sosyal standartları dürtüsel olarak ihlal etseler de bu kişilerin çoğu iş hayatının, ordunun veya siyaset yaşamının engebeli taraflarında kendilerine yer bulurlar.

Vaka 5. 1.'deki Toni örneğini ele alalım. 23 yaşında bir kadın olan Toni de çoğu antisosyal gibi "geçinmesi zor" biri olarak tanınmaktadır. Muhtemelen kendisi bu durumdan hoşnuttur zira yüksek ihtimalle, aksi takdirde zayıf görüneceğine, herkesin ondan faydalanmaya çalışacağına inanmaktadır. Hatta bu ürkütücü ve saldırgan imajı yaratmak ve böylelikle kendisini ciddiye alınması gereken (uzak dursanız iyi edeceğiniz) biri olarak yansıtmak için ciddi çaba göstermektedir (bkz. Vaka 5. 1.'deki 4. kriter). Duruşu, giysileri, tavır ve yorumları bu imajı beslemektedir. Ne kadar da sert ve kendine yetebilen biri olduğunu göstererek karşısındaki kişiyi etkilemek ister. Beklendiği üzere Toni'nin bir de sabıka kaydı vardır; yasadışı madde bulundurma ve hırsızlık favori suçları gibi görünmekle beraber, madde alışkanlığına bağlı olması muhtemel bir fuhuş tutuklaması da mevcuttur. Gel gelelim sorunlarının ön plandaki sebebi, komşusuyla kavga ederek asayişi bozmuş olmasıdır. Neden böyle bir şey yaptığı sorulduğunda gözünüze bile bakmadan "Kimseye eyvallah edemem" yanıtını verir.

Toni'nin sorunları çok eskilere dayanır. Çoğu antisosyalin ailesinde olduğu üzere onun öyküsünde de olumlu sosyal modellerin eksikliği göze çarpar. Toni 5 yaşındayken, babası bilinmeyen sebeplerden ötürü hayatını kaybetmiştir. Ailede anlatılanlara bakılırsa bu ölüm muhtemelen uyuşturucuya bağlıdır, ki bu anı Toni'nin uyuşturucu kullanımını da bir şekilde tetiklemiş olabilir. Üvey babası çoğu zaman evden uzakta çalışmıştır. Alkole bağlı öfke patlamalarına da meyilli olan annesinin tutarsız disiplinine maruz kalmıştır. Toni için evden kaçmak hayat memat meselesi, zehirli ailesinden uzaklaşmanın bir yolu olmuştur. Sonunda okulu bırakıp evi terk etmenin mücadele etmekten daha kolay olacağına karar vermiştir. Karşısında anne ve babası gibi rol modelleri olunca hayatın ona cesaret kırıcı, hatta belki de boş göründüğünü tahmin edebiliriz. Antisosyal kişilik bozukluğu tanısı koyulabilmesi için 15 yaşından önce davranım bozukluğu (DB) bulguları olmalıdır (bkz. Vaka 5. 1'deki C kriteri). Bu yaşa kadar Toni'nin bıçakla insanları soyduğunu, esrar içtiğini ve bu alışkanlığını finanse edebilmek için ara sıra da sattığını biliyoruz. 18 yaşına geldiğinde sorunları giderek tırmanmış; yasadışı madde bulundurmaktan, mağazadan hırsızlık yapmaktan ve hayvanlara eziyetten tutuklanmıştı.

**VAKA 5. 1**

Toni terapiye mahkeme kararıyla gelmişti. Kısa bir süre önce komşusuyla giriştiği kavga hızla tırmanarak karşılıklı bağırış çağırışlara ve yumruklaşmaya varınca, asayişi bozmaktan ve satma amacıyla narkotik madde bulundurmaktan hüküm giymişti. Yaşadığı binadaki komşuları onu "geçimsiz, her an kavgaya hazır" biri olarak tarif ediyordu. Provokatif, dünyaya meydan okuyan imajı diğer apartman sakinlerine ürkütücü geliyordu. Siyah deri ceket, sayısız piercing ve parmak eklemlerindeki dövmeleriyle görüntüsü de sergilemek istediği bu imaja uygundu: Düşmanca tavırlar ve önemli önemsiz demeden her konuda yalan söyleme eğilimi nedeniyle öyküsünü almak zordu. Tutuklanmasıyla sonuçlanan kavganın nasıl başladığı sorulduğunda "Çünkü kimseye eyvallah edemem" diye yanıtlamıştı.

Toni henüz 23 yaşındaydı ama gerek dış görünüşü gerekse zorlu yaşam tarzı sebebiyle çok daha büyük gösteriyordu. Dini inançları sorulduğunda burun kıvırmıştı: "İsa'nın kimseyi sevdiği falan yok, en azından beni sevmediği kesin. Mensup olduğum bir din varsa o da 'avlanmadan avla' dinidir." Polis kayıtları da bu felsefeyle uyumluydu. Yasadışı madde bulundurma, hırsızlık ve fuhuştan defalarca tutuklanmıştı. Şehirde Toni'yi farklı isimlerle tanıyorlardı; bazıları gerçek insanlardan çaldığı kimliklerde yer alan isimlerdi, bazılarınıysa tamamen kendisi uydurmuştu. Şehrin dört bir yanındaki mağazalarda senet yaptırabilmesini sağlayan bir ehliyet ve sosyal güvence kartı koleksiyonuna sahipti. Özellikle de elektronik mağazalarından bu sahte kimliklerle yüklü alışverişler yapma işinde artık ustalaşmış olmakla gurur duyuyordu; ardından bunları hızlıca nakde çeviriyordu.

Toni, ikisi üvey olan beş kardeşin ortancasıydı ama kardeşlerinden hiçbiriyle görüşmüyordu. Babası, o 5 yaşındayken bilinmeyen sebeplerle ölmüştü; muhtemelen uyuşturucuya bağlı bir ölümdü. Üvey babası çocuklara pek ilgi göstermez, çoğu zaman evden uzakta çalışırdı. Anne ise gelişigüzel ve şiddetli bir disiplin uyguluyordu, sık sık alkole bağlı öfke nöbetleri geçiriyordu. Bu nöbetler esnasında Toni genellikle evden kaçıp "sular durulana" dek geceyi arkadaşlarında geçirirdi.

Ev yaşamının niteliği yıllar geçtikçe kötüye gitmişti. Annesi faturaları ödeyebilmek için eve yakın bir fırında mesaisi sabah erkenden başlayan bir işe girince, okula da düzenli gitmemeye başlamıştı. Evde ona göz kulak olacak kimse kalmayınca Toni vaktini okuldan ziyade nehir kıyısında geçirmeyi yeğler olmuştu. Çok geçmeden esrar kullanmaya ve kendi alışkanlığının maliyetini çıkarmak için ara sıra satmaya başlamıştı. Yabancıları, özellikle de kadınları bıçak tehdidiyle soymak "ayda bir iki defa" yaptığı bir şeydi. 15 yaşına geldiğinde eve artık nadiren uğrar olmuştu. Toni bu durumu annesinin patlayıcı öfkesine bağlıyordu. 18 yaşına geldiğinde üç defa tutuklanmıştı; biri yasadışı madde bulundurmaktan, biri mağazadan hırsızlık yapmaktan, biri de sokak kedisini saç spreyi ve çakmak yardımıyla ateşe vermesi nedeniyle hayvanlara eziyetten. Bunlardan herhangi birinden dolayı kendisini suçlu hissedip hissetmediği sorulduğunda "Hayır, kimse bana yaptıklarından ötürü suçluluk duymadı bugüne kadar" diye yanıtlamıştı. Eroin kullandığını, arada bir başkalarıyla iğne paylaştığını ve HIV'den korkmadığını söylüyordu: "Ne olacaksa olacak işte."

Köken ailesi sorulduğunda Toni "Yok, gerek de yok!" cevabını veriyordu. Nasıl geçindiği sorulduğunda muzip bir gülümsemeyle "İdare ediyorum" diyordu. Üç haftadan uzun çalıştığı bir iş olmamıştı. "Sabah kalkıp bir yere vaktinde yetişecek tarzda biri değilim," diyordu, "hem zaten verdikleri maaşlarla kim geçinebilir ki? Ben daha büyük, daha iyi şeylerin peşindeyim." Görüşmenin ileriki kısımlarında Toni terapiye gelmesinin tek sebebinin sivil polise kokain satmaya çalıştığı için hapis yatmaktan kurtulmak olduğunu net bir dille ifade etmişti. İçinde bulunduğu kötü durumu hemen rasyonelleştiriyor, suçu başkalarına atıyordu: "Ev, erkek arkadaşımın evi. Ben de ne neredeydi biliyordum. Polis çok iyi aktörmüş ama, çünkü ona satmazsam beni öldürecek sandım." Bunu öyle bir anlatıyordu ki, onun sadece yanlış zamanda yanlış yerde bulunan masum bir kurban olduğuna inanmak işten bile değildi.

4
B
1
2
C
7
5
6
2

Antisosyal Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

A. Aşağıdakilerden üçünün (ya da daha fazlasının) varlığıyla açığa çıkan ve 15 yaşından beri süregelen; başkalarının haklarını saymama, başkalarının haklarına saldırma örüntüsü.

1. Tutuklanması için zemin hazırlayan eylemlerde tekrar tekrar bulunma eylemiyle açığa çıkan, yasalara uygun toplumsal davranış biçimine ayak uyduramama.
2. Sürekli yalan söyleme, takma isim kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını atlatma davranışlarıyla açığa çıkan dürüst olmayan tutum.
3. Dürtüsellik ya da gelecek için tasarılar yapmama.
4. Tekerrür eden kavga dövüşler ya da saldırılarla açığa çıkan sinirlilik ve saldırganlık.
5. Kendisinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık.
6. Bir işi sürekli götürememekle ya da mali yükümlülüklerini tekrar tekrar yerine getirememekle açığa çıkan süreğen sorumsuzluk.
7. Başkasına zarar vermeye, kötü davranmaya veya başkasından bir şey çalmaya karşı lakaydiyle veya yaptıklarına kendince mantıklı açıklamalar getirmekle açığa çıkan vicdan azabı çekmeme hali.

B. Kişi en az 18 yaşındadır.

C. 15 yaşından önce başlayan davranım bozukluğuna dair kanıtlar vardır.

D. Antisosyal davranış şizofreni ya da bir manik epizodun seyrine münhasır değildir.

Çoğu antisosyalde olduğu üzere Toni'nin de vicdanı yokmuş gibidir. "Kimse bana yaptıklarından ötürü suçluluk duymadı bugüne kadar" sözü muhtemelen kısmen haklı, kısmen de manipülatiftir; aynı anda hem kendini acındırmayı hem geçmişine dair bilgi vermeyi hem de pişmanlık duymamasını meşru kılmayı amaçlamaktadır (bkz. 7. kriter). Dini inançları hor görür ve bunların yerine kendi ahlak ilkesini ileri sürer: "Avlanmadan avlamak." Ne sosyal uyuma yönelik göze çarpan bir dürtüsü ne de eylemlerini kısıtlayan içsel bir ahlaki mekanizması olduğundan, Toni istediği şeyi istediği zaman yapmakta serbesttir. Eylemlerinin önündeki tek engel toplumun kendisidir; saygı duyduğu kısıtlamalar da sadece, toplumun polis eşliğinde ve ceza tehdidiyle dayatabileceği veya başkaları tarafından zarar verme ya da intikam alma tehditleriyle dayatılabilecek kısıtlamalardır.

Vicdan yoksunluğu, diğer bir dizi antisosyal özelliği doğurup ön plana çıkarır. Toni kronik bir yalancıdır (bkz. 2. kriter). Ne devlete ne de başka birine yakalanmadan yasadışı faaliyetlerde bulunmak için maksatlı biçimde takma isimler ve çalıntı kimlikler kullanır. Tam olarak ne tür suçları olduğunu bilmemiz mümkün değildir. Ayrıca HIV'den korkmamak gibi sorumsuz ve düpedüz aptalca beyanından da görüldüğü üzere kendisinin ve başkalarının güvenliğine ilişkin herhangi bir sorumluluk duymamaktadır (bkz. 5. kriter). Toni düzenli bir işte çalışamamakta, başka insanların adıyla geri ödemeyi kesinlikle planlamadığı yüklü borçlar alarak para kazanmayı tercih etmektedir (bkz. 6. kriter). Onun gözünde, yasadışı faaliyetlerin getirdiği para ve kısa vadeli ödüller meşru işlerden daha kazançlıdır. Kendisi için tatminkâr bir yaşam inşa etme gibi bir kavram şu aşamada muhtemelen düşünce seviyesinde bile mevcut değildir.

Her ne kadar Toni antisosyal kişilik bozukluğu tanısına uygun bir aday olsa da, başkalarının haklarını alenen ve defalarca ihlal eden kişileri tanımlama yarışına **psikopat** ve **sosyopat** terimleri de klinik lügat kapsamında dahil olur. Bugün *DSM-IV*'te kullanılan resmi terim antisosyal kişilik bozukluğudur (APA, 1994). Gel gelelim menfur suçlar işleyen kişileri tarif etmek için psikopat ve sosyopat terimlerine de, şakayla karışık da olsa sıkça başvurulur. Yazarın bu iki terimden herhangi birini tercih etmesi genelde özel bir anlam taşımaz; terimlerin işaret ettiği somut bilimsel farklardan ziyade tercih meselesidir. Öte yandan bozukluğun kökenine dair inanç doğrultusunda psikopat ile sosyopat arasında bir tercih farkı çoğu zaman ortaya konur. Psikopatların sendroma yapısal yatkınlıkları olduğu düşünülür. Sosyopatlar ise biyolojik açıdan normaldir ama yetersiz veya düşmancıl sosyalleşme süreci, özellikle de yetersiz ebeveynlik sonucunda antisosyal kişilik özellikleri geliştirirler.

Psikopat ve sosyopatı aynı yelpazenin üstündeki farklı noktalar olarak görmek herhalde en doğrusu olacaktır. Gelişim, her zaman kişi ile sosyal çevresi arasındaki etkileşimin sonucudur. Dolayısıyla bazı psikopatlar tıpkı sosyopatlar gibi

bebekliklerinden itibaren yetersiz ebeveynliğe ve kötü muameleye maruz kalırken bazı sosyopatlar da bozukluğa karşı, örneğin çabuk sinirlenen bir mizaç gibi biyolojik bir yatkınlık taşıyabilir, bir de üstüne inanılmaz düzeyde ihmal ve istismar eklenebilir. Bu bağlamda saf psikopat ile saf sosyopat aslında sadece birer soyutlamadan ibarettir; birbirinden tamamen ayrı iki sendrom değildir bunlar. Herhangi bir bireyde odak noktası "Hangisi?" sorusu değildir. Daha ziyade o kişiyi anlayabilmek için, rahme düştüğü andan başlayıp hayatın tamamını kapsayacak şekilde iz sürerek biyolojik ve sosyal etkenler arasındaki etkileşimi anlamak gerekir. Oysa bu terimler genelde kabaca kullanılır, üçü de birbiriyle bir nebze de olsa üst üste biner. Bu bölüm ağırlıklı olarak antisosyal kişilikle ilgilidir ama ampirik literatürün daha gelişkin olduğu noktalarda psikopata da yer veriyoruz.

Psikopati kavramını meşhur eden, Herven Cleckley'nin ilk olarak 1941'de yayımlanan *The Mask of Sanity* [Akıl Sağlığı Maskesi] kitabıdır. Çarpıcı vaka öyküleri, güçlü bir anlatım ve ayırt edici karakter özellikleriyle bezeli olması bu çalışmayı doğrudan klasikler arasına yerleştirmiştir. Antisosyallerin ahlaka mugayir davranışları çoğu zaman bariz olsa da, Cleckley'e göre psikopatlar normallik emarelerinin arkasına saklanma eğilimindedirler. Olağan suçlu klişesinden farklı olarak psikopatların "iyi aile çocuğu" olduklarına, kendilerini seven ebeveynlerce yetiştirildiklerine, buna rağmen hiçbir suçluluk, utanç veya vicdan azabı duymaksızın insanların hayatlarını mahvettiklerine inanılıyordu. Çoğu, durumu en iyi şekilde değerlendirip samimiyet taklidi yapmakta maharet kazanmış, böylelikle tam manasıyla bir "akıl sağlığı maskesi" arkasına saklanarak serpilme imkânı bulan patolojik yalancılardır. Cleckley'e göre bu tür bireyler dilin duygusal boyutunu, özellikle de bağlanma ve empatiyle ilişkili kısımlarını anlamakta köklü bir zorluk yaşarlar.

Antisosyal kişiliğin aksine, Cleckley'nin psikopatı bize bu insanların hayatları mahvetmesine yol açan içsel kopukluğu tüm zenginliğiyle anlama fırsatı sunar. Antisosyale tanı koyarız ama psikopatı "tanırız". Cleckley'nin ayırt edici özellikler listesini titiz ölçek geliştirme yöntemleriyle test eden Robert Hare ve meslektaşları, bugün gözden geçirilmiş versiyonu kullanımda olan klinik bir derecelendirme ölçeği ortaya çıkarmışlardır. Psikopatik prototip yirmi maddeyle tanımlanır (Hare ve diğ., 1990); bu maddelerin bazıları daha uzun vadeli kişilik özelliklerine, bazılarıysa bu kişilere özgü davranış ve deneyimlere odaklanmıştır. Nihai tablonun bütününe baktığımızda hayatının ilk yıllarında sergilediği davranış sorunlarından, kısa süren evliliklerinden, çocukken işlediği suçlardan, renkli sabıka kayıtlarından, parazit gibi yaşamasından, cinsel hafifmeşrepliğinden anlaşılacağı gibi bir antisosyalle karşı karşıyayızdır ama karşımızda aynı zamanda benmerkezcilik, büyüklenmecilik, sıkıntıya tahammülsüzlük, empati yoksunluğu, manipülasyonculuk ve vicdan azabı duyamama gibi özelliklerin

işaret ettiği üzere bir de narsisist durmaktadır. Stone (1993) utanca kapalı olmanın da listeye eklenerek psikopat kişinin içsel davranış kontrolünün hiç olmadığına dikkat çekilmesi gerektiğini düşünür.

Toni'nin portresini çizdiğimize göre artık bazı ilave meseleleri ele almaya hazırız; keza bu bölümün planını da bunlar şekillendiriyor. İlk olarak, normal antisosyal özelliklerden patolojik veya "anormal" antisosyal kişilik bozukluğuna uzanan yelpazeyi keşfe çıkacağız. Ardından antisosyal kişiliğe dair biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel bakış açılarını anlatacağız. Bu kısımlar kişiliğin bilimsel yanının çekirdeğini oluşturuyor. Toni'ninki gibi karakter tasvirlerinde gözlemlediklerimizi açıklama çabalarımızın kitabi anekdotları aşıp kuram sularına gireceğini umuyoruz. Tarih ile tasviri yan yana verecek, her biri bozukluğun farklı bir yönünü ön plana çıkarmış eski düşünürlerin katkılarını da not düşeceğiz. Gelişimsel hipotezler de değerlendirmeye alınıyor ama bunlar kişilik bozukluklarında ancak çekimser önerme düzeyindeler. Ardından "Evrimsel Gelişimsel Bakış Açısı" bölümünde kişilik bozukluğunun varlığının evrim kanunlarıyla bağlantısını ortaya koyacağız. Ayrıca antisosyal ile diğer kuramlardan türemiş yapılar kıyaslanarak antisosyal kişiliğin I. Eksen bozukluklar doğurma eğilimini tartışacağız. Son olarak, bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini araştıracak, edindiğimiz malzemeyi alandaki klasik yaklaşımların (biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımların) çerçevesine yerleştireceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Kendi taşıdıkları özelliklerden en iyilerinin, en çok hayranlık duyulanlarının (her ne kadar hayli seyreltilmiş biçimde de olsa) antisosyal kişilikle ilişkili olduğunu duymak pek çok okuru şaşırtacaktır. Daha normal tarzdaki uyumlu özellikler arasında; kendi kendine yetme kapasitesi, azim, rekabetçilik ve bireyselliğe, kendi hayatının gidişatına yön vermeye yönelik yapıcı çaba sayılabilir. Oldham ve Morris (1995, s. 217) maceracılardan; okyanusları geçerek, rekorlar kırarak ve hatta Ay'da yürüyerek sınırları zorlayan gözüpek bireylerden bahsederler. "Maceracılar uçlarda yaşayarak sınırlara ve kısıtlamalara meydan okurlar" diye anlatırlar bu yazarlar. Onların ödülü risk ve keşiftir. Gerçek hayatta maceracıların Christopher Columbus gibi meşhur kâşiflerden tutun da John Glenn'e ve diğer test pilotlarına kadar nice örneği vardır. Bu tür insanlar macerada sosyal açıdan da kabul görecek, hatta erkeklikle ilgili basmakalıp düşünceler doğrultusunda hayranlık bile uyandıracak bir özgürlük kapısı bulurlar. Oldham ve Morris'e göre bu kişiler kendilerine has içsel değer sistemleri olan uyumsuz kişilerdir, bir şeylere meydan okumaktan hoşlanırlar, herkesin kendi başının çaresine bakabileceğini varsayarlar, ilişkilerinde ikna edici bir tarzları

vardır ve kök salmaya pek niyetleri yoktur. Bu haylaz çocuk ve ergenler, büyüyünce cesur ve güçlü birer yetişkin olurlar.

**Muhalif kişilik** (Millon, Weiss, Millon ve Davis, 1994), yine normal sınırlarda yer almakla beraber görece daha farklı ve biraz daha patolojik bir antisosyal kişilik biçimidir. Muhalif kişiler sıradışıdırlar; insanlar ne derse desin kendi bildiklerini okurlar, sonuçlarına da razı gelirler. Bazen hakikatle ustalıkla oynama eğiliminde olduklarından, kendi amaç ve arzularının peşinde koşarken bazen yasal sınırların uçlarında gezinirler. Geleneksel sorumluluklarını kabul etmektense, yaratıcı bir özerkliğe sahip bağımsız kişiler olduklarına inanırlar. Bu insanlar günlük rutinlerden hoşlanmazlar; dürtüsel ve sorumsuz olduklarına dair eleştirilere sık maruz kalırlar. Genel anlamda eylem odaklıdırlar, bağımsız düşünürler, girişimci ve zıtlaşmacıdırlar. Yerleşik sosyal standartların sınırlarını esnetir, salt kendi iradeleriyle bu sınırları zorlar, karşılarına çıkan engelleri ya akıllıca manevralarla ya da saldırgan ve ürkütücü duruşlarıyla devirirler. Kendi kendilerini motive edebilen ve çoğunlukla bir hayli becerikli olan bu kişiler, işleri kendi lehlerine çevirmek için fırsat kollarlar. Kendine güvenerek nihai kararı vermeye hazır nice yetenekli lider bu insanlar arasından çıkar.

Normallik ile patolojinin tam sınırında, sırf arkada iz bırakmamak konusundaki başarıları sayesinde kanunla başları hiç belaya girmemiş insanlar vardır... Her ne kadar bu kişiler, çoğu antisosyal gibi başkalarını aldatma ve kullanmaya yönelik suçluluktan azade bir eğilim sergileseler de, alenen fiziksel bir zalimlikleri yoktur. Kendilerini kasıtlı olarak zapt etmeleri onları sıklıkla antisosyalden çok sadist gösterir. Bu kategoriye giren klişe örnekler arasında sanayiciler, yasalardaki teknik boşluklardan faydalanarak hızla büyüyen girişimciler veya başkalarının zararına da olsa büyük bir avantaj yakalamak için piyasadaki konumlarını, tekel gücünü veya yönetmelikteki bir boşluğu istismar eden zeki yöneticiler sayılabilir. Örneğin kendi çıkarları için hep başka şirketlere saldıran, onları sistemli biçimde yutma politikası güden kişiler herhalde tümüyle normal sayılmaz; özgeci oldukları zaten söylenemez.

Benzer şekilde, muğlak konuşarak insanları aldatmak nice politikacının gözünde hayatta kalmak için olmazsa olmaz bir beceridir. Yalancılığın sınırlarında dolanarak, olumsuz yanları küçültüp olumlu yanları büyütür ve böylelikle nesnel olayları "eğip bükmüş" olurlar. Köşeye sıkıştıklarındaysa dikkatlerini durumu hafifletmeye odaklar, koşulların tamamına ve kendi saiklerinden bir kısmına hiç değinmeyerek yalan söylerler. Dahası şu veya bu yanı cımbızla ayıklayıp o anki ihtiyaçlara göre kullanılabilsin diye kasten karmaşık bir kamu politikası oluştururlar. Bu kişilerin hepsi "yaşayabileceklerini önceden hesaplayan antisosyallerdir". Gündelik yaşamda karşımıza ağzı laf yapan bir işinsanı veya canayakın bir ikinci el araba satıcısı olarak çıkarlar. Topluma verdikleri zarar,

## Odak Noktası: Cinsiyet

### Antisosyal Kadınlar

**Kadının şeytanı nadirdir...**

Kadınlarda ve erkeklerde antisosyal davranış ile antisosyal kişilik bozukluğunun gelişimine uzanan farklı yollar olabileceği savını daha önce ortaya koymuştuk. Peki kadın ve erkek antisosyalleri birbirinden ayıran başka ne gibi farklar vardır? İlk olarak, antisosyal kişilik bozukluğu oranlarının erkeklerde genellikle daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Toplumun geneline bakıldığında, *DSM-IV*'e göre erkeklerin %3'ü, kadınların %1'i bu tanıyı almaktadır ve antisosyal bozukluk tanısı oranları giderek artarken, bu artış kadınlarda çok daha hızlı gerçekleşmektedir. Ergenlerde davranım bozukluğu (DB) oranlarıysa ciddi ölçüde daha yüksektir. 15 yaş grubuyla yapılan geniş çaplı bir epidemiyoloji çalışmasında kızların %7,5 ila %9,5'i, erkeklerinse %8,6 ila %12,2'si DB kriterlerini karşılamaktadır (Fergusson, Horwood ve Lynskey, 1993).

DB'si ve antisosyal kişilik bozukluğu olan kadınların yüksek yaygınlık oranları bir yana, örneklemlerinde kadınlara yer veren ampirik çalışma sayısı pek azdır. Dikkate değer tek tük örnekten biri Mulder, Wells, Joyce ve Bushnell'in (1994) toplum bazlı bir örneklemde antisosyal kişilik bozukluğu kriterlerini karşılayan eşit sayıda kadın ve erkeğin özelliklerini kıyasladığı araştırmadır. Her iki grup da çocukken ebeveynleri arasında geçimsizlik olduğunu bildirmektedir ama bu bulgu yalnızca kadınlarda istatiksel belirginliğe sahiptir. Antisosyal semptomlar açısından bakıldığındaysa kadınlar en çok ilişki sorunları, işle ilgili sıkıntılar ve şiddet bildiriminde bulunurlarken, erkekler işle ilgili sorunlar, şiddet ve trafik kabahatleri bildirmektedirler. Diğer çalışmalarda da antisosyal kızlar yetişkinlikleri boyunca takip edilmiştir: Yüksek ölüm oranlarına sahip oldukları, suça karışmaya 10 ila 40 kat daha yatkın oldukları, diğer psikiyatrik bozuklukları da yüksek oranlarda taşıdıkları ve ilişkilerinde işlevsiz ve çoğu zaman saldırgan oldukları gösterilmiştir (Pajer, 1998).

Ayrıca kadınların ve erkeklerin antisosyal davranışlarını farklı farklı ifade ettiğine dair savlar da ortaya atılmıştır. Tarihte, antisosyal davranışlar sergileyen kadınların erkek benzerlerine kıyasla bir miktar daha hasta oldukları düşünülmüştür. Eski bir İtalyan sözü bunu çok güzel ifade eder: "Kadının şeytanı nadirdir, o da erkeğe pabucunu ters giydirir." (Lombroso ve Ferrero, 1916, s. 147) Her nedense, erkek antisosyal davranışından daha nadir görülüyor diye daha sapkın ve ağır olması gerektiği varsayılıyordu. Veya kadınlar daha hastaymış gibi görülmediğinde de, kadın sapkınlığı bir suç unsurundan çok cinsel bir kabahat olarak değerlendiriliyor ve kadınların cezalandırılmaktansa tedavi görüp iyileşmesi gerektiği savunuluyordu. Bu bağlamda kadınların suç işleseler de bunu kendi istekleriyle yapmadıkları, aksine erkek partnerlerine alet oldukları görüşü hâkimdi, ki bu görüş günümüzde de mevcuttur. Daha yakın dönemdeki modellerdeyse erkeklerin tehditten tutun da vurmaya varıncaya kadar daha sözel ve fiziksel nitelikte saldırıları olduğunu, kadınların ise "ilişkisel saldırganlık" olarak bilinen kötücül dedikodular yayma, diğer kadınları sosyal gruplarına almama gibi davranışları sergilemeye daha yatkın oldukları yönünde bir ayrıma gidilmiştir (Crick, 1995; Crick ve Grotpeter, 1995). Gel gelelim varsayılan bu farklara karşıt düşen bir bulgu da mevcuttur: Aile mensuplarına veya hemcins akranlara yönelik şiddet içerikli suçlar ayrı ayrı analiz edildiğinde, kadınlarla erkekler arasındaki bu fark ciddi miktarda kapanmaktadır (Balthazar ve Cook, 1984). Benzer şekilde, her ne kadar kızlar genelde daha az antisosyal davranış sergiliyor olsalar da, bunların en sıkları sıralandığında erkeklerle hemen hemen aynı listeye ulaşılır (Robins, 1986).

katil bir psikopatınki kadar çarpıcı değilse de daha yaygındır ve aynı ölçüde büyüktür. Bu da bize, antisosyal kişiliğe dair her tür bilimsel kuramın patolojiyi olduğu kadar normalliği de kapsaması gerektiğine dair önemli bir hatırlatmadır.

Antisosyal kişilik bozukluğunun değil ama bu kişilik tarzının özelliklerini *DSM-IV*'teki tanı kriterlerini normalleştirerek de oluşturabiliriz (bkz. Sperry, 1995). Bozuklukta sosyal normlar yasadışı faaliyetlerle sürekli ihlal edilirken (bkz. 1. kriter), bahsedilen bu tarzdaysa kişinin kendi değer sistemi grubunkinin üstüne konur ve nihayetinde bu ikisi arasında bir çatışma doğar. Bozuklukta amaca giden yolda her tür hileli hareket mubahken (bkz. 2. kriter), tarzda zemin daha "kaygandır", dosdoğru bir yalandan ziyade kritik noktalar çarpıtılıp nesnel olaylar öznenin işine gelecek şekilde yansıtılır. Bozukluğu olan kişiler kendi eylemlerinin sonuçlarını değerlendiremeyecek kadar dürtüseldirler (bkz. 3. kriter), antisosyal tarzı olanlarsa kendiliğinden daha spontan ve keyiflerine düşkündürler ama hazzı erteleyemedikleri hangi durumlarda sosyal normları ihlal etmiş olacaklarını veya başkalarına ya da kendilerine zarar verebileceklerini bilirler. Bozuklukta kişi sürekli kavgaya karışacak kadar çabuk öfkelenir, saldırgandır (bkz. 4. kriter), tarzdaysa fiziksel varlığını hissettirecek bir girişkenlik söz konusudur.

Uygulamadaki bu farkların her biri üzerinden değerlendirdiğimizde, Vaka 5. 1'deki Toni patolojik tarafa daha yakın düşer. Sabıka kaydı, kendi çıkarları uğruna yerleşik sosyal normları pas geçtiğini gösterir. Kamu yararı ile çatışmasının, davranışlarını bireysel ilkeler doğrultusunda yönlendirecek içsel bir değer sistemiyle uzaktan yakından alakası yoktur. Bilakis onun ahlak anlayışı "avlanmadan avlamak" olarak özetlenmektedir; yani toplumun zararına da olsa girişilen proaktif bir özdoyum çabasıdır bu. Ayrıca Toni'nin aldatıcı eylemleri olayı farklı yorumlamanın çok ötesine geçmiştir. Örneğin yasadışı madde bulundurma suçuna kılıfı çoktan hazırdır: Satan erkek arkadaşıdır, o ise tesadüfen oradadır, tehlikeli bir uyuşturucu bağımlısı sandığı sivil polisi geri çevirirse olabileceklerden korkmuştur. Daha önceki tutuklanmalarının ve davranışlarının bağlamı dışında ele alındığında, bu akla yatkın bir mazeret olabilir; gel gelelim bu bağlam işin içine girdiğinde karşı tarafı aldatma maksadı taşıdığı açıktır. Son olarak, Toni sadece girişken veya fiziksel açıdan heybetli olmanın da ötesinde, kendisine karşı çıkanları ilişkisel olarak korkutmak amacıyla saldırganlığa başvurur. Terapiye alınmış olmasının sebeplerinden biri de asayişi bozma suçudur.

Antisosyal kişiliğin diğer tanı kriterleri de bir ucu normalliğe uzanan bir yelpaze gibi görülebilir. Bozuklukta hem kişinin hem de başkalarının (bkz. 5. kriter) güvenliği ve refahı sorumsuzca göz ardı edilirken, antisosyal tarza sahip kişiler kendilerinin risk direncinin ortalamanın üstünde olduğunu düşünmekle beraber dürtüsel bir dikkatsizlik veya cüretkârlık sergilemezler. Bozukluğu olanlar iş ve maddi yükümlülükler bakımından istikrarlı bir sorumsuzluk ortaya koyarlar-

ken (bkz. 6. kriter), antisosyal tarzı olanlar çevresel kısıtlamalardan nispeten bağımsız kalmayı ve gelecek için cimrice biriktirmektense bugünün hazlarına para harcamayı tercih ederler.

Son olarak, bozukluğu olanlarda vicdan yokken (bkz. 7. kriter) ve başkalarının istismar edilmesi meşrulaştırılırken, antisosyal tarzı olanlarda saldırgan veya dürtüsel bir bencillik görülse bile bu ahlaki, sosyal ve yasal sınırlar dahilindedir. Yine burada da Toni tarzla bozukluk arasındaki ayrımın nispeten patolojik tarafına denk düşmektedir. Kendisini riskler karşısında daha dayanıklı görmenin çok ötesinde Toni eroin kullandığını, iğne paylaştığını ve HIV'den hiç korkmadığını öne sürmektedir. İş hayatının hayatına getireceği zamansal kısıtlamalardan azade olmak istemenin ötesinde, üç haftadan uzun sürdürebildiği bir işi olmamıştır ve bunun yerine kısa sürede çok para kazanmayı tercih etmektedir. Bu uğurda yasadışı bir şey yapması gerekiyorsa bunu sorun etmez. Son olarak ahlaki, sosyal ve yasal sınırlar içinde kalmak kaydıyla saldırgan bir bencilliği olmasının ötesinde, Toni kendisini sanki hiç vicdan taşımıyormuş gibi yansıtmaktadır. Yaptıklarından dolayı suçlu hissetmediğini açıkça itiraf etmesi bir yana, sanki ahlaki ilkeler kişinin kendi içsel değerleri doğrultusunda istikrar göstermezmiş de başkalarının davranışları doğrultusunda geliştirilmesi veya askıya alınması gerekirmiş gibi, bu durumu "Kimse bana yaptıklarından ötürü suçluluk duymadı bugüne kadar" diyerek meşrulaştırır.

## Antisosyal Kişilik Çeşitleri

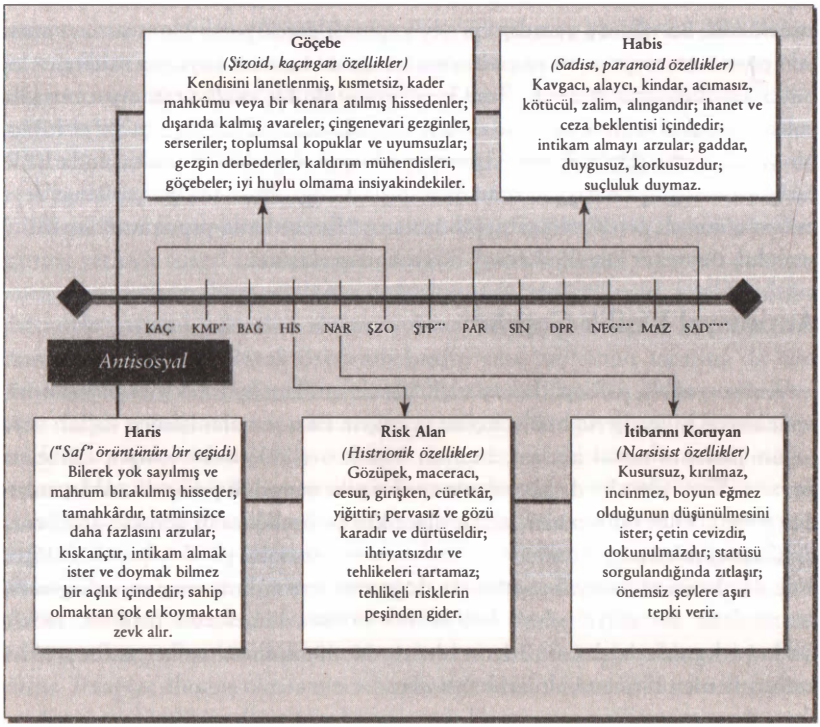
Antisosyalleri, psikopatları ve suçluları alt sınıflara ayırmak yüz yılı aşkın süredir sosyal bilimcilerin hobisi haline gelmiştir. Bazı şemalar işlenen suçları veya suçun şiddetini temel alırken, bazıları kişilik özelliklerinden oluşan kümelere dayanır. Kimi şemalar da kümeleme analizi gibi metodoloji temelli yaklaşımlardan doğar. Tüm bu şemalar, gerek diğer kişilik özelliklerini gerekse ana örüntünün özelliklerini göz önünde bulundurmanın önemini gözden kaçırır. Şekil 5. 1'de özetlenen antisosyal çeşitleriyse doğrudan evrim kuramından indirgenmiş kavramların bir araya gelmiş hali olarak tasvir edilmektedir (Millon, 1990). Dikkat ederseniz başka alttürlerin olması da mümkündür ve her antisosyal bu kategorilerden birine tam olarak oturmaz.

### Haris Antisosyal

Haris antisosyal, "saf" prototip örüntüyü andıran bir çeşittir. Burada kendini büyük gösterme eğilimi, sahip ve egemen olma arzusu en saf haliyle görülür. Bu bireyler hayattan "alacaklı" olduklarına inanırlar; onlara yeterince sevgi, destek

veya maddi ödül verilmemiştir; başkalarıysa hak ettiğinden çok daha fazlasını almıştır. İyi yaşam piyangosunun talihlilerini kıskandıklarından, kaderin onları mahrum bıraktığı ne varsa almaya yönelik hasetli bir intikam arzusunun güdümündedirler. İster hile hurdayla isterse yakıp yıkarak olsun, amaçları hayatlarının boşluğunu telafi etmektir; bunu da, alın yazılarındaki haksızlığı ancak kendilerinin düzeltebileceği varsayımıyla meşrulaştırırlar. İçlerinde köpüren öfke ve hınç duygularından dolayı en büyük zevkleri başkalarının mallarının kontrolünü ele geçirmektir. Bazıları aleni suçlulardır. Pek çoğunda muazzam bir intikam dürtüsü vardır, insanları bir güç oyununun piyonlarıymış gibi manipüle ederler.

Oysa ne kadar başarılı olurlarsa olsunlar, haris antisosyaller genellikle sahip oldukları güç ve konum bakımından hep güvensiz kalırlar, hayatlarında eksik bı-




**ŞEKİL 5. 1** Antisosyal Kişilik Çeşitleri

* Kaçıngan
** Kompülsif
*** Şizotipal
**** Negativist
***** Sadist

rakılmış şeylerin nihayet telafi edildiğini asla hissetmezler. Sürekli kıskandıklarından ve haset ettiklerinden, şatafatlı ve savurgan bir maddiyat gösterisi veya tuhaf tüketim alışkanlıkları sergilerler; mesela güçlerini ve başarılarını başkalarına gösterebilmek için egzotik arabalar, evler ve incelikli mücevherler alırlar. Çoğu, içinde derin bir boşluk duyar; bu boşluk duygusuna, başka pek çokları gibi onlara da fırsat verilmiş olsa hayatlarının ne kadar farklı olabileceğine dair belli belirsiz hayaller eşlik eder. Bazıları adi hırsızdır, bazılarıysa kendi arzuları için insanları sömüren manipülatif girişimcilere dönüşür. Davranışlarının etkilerine dair pek az merhamet veya suçluluk duymakla beraber, hiçbir zaman sahip olduklarını yeterli hissetmezler, hiçbir zaman doyuma ulaşmazlar, ne kadar başarılı olurlarsa olsunlar bir yanları hep eksiktir, sonsuza kadar tatminsiz ve haris kalırlar.

## İtibarını Koruyan Antisosyal

Her antisosyal mal mülk veya güç peşinde değildir. Narsisist kişilikle ortak özellikleri olanlar, ne kadar cesur ve dayanıklı olduklarına dair imajlarını koruyup yayma arzusunun güdümündedirler. Antisosyal eylemler, başkalarının da onları fark etmesi ve hak ettikleri saygıyı göstermesine yöneliktir. Dolayısıyla bu kişiler küçümsenme olasılığına karşı her daim tetiktedirler. **İtibarını koruyan** antisosyalin önemli biri olduğunu, öyle kolay kolay göz ardı edilemeyeceğini, hafifsenemeyeceğini, itilip kakılamayacağını, ona kayıtsız kalınamayacağını toplumun bilmesi gerekir. Konumları veya becerileri hafife alındığında şiddetli bir patlamayla tepki verebilir, rakipleri geri adım atana dek abartılı ve tehditkâr pozlara girebilirler. İtibarını koruyan antisosyallerden bazıları yalnız takılır, bazıları ergenliklerinde çete faaliyetlerine bulaşır, bazılarıysa sürüye egemen olan alfa erkek konumlarını garantiye almak için saldırgan liderlik veya şiddet eylemleri sergileyerek akranlarını etkilemeye çalışır.

## Risk Alan Antisosyal

Kontrollü bir çevre içerisinde küçük riskler almak, serüven ve heyecan arayışını karşılamanın normal bir yoludur; çoğu insan lunaparklardaki hız trenlerini sever örneğin. Ne var ki bazıları için risk almanın amacı, can yakıcı olabilecek olası sonuçlara karşı cesur bir kayıtsızlık maskesi takınarak çevreyi etkilemektir. **Risk alan** antisosyallerde antisosyal ve histrionik özellikler bir arada bulunur. Bu kişiler, başkalarının hiç kuşkusuz tehlikeli veya ürkütücü bulacağı şeylere nasıl da kayıtsız kaldıklarının görülmesini isterler. Diğer insanlar korkuyla sinip kalırken, ucunda ölüm veya ciddi sakatlık riski olan bu kumarı oynamak onları hiç telaşa düşürmez. Sürekli bir risk arayışı söz konusudur çünkü mad-

di kazanç sağladığı için değil, kişiye uyarılmış ve canlı hissettirdiği için riskin kendisi bir ödüldür. Amaçları kendilerini korkusuz, gözü pek, cesur göstermek olsa da, normal insanlar onların hiperaktif biçimde tehlikeli risklerin peşinden koşmalarını çılgınlık ve hatta akılsızlık olarak görürler. İşin aslı bu antisosyaller birilerinin gözü önünde cesaretlerini test ederek onların ilgisini, alkışını ve hayranlığını toplama fırsatlarına düşkündürler. Aksi halde kendilerini günlük yaşamın sorumluluklarının ve sıkıcılığının kıskacında hissederler. Onları antisosyal yapan en önemli unsurlar, kendi eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmemeleri ve giderek daha da cüretkâr riskler alırken kendi hayatlarında veya başkalarının hayatlarında ortaya çıkabilecek sonuçları göz önünde bulundurmamalarıdır.

## Göçebe Antisosyal

Genel kanı antisosyallerin egemen kültürün değerlerini ayaklar altına alan iflah olmaz suçlulular olduğu yönündeyse de, bazı antisosyaller istenmediklerini, kenara atıldıklarını veya terk edildiklerini hissettiren topluluklardan kaçarlar. Çoğu antisosyal sosyal reddedilmeye düşmanca tepkiler verse de, bu kişiler toplumun sınırlarında dolaşıp karşılarına çıkan cılız kaynakları soğurmaya çalışırlar. **Göçebe** tür, antisosyali şizoidin ve/veya kaçınganın özellikleriyle bileşime sokar. Büyük bir kısmı kendini lanetlenmiş veya uğursuz hisseder, onları reddetmesi neredeyse kesin olan bir dünyanın kıyısında köşesinde var olmaktan başka bir şey arzulamazlar. Kendine acıma bataklığına bir kez saplanınca, toplumla ilişiklerini kesip çingenevari gezginlere, avarelere, başıboş gezen kimselere dönüşürler. Kendi güvenlik veya rahatlarına pek değer vermedikleri için evsiz bir halde oradan oraya sürüklenebilir; fahişelik yapabilir veya uyuşturucuya bulaşabilirler.

Dünyada kendilerine ait, rahat ettikleri bir yer olmadığını hisseden evlatlık çocuklar da bazen göçebe antisosyallerin izinden giderek oradan oraya dolanırlar. Gerçek evlerini veya biyolojik ebeveynlerini bulmaya yönelik sembolik bir arayışı andırır bu. Hissettikleri "hiçbir yerde olmama" hali, kendilerine ve başkalarına yabancılaştıklarının işaretçisidir. Bu nedenle göçebeler çoğu zaman, belli belirsiz biçimde gerçeklikten kopukmuş gibi dururlar ve kim olduklarına dair net bir şuurları yoktur. Diğer türlere kıyasla göçebe antisosyaller aldırışsız ve boş vermiş tutumlarından dolayı genelde nispeten zararsız görünürler. Bazıları sahiden de atıl ve korkak tiplerdir ama bazılarında derin bir öfke ve güceniklik mevcuttur. Alkol veya madde kötüye kullanımının sonucunda dürtüsel davranışlar sergileyebilir, yaşadıkları hüsranların acısını kendilerinden güçsüz kişilere acımasızca saldırarak veya cinsel tacizde bulunarak çıkarmaya kalkışabilirler.

### Habis Antisosyal

Antisosyal, paranoid ve sadist kişiliklerin karışımı olan **habis** antisosyaller genellikle antisosyaller arasında en az çekici bulunanlardır. Kavgacı, hınçlı, hırçın, kötücül, acımasız, kayıtsız, intikamcı ve kindardırlar; alışılagelmiş sosyal yaşama karşı nefret dolu ve yıkıcı tepkilerle bezeli davranışlar sergilerler. Paranoid kişiler gibi onlar da ihanete uğrama ve cezalandırılma beklentisi içindedirler. Gel gelelim basitçe sözlü tehditler savurmaktansa, o güne dek onlara yapılmış her tür haksızlığın intikamını soğukkanlı bir acımasızlıkla alarak sınırlarını güvende tutmaya çalışırlar. Onlara göre hassas duygular zayıflık emaresidir. Başkalarının iyi niyetinin ve nezaketinin arkasında, gard almayı gerektiren dalaverelerin gizlendiğini düşünürler. Sadist özelliklerin ön plana çıktığı durumlarda her an kavgaya hazır bir tutumu benimseyebilir, karşılık veremeyecek kadar güçsüzleri veya yaşadıkları dehşetten bilhassa keyif aldıkları kişileri kendilerine kurban seçerek güçlü benlik imgelerini onaylama eğilimi taşıyabilirler. Habis antisosyaller, güç gösterileriyle karşılaştıklarında gövde gösterisi yapma ve rakiplerini korkup çekilinceye dek baskı altına alma sanatında ustalaşmışlardır. Çoğu nadiren geri adım atar; bunun yerine karşılıklı restleşmeyi gittiği yere kadar tırmandırıp ancak alenen yenildiklerinde pes etmeyi tercih ederler.

## Tarihteki Öncüler

Antisosyal kişilik en azından Antik Yunan'dan beri bilinmektedir. 1800'lerde antisosyal davranışın kökeni, özgür irade ile belirlenimcilik arasındaki felsefi tartışmayla ilişkilendirilmiştir. Bu bağlam dahilinde, 1800'lerin hekimleri antisosyal kişilerin kendi davranışlarının sonuçlarını anlayıp anlamadıklarını doğal olarak merak ettiler. Pinel (1801, 1806) **la folie raisonnante [akla başvurabilen delilik]** adıyla anılan bir delilik biçiminden, herhangi bir zekâ sorunu bulunmayan ve eylemlerinin tamamen bilincinde olan kişilerde görülen dürtüsel ve kendine zarar vermeye yönelik eylemlere yatkınlıktan bahsetti. Pinel'in gözleminin amacı belli önkabuller doğrultusunda bir sav ortaya atmaktansa sadece tasvir yapmaktı. Her ne kadar psikopatolojinin zihinsel karmaşa olmadan da görülebileceği fikri, sonrasında Avrupa'nın tamamına yayılmışsa da bugün hâlâ hararetle tartışılan bir konudur.

Diğer hekimlerse antisosyal bireylerin karakterlerinin kusurlu olduğu, bu nedenle de ahlaki açıdan ayıplanmayı hak ettikleri görüşünü benimsemiştir. İlk olarak Prichard'ın (1835) kullandığı **ahlaki delilik** tabiri bu görüşü net biçimde yansıtır. Prichard'a göre bu kişiler önlerindeki seçenekleri anlıyorlardı ama davranışları bunaltıcı kompülsiyonların güdümündeydi. Ayrıca sendromun

kapsamını genişleterek içine çeşitli duygusal ve zihinsel rahatsızlıkları da dahil etmişti; tüm bunların ortak özelliği kendini içsel bir doğruluk, iyilik, sorumluluk duygusu doğrultusunda yönlendirme becerisinin eksikliğiydi. Normal insanın antisosyallerin veya psikopatların patolojik davranışlarıyla özdeşim kurması kesinlikle mümkün olmadığından, sırf bu bile bilimsel değer taşımayan ahlaki delilik kavramının bugün hâlâ cazibesini koruması için yeterlidir. Bu bölümün başında kısaca bahsi geçen Dahmer ve Mudgett iki örnek verirler. Toni daha hafif bir örnektir kesinlikle ama yaptığı şeylerin hayatındaki etkilerini neden bir türlü anlayamadığını yine de merak ederiz.

Sonraki yazarlarsa anatomik kusurlarla karakter kusurları arasında paralellikler öne sürdüler ama bunlar bugün bize komik gelecektir. Mesela bazıları spesifik serebral merkezin ahlakı yönettiğine inanıyordu (Maudsley, 1874). Nasıl ki renk körü insanlar varsa, bazıları da benzer şekilde ahlak körüydü. Antisosyallerin zaten birer suçlu olarak doğduklarını, hepsinde ortak özellikler bulunduğunu; çenelerinin büyük ve çıkık, kulaklarının kepçe, alınlarının eğimli, beden yapılarının güçlü kuvvetli olduğunu, solak olduklarını, cinsel gelişimlerinin erken gerçekleştiğini, ağrı hassasiyetlerinin bulunmadığını ve onları çevik kılan bir kas yapısına sahip olduklarını öne süren yazarlar da vardı (Lombroso, 1887). Stone (1993) toplumda suçluların nispeten farklı bir görünüme sahip olduğuna inanma ihtiyacı olduğunu, basmakalıp ve sıradan şeylerin ardına gizlenen gerçek psikopatlardan korunabileceğimiz düşüncesinin bizi rahatlattığını belirtir.

19. yüzyılın sonlarına doğru, psikiyatri ahlaki sınıflandırmalardan yavaş yavaş uzaklaşıp gözleme dayalı araştırmalara yöneldi. Koch (1891) ahlaki delilik kavramının yerine bu sendromu açıkça "beyin yapısının yetersizliği" olarak niteleyen **psikopatik aşağılık** kavramının getirilmesini önerdi (s. 54). Pinel'inkine benzer niyetler (ahlaki yerine bilimsel sınıflandırma yapma niyeti) taşımasına rağmen sözcük seçimi başarısızdı. İlerleyen dönemde "aşağılık" kısmı kullanılmamaya başlandı ve terim ABD'ye transfer oldu. Tam olarak "psikolojik patoloji" anlamına gelen psikopatik terimi, 20. yüzyılın ilk otuz senesinde varlığını sürdürerek bugünün antisosyal kişiliğinin çok ötesinde geniş bir yelpazeye yayılan rahatsızlıklara istinaden kullanıldı. Cleckley'nin 1941'deki çalışmaları, psikopati kavramının modern biçimini somutlaştırarak o günden bu yana hâlâ büyüyüp serpilmekte olan bir araştırma geleneği başlatmış oldu.

## Biyolojik Yaklaşım

Biyolojik unsurlar ikiye ayrılabilir: Organizmanın gelişimini doğrudan etkilediği bilinenler ve çoğu zaman sendromun ortaya çıkışına eşlik etmekle beraber gelişimsel rolü net olmayanlar. İlkinde mizaç ve bazı genetik koşullar, ikincisin-

deyse kalıtsal faktörler, fiziksel yatkınlık, hormon hareketleri, beyin yapısı ve nörotransmitter örüntüleri yer alır. En kesin ve ilginç sonuçların çıktığı araştırmalarsa biyoloji ile (psikopatoloji kavramıyla ilişkilendirilen) müşterek sosyal yaşam standartlarının ihlali arasında bağ kuranlardır. Aşağıdaki bulgular psikopat, antisosyal ve sosyal bireylere genellenebileceği gibi genellenemeyebilir de.

Sıradan gözlemciler antisosyallerin ve psikopatların onları sert, saldırgan, korkusuz, dürtüsel, çabuk sinirlenen ve heyecan arayışındaki kişilermiş gibi gösteren bünyesel mizaçları olduğu yönünde sıkça görüş bildirmişlerdir. Bu tür özellikler doğal olarak, kişileri yaşamda belli bir yöne doğru yönlendirir; yani onları sosyal uyuma hizmet eden veya özgecil tutumlardan uzaklaştırıp, suç teşkil eden eylemlerin ve antisosyal davranışların gelişmesini destekler. Kitabının ilgi çekici bir bölümünde bu alanın öncül isimlerinden David Lykken (1995) *bull terrier* cinsi köpeğinden bahseder. Bu köpek ırkında *bulldog*ların gücü ve mizacı ile *terrier*lerin atikliği bir araya gelerek, Lykken'e göre, psikopatinin bir tür "hayvan modelini" ortaya çıkarmıştır. "Bu köpekler evdeki eşyaları güçlü çeneleri sayesinde kolaylıkla ve zevkle parçalar" der Lykken ve cezaya karşı neredeyse kayıtsızdır. Dolayısıyla *bull terrier* cinsi bir köpek yetiştirmek için gerçekten sabırlı ve tahammüllü olmak gerekir. Baumrind'in (1971, 1980) açıkladığı dört ebeveynlik tarzından yola çıkan Lykken, otoriter tarzda ebeveynliğin sonucunda güçlü (ama sert ve özellikle de zayıflara karşı tehlikeli) biriyle karşılaşınca itaat eden bireyler yetiştiğini savunur. Müsamahakâr ebeveynlerse sınır koyamadıklarından ortaya nihayetinde kontrol edilmesi mümkün olmayan bir hayvan çıkar. İhmalkâr veya reddedeci ebeveyn "zorba bir kanun kaçağı" yetiştirir. Lykken'e göre saldırgan genetik mirasına rağmen nihayetinde sosyal, sadık ve kontrol edilebilir bir hayvanı ancak katı ama sevecen bir otoriter tutumla elde edebilirsiniz.

Aynısının, antisosyal ve psikopatların sosyalleşme süreçleri için de geçerli olduğunu varsayabiliriz. Ebeveynler sıkça, taşkınlık yapan çocuklarının başından beri böyle olduklarını, cezalara bana mısın demediklerini, kontrole katı bir direnç gösterdiklerini ve neredeyse doğdukları günden bu yana idare edilemez olduklarını anlatırlar. Bu çocuklar çevreyi keşfederken daha girişken davranırlar, çoğu zaman başkalarının sınırlarını ihlal ederler ve başlarını belaya sokmaya doğal bir yatkınlıkları vardır. Keskin sınırlar ve yeterli ebeveynlik olmadan, bu çocuklar inatla burunlarının dikine giden, sosyal açıdan yabani kalmış *bull terrier* yavrusuyla aynı kadere mahkûmdurlar. Sabır, istikrarlı disiplin ve olumlu rol modelleri sayesinde bir umut, biyolojik temelli saldırganlıklarını zapt etmelerine veya hiç değilse sosyal açıdan kabul edilebilir kanallara aktarmalarına imkân tanıyacak (yani psikodinamik yaklaşımın yüceltme dediği şeyi yapacak) kadar güçlü değer sistemlerini içselleştirebilirler.

Tüm bunlar bir yana, insan ırkında bile en iyi ebeveynlerin dahi sosyal hayata kazandıramayacağı (normal, geleneksel, sevgi dolu bir çekirdek ailede doğmuş ancak sosyal normları ciddi ölçüde ihlal eden) çocukların olduğu anlaşılıyor. Cleckley (1988) bu tür örnekler verir, ki bunlar arasında cinayet işleyen, dolandırıcılık yapanlar da vardır. Cleckley (1950) o dönem birincil psikopatlar adıyla anılan bu bireylerin "semantik afazi" dediği bir şeyden mustarip olduklarını savunmuştur. Semantik, anlama istinaden kullanılır; afazi ise dilin anlaşılmasıyla veya üretilmesiyle ilgili olduğu düşünülen bozukluklar kümesidir. Cleckley'nin kanaatine göre ise dili anlama becerileri normal olmakla beraber, psikopatlar duygusal deneyimin anlamını idrak ve ifade etmek konusunda doğuştan gelen bir zaafa sahiptirler.

Davranışlarının yol açtığı ıstırabı anlayamadıklarından vicdanları gelişmez. Hal böyle olunca da empatiden veya vicdan azabından yoksun kalırlar. Çoğu kurnaz ve hesapçıdır, kişilerarası iletişimin duygusal mekanizmasını öğrenmeye uğraşırlar, bu da bozukluğu maskeler. Buna rağmen hicap, utanç veya korkaklık gibi duygular onlara hiçbir şey ifade etmez. "Özür dilerim" veya "Beni çok mutlu ettin!" gibi sözler psikopatların gözünde anlamsız sosyal teamüllerden ibarettir. Hatta bazı psikopatların sırf insanların duygusal tepkilerini, "bam telini" daha iyi anlayabilmek için psikoloji kitaplarına başvurduğu bilinir; empati sahibi sosyal kişilerin yabancı dünyasına uyum sağlayabilmek için uyulması gereken bir "acı reçetedir" bu.

Son birkaç onyıllık süreçte Cleckley'nin savları deneylerle test edildi ve ortaya pek çok ilginç bulgu çıktı. Örneğin çoğu insan sol kulaktan değil sağ kulaktan aldığı dilsel verileri daha hızlı işlemden geçirir. Her kulağın işitsel siniri doğrudan zıt yarıküreye bağlandığından, sağ kulağı beynin sol yarıküresindeki dil merkezlerine bağlayan yolak basitçe daha kısadır. Öte yandan sol kulaktan gelen bilgi önce sağ yarıküreye uğrayıp oradan soldaki dil merkezlerine geçmek zorundadır; yani çok daha uzun bir yol izler. Gel gelelim yapılan çalışmalarda psikopatların normal insanlara kıyasla sağ kulakta ufak da olsa bir hız avantajı taşıdıkları görülmüştür (Hare ve McPherson, 1984). O halde bu kişilerin dil becerilerinin sol yarıkürede toplanmamış olduğu düşünülebilir.

Psikopatların dille ilişkilerinde başka tuhaf farklar bulan daha nice çalışma vardır. Normal katılımcılar cümlelerin veya resimlerin duygusal boyutuna güçlü tepkiler verirler, psikopatlarsa böyle tepkiler vermezler (Williamson, Harpur ve Hare, 1991). Keza gündelik dildeki nötr ve duygusal sözcükler arasındaki ayrımın üzerinde de normal insanlar kadar durmazlar (Louth, Williamson, Alpert, Pouget ve Hare, 1998). Korteksteki bilgiişlem örüntülerini gösteren serebral kan akışı çalışmaları, duygu ifade eden sözcüklerin psikopatlarda psikopat olmayanlardan farklı işlemlendiğini ortaya koymuştur (Intrator, Hare, Stritzke ve

Brichtswein, 1997). Gillstrom ve Hare (1988) psikopatların dilinin daha küçük kavramsal birimlere ayrıldığını öne sürer. Bu ve diğer pek çok çalışma bir araya geldiğinde Cleckley'nin orijinal hipotezini destekler.

Bazı araştırmacılar da kabaca beynin işleyişini mercek altına almıştır. Uzun vadeli planlar yapma, hedeflerin ve alt hedeflerin koordinasyonu, muhakeme ve dikkat gibi yürütücü işlevler frontal lobu akla getirdiğinden, beynin bu bölgesine yönelik çalışmalar psikopatların anlaşılmasıyla doğrudan ilişkilidir. Kaydedilen beyin dalgaları yetişkin psikopatların EEG örüntülerinin küçük çocuklarınkine benzediğini gösterir; bu da beynin fiziksel gelişiminde bir gecikme olabileceğini düşündürür. Gel gelelim bu bulgular tartışmalıdır (Hare, 1993). Frontal lob faaliyetindeki bozuklukların psikopatların ahlaki konulara kayıtsızlığını açıklayabileceğini iddia edenler bile vardır (Elliott ve Gillett, 1992). Deckel, Hesselbrock ve Bauer (1996) sol frontal lobda faaliyet artışı ile antisosyal kişilik bozukluğu görülme olasılığının düşmesi arasında bir ilişki bulmuştur. Alzheimer hastalarına kıyasla, frontal ve temporal lob demansı olan kişiler (saldırı, teşhircilik ve mağaza hırsızlığı da dahil olmak üzere) daha fazla antisosyal davranış sergilerler (Miller, Darby, Benson ve Cummings, 1997). Ayrıca frontal loba gelen travmatik hasarların en bilinen etkilerinden biri, eyleme dökme davranışıdır. Siever, Klar ve Coccaro (1985) antisosyal kişilerde kortikal uyarılmanın daha az olduğunu, ancak bu kişilerin motor açıdan kendilerini daha az kontrol edebildiklerini, haliyle de düşünemeden eyleme geçmeye meyilli olduklarını savunur.

Bir diğer araştırma geleneği (Eysenck, 1964; Lykken, 1957; Quay, 1965) psikopatları fizyolojik olarak uyarmanın zor olduğunu iddia eder. Fizyolojik tepkiler, başta korku olmak üzere pek çok duygunun nasıl deneyimlediğiyle yakından ilişkilidir. Uyarılamayan bu kişiler nesnel bir tehditle karşı karşıya oldukları durumlarda korkusuz görünürler ve deneyimlerden ders çıkaramazlar. Yüksek ses veya elektrik akımı gibi nahoş uyaranların beklentisi içinde olmanın normal kişilerin nabızlarını yükselttiğini, psikopatlarınkindeyse herhangi bir değişiklik gerçekleşmediğini veya ancak son anda bir yükselme yaşandığını gösteren sayısız çalışma vardır (Hare, 1978). Tehlikeli olma potansiyeli taşıyan durumları kendi korkularını tartarak tespit edemediklerinden, riske rağmen bir hışımla atılıverirler. Bu kusurları, nihayetinde yaşam biçimine dönüşür. Danimarkalı ergenlerle yapılan bir çalışmada, düşük otonomik taban çizgisinin gerçekten de on yıl sonrasındaki suç davranışını haber verdiği görülmüştür (Loeb ve Mednick, 1977). Bu tür bireylerin hayattan her daim sıkıldıkları ve bu doğrultuda, sırf yaşadıklarını hissedebilmek için bol miktarda duyumsamaya ve uyarılmaya ihtiyaç duyduklarını savunan yazarlar da vardır. Nice antisosyalin ve psikopatın "ortalığı biraz hareketlendirme" eğilimi herkesin malumudur.

## *Odak Noktası: Araştırma*

### Alkolizmi Kişilik Aracılığıyla Anlamak

**Farklı Alkolik Tipleri**

Alkolizmin tedaviye direnç göstermesinin nedenlerinden biri, her alkoliğin farklı olmasıdır. İnsanların başka başka nedenlerle içtiğini gören araştırmacılar, bu hastalığın arkasındaki etkenleri daha iyi anlamak amacıyla kişiliğe yönelmişlerdir. Cloninger (1987a) kendi geliştirdiği nörobiyolojik kişilik özellikleri modeline dayanarak iki tip alkolizm öne sürmüştür. Cloninger'in Tip 1 alkoliğinin zarardan kaçınma eğilimi ve ödül bağımlılığı yüksek, yenilik arayışıysa düşüktür. Bu kombinasyon bağımlı ve kaçıngan kişilikleri andırır. Tip 2 alkolikteyse yenilik arayışı yüksek, zarardan kaçınma ve ödül bağımlılığı düşüktür. Bu kombinasyon da antisosyal kişiliğin özelliklerine yakın düşer. Cloninger'in spekülasyonları, sırf bu risk altında olduğunu söylediği iki kişilik tipinin kendi kavramsal modelinde iki zıt uca düşmesi bakımından bile ilginçtir (bkz. 1. Bölüm, Şekil 1. 5). Kaçıngan-bağımlı tip hayatın stresinden uzaklaşmak için, antisosyal tipse doğrudan sarhoş olmanın teşvikiyle içme eğilimindedir.

Kuram yalnızca olasılıklar öne sürebileceğinden ardından mutlaka ampirik araştırmaların gelmesi gerekir. Yapılan çalışmalar, antisosyal kişilik bozukluğunun gerçekten de alkolikler arasındaki en yaygın kişilik bozukluğu olduğunu ortaya koymuştur (Hesselbrock, Meyer ve Keener, 1985). Gel gelelim alkoliklerde tespit edilen başka kişilik bozuklukları da vardır. Antisosyale ek olarak Morgenstern, Langenbucher, Labouvie ve Miller (1997) araştırmalarında çok sayıda sınırda ve paranoid kişilikle karşılaşmışlardır. Bu bozukluklar Cloninger'in modeliyle doğrudan paralellik göstermese de, alkolizme yatkınlıklarını karakteristik özellikleri bakımından anlamak mümkündür. *DSM-IV*'te belirtildiği üzere sınırda kişilikler kendilerine zarar verecek dürtüsel şeyler yapma (örneğin aşırı para harcama, sorumsuzca araç kullanma, aşırı yeme ve madde kullanma) iznini kendilerine tanımaya meyillidirler. Aşırı alkol tüketimi de aynı amaca hizmet eder. Ayrıca sınırda kişiliğin çoğu zaman duygusal iniş çıkışlarla ve kronik depresyonla ilişkilendirildiği düşünüldüğünde, alkol tüketiminin bir anlamda kendi kendini tedavi etme çabası olduğu, yani kaotik yaşamın artılarıyla eksilerini "denkleştirme" çabasıyla yapıldığı söylenebilir. Benzer bir durum paranoid kişilik için de geçerlidir. Doğaları gereği yüksek sosyal kaçınma içinde olan paranoidlerin, her daim içlerinde olan korkuları yatıştıran alkolden yardım aldıklarını hissetmeleri muhtemeldir. Diğer yandan, daha sonra yapılan çalışmalar alkolizmin bağımlı kişilikte nadiren görüldüğünü ortaya koymuştur. Cloninger'in orijinal alkolizm ve kişilik bozukluğu kuramı şu an biraz kusurlu kaçsa da, daha büyük çaptaki önermesi (yani alkolizmin kişiliğin tamamı bağlamında ele alınması gerektiği) kalıcı bir bulgudur.

Psikopati veya antisosyal kişilik için daha pek çok biyolojik temel önerilmiştir. Cloninger (1987b) birincil psikopatın heyecan arayışının yüksek, zarardan kaçınma arzusunun ve dışarıdan gelen ödüllere bağımlılığının ise düşük oldu-

ğunu söyler; bunlar kendi geliştirdiği nörobiyolojik kişilik modelinin üç temel boyutudur. Cloninger'e göre bunlar saldırgan, zıtlaşmaya meyilli, fırsatçı kişilerdir, ki bu bağlamda Cleckley'nin psikopatını andırırlar. Gray (1987) duygusal davranışı kontrol eden üç beyin sistemi olduğunu savunur. Bunlardan biri olan davranış ketlenmesi sistemindeki bireysel farklar, geçmişte yaşanan olumsuz olaylara bazı insanların güçlü tepkiler vermesine, bazılarınınsa neredeyse tepki bile vermemesine yol açar. Eğer bu sistem zayıfsa, korkuya karşı koşullanma zayıf olur ve kişide kaygı eksikliği görülür.

Başka bir dizi nörokimyasal bulgu daha bildirilmiştir. Düşük serotonin düzeyleri ile genel anlamda kişilik bozukluklarında görülen saldırganlık, şiddet, dürtüsellik arasında ilişki kurulmuştur (Siever ve Trestman, 1993). Düşük serotonin düzeyi ayrıca antisosyal kişilik bozukluğu ve ona eşlik eden madde kötüye kullanımıyla da ilişkilendirilmiştir (Moss, Yao ve Panzak, 1990). Benzer şekilde, saldırgan yetişkin erkek suçlularda (Virkkunen, 1985), davranım bozukluğu olan erkek çocuklarda (McBurnett, Lahey, Rathouz ve Loeber, 2000) ve davranım bozukluğu olan ergen kızlarda (Pajer, Gardner, Rubin, Perel ve Neal, 2001) kortizol hormonunun düşük seviyelerde seyrettiği görülmüştür. Erkeklik hormonu testosteronun yüksek seviyelerde olması erkek gazilerdeki antisosyal davranışlarla ilişkilendirilse de (Dabbs ve Morris, 1990) üniversite öğrencilerinde aynı bulgu elde edilememiştir (Dabbs, Hopper ve Jurkovic, 1990). Pek çok çalışmada antisosyal davranışı veya suç davranışını genetik mirasla bağdaştıran bulgulara rastlamak mümkündür (örneğin Cloninger, Reich ve Guze, 1978; Grove, Eckert ve Heston, 1990). Bu da, bu sendromların en azından bir miktar genetik zemini bulunduğunu düşündürür.

## Psikodinamik Yaklaşım

Klasik psikanalize göre insan, idin içgüdüleri ile sosyal etkenler arasındaki amansız çatışmaların kıskacında sonsuza kadar kalmaya mahkûmdur. Freud zihinde üç yapı tasavvur etmiştir: id, ego ve süperego. Kişiliğin en ilkel ve doğuştan gelen tek parçası olan id, haz ilkesine göre çalışır. Cinsel ve saldırgan dürtüler hemen, doğrudan tatmin edilmelidir: Eğer biri sizi kızdırırsa onu öldürürsünüz; heyecanlandırırsa, onunla ilişkiye girersiniz.

Bu stratejinin kendince cezp edici bir yanı olduğu kuşkusuzdur ama gerçek hayatta bu tür dürtülerin farklı bir yere kanalize edilmesi veya ertelenmesi gerekir. Psikodinamik yaklaşımda normal gelişim benmerkezli, anlık doyumların ertelenmesi doğrultusunda seyreder. İlk olarak gerçeklik bazen serbest eylemlere kısıtlama getirip ertelemeyi mecbur kılar. Bazen ödül ancak belli bir davranış dizisini izleyerek elde edilebilir; örneğin yeni bir araba almak için yeterli para

gerekir, yeterli parayı kazanmak için düzgün bir iş, o işe girmek için de belli bir eğitim almak. Organizmanın ihtiyaçlarını gerçek dünyanın pratik kısıtlamaları ve fırsatlarıyla eşleştirmek, gerçeklik ilkesi doğrultusunda egonun işidir.

İkincisi, anlık tatmine yönelik kısıtlamaların bir kısmını da süperego dayatır. Sosyalleşme, yaşamın ilk yıllarındaki bağlanma deneyimleriyle başlayıp yetişkinliğin başlarına kadar süren uzun ve karmaşık bir süreçtir. Katı ama sevecen rol modelleri sayesinde normal çocuklar başkalarının da, en az onlarınkiler kadar değerli olmakla beraber onlardan farklı hayatlara, duygulara ve potansiyellere sahip ayrı varlıklar olduklarını öğrenirler. Normal insanlarda ebeveynlerin değerleri ve yasakları, vicdan ve ego ideali olarak içselleştirilir. Vicdan kısıtlamalardan ve yasaklardan (yapmamanız gerekenlerden), ego idealiyse kendini gerçekleştirmeye yön veren değerlerden (özgüven kazanmak ve birey olarak kendinize has potansiyelinizi gerçekleştirmek için yapmanız gerekenlerden) oluşur. Süperegonun oluşmasına vesile olan sürece **içe atma** denir; bu süreçte, adı üstünde, dışarıdaki bir şey alınıp içeri konur. Süperego Freud'un ahlak ilkesi dediği şey doğrultusunda hareket ettiğinden ahlak kurallarını delmek suçluluk duygularına sebep olur, ego idealini karşılamaksa kişinin kendisiyle gurur duymasını, kendisine saygı beslemesini sağlar.

Antisosyal kişiliği bu klasik psikanalitik çerçeveden kolayca anlayabiliriz. Ego gelişir, süperego gelişmez. Kişiliğin tamamı, çocuksu id ile onun haz ilkesinin egemenliği altında kalır (Friedlander, 1945). Entelektüel işlevler ve gerçeklik sınaması sağlam kaldığından bu tür bireyler, Prichard'ın sözleriyle ifade edecek olursak bir bakıma "ahlaki deli" görüntüsü sergilerler. Nasıl ki klasik psikanalitik kuramın savunduğu üzere id tamamen kendi anlık hazlarına odaklıysa, antisosyaller de sosyal yaşamın müşterek standartlarını dürtüsel ve benmerkezci biçimde ihlal ederler. Nasıl ki id seks ve saldırganlığın güdümündeyse, aynısı antisosyallerin davranışları için de geçerlidir. Nasıl ki id hep anlık doyum talep ederse, antisosyaller de kısa vadeye odaklanır, ileriyi düşünemez veya davranışlarının sonuçlarını öngöremezler. Nasıl ki id dışarıya kapalı duruyorsa, antisosyaller de benmerkezcidir, diğer insanların varlığını takdir edemezler. Nasıl ki id yalnızca kendi dürtülerini tanırsa, antisosyaller de ancak kendi tatminlerine yönelik bencilce bir yoldan ilerler ve üstüne ikinci kez düşünmez, vicdan azabı duymaz, başkalarını göz önünde bulundurmazlar. Nasıl ki ahlak ilkesi id için bir anlam ifade etmiyorsa, sosyal teamüller ve idealler de antisosyal kişinin gözünde önemsizdir. Nasıl ki idin mahrumiyete tahammülü yoksa, antisosyallerin de yoktur; somut ceza tehdidi onları caydırmadığı müddetçe, ödül karşılığında eylemlerini erteleme beceresinden mahrumdurlar.

Aslına bakılırsa antisosyal kişiliğin en çarpıcı özelliği herhalde vicdan eksikliğidir; sırf süperegonun normalde sağladığı ketleyici kontrol işlevinin vicdan

gelişiminde taşıdığı önem açısından bile söylenebilir bu. Freud bu tür bireylerle pek ilgilenmemiştir ama suçlular arasında "hiç suçluluk duymadan suç işleyen, ya ahlaki sınırları hiç gelişmemiş ya da toplumla yaşadıkları çatışma bağlamında hareketlerini meşru gören" kişiler olduğunu o da fark etmiştir (1916/1925, s. 333). Antisosyallerde eylemlerini ölçülü düzeyde tutacak bir içsese veya içsel sansüre pek rastlanmaz. Kendi dürtülerinin, isteklerinin ve arzularının aciliyetine kıyasla toplumsal kısıtlamalar onlara soyut, muğlak, uzak ve ilgisiz gelir; kendi dürtüsel, yıkıcı ve umursamaz davranışlarını ketlemelerine, yarıda kesmelerine yetecek kadar somut değildir. Vicdan olmayınca diğer insanlar tatmin üretiminde kullanılacak hammaddelere dönüşür. Tecavüzden hüküm giymiş bir antisosyal "Kıçı güzeldi, ben de kendimi buyur ettim" diyordu (alıntılayan Hare, 1993). Hatta antisosyaller, temel insan haklarını ve insanın onurunu ciddi ölçüde ihlal etmenin sosyal ve hukuki yaptırımlarının bilincine hiç varmayabilirler. Hareketlerini kısıtlamayı başaran sosyal kurallaraysa sadece şu veya bu yolla üstesinden gelinmesi gereken can sıkıcı detaylar olarak yaklaşırlar.

Vicdan eksikliği tüm antisosyallerde ve psikopatlarda ortak görünmekle beraber, gerçeklik ilkesinin ne derece gelişmiş olduğuna bağlı olarak bunun yansıması kişiden kişiye değişebilir. Bazıları sosyal kısıtlamaları aşarak başkalarını sömürme ve kendi ihtiyaçlarını tatmin etme bakımından hayli beceriklidir. En az daha dürtüsel antisosyaller kadar nedametsiz ve benmerkezci olan bu kişiler daha sinsi ve plancıdırlar; haliyle de daha aldatıcı ve tehlikelidirler. Hervey ve Cleckley'nin (1988) tabiriyle bunlar "akıl sağlığı maskesi" takarlar. Herhangi bir vicdan veya kısıtlama olmayınca, egoları akla gelen her tür doyum imkânını sonuna kadar değerlendirmekte özgür kalır. Diğer insanlar varoluş aksesuarları gibidir; manipüle edilip, bencilce kullanılıp bir kenara atılabilirler. Sosyal kurallara uymak ahlaki bir hassasiyetten kaynaklanmaz; cezadan kaçınmayı sağlayan pratik bir gereksinimden ibarettir.

Çoğu antisosyal ve psikopat ince duyguları kavramayı dahi imkânsız bulsa da, bu bireyler duygusal ifadelerin iletişimin temel birimi olduğu bir dünyaya uyum göstermeyi öğrenir, sosyal teamüllere dair hassas bir entelektüel farkındalık geliştirir, ilişkisel durumları tartma becerisini edinirler. İnsan ilişkilerine dair bilgileri sayesinde kurbanlarını kandırıp manipüle etmek için, gerektiği takdirde bukalemun gibi kılık değiştirip empati duyuyormuş taklidi yapabilir (Bursten, 1972), toplumun en saygın meslek gruplarında bile kendilerini kabul ettirebilirler (Cleckley, 1988). Soğuk ve hesapçı varoluşları, id ile entelektüel kurnazlığın el ele vermesinin ürününü ortaya koyar. Ayrıca mantık yürütme kapasitesinin insan olmayı açıklamaya tek başına yetmediğini bize gösterir.

Antisosyaller savunma mekanizması fakiridir. Kişilikleri büyük oranda gerçeklik ilkesine göre hareket ettiğinden kendilerini savunmaları gereken pek

bir şey yoktur. Çoğu insan başkalarının beklentisi doğrultusunda kaygı veya suçluluk hisseder. Birini hayal kırıklığına uğratmaktan, insanların bizden umduğunu bulamamasından, yeterince iyi iş çıkaramamaktan vs. korkarız. Bunlar içsel ebeveyn temsillerimizdir; anne babamızın, diğer rol modellerimizin sosyal hayatımıza yön veren içselleştirdiğimiz sesleridir. Düşmancıl saldırgan duygular normal insanlarda da var olabilir ama bunlar bastırılır, yerleri değiştirilir, dönüştürülür veya tıpkı kompülsif kişilikte olduğu gibi aşırı itaatkârlığa evrilir. Dolayısıyla kaygı için empati kapasitesi gerekir: Başkalarının bakış açısını benimseyip kişinin kendisinin nasıl algılanabileceğini değerlendirebilmesi lazımdır. Kişinin cazip olmayan yanlarına dair başkalarında oluşabilecek imajı kendi ego idealiyle kıyaslama kapasitesine sahip olmayı gerektiren utanç veya mahcubiyet gibi duygulara karşı çoğu antisosyal köseleye benzer (Stone, 1993).

Nicesi, seyircileri etkilemek için en vahşi suçlarıyla böbürlenir ama ufak tefek kabahatlerinden bahsetmez. Bu tür antisosyaller narsisist büyüklenmeciliklerini doyurmak amacıyla insanları "uyutmaktan" hoşlanırlar (Bursten, 1973). Yanlışlıkla cinayetten hüküm giymiş masum bir adam, tahliyesinde şöyle demişti: "Neyse ki cinayetle suçlanıyordum, çünkü o zaman insanlar size biraz saygı duyuyorlar." (alıntılayan Lykken, 1995)

Ne hayatlarına dair bir hedefleri ne de başkalarının fikirlerini takdir etme kapasiteleri olan antisosyaller, hiçbir engelle karşılaşmadan arzularını tatmin edebilecekleri bir yaşam sürmek isterler. Onların varoluşlarında nevrotik kaygıya yer yoktur. Kaygı duysalar bile bu büyük oranda yakalanma ve cezalandırılma korkusuyla; yani süperegonun ahlaki kaygısıyla değil egonun gerçekçi kaygısıyla alakalıdır. Mesela yalanları yakalanan antisosyaller bundan ders çıkaracak olsalar, bu ders anca daha iyi yalan söylemeleri gerektiği olur. Normal insanlar davranışlarını kendilerince bir mantık çerçevesine oturturlar. Antisosyallersee bu mantık çerçevesini sadece davranışlarını başka insanlara makul gösterebilmek için kullanırlar. Davranışlarından sorumlu tutulduklarında, büyük sosyal norm ihlallerini hayli hafifleterek anlatma eğilimindedirler (McWilliams, 1993). Böylelikle aile içi şiddet "fikir çatışması", hırsızlıksa "cahillik etmek" oluverir. Öfkelendiklerinde kendilerine hâkim olamazlar; duygularını eyleme döker, çatışmayı davranış boyutuna taşırlar. Kendilerini savunma amacıyla, yaptıkları saldırıyı meşru kılmak için bazen bu eyleme dökmelerin yanına yansıtma da eklenebilir. Bu tür durumlarda antisosyaller önce başkalarının niyetini kötüye yorar, ardından da karşı saldırıya geçerek kendilerini "savunurlar". Artık kendini zulme uğramış bir mağdur olarak gören antisosyalin ödeşme ihtiyacı, davranışlarını haklı çıkarır.

## Kişilerarası Yaklaşım

Psikodinamik yaklaşım klasik olarak içsel çatışmaya, kişilerarası yaklaşımsa insanlar arasındaki ilişkilere ve aralarındaki etkileşimin gerek gelişim dönemindeki gerekse şimdi ve buradaki etkilerine odaklanır.

Kişilerarası gelenekte davranışlar çoğu zaman çevreye göre düzenlenir. Kiesler'a (1996) göre antisosyal kişilik neredeyse saf bir ilişkisel düşmanlık örneğidir. Şiddet bakımından iki farklı düzeyde tasvirler yapan Kiesler, orta düzey patoloji sergileyen antisosyallerin davranışlarını zıtlaşmacı, sinirlenmeye meyilli ve kaba olarak özetler (s. 14). Ayrıca çabuk tartışmaya girme, başkalarının duygularını görmezden gelme, işbirliğine direnç gösterme ve kavga çıkarma eğilimindedirler. Kiesler'e göre en uç halleriyse isyankâr, acımasız ve adidir (s. 15). İsteklerine engel olanlar karşısında arsızca başkaldırır, onlara amansızca saldırır, eziyet eder, onları suiistimal ederler. SASB modelini kullanan Benjamin de (1996) benzer bir tablo ortaya koyar. Gel gelelim Kiesler'dan farklı olarak Benjamin'in modelinde antisosyallerin, bir yandan diğer insanların onları kontrol etmeye yönelik her tür girişimine kuvvetle direnirlerken bir yandan da onları kontrol etme amacı güttükleri öne sürülür. Örneğin sırf dışarıdan bir otorite onları mecbur kılıyor diye, inat edip çocukların nafakasını ödemeyebilirler. Benjamin'e göre bu, antisosyal davranışlarla salt suç teşkil eden davranışlar arasındaki önemli bir ayrımdır. Suç teşkil eden davranışlar; ancak başkaları üzerinde bir tür kontrol sahibi olmak veya bu kontrolü sürdürmek gibi ekstra bir ilişkisel boyut taşımak kaydıyla, davranışların yol açtığı sonuçlara herhangi bir önem verilmediğinde antisosyal nitelik kazanır. Bu doğrultuda sadece kişisel çıkarlara hizmet etme amacı taşıyan bu tür davranışları antisosyal kişiliğin işaretçisi olarak göremeyiz.

Benjamin'e göre antisosyaller kontrol peşinde koşmakla kalmazlar, bir de bunu gururla yaparlar. Örneğin ister kandırarak olsun ister bilek gücüyle, insanları sömürmek onları gururlandırır; bu insanların hayatlarının nasıl etkileneceğiyse önemsizdir. Dolayısıyla ilişkide kontrolü ellerinde tutmak veya özerkliklerini ortaya koymak adına, en ufak bir suçluluk duymadan başkalarına fiziksel istismarda bulunabilir, hatta onları ciddi ölçüde sakatlayabilirler. Mesela antisosyal kocasının sadakatsiz davranışlarını onun yüzüne fazlaca çarpan bir eş, soluğu acilde alma riskiyle karşı karşıyadır. Antisosyallerin başkalarına saldırma ve hatta hayati tehlike yaratma eğiliminin önemli bir maksadı vardır: Diğer insanların kontrolü kendi ellerine almadan veya haklarına, refahlarına saygı gösterilmesini talep etmeden önce iki kere düşünmelerini sağlamak. Antisosyal, herkesin ona kendiliğinden itaat etmesi gerektiğine inanır.

Vaka 5. 2.'deki Oscar örneğini ele alalım. Oscar'ın yönetici kimliği onun saldırgan dürtülerini yüceltmeye yetmemişti. Yapıcı müdahalelerde bulunabil-

**VAKA 5. 2**

Bakım onarım birimi in sorumlusu olan Oscar, ilişkilerdeki sert ve buyurgan tarzı nedeniyle üniversitenin çalışan destek programına yönlendirilmişti. Daha önce aldığı iki randevuyu kaçırmıştı. Bugün de 20 dakika geç gelmişti. İş arkadaşlarıyla uzun süredir tartışmalar yaşıyordu ve bunların sıklığı giderek artmıştı. İşe nadiren vaktinde gelmesine rağmen son üç maaşında nasıl olduysa üniversiteden ek mesai ödemesi almayı başarmıştı; mesai kartları dolandırıcılık şüphesiyle incelenmekteydi. Hem müdürüne hem de altında çalışanlara karşı kavgacı bir tutum sergiliyordu. Diğer personelden nefesi in içki koktuğuna dair defalarca şikâyet gelmişti.

Oscar 33 yaşında, yaklaşık 1.85 boyunda, orta yapılı, esmer, yakışıklı. Sürekli diken üstünde bir hali var, her an patlamaya hazır, yerinde zor duruyor. Kendisini buraya getiren olaylar üzerine konuşurken için için kaynıyor. Hemen mağdur pozisyonuna geçip hayatın kendisine nasıl da acımasız davrandığına dair yürek burkan bir hikâye anlatmaya koyuluyor. Annesi hastanede yatıyormuş, çok hastaymış, vefalı biricik oğlundan başka ona bakacak kimsecikler yokmuş. İşi aksatması da hep bundanmış, annesiyle ilgilenmek zorundaymış, o ek mesai ücretini de zaten tedavi masraflarını ve annesinin kirasını ödemek, ayrıca alkolik kardeşine ve onun ayağına giyecek ayakkabısı dahi olmayan sekiz çocuğuna yardım etmek için kullanmış. Bunlar ilginç iddialar zira annesinin altı yıl önce öldüğü biliniyor ve bekâr kardeşini iki yılı aşkın süredir görmemiş.

Bir müddet sonra Oscar'ın hikâyesi yavaş yavaş açığa çıkmaya başlıyor. ABD'ye 4 yaşındayken kaçak gelmiş. Ailesi güneybatı yakasındaki çiftliklerde mevsimlik işçi olarak çalışarak geçinmiş. Ebeveynlerinden küçümser bir dille bahsediyor, olmadıkları bir şeymiş gibi davrandıklarını belirtiyor, hiç evlerinin olmadığını, fazla çocuk yaptıklarını, genelde sularının bile akmadığını ve eve hiç uğramadıklarını anlatıyor. Ona titiz davranmasını, saygılı olmasını, yanlarında çiftlik çiftlik taşıdıkları kitaplardan dersini güzelce çalışmasını tembihliyorlarmış. Oysa Oscar'ın otorite alerjisi her tür öğrenme fırsatını baltalıyordu. Arada bir ebeveynleri isyan edip otorite koymaya kalksalar da, bu ancak kısa ömürlü oluyordu. Ergenlik yıllarında, ağırlıklı olarak okuldan kaçma ve fiili saldırı suçlarından defalarca ıslah evine girip çıkmıştı.

Bu ilk görüşmenin teması güven. 18 yaşında evlenen Oscar karısından "kaltak" diye bahsediyor. Anlattıklarına bakılırsa yemekleri güzel değilmiş, çocuklara ve işine ondan fazla önem veriyormuş ve en fenası da iş çıkışı eve gelmezse sinirleniyormuş. Ayrıca ast üst ayırt etmeksizin kendi iş arkadaşlarını öfke içinde "kaltak" ile kıyaslıyor. Onlar da onu hiç takdir etmiyormuş, kapıyı çekip gitse hepsi yüz üstü yere yapışırmış. "Hayat onlara güzel" diyor, kırgınlığı her halinden belli. "Tüm yük benim omuzlarımda." Oscar öfkeli, terapiyi bir disiplin cezası gibi görüyor. Astlarının ve üstleri in davranışlarını kolay kolay unutmayacağını vurguluyor.

Oscar'ın soğukkanlı ve ölçülü bir konuşma tarzı var. Öfkesinin güdümüne girmeyen davranışları ne kadar planlı olsa da altta yatan hiddet ara ara kendini belli ediyor. Ona göre dünya düşmancıl bir yer olduğundan bazı durumlarda savunmaya geçmek, bazense saldırmak gerekiyor. İntikam planları sorgulandığında, donuk gözleri i kırpmadan "Kendileri kaşındılar" yanıtını veriyor.

Antisosyal Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

A. Aşağıdakilerden üçünün (ya da daha fazlasının) varlığıyla açığa çıkan ve 15 yaşından beri süregelen; başkalarının haklarını saymama, başkalarının haklarına saldırma örüntüsü.

1. Tutuklanması için zemin hazırlayan eylemlerde tekrar tekrar bulunma eylemiyle açığa çıkan, yasalara uygun toplumsal davranış biçimine ayak uyduramama.

2. Sürekli yalan söyleme, takma isim kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını atlatma davranışlarıyla açığa çıkan dürüst olmayan tutum.

3. Dürtüsellik ya da gelecek için tasarılar yapmama.

4. Tekerrür eden kavga dövüşler ya da saldırılarla açığa çıkan sinirlilik ve saldırganlık.

5. Kendisinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık.

6. Bir işi sürekli götürememekle ya da mali yükümlülüklerini tekrar tekrar yerine getirememekle açığa çıkan süreğen sorumsuzluk.

7. Başkasına zarar vermeye, kötü davranmaya veya başkasından bir şey çalmaya karşı lakaydiyle veya yaptıklarına kendince mantıklı açıklamalar getirmekle açığa çıkan vicdan azabı çekmeme hali.

B. Kişi en az 18 yaşındadır.

C. 15 yaşından önce başlayan davranım bozukluğuna dair kanıtlar vardır.

D. Antisosyal davranış şizofreni ya da bir manik epizodun seyrine münhasır değildir.

mek için astların güçlü ve zayıf yönlerinin bilinmesi gerekir. Oscar ise daha çok, tehditkâr ve baskıcıdır. Kendi müdürüyle bile kavga eder, ki psikolojik destek almaya yönlendirilmesine de bu sebep olmuştur. Karısından "kaltak" diye bahseder ve yaptığı her şeyi küçümser. Mağrur saldırganlık, öyküsünde ön plandadır. Ayrıca işe nadiren vaktinde gider, bazen herhangi bir açıklama yapmaksızın gitmez, hak etmediği anlaşılan ek mesai ücretlerini alır ve madde kullanımı iş hayatını baltalar. Terapiye geldiğinde, kendisini sevimli gösterecek bir hikâye uydurarak davranışlarını mazur göstermeye çalışır. Yaptıklarının yol açtığı sonuçlar umurunda değildir; onun stratejisi, kimsenin karşısına çıkmaya cesaret edemeyeceği kadar tehditkâr olmaktır. Terapiyi bile bir ceza olarak görüp intikam yeminleri eder, ona ayıp edenlerin "kendilerinin kaşındığını" söyler.

Oscar gibi çoğu antisosyal dünyayı Thomas Hobbes'un "doğa durumu" dediği noktada asılı kalmış halde görür: Rekabet kuraldır, hedef hayatta kalmaktır ve kimseye güvenilemez. Antisosyaller insan doğası üzerine pek düşünmezler ama düşündükleri kadarıyla da insanları tek saikleri güç ve kontrol olan doğuştan bencil yaratıklar olarak görürler. Dini inançları sorulan (Vaka 5. 1'deki) Toni "İsa'nın kimseyi sevdiği falan yok, en azından beni sevmediği kesin" yanıtını verdiğinde ve "Kimse bana yaptıklarından ötürü suçluluk duymadı bugüne kadar" dediğinde tam da bu dünya görüşünü ortaya koyar. Benzer şekilde Oscar da sorunlarını çözmektense intikam alma peşindedir. Bu tür tutumlar antisosyallerde tipik olarak görülür. Onlar için ahlak yalnızca bir yanılsama, iyilik zayıflık, güvense saflıktır.

Böylesi bir dünyada antisosyalin davranışlarının, özellikle de vicdan azabı duymamasının işlevsel bir uyum örneği olduğu düşünülebilir. Başkaları hep insandan faydalanmak veya insana zarar vermek isterken, asıl gelişkin bir vicdana sahip olmak patolojiktir. Suçluluk duygularına teslim olmak, kendinizi gelecekte tahakküm altına girmeye ve sömürülmeye açık hale getirmeniz demektir. Herkesin gizliden gizliye başkalarından faydalanmak için planlar yaptığı bir oyunda rakiplere karşı üstünlük elde etmeyi başarmak insanda bir tür zafer duygusu uyandırır.

Kişilerarası yaklaşım antisosyal kişiliğin gelişimini nasıl açıklar? İhmal edilen, kayıtsız kalınan, şiddet gören veya fiziksel istismara maruz kalan çocukların dünyayı soğuk ve acımasız bir yer olarak görmeye başlaması muhtemeldir. Bu tür çocuklar normal empatik hassasiyet örneklerinden mahrumdur. Başkalarının duygusal durumlarına nasıl hassasiyet gösterileceğini öğrenecekleri yerde, kırgınlıklarını içlerinde büyütür ve kendi eylemlerinin sonuçları üzerine düşünmeye yanaşmazlar. Ebeveynler yeterli denetimi sağlamazlarsa, geleceğin antisosyalleri saldırganlıklarını doğru düzgün kontrol etmeyi öğrenemezler. Hatta çoğu zaman akranlarına ve kardeşlerine bir şeyler yaptırmak için şiddete ve fiziksel

tehditlere başvurabileceklerini öğrenirler. Ayrıca şiddet gösteren bir ebeveyn şiddet için örnek teşkil eder. Bir ebeveynin diğerini tehdit ederek veya döverek baskılamasına şahit olan çocuklar bu örüntüyü er ya da geç kendi ilişkilerinde de tekrarlarlar.

## *Odak Noktası: Güncel Meseleler*

### Aile içi Şiddet

**Kim aile içinde şiddet uygular?**

26 yaşında bir erkek, karısını defalarca bıçaklayarak öldürmekten tutuklanmıştı. Olay esnasında madde etkisi altında olan adam, cesedi bir yandan televizyonda pornografik filmler izlerken diğer yandan vajinal birleşme yaşayabileceği şekilde konumlandırmıştı. Tutuklanmasının ardından yapılan psikolojik ölçümlerde antisosyal kişilik bozukluğu ve majör depresyon teşhis edildi (Meloy, 1996).

Bu vakanın uç bir örnek olduğu aşikâr olsa da, psikologlardan kişilerin ne denli "tehlike teşkil ettiğine" dair değerlendirme yapmaları sıkça talep edilir. Kimlerin şiddete yönelip kimlerin yönelmeyeceğini ayrıştırmak zordur ama Hare'in (1991) gözden geçirilmiş Psikopati Kontrol Listesi genelde yardımcı olur. Psikopati, altta yatan iki boyuttan oluşur. Bunların ilki, bozukluğun ilişkisel ve duygusal yanlarını yansıtır ve vurdumduymazlık, bencillik, başkalarını sömürmek, vicdan azabı duymamak gibi nitelikler barındırır. İkincisiyse *DSM*'nin sosyal açıdan sapkın yaşam tarzından bahseden antisosyal tanımına daha yakın düşer. Şiddet suçluları genelde bu ölçekte yüksek puanlar alırlar (Cornell, Warren, Hawk ve Stafford, 1996). Ayrıca araştırmalar, tahliye edildikten sonra psikopatların şiddet suçu işleme ihtimalinin psikopat olmayan suçlulara kıyasla dört kat daha yüksek olduğunu göstermektedir (Harris, Rice ve Cormier, 1991).

Bazı diğer araştırmacılarsa psikopatın şiddete yatkınlığını "şiddet ketleme mekanizmasının" işleyişindeki bir sıkıntıya atfetmişlerdir (Blair, 1995; Blair, Jones, Clark, & Smith, 1995). Çoğu hayvanda saldırganlığı düzenleyen ve karşı tarafın boyun eğdiğine dair sinyaller gelince saldırmaktan vazgeçmeyi sağlayan mekanizmalar vardır. Mesela rakipleri boyunlarını açınca köpekler kavgayı bitirir. Blair, Jones, Clark ve Smith (1997) psikopatlarda bu tür mekanizmaların çalışmadığını veya yeterli yanıtı vermediğini öne sürerler. Bu yazarların araştırmasına göre psikopatlar stres işaretlerine, örneğin ağlayan bir çocuğun yakından çekilmiş görüntüsüne eşiğin altında tepkiler vermektedir.

Psikopatın görünürdeki saldırganlığını ketlemede yaşadığı bariz güçlüğün aile içi şiddet alanında da yansımaları olur. Tam olarak kimin istismarcıya dönüşeceğini belirlemek güçtür. Her ne kadar aile içi şiddet toplumun her düzeyinde yaşansa da, sosyodemografik verilere bakıldığında ebeveynlerinde şiddet öyküsü olan daha genç, daha düşük gelirli ve daha az eğitimli ve antisosyal kişilik bozukluğu, depresyon, alkol ve madde kötüye kullanımı tanılarını almış erkeklerin fail olma ihtimallerinin daha yüksek olduğu görülmektedir (L. E. Keller, 1996). Bu metinde psikopatlar daha açık bir dille, kötü huylu antisosyal türü olarak ortaya konmuştur.

Benjamin (1996) can alıcı bir ayrım yapar: Erken yaşlarda istismara maruz kalınması antisosyal saldırganlığı açıklar ama aynısı özerklik ihtiyacı, kontrole direnç ve kontrol karşısında uyanan öfke için geçerli değildir. İhmal ve istismar özgül olmayan unsurlardır: Belki başta sınırda kişilikler olmak üzere çoğu kişilik bozukluğunun ve I. Eksen'deki bozuklukların önemli kısmına sahip insanların çocukluklarında bunların izleri görülür. Çocuğu özel olarak antisosyal yola sokan şey nedir peki? Benjamin'e göre bunun yanıtı ebeveynlik bağlamında aranmalıdır. "Geleceğin antisosyallerinin ebeveynleri çoğu zaman ihmalkâr olsalar da" der Benjamin, "olur olmadık zamanlarda sert disiplin uygularlar." Örneğin kokain kullanan bir anne ve alkolik bir baba aniden "eve çeki düzen vermeye" karar verebilir. Bu "aydınlanmamış despotlar", çocuğu sevgiyle ikna etmek veya sağlam bir duruş sergileyerek korumak yerine kontrolcü, aşağılayıcı ve suçlayıcı aşırı otoriter kimselere dönüşerek daha önceki ihmallerini telafi etme gibi maksadını aşan bir çabaya girişirler. Sert disiplin, hınç biriktirir; sürekli uygulanması halinde keyfi görünmeye başlar ve sırf tahakküm kurmak için uygulandığı kanısı doğar. "Hal böyle olunca da" der Benjamin, "antisosyaller her tür müdahale karşısında yoğun fakat örtülü bir öfke duyar, bağımsızlıklarına büyük önem verirler." Ebeveynler samimiyetle ilgilenmeye çalıştığı zamansa çocuk için gerçekte neyin iyi olduğundan büyük oranda bihaber oldukları anlaşılır. Buyrun size bir örnek: 14 yaşında bir fahişenin, kızının bu mesleğinin geçici bir heves olduğuna inanan annesi.

Genç antisosyaller ergenliğe ve suça doğru sürüklenirlerken, onları hayatta tutan şeylerden biri de kendilerinin bağımsız ve güçlü bireyler olduklarına dair birer benlik imgesi geliştirmiş olmalarıdır. Toplumun genelini zemin kabul edip ona karşı dışa vurdukları bu yanları doğrultusunda yalnızca bireyselliklerini ortaya koyan sıradışı davranışlardan keyif almakla kalmaz, aynı zamanda sosyal teamülleri hor görür, kaidelere karşı çıkar, toplumun hayran olduğu şeyleri hakir görür ve bunlar yerine saygısızlığı, sapkınlığı ve kendine yetebilmeyi yüceltirler. Temel arzuları; kişisel bağlar, sorumluluklar ve rutinler de dahil her tür kısıtlamadan kurtulmaktır. Başkalarının sorumsuzluk dediğine onlar özgürlük ve özerklik derler. Onlara göre manipülasyon, riyakârlık ve aldatma istisna değil kuraldır.

## Bilişsel Yaklaşım

Benlik ve başkalarıyla ilgili içsel modellere ağırlık vermeleri dolayısıyla bilişsel yaklaşımla kişilerarası yaklaşımın birbirini beslediği söylenebilir. Yine de bilişsel yaklaşımda ayrıca inançlar, beklentiler, atıflar, değerler ve kişilerin dünyalarını inşa ederlerken kullandıkları eşsiz ve oldukça öznel yöntemler de ele alınır.

Her kişilik gibi antisosyaller de entelektüel yetileri bakımından dağılımlı bir yelpaze oluştururlar. Gary Gilmore gibi bazıları neredeyse dâhilerin düzeyinde IQ puanına sahiptir; bazılarındaysa zekâ geriliği görülür (Hurley ve Sovner, 1995). Pinel'in (1801, 1806) ilk yazılarında tespit ettiği üzere, çoğu antisosyal ve psikopat berrak ve mantıklı düşünme becerisine sahiptir. Gel gelelim ileriye yönelik planlar yapma ve eylemlerinin sonuçlarını öngörme konusundaki başarısızlıkları, entelektüel yetilerinden beklenmeyecek kadar miyop olduklarını ortaya koyar. Onların gözünde iyi ve kötü, ilgisiz soyutlamalardır. Erdem, özgür eylemi karmaşıklaştırıp kısıtlayan tatsız ve sıkıcı bir meseledir. Shapiro (1965) dürtüselliği bilişsel bir tarz olarak ele alan ve psikopatideki riyakârlığa ve yalancılığa ayrı yer açan ilginç bir tartışma yürütür. Müteakip tartışma onun bu çalışmasına dayanmakla beraber bilişsel gelenekteki en güncel gelişmelerden ve psikopati araştırmalarındaki son bulgulardan da yararlandık.

Antisosyalin bilişsel tarzını en iyi; türün zihinsel mimarisinden doğan özellikleri bağlamında yani sapkın, benmerkezci ve dürtüsel sıfatlarıyla tarif edebiliriz. Aradaki farkı görmek için normal bir insanın bilinç akışını düşünün. Günlük yaşamda başımızdan geçenler doğal olarak bu bilinç akışına karışarak çeşitli çağrışımlar ve imgeler uyandırır; bunların hepsi bize bir yerden hitap eder ve derhal eyleme geçmemiz gerektiği mesajını taşır. Örneğin pizza reklamlarının amacı hem arzumuzu harekete geçirmek hem de bu arzuyu doyuracak nesneyi bize sunmaktır. Eğer reklam işe yararsa, süregelmekte olan faaliyet akışı aniden uyanan açlıkla kesintiye uğrar, bu da frontal lobdan gelen emirle sonuçlanır: "Telefonu al, sipariş ver, gelsinler." Her dürtü bu kadar çarpıcı değildir elbette. Bazıları bir an görünür gibi olur ama sonra sonsuza kadar buharlaşıp gider. Bazıları, üstüne daha derinlemesine düşünüldüğünde uzun vadeli yaşam hedefleriyle veya ahlaki ideallerle uyuşmadığı fark edildiğinden reddedilir. Yine de, daha da ödüllendirici görünen pek çok rakip dürtü varlığını sürdürmeye devam eder.

Normal insanlarda tecrübe edilen olaylar çoğu zaman, üstünde daha fazla düşünmeyi gerektiren olasılıklar barındırır. Mesela öğrenciler bir dersi alırlarken veya bırakırlarken gelecekteki iş imkânlarını, okulun uzayıp uzamayacağını, sıkıcı bir ders olup olmadığını ve ne kadar çalışmalarını gerektireceğini göz önünde bulundurmak zorundadırlar. Kısa vadeli kararlar uzun vadede etkili olduğundan, bu tür olasılıklar "kendimi ekonomik güvence altına almak ve aile kurmak" örneğindeki gibi daha üst düzey ve daha soyut olan kendini gerçekleştirme hedeflerini de kapsayan sistemin tamamı bağlamında ele alınmalıdır; her ne kadar bu hedeflere ulaşılması ancak gelecekte belirsiz bir noktada mümkün görünse de.

Dolayısıyla üst seviyedeki amaçların önemli bir işlevi vardır: Kısa vadedeki eylemlere rehberlik eder ve organizmanın aksi takdirde birbiriyle yarışacak sayısız alt düzey olanakları yönetmesine yardımcı olur. Bir konu üzerine kafa yordu-

ğunuz zaman, dikkatiniz üst düzey meselelerle daha güncel olan pratik meseleler arasında gidip gelir; genel amacınıza uygun olan, ona en iyi şekilde ulaşmanızı sağlayacak ara hedefleri ve olası eylemleri seçer, düzenler, bunların ince ayarlarını yaparsınız. Meşela ilginizi çeken o dersi şimdi almak yerine önümüzdeki dönemi bekleyebilirsiniz; hem programınız daha hafif olacağından daha rahat edersiniz hem de önümüzdeki dönem dersi, aralarda sürpriz testler ve tüm dönemi kapsayan finaller yapmaktan hoşlanan hocadan değil de öbüründen almış olursunuz. Tüm koşulları göz önünde bulundurunca anlık doyumun ertelenmesi gerektiği sonucu çıkar. İş dünyasında da, örneğin önemli insanlara iş mektubu göndermek şirkete gelecek kârlı siparişleri garanti altına alır, bu da terfi etmenizi sağlar, ki o da daha çok maaş, aile için daha fazla kaynak demektir, yani bir çocuk daha yapmayı düşünmeye başlayabilirsiniz.

Antisosyallerde ise bu tür yüksek hedefler ve ahlaki kısıtlamalar gibi birbiriyle etkileşen katmanlar, yani psikodinamik yaklaşımın içerik bakımından ego ideali ve vicdan olarak adlandıracağı unsurlar ya hiç yoktur ya da pek az gelişmiştir. Ne de olsa her ikisi de ebeveyn modellerinden türetilen değerlerin içselleştirilmesine bağlıdır. Bu doğrultuda antisosyal zihnin dikkatini çeken, içinde bulunduğu anın benmerkezci önemidir. Kendini gerçekleştirmeye yönelik hedefler ve ahlaki değerler bakımından büyük oranda eksik olan bilinç akışları, anlık doyuma ve ona engel teşkil edebilecek olasılıklara dair imge ve çağrışımlarla dolup taşar. Gerek Toni gerekse Oscar buna örnek teşkil eder. Tatminkâr göründüğü müddetçe istediğiniz her şeyi fizik kanunlarının elverdiği ölçüde deneyebilirsiniz. Yüksek düzey hedeflerin varlığı normal insanların hayatına bir temel ve devamlılık kazandırır. Antisosyallerin ise, bilinç akışları genellikle bir dizi saplantı ve hüsranın bölük pörçük biçimde bir araya gelmesinden ibarettir. Bu saplantı ve hüsranların ufkuysa sadece o ana dair ilgilerle, dolayısıyla antisosyallerin içgörü eksiklikleriyle, kusurlu davranış denetimleriyle ve başkalarını hedef alan keyfilikleriyle sınırlıdır.

Davranışları her zaman göze batacak biçimde veya uç düzeylerde olmasa bile, antisosyaller sık sık aksiliklerle karşılaşırlar. Nispeten aşağı düzeylerde yer alan somut hazların vaat ettiği doyum öyle güçlüdür ki, zihinleri başka bir şey düşünemez hale gelir ve bunlara erişmek uğruna daha üst düzey hedeflerden vazgeçerler; bu da hayattaki edinimlerinin kısa ömürlü olmasına yol açar. Örneğin daha önceki işlerinde pek dikiş tutturamamış olsa bile, antisosyal kişi kendini bir şekilde kabul ettirip yeni ve cazip bir işe girmeyi başarabilir ama sonunda ortalıkta bırakılan önemsiz bir şeyi çalmaktan kovulur. Neden böyle bir şey yaptığı sorulduğunda "Canım istedi, ben de aldım" gibi bir cevap verebilir. Oscar'da da benzer bir durum olduğu anlaşılmaktadır. Bir şekilde yönetici pozisyonuna gelmeyi başarmış olsa da, müdüründen ve çalışanlarından intikam

alma düşüncesi onu yiyip bitirmektedir. Gerçek sorunlarının olabileceği ihtimali henüz aklından dahi geçmemiştir.

Bu tür olaylar antisosyallerin, ya eylemlerle sonuçları ilişkilendiren zihinsel modeller yaratmakta sıkıntı yaşadıklarını ya da oluşturdukları modellerin anlık ödül ve doyumların etkisi karşısında son derece kırılgan olduğunu düşündürmektedir. Benmerkezci arzularına, olası sonuçları değerlendirmelerine yetecek kadar mesafe alamazlar. Planlı veya öngörülü davranamaz ve daha da önemlisi tecrübe biriktiremezler, zira bunun için öğrendiklerinden ders çıkarabilmeleri gerekir. Bunlar yerine, içinde bulundukları anın insafına kalmış halde yaşarlar. Geriye dönüp yaptıklarını değerlendirmesi istenen Gary Gilmore örneğin, şu yanıtı vermişti: "Yakalanana, polis beni vurana veya öyle bir şeyler olana dek... Düşünmüyor, planlamıyor, sadece yapıyordum." (alıntılayan Hare, 1993)

Antisosyallerin diğer iki başat özelliği olan can sıkıntısına tahammülsüzlük ve heyecan ihtiyacı da bu çerçevede anlaşılabilir. Normal insanların hayatının büyük kısmı, nihayetinde üst düzey hedeflere hizmet eden faaliyetlerden oluşur. Oysa antisosyaller yalnızca mevcut koşulları ve mevcut arzularını bilirler. An boşsa, hayat da boştur. Normal insanlar, ancak belli bir durumun (bir kariyerin, ilişkinin veya yeni bir bilgisayar oyununun) parametrelerini keşfetmeyi tamamladıktan sonra sıkılırlar. Antisosyallerde ise sıkıntı, kısa vadeli uyaran fırsatlarının olmadığı her bir zaman dilimi demektir. Antisosyal zihnin madde kullanımını bu kadar cazip bulması da belki bundan kaynaklanıyordur. Maddenin sağladığı "kafa" hem neredeyse anında etki eder hem de o esnadaki boşluk hissini dağıtan veya yapay algılarla dolduran içsel kaynaklı uyaranlar sağlar.

O halde pek çok antisosyalin sıkıntıdan kaçmak için kendi içinde heyecan uyandırma yolunu tercih etmesine şaşmamak gerek. İnsanlara zarar veren vurdumduymaz eylemler, sosyal normların alenen çirkin şekilde ihlal edilmesi, insanı hayrete düşüren düzenbazlıklar... Hepsi, o anı duyumlarla dolduran bir tür heyecan yaratmalarına yardımcı olan, dikkat dağıtıcı unsurlardan ibarettir. Diğer insanlar bu davranışları sorumsuzca ve ayıp görürler. Oysa antisosyallerin hayatlarını anlamlı kılan, en azından onlar için mümkün olduğu ölçüde anlamlı kılan yegâne şey budur. Aksi halde "şimdi"lerine beyhudelik, yaşamlarına ise hiçlik hâkim olacaktır.

Bilişsel tarz ekolü bilişsel yapılanmayla düşünme tarzı arasındaki etkileşimi incelese de, bilişsel terapi ekolü düşüncenin davranışa aracılık ettiği görüşündedir. Davranışı açıklamak için kişinin inançlarına bakmanız gerekir. Beck ve diğ. (1990) üç tip inanış tespit etmişlerdir: çekirdek, koşulsal, araçsal. **Çekirdek inanışlar** genelde bilinçli farkındalık düzeyinin altında işlev gösterir ve kişinin kendisine, dünyaya ve geleceğe dair görüşlerini düzenleyen mutlak ve kalıcı bir geçerliğe sahiptir. Çekirdek inanışlar diğer inanışların düzenlenmesinde, özellikle de **koşulsal**

**inanışlar** olarak bilinen, çeşitli davranışların olası sonuçlarına dair öngörülerde güçlü birer etkendir. Bu tür "*Eğer* şöyle yaparsam *o zaman* böyle olur" tarzı öngörüler davranışı olası sonuçlarla ilişkilendirir. **Araçsal inanışlar** ise çekirdek ve koşulsal inanışlar doğrultusunda yapılması gerekenlere istinaden kullanılır (Beck ve diğ., 1990). Araçsal inanışlar kişinin ne yapması gerektiğine dairdir.

Daha önce ana hatlarıyla verdiğimiz kişilerarası yaklaşımla uyumlu olarak, Beck ve diğ. (1990) antisosyallerin çekirdek inanışlarının merkezinde kendilerini güçlü ve bağımsız görme ihtiyacı olduğu kanaatindedirler. Dünya doğası gereği düşmancıl bir yer olarak görüldüğünden, hayatta kalmak için buna uygun çekirdek inanışlara ihtiyaç vardır; örneğin "Kendime göz kulak olmalıyım" veya "Avcı değilsem, avım demektir" (Beck ve diğ., 1990, s. 55). Antisosyaller, davranışlarını meşru kılmak için sırtlarını gelişimi yarım kalmış erdem anlayışlarına dayarlar: Göze göz, dişe diş. Biri sana zarar verirse, sen de ona zarar verirsin. Biri sınırlarını ihlal ederse, sınır savaşına girersin. Misilleme, ahlaki bir mecburiyet haline gelir. Sıradan insanları sömürülmeyi bekleyen zayıf halkalar olarak görebilirler. Buradaki çekirdek inanışlardan biri de şudur: "Kendisinden faydalanılmasına izin veren insanlardan faydalanmakta sakınca yoktur."

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Farklı yaklaşımlar, sağladıkları bilgi açısından kıymetli olsa da, tek başına hiçbiri resmin tamamını tasvir etmeyi başaramaz. Hem antisosyalleri hem de narsisistleri hayatın ödüllerini tek başına toplamak isteyen bağımsız tipler olarak düşünebiliriz (Millon, 1969). *DSM-IV* kişilik bozukluklarını ayrı sendromlar olarak gösterse de, evrimsel kuramda (Millon, 1990) antisosyal ve narsisist kişiliklerin aynı yelpaze üstünde yer aldığı söylenebilir. Normal sınırlar dahilinde kalanlar, kendi arzu ve ihtiyaçlarını karşılamaya odaklıdırlar. Patolojik sınırlarda yer alanlarsa sadece kendilerini öne koymakla kalmaz, aynı zamanda kendi arzu ve ihtiyaçlarını başkaları pahasına, onları inciterek karşılamakta beis görmezler.

Benzerlikleri bir yana, iki kişiliğin birbirinden farklı olduğu noktalar da vardır. Narsisistler tatmin sağlamak için edilgin biçimde kendilerine yönelirler; köklerini, diğer insanlardan üstün oldukları inancının en derinlerinden alan muazzam bir özgüven sergilerler. Başkalarının onlara otomatik olarak riayet etmesini, böylelikle herkesin malumu olduğu üzere her şeyi kendilerine hak görmeye devam edebilmeyi beklerler. Oysa antisosyaller kendilerini tatmin etmek için sosyal çevrelerine zorla müdahil olur, insanları manipüle ederler. Bunu da genellikle saldırganlıkla, tehditle veya göz korkutarak yaparlar. Onların bağımsızlığı kendi değerlerine duydukları inançtan ziyade başkalarının onların özerkliğini koruyacağına güvenmemelerinden veya başkaları onları kontrol etmeye çalış-

## *Odak Noktası: Araştırma*

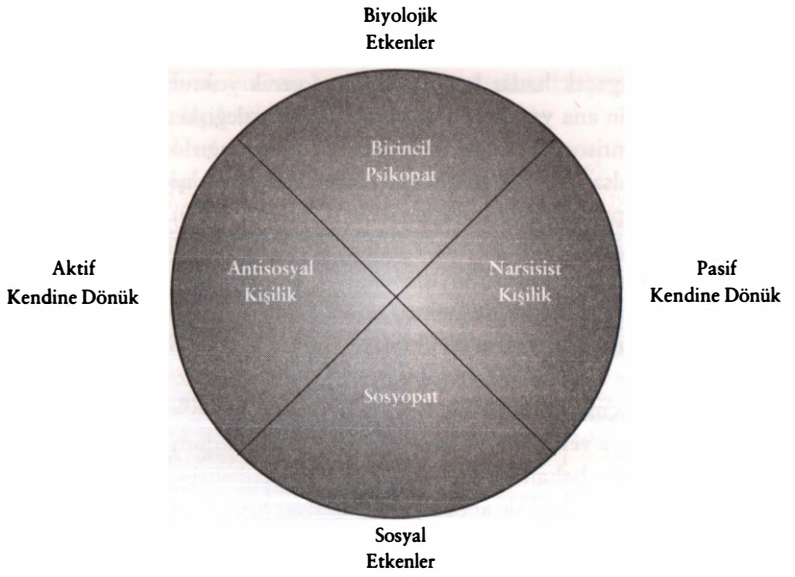
### Gelişim Süreçlerindeki Farklar

**Bir kere suç işleyen iflah olmaz mı?**

Antisosyal davranışları ve kişiliğin gelişiminde klinisyenlerin gözlemlediği farklı süreçleri açıklayan modeller geliştirmeye yönelik ciddi bir ilgi söz konusudur. Suç işleyen çocuklardan hangilerinin yetişkinliğinde de suç işlemeye devam edeceğini öngörme çabası psikologları, okul yetkililerini, adalet bakanlığını ve genel anlamda toplumu hüsrana uğratmıştır. Nasıl ki antisosyallerin tamamı suçlu değilse ve her suçlu da antisosyal değilse, çocukken suça karışan her çocuk da büyüyünce suç işleyen bir yetişkine dönüşmez. Gel gelelim suç işleyen çoğu yetişkinin çocukken de suç işlediği görülmektedir. Son yıllarda (harika bir gözden geçirme için bkz. Silverthorn ve Frick, 1999) çok sayıda kuramcı erkek çocuklarda antisosyal davranışın gelişimindeki iki ayrı süreci açıklamaya yönelik cezp edici modeller öne sürmüştür. Bu süreçlerden birinde, antisosyal davranış ilk olarak çocuklukta görülür; diğerindeyse ergenliğe kadar ortaya çıkmaz (Hinshaw, Lahey ve Hart, 1993; Moffitt, 1993).

*DSM-IV* bile davranım bozukluğunun alttiplerinde **Çocuklukta Başlayan Tip** ve **Ergenlikte Başlayan Tip** ayrımına giderek bu iki ayrı ve anlamlı sürece yer vermiştir. Bu modellerin başarısının bir sebebi, tahminde bulunmaya yönelik geçerliklerinin sağlam olmasıdır. Ergenlik öncesinde ağır davranım sorunları gösteren çocukların yetişkinlikte de bu semptomları sergilemeye devam etme olasılığının yüksek olduğu defalarca ortaya konmuştur (Frick ve Loney, 1999; Loeber, 1991). Çocuklukta başlayan tipte davranım bozukluğu olan genç suçlular daha fazla saldırganlık sergilerler; antisosyal kişiliğin yetişkinlikteki görüntüsünü andıran soğuk, vurdumduymaz ve şüpheci bir ilişki kurma tarzları vardır; ayrıca patoloji, çatışma ve işlevsiz ebeveynlik pratiklerinin daha yoğun olduğu ailelere mensupturlar.

Gelin görün ki bu modeller sadece erkeklerin antisosyal davranış örüntüsüne göre geliştirilmiştir. Peki bu süreçler kadınlar için de geçerli midir? Silverthorn ve Frick'e (1999) göre kısmen evet; ama antisosyal kızları kavramsallaştırmak için bu modellerde ciddi ayarlamalara gitmek gerekir. Antisosyal kızlarla ilgili az sayıdaki araştırmayı gözden geçirdikten sonra, kızlar için üçüncü bir gelişim süreci öne sürmüşlerdir: "geç başlayan" antisosyallik. Antisosyal davranışın gelişiminde rol oynadığı düşünülen mekanizmaların çoğu (örneğin bilişsel ve nöropsikolojik kusurlar, çatışmalı aile ortamı, ebeveyn patolojisi, soğuk ve duyarsız ilişki tarzı) kızlarda çocukluk yılları boyunca faaliyette olmakla beraber antisosyal davranışların ergenliğe kadar dışa vurulmamasının bir dizi olası sosyal ve biyolojik gerekçesi olabileceğini bulmuşlardır. Bu yazarların tahminine göre kızlardaki bu geç başlangıçlı süreç, gelecekte izleyeceği seyir ve muhtemel sonuçları bakımından erkeklerdeki çocuklukta başlayan tipe benzer. Ayrıca erkeklerdeki ergenlikte başlayan tipin kızlarda bir karşılığı yoktur.




ŞEKİL 5. 2 Psikopati, Sosyopati, Antisosyal ve Narsisist Kişilikler

madan önce, erken davranıp onları kontrol etmeye başlamalarından kaynaklanır. Son olarak, narsisistlerin çocukluk öyküsüne baktığımızda çoğu zaman onları şımartmış ebeveynlerle karşılaşırız. Antisosyallerin çocukluğunda ise ihmal ve istismar hikâyeleri ağırlıktadır. Antisosyaller genellikle 15 yaşına gelmeden davranım bozukluğu tanısı alırlar (Bkz. Vaka 5. 2 kutusundaki C kriteri); narsisistlerde bu beklenmez.

Kendi kafasına göre hareket etmeyi öncelik haline getirmiş kişi, sosyal standartlarla ters düşme riskine girer. Yelpazenin bozukluk teşkil eden kısımlarına gelindiğinde, olumlu anlamda kendi çıkarlarını gözetme davranışı birden çıkarcılığa kayar. Kendini gözetme suç biçimine bürünmüşse, narsisist ya da antisosyal özellikler ağırlıkta olabilir. Bazı insanlar antisosyalden çok narsisist olur, bazılarıysa narsisistten çok antisosyal. Bunları aynı yelpazenin iki ucu gibi düşünürsek, herkes bu iki kutbun arasında bir yerde yer alacaktır; dolayısıyla da farklı özelliklerden oluşan kombinasyonlar istisna olmaktan çıkıp kaide haline gelecektir. Öte yandan *DSM-IV* bu iki kişiliği ayrı sendromlar olarak tarif eder. Antisosyal davranışın bu iki çehresini Millon (1969) narsisist ve antisosyal psikopatlar bağlamında ele almıştır. Narsisist psikopat, aslında Cleckley ve Hare ekolünde tarif edilen birincil psikopata denk düşer.

Benzer şekilde psikopati ve sosyopati ayrımının da, antisosyal davranışın içsel ve yapısal nedenleri ile dışsal ve sosyalleşmeye bağlı nedenleri arasındaki ayrımın da, birbirini dışlayacak kadar keskin olmasına gerek yoktur. Evrimsel modele göre kişilik, kişinin ana yapısının tamamına yayılmış değişkenlerin oluşturduğu örüntüdür. Bazı antisosyal bireylerde biyolojik etkenler ağırlıktadır. Kişi "iyi bir ailede" yetişmiş olsa bile, duygusal deneyimlerin anlamını işlemleme becerisine dair bir problem psikopatiyle sonuçlanabilir (Cleckley, 1950). Diğer antisosyallerde ise sosyal etkenler ağırlıktadır. Fiziksel açıdan herhangi bir sıkıntısı olmayan bir çocuk, örneğin yoğun bir istismara ve ihmale maruz kalabilir, bunun sonucunda çocukta temel bir düşmancıl tutum ve kin gelişebilir; okuldaki diğer çocuklar onu dışlayabilir, sapkın bir akran grubuna düşebilir, nihayetinde de suça karışabilir. Ne var ki çoğu antisosyalde hem çevresel hem de biyolojik etkenler neredeyse iç içe geçmiş durumdadır. Mesela bazıları onları öfke ve asabiyet dağılımında üst sınırlara yerleştirecek kadar fevri bir mizaçla dünyaya gelir (Lykken, 1995). Bu da, onlara bakan ve zaten stresli olan kişilerde istismar ve ihmal tepkileri uyandırabilir. Şekil 5. 2'de antisosyal ve narsisist kişilikler yelpazenin iki ucuna yerleştirilerek, bu kişilerin psikopati ve sosyopatiyle ilişkileri gösterilmektedir. Tablo 5. 1'deyse antisosyal kişilik sekiz klinik alan ekseninde özetlenmektedir.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Çoğu kişiliğin belli başlı ortak noktaları vardır. Bazı psikologlar bu tür örtüşmelerin kişilik bozukluklarını anlamayı zorlaştırmasından ve aynı kişiye üç veya daha fazla kişilik bozukluğu tanısı konmasında pay sahibi olmasından şikâyetçidir. Oysa aynı veya benzer özelliklerin farklı kişiliklerde oynadığı çeşitli rolleri anlamak, her klinik eğitimin önemli bir parçasıdır. İki veya daha fazla kişiliğin çok sayıda ortak noktası varsa, her bir özelliğin tüm kişilik bağlamındaki işlevine bakmak gerekir. İki farklı kişilikte aynı özelliklerin bulunmasının farklı farklı nedenleri olabilir; tıpkı birebir aynı davranışı sergileyen insanların her birinin aklında bambaşka amaçların olabilmesi gibi.

Antisosyalle paranoidin nice ortak özelliği vardır. İkisi de aşırı hassastır ve masumane veya iyi niyetli yorumları aleni hakaretler olarak duyabilirler. Benzer şekilde ikisi de çabuk sinirlenir; hür iradelerini korumakla fazlaca meşguldürler; bazen yasalarla veya diğer sosyal davranış normlarıyla ilgili sıkıntılar yaşayabilirler. Ayrıca ikisi de başkalarının davranışlarını kötüye yorar, böylelikle de kendilerini korumak için peşinen aldıkları saldırgan tedbirleri meşrulaştırmış olurlar. Antisosyallerin ise başları, ufak tefek hırsızlıklardan yersiz şiddete kadar çok sayıda dürtüsel eylemden dolayı belaya girer. Onlar düşmanlarını bizzat kendi habis davranışlarıyla yaratırlar. Oscar örneğini hatırlarsak, iş arkadaşla-

rı ve ailesi onun saldırgan davranışlarının ve hayata karşı empatiden nasibini almamış tavrının hedefi olmuştu. Buna ek olarak, antisosyaller genelde tutuklanma veya ceza alma, yani toplum amillerinin onlara karşı gerçekten harekete geçmesi ihtimaline kayıtsızmış gibi yaparlar.

TABLO 5.1 Antisosyal Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| | *Dürtüsel* | **Benlik İmgesi** | *Özerk* |
| Dışa Vuran Davranış | Düşünmeden hareket eder; zaptedilemez; kafasına estiği gibi, alelacele, doğaçlama hareket eder; uzun vadeli düşünemez, tedbirsizdir; birkaç adım sonrasını planlamak veya alternatifleri değerlendirmek söyle dursun, yasanabilecek sonuçları bile umursamaz. | | Kendisini sosyal teamüllerin ve kişisel bağlılıkların kısıtlamalarından azade görür; özgür, serbest olduğu, hiçbir kişinin, yerin, sorumluluğun veya rutinin onu kısıtlamadığı hissinden ve imajından haz duyar. |
| | *Sorumsuz* | **Nesne Temsilleri** | *Değersizleştirilmiş* |
| Kişilerarası Davranış | Güvenilmez ve kaypaktır; evliliğin, ebeveynliğin, iş hayatının veya maddi konuların getirisi olan sorumlulukları ya yerine getirmeyi beceremez ya da üstüne alınmaz, başkalarının hakkını faal biçimde gasp eder veya ciğner; aldatıcı veya yasadışı davranışlar aracılığıyla yerleşik sosyal kuralları ihlal eder. | | İç temsiller; yerleşik kültürel idealleri ve âdetleri yıkmanın yanı sıra kişisel hisleri değersizleştirmek ve toplumun bireyden esirgediği maddi kazanımları ciğere ulaşamayan kedi misali karalamak amacıyla aşağılanmış, yozlaşmış ilişkiler ihtiva eder. |
| | *Sapkın* | **Morfolojik Örgütlenme** | *Zaptedilmez* |
| Bilişsel Tarz | Olayları ve ilişkileri, sosyal açıdan alışılmadık inançlar ve ahlaki ilkeler doğrultusunda yorumlar; geleneksel idealleri burun kıvırır; sosyal normlara uyum gösteremez ve geleneksel değerleri hor görür. | | Dürtüyü ve itkiyi kapsaması beklenen içkin morfolojik yapıların yetersizliği dikkat çeker. Keza söz geçirilemediği için; kontrol sınırının çabuk asılmasına, düşmancıl veya erotik boşaltım eşiğinin düşük olmasına, tek tük eşik altı kanala, kendini sınırsızca ifade etmeye ve ertelemeye, engellenmeye karşı belirgin bir tahammülsüzlüğe yol açan enerji ve tutumları törpüleme konusunda da benzer bir yetersizlik söz konusudur. |
| | *Eyleme Döker* | **Duygudurum/ Mizaç** | *Nasırlaşmış* |
| Düzenleyici Mekanizma | Çirkin düşüncelerin ve habis eylemlerin dışavurumunun ertelendiği durumlarda biriken içsel gerilim nadiren dizginlenir; sosyal açıdan itici dürtüler yücelterek yeniden biçimlendirilmez, genellikle herhangi bir suçluluk ya da vicdan azabı da duymaksızın doğrudan ve alelacele gerilimden kurtulunur. | | Sosyal yardımlaşma, insani şefkat veya vicdan azabı gibi alanlardaki geniş çaplı eksiklikte tezahür ettiği üzere duyarsızdır; çabuk sinirlenir ve saldırgandır; kaba saba bir yabaniliği vardır ve gerek başkalarının gerekse kendisinin güvenliğini saygısızlık, hatta pervasızlık noktasında hiçe sayar. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinde en belirgin olanlardır.

Tezat olarak, paranoid kişilerde içkin bir şüphecilik vardır ve her daim teyakkuz halindedirler. Bir türlü gevşeyemezler çünkü hayali düşmanlarının çevirdiği sinsi dolaplara karşı kendilerini korumak zorundadırlar. Bu gergin, diken üstünde olma haline antisosyallerde pek rastlanmaz; hele ki dilbaz, albenili psikopatlarda iyice istisnadır. Ayrıca paranoid kişinin gizli saikleri açığa çıkarma arzusu, dürtü ile eylem arasında bir basamak bulunduğunu açığa vurur ki antisosyallerin çoğunda bu yoktur. Dünyayla ilgili kabulleri açısından bakıldığında, paranoid kişiler esasında mantık çerçevesinde hareket etmektedir. Oysa dürtüsel antisosyallerin hareketlerinin mantık zeminine dayanmadığı söylenebilir. Sıkça dile getirilen "Paranoyakların da düşmanları vardır" lafı bir yana, bu insanların yaşadığı sorunlar büyük ölçüde karşılarındaki kişilerin, gördükleri komplocu veya zorba muamelesi nedeniyle ilişkiden soğumalarından kaynaklanır. Antisosyallerin aksine çoğu paranoid korkaktır ve diğer insanlara onlara karşı harekete geçmeleri için meşru bir zemin sunma konusunda kararlı bir ihtiyata sahiptir.

Antisosyaller, histrionikler ve sınırdalar genelde manipülatif ve dürtüseldirler. Her üçü de ara ara dramatik eyleme dökmeler sergileyebilir. Gel gelelim bunu yapma sebepleri birbirinden farklıdır. Antisosyallerde ve psikopatlardaki manipülasyon, onların tahakküm kurma, gücü ele geçirme, maddi ödüller kazanma ve somut bir ihtiyacı karşılama gereksinimlerinin yansımasıdır. Sınırda kişiliklerse manipülasyon genellikle başkalarından destek ve bakım görmek için çaresizce atılmış bir adımdır. Histrioniklerde manipülasyon çoğunlukla, başka insanları bir tür kaynak veya ödül olarak kullanabilmek amacıyla dikkati üstüne çekip zapt etmeye yönelik bir girişimdir. Histrionikler kendilerine çekerler, antisosyaller ise iterler. Bu bağlamda antisosyallerdeki aleni düşmancıl ve sosyal açıdan ters tavırlara histrioniklerde rastlamak olağan değildir.

Her üç kişilikte ayrıca dürtüsellik vardır. Fakat antisosyallerde dürtüsellik, kısa vadeye veya anlık doyuma odaklanmış olmaktan kaynaklanır. Sınırda kişilikler de bazen kısa vadeli doyumlara odaklanırlar ama onları dürtüsel kılan, boşluk duygusunun yarattığı kaygı veya depersonalizasyondur. Histrioniklerde dürtüsellik, dağınık bilişsel tarzın uzantısıdır. Dikkat oradan oraya atlarken, uğradığı her yerde duygusal açıdan farklı bir aşırı uca meyleder. Her üç kişilik de ara ara dramatik eyleme dökmeler sergilese de, antisosyalinkiler ile sınırdakiler tipik olarak daha şiddetlidir. Antisosyalde eyleme dökme, yoğun sözel tehditler veya şiddet biçimine bürünür. Sınırda kişiliklerde ise eyleme dökme genellikle intihar girişimleri şeklindedir. Son olarak sınırda kişiliklerde kendilerine (fiziksel olarak) zarar verme eğilimi vardır; antisosyaller ve psikopatlarınsa başkalarına zarar verme ihtimali daha yüksektir.

Sadist kişilik *DSM-IV*'ten çıkarılmış olsa da, antisosyalle arasındaki farklara bakmak yine de aydınlatıcı olacaktır. İkisi de sosyal normları çiğner, başkalarının

yaşamlarına zarar verir. Ne var ki sadist kişiler şiddete ve öfke patlamalarına daha meyillidirler; başlıca meşgaleleri başkalarını mahvetmek, alçaltmaktır. Oysa antisosyaller öyle pek sadist değildirler; onlar sadece kendi tatminlerine odaklanmışlardır. Yaptıkları şeylerden dolayı birileri zarar görüyor veya inciniyorsa da bu sadece onların arzularının tatmini için başkalarını araç olarak kullanmaktan çekinmemelerinin dünyadaki yansımasıdır. Diğer insanlar sanki gerçek bireyler değil de birer aksesuar gibi görülür. Halbuki çoğu sadist diğer insanların gerçek kişiler olduklarını bilir ve bunu takdir eder çünkü aksi halde onların çektiği acı sadiste kendini bu kadar güçlü hissettiremez, onu bu kadar tatmin etmez. Ayrıca antisosyallerin ve psikopatların kişisel çıkarları için başkalarını manipüle etme, kandırma ihtimali daha fazladır. Sadistlerin başkalarını manipüle etme amacıyla onların canlarını yakmak ve ardından çektikleri acıyı gözlemlemektir.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Antisosyallerin duygusal açıdan duyarsız olduğu düşüncesi egemen olsa da, bu kişilerin de yatkın oldukları bir dizi semptom durumu vardır. Her zamanki gibi burada da kişilik örüntüsü ve bununla bağdaştırılan I. Eksen bozukluklar arasında bir mantık ilişkisi olduğunu unutmamak gerekir. Aşağıdaki bölümleri okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı kurmaya çalışın.

### *Kaygı Bozuklukları*

Kaçıngan ve bağımlı gibi bazı kişilik örüntülerinde kaygı biriktikçe birikir, sonu yoktur. Antisosyaller ise, bırakın duygularını sözlü olarak ifade etmeyi, bunlar üzerinde uzun uzadıya düşünmeye bile yatkın değildirler. Onların gözünde kaygı daha çok, çoğu zaman dürtüsel biçimde veya düşüncesizce eyleme dökülmesi gereken katlanılmaz bir zehirdir. Hatta çoğunlukla antisosyal davranışın alametifarikası olan saldırgan dürtüyü, kaygıdan doğan enerjinin manipülasyona yöneltilmiş hali olarak görebiliriz. Antisosyalin gazabı karşısında çaresiz bırakılan insanlar, aslında onun çaresizlik duygularının tahliye etme yoludur. Hal böyle olunca antisosyallerde kronik kaygı duygularına nadiren rastlanır. Böyle duygular baş gösterse bile bunun nedeni genelde antisosyal kişinin önüne aşamadığı, dışa atımı engelleyen bir pürüz çıkmış olmasıdır. Kendilerini başkalarının veya koşulların kontrol etmesi ihtimali antisosyalleri çok korkutur; örneğin zarar verdikleri insanların misilleme yapmalarından veya hapis cezasından kaçamamak onları dehşete düşürür. Dolayısıyla süregelen eyleme dökme davranışlarındaki artış, dürtüsel fiziksel eylemlerle kolay kolay aşamadıkları bir engele veya onları zorlayan bir yaşam koşuluna yorulabilir.

### *Madde Kötüye Kullanımı*

Antisosyal özellikler ve madde kötüye kullanımı arasında yakın bir ilişki vardır. Mesela antisosyal kişilik bozukluğu olan alkolikler, antisosyal kişilik bozukluğu olmayanlara kıyasla ilk sarhoşluklarını daha genç yaşlarda yaşarlar ve bu kişilerin hastalıkları daha ağır ve kronik bir seyir izler (Holdcraft, Iacono ve McGue, 1998).

Antisosyalleri madde kullanımına iten çok sayıda pekiştirme yolağı vardır. İlk olarak, antisosyallerde madde kullanımını dizginleyebilecek ahlaki kaygılar olmadığı gibi bunun sonucunda zarar görebilecek yaşamlarında yapıcı bir yol izleme fikrine de pek itibar etmezler. Bunun yerine çoğu maddenin sağladığı anlık tatmin; olabildiğince ham, katıksız hazların peşindeki antisosyallere epey cazip gelir. İkincisi, kolayca erişilebilecek pek çok madde hem egemen kültüre başkaldırı niteliği taşır hem de sapkın akran grubunun altkültüründe bir tür kardeşlik hissi uyandırır, ki bu da bazı antisosyallerin hayatındaki yegâne olumlu duygu olabilir. Üçüncüsü, madde kullanımı kaygı, depresyon, suçluluk gibi olumsuz duygulanımların kalıntılarını azaltır veya kişinin dikkatini onlardan uzaklaştırır. Bu duygular özgüven ve güç duygularıyla ikame edilebilir, böylelikle güçlü bir benlik imgesi olduğu izlenimi doğar ve saldırgan gövde gösterilerinin önü açılır. Kimi antisosyaller de uyuşturucu satmanın getirisi olan paraya, güce ve cinsel fırsatlara çekim duyabilir. Alkol, esrar, eroin, kokain ve diğer uyarıcı maddeler, tekil veya hemen her tür kombinasyonla kullanılabilecek maddeler abidesini oluşturur. Son olarak kişide kaygı veya duygudurum bozukluğuna ilaveten başka bir semptom bozukluğu, yani örneğin şizofreni spektrumundan bir bozukluk veya dissosiyatif semptomlar da varsa, madde kullanımı bir tür kendi kendini tedavi etme çabasına da denk düşüyor olabilir.

Sarhoş baba Jim öreğini ele alalım (bkz. Vaka 5. 3). Jim'in madde kötüye kullanım öyküsü çok eskilere, ergenlik yıllarına dayanıyor. O dönemde Kansas'ta oradan oraya gezinir, muhtelif akrabalarında kalırmış. Donanmaya yazıldığında, bu tür faaliyetlerini gizlemiş ve anlaşılan o ki madde kullanımından nispeten uzak bir dönem geçirmiş. Gel gelelim 30 yaşındayken, kendisinden 10 yaş küçük bir kızla evlenmiş ve bu kızın da eroin alışkanlığına para yetiştirebilmek için fahişelik yapmak gibi kendince bazı sorunları varmış. Jim eroin kafasının verdiği mide bulantısını kaldıramadığından kokaine dönmüş. Çok geçmeden kendi de satmaya, şehir şehir dolaşmaya başlamış. Düzenlenen operasyonda suçüstü yakalanınca tutuklanmış, anlaşma yoluna gitmiş ve karşılığında cezası hafifletilmiş.

Jim sadece bağımlı olsa, ona antisosyal kişilik tanısı koyulmazdı. Ne var ki madde kullanımı aslında daha geniş çaplı bir sosyal normları ihlal etme ve yasadışı faaliyetlerde bulunma örüntüsünün parçasıdır ki bunlar arasında hırsız-

20 yaşında işletme öğrencisi bir kadın, 50 yaşındaki babası Jim'in Batı Kansas'taki evine yaklaşık 110 km uzaktaki bir barın önünde tutuklanması üzerine danışmanlığa başvurdu. Polis tutanaklarına göre Jim sarhoştu, bardaki müşterilerle kavga çıkarmaya çalışmıştı, içeride iki kadına açık saçık, ahlaka mugayir sözler söylemişti ve sanki nerede olduğunu, orada ne aradığını bilmez bir hali vardı. Nezarethanede ise uyuşuk ve kayıtsız olduğu gözlemlenmişti, doğru düzgün iletişim kuramıyor gibiydi. Memurların sorularını yanıtlamayı defalarca reddedince, müşahede altına alınmak üzere hastaneye sevk edilmişti.

Jim'in hüzünlü hayat hikâyesi terapide yavaş yavaş açılmaya başladı. Yedi kardeşin üçüncüsüydü. Annesi çalışkan bir kadındı ama Jim 11 yaşındayken ölmüştü. Düzenli olarak içen aylak babasını da 10 yaşındayken kaybetmişti. Devletin himaye altına aldığı küçük kardeşleri koruyucu ailelere verilmişti. Jim ise 14 yaşındayken kaçmış, Kansas'ta kasaba kasaba dolaşmış, rahatsız edici tavırlarından dolayı kovulana dek akrabaların yanında kalmıştı. Bu esnada da eline geçen her tür yasadışı maddeyi denemişti.

18 yaşına geldiğinde donanmaya yazılmış, başvuru sırasında madde kullanım öyküsünü gizlemişti. Ordunun yapısını boğucu bulmuş; emir almak, her gün erkenden kalkmak ve otorite konumundakilere saygılı davranmaya mecbur olmak ağırına gitmişti. 18 ay geçmeden, bir subaya saldırdığı ve görev esnasında alkollü olduğu suçlamasıyla askeri mahkemeye çıkmıştı. Askeri hapishanede bir müddet yattıktan sonra ordudan atılmıştı. Sivil hayata dönünce, Kansas şehrinin köhne mahallelerinden birinde ev tutup düzensiz işlerde bulaşıkçılık ve aşçılık yapmıştı. İşsiz olduğu dönemlerde ara sıra yaşlı kadınları hem "eğlencesine" hem de kirayı çıkarmak için gasp ettiğini itiraf ediyordu.

30 yaşına geldiğinde, ancak 20 yaşında olan ve anlaşılan histrionik bir kadınla tanışıp evlenmişti. Bu kadın, kendi eroin bağımlılığını finanse edebilmek için fahişelik yapıyordu. Jim de eroini denemiş ama midesini çok bulandırınca, taş kokainden şaşmamaya karar vermişti. Birlikte üç yıl boyunca berbat bir hayat sürmüşlerdi. Tek çocukları, evlenmelerinden 6 ay sonra doğmuştu. Kadının kolunun kırılıp kafatasının çatlaması, Jim'inse bir ay hapis yatmasıyla sonuçlanan epeyce şiddetli bir karı koca kavgasının ardından, kendisine yeni bir sevgili bulan kadın Jim'i terk etmişti. Yine de hiçbir zaman resmen boşanmamışlardı.

Sonraki birkaç yıllık süreçte Jim maddeye bağlı suçlara daha çok karışmaya başlamıştı. Kansas şehrinden St. Louis'e, oradan da Memphis'e ve nihayetinde New Orleans'a sürüklenen Jim, artık ciddi ciddi uyuşturucu satar olmuştu. Düzenlenen bir operasyonda suçüstü yakalanınca anlaşma yoluna gitmiş ve cezası beş yıla indirilmişti.

Kızıyla ilişkisi, tutamadığı sözlerden ve hayal kırıklıklarından ibaret hikâyelerden biriydi. Nadiren de olsa güle oynaya kasabaya döner, kızına hayatını kökten değiştirdiğine ve velayetini almak için elinden geleni yapacağına dair büyük sözler verirdi. Ona nasıl hediyeler alacağını, birlikte ne kadar mutlu bir hayat süreceklerini uzun uzun anlatırdı. Ardından, geldiği gibi birden ortadan kayboluverirdi. Bir defasında gitmeden kızının yeni bisikletini çalmıştı, bir defasında da annesinin çekmecesinden bir yüzük alıp kendisine getirmesi için onu ikna etmişti. Babasının onu sevmesini her şeyden çok istiyordu ama sanki babada en ufak bir şefkat veya duygu gösterme becerisi yok gibiydi.

Jim dört yıl önce şartlı tahliyeyle hapisten çıktı ve o günden beri yine ufak bir Kansas kasabasında, kasabanın merkezine uzak bir bölgede yaşıyor. İnsanları rahatsız etmemeyi yeğliyor, yalnız kalmak istiyor. Yalnız neredeyse senede bir, aşırıya kaçmayı tercih ederek parasının çoğunu harcıyor, kavgaya karışıyor ve nezarete atılıyor. Bölge hâkimi ve polisi artık onu tanıyor ve topluma ciddi bir tehditten ziyade sinir bozucu bir detay olarak görüyor. Nezarette genellikle bir aya yakın tutuluyor, ardından da gereksiz kalabalık yapmasın diye salınıyor. Bu dönemler haricinde genellikle madde kullanımı yok.

B

1

C

2

6

1

5

1

2

4

**Antisosyal Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri**

A. Aşağıdakilerden üçünün (ya da daha fazlasının) varlığıyla açığa çıkan ve 15 yaşından beri süregelen; başkalarının haklarını saymama, başkalarının haklarına saldırma örüntüsü.

1. Tutuklanması için zemin hazırlayan eylemlerde tekrar tekrar bulunma eylemiyle açığa çıkan, yasalara uygun toplumsal davranış biçimine ayak uyduramama.

2. Sürekli yalan söyleme, takma isim kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını atlatma davranışlarıyla açığa çıkan dürüst olmayan tutum.

3. Dürtüsellik ya da gelecek için tasarılar yapmama.

4. Tekerrür eden kavga dövüşler ya da saldırılarla açığa çıkan sinirlilik ve saldırganlık.

5. Kendisinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık.

6. Bir işi sürekli götürememekle ya da mali yükümlülüklerini tekrar tekrar yerine getirememekle açığa çıkan süreğen sorumsuzluk.

7. Başkasına zarar vermeye, kötü davranmaya veya başkasından bir şey çalmaya karşı lakaydiyle veya yaptıklarına kendince mantıklı açıklamalar getirmekle açığa çıkan vicdan azabı çekmeme hali.

B. Kişi en az 18 yaşındadır.

C. 15 yaşından önce başlayan davranım bozukluğuna dair kanıtlar vardır.

D. Antisosyal davranış şizofreni ya da bir manik epizodun seyrine münhasır değildir.

lık, uyuşturucu satıcılığı, aile içi şiddet, donanmaya girmek için yalan söylemek ve ordudan atılmak gibi örnekler de vardır. Ardından kendine düzgün bir yol çizmeye çalışmış ama eşiyle tanışınca yine yoldan çıkmış. Madde kullanımının çevresinde dönen bir yaşamın ardından Jim şimdi ufak bir Kansas kasabasında yaşıyor. Çoğu antisosyal gibi onun da patolojisi yaşlandıkça tükenmiş. Herhalde sorunlarını asgari düzeye çekmek amacıyla olacak, Jim kasabanın merkeze en uzak muhitlerinden birinde, kimsenin onu rahatsız edemeyeceği bir yerde yaşıyor. Gel gelelim ara sıra hâlâ sarhoş olduğu oluyor ve kavgacılığı tuttuğunda da kendini nezarette buluyor.

### *Duygudurum Bozuklukları*

Bazı antisosyallerde uzun bir depresyon öyküsü olur. Bu tür insanların yaşadığı çaresizlik veya beyhudelik benzeri müphem duygular, eylemlerinin sonuçları üzerine kafa yorma ihtimallerini hepten azaltır. Yapıcı eylem planları beyhudedir çünkü hayat değiştirilemez, çoktan heba edilmiştir veya kişinin önüne bu kadar az kaynakla aşamayacağı kadar fazla engel çıkarmıştır. Partnerinin kendisini reddetmesi veya eskiden yaptığı şeylerden kalan pişmanlık kırıntıları, halihazırda patlamaya hazır duygudurumuna tuz biber ekerek ilişkideki çatışmaları iyice alevlendirebilir, saldırgan veya düşmancıl davranışlarda bulunma eşiğini iyice düşürebilir. Bunun en belirgin sonucu da, antisosyal örüntüde tipik olarak gördüğümüz üzere eyleme dökmeye yönelik davranışların, depresif duyguların tabloya dahil olmasıyla birlikte artmasıdır.

## Terapi

Antisosyaller tedaviye gelmeye genellikle tehditle (mesela okuldan veya işten atılmakla, boşanmayla veya belki de hapisle tehdit edilerek) zorlanırlar. Sonunda "derslerini aldıklarını" defalarca beyan etmiş olsalar bile, terapiye gelen çoğu antisosyal ıslah olmak için kendisine sunulan bu fırsatı tekrar tekrar istismar eder. Antisosyallerde vicdan bulunmadığından veya varsa da zayıf olduğundan, kısıtlamanın çoğu zaman dışarıdan yapılması gerekir. Davranışlarının ne sonucuyla ne de başkalarına etkisiyle ilgilenirler. Antisosyallerde empati, içgörü ve vicdan eksikliği belirgindir. Olağan terapi türlerinin, özellikle de bireysel terapinin epeyce etkisiz kalma ihtimali yüksektir. Yapılan çoğu müdahalenin zımni amacı aslında kişiyi bir miktar zapt edebilmektir, hedefleri mütevazıdır. Pratik açıdan bu gayet akla yatkın bir tutumdur. Antisosyallerde vicdan olmadığından, toplum ya onların olmayan vicdanının yerini almalı ya da sonuçlarına katlanmalıdır.

Yine de bazı klinisyenler, danışanların yaşı ilerledikçe somut kazanımlar elde etme olasılığının arttığı inancını taşır. Yaşla gelen fiziksel yıpranma doğrultusunda hastalık da tükenmeye başlayınca, ki yıllarca madde kullanmak ve hızlı yaşamak bu süreci hızlandırıyor olabilir, çoğu antisosyal eninde sonunda toplumsal güçlerle zıtlaşmaktan yorulur.

## Terapideki Tuzaklar

Antisosyallerin gözünde terapi bir oyun; toplumun kısıtlayıcı güçleriyle karşı karşıya geldikleri can sıkıcı durumlardan biridir. Onlara göre terapinin yegâne amacı onları olmadıkları bir şeye dönüştürmektir. Antisosyallerin tek derdi dışarıdan kendilerine getirilen kısıtlamalardan kurtulmak olduğundan, terapiye gelen bir antisosyal sanki içinde vicdani duygular uyanmış gibi yapmalı, suçluluk duyduğu ve nedamet getirdiği izlenimi yaratmalı, değişmek ve hatalarını telafi etmek için elinden geleni yapacağına dair samimi bir arzu ortaya koymalıdır. Yaşayacakları sözde değişimin zamana yayılması gerektiğini, çabucak düzelmeleri halinde samimiyetlerinin otomatik olarak sorgulanacağını antisosyaller gayet iyi bilirler. Bunun yerine, özellikle de terapistin sorduğu araştırmaya ve yüzleştirmeye yönelik soruların akabinde uyanan tepkilerle, ağır ağır değişmeleri gerekir. Böylelikle antisosyal sürüye dönmüş gibi görünür; terapist de onun gururlu çobanı olur. Antisosyallerle düzenli olarak çalışan her terapist, son derece içten görünen pişmanlık ifadelerine defalarca kanmıştır. Bu duygular insanların hayatını ve mallarını mahvetmekten duyulan pişmanlıktan tutun da kendi hayatlarının potansiyelini çar çur etmiş olmanın verdiği neredeyse varoluşsal diyebileceğimiz bir umutsuzluğa kadar uzanır. İşe yeni başlamış terapistler, antisosyallerin bu oyunlarına karşı özellikle savunmasızdırlar. Keza aynı şey, danışanlarını şifaya kavuşturmaya "ihtiyaç duyan" ve diğer terapistlerle rekabet edebilmek adına, insafa gelen psikopatlarını numune olarak vitrinlerine koymak isteyecek terapistler için de geçerlidir.

Terapistler antisosyallere karşı çok çeşitli ve yoğun karşıaktarım tepkileri geliştirirler. Bazıları o kadar şüpheci, öfkeli ve içerlemiş bir hale bürünür ki, terapide gerçek bir işbirliği kurmaya izin veren tek tük antisosyalde de gerçek bir değişim yaratma fırsatını kaçırırlar. Çoğu antisosyal hayatı boyunca reddedilmiştir; şüpheci terapist de bu uzun listedeki nice ismin sonuncusu olur. Bir diğer sorun, antisosyallerin terapistlerini sık sık tehdit gibi algılamalarıdır. Özellikle her iki taraf da erkek olduğunda aralarında egemenlik mücadelesi baş gösterebilir. Çoğu antisosyal kendi sürecini baltalamaktan sadistçe zevk alabilir. Bazı terapistler de buna müsaade etmekten sadistçe zevk alabilir çünkü terapideki her tür zafer, nihayetinde bir kayıptır. Frances (1985) terapistlerin, terapi orta-

mının manipülasyona açık olduğunu açıkça kabul etmeleri gerektiğini savunur, zira çoğu danışan bu tür dürüst yaklaşımları takdir eder.

Kompülsif özellikleri olan terapistler kendilerini, kurulu düzene duyulan saygının dogmatik sembolleri gibi gösterme tehlikesiyle karşı karşıyadırlar. Kompülsifler sosyal normlara körü körüne bağlıdırlar, antisosyaller ise bunları kayıtsızca çiğnerler; bu ikisinin birbirinden nefret etmesi muhtemeldir. Antisosyal kişi kompülsif terapistini sınamak amacıyla eyleme döken davranışlar sergilediğinde terapist onu zımnen ayıplayabilir, bu da terapiyi sabote eder. Bu tür karşıaktarım tepkileri terapistle ilgili bazı meseleler olduğuna delalettir ve olabildiğince nesnel bir gözle ele alınmalıdır. Beck ve diğ. (1990) özgüvenin, güvenilir olmakla beraber şaşmaz da denemeyecek nesnel bir tutumun, ilişkilerde savunmacı olmayan rahat bir tarzın, kişisel sınırlara dair net bir anlayışın ve güçlü mizah duygusunun antisosyal danışanlarla çalışırken bilhassa önem taşıdığını öne sürmüşlerdir.

## Stratejiler ve Teknikler

Antisosyal biriyle yapılan terapinin nihai amacı, bu kişide besleyici bir bağlanma duygusunun gelişmesini sağlamaktır (Benjamin, 1996). Bağlanma nesnesi teknik açıdan önemsizdir. Gel gelelim terapinin ilk amacı antisosyal kişiyle bağ kurmanın bir yolunu bulmak, terapisti kandırma arzusuna baskın gelebilecek şekilde terapide iki müttefik gibi olmaktır. Terapiye zorla gönderilen çoğu antisosyalde derin bir düşmancıl tutum olur; güven duygusunun gelişebilmesi için önce bunun ele alınması gerekir. Benzer şekilde eğer terapist Devlet Baba'nın temsilcisi olarak görülüyorsa, orada sahici hiçbir şey yaşanmayacaktır. Bu doğrultuda terapist, zorunlu olarak dış etkenlere bağlı da olsa terapiyi devam ettirmeyi ve sonuca dair kişisel hiçbir beklentisi olmasa bile bu zamanı olabildiğince yapıcı biçimde kullanmayı önerebilir. Bu bağı kurmakla ilgili bir diğer zorluk, terapistin antisosyal kişiye verdiği tepkinin terapist açısından yarattığı zorluktur. Antisosyaller, başkalarının hayatlarını mahvetme eğilimleri sağ olsun, danışmanda ahlaki bir tiksinti uyandırabilirler ve bu sayede müdahale girişimlerini saptırabileceklerinin çoğu zaman farkındadırlar. Antisosyaller genelde içgörü vasıtasıyla değişime kapalı oldukları için psikodinamik tedavilere burada yer vermiyoruz.

İlişkisel açıdan ise, Benjamin'e (1996) göre antisosyaller söz geçirme veya yakınlıkla kazandırılan yapıcı sosyalleşme deneyimlerinden mahrum kalmışlardır. Antisosyaller, kayıtsız ve güvenilmez bir çevrede yapılacak en iyi şeyin algılarını açık tutmak ve savunmacı bir özerklikle tepki vermek olduğunu daha küçük yaşta öğrenirler. Benjamin'den yola çıkarak, etkili ebeveynliğin yerleştiği temel konum olan müşfik güç konumunu benimsemiş bir tedavi muhtemelen oldukça

yapılandırılmış bir çerçeve içerecek ve bu çerçeve içinde sık görülen hatalı davranışlar karşısındaki ödül ve cezaların ne olacağı önceden bilinecektir.

İhlaller yaşandığında, uygulanacak ceza isteksizce de olsa istikrarlı şekilde uygulanmalıdır. Ceza vermeye isteksizlik, kişinin hâlâ önemsendiği ve onun refahına bağlılığın sürdüğü mesajını verir. İstikrarsa arsız antisosyal saikler doğrultusunda sistemin sömürülemeyeceğini ve antisosyal eyleme dökmelerin bu sistemde yeri olmadığını gösterir. Benjamin ayrıca antisosyallerin bazı değerleri içselleştirmelerine yardımcı olabilecek birkaç stratejiden bahseder. Canayakın, müşfik modeller olarak profesyonel sporcuların kullanılması, özellikle de çocuklarda ve ergenlerde etkili bir yöntemdir. Bir diğer stratejideyse antisosyal kişi birine veya bir şeye bakım verebileceği durumlara sokulur; mesela evcil hayvan edinebilir veya denetim altında olmak kaydıyla çocuklara bir beceri veya bir spor öğretebilir. Benjamin'e göre burada umut edilecek olan şey, bu tür bir bağımlılığın antisosyalde bakım verme duygularını harekete geçirmesidir.

D. Davis, Beck ve diğ.'nde (1990) yer alan yazısında antisosyal kişilerde bilişsel terapinin nasıl kullanılabileceğini anlatır. Bu yazarlar, utanç ve kaygı uyandırmaya çalışmak yerine kişinin ilkel ahlaki muhakeme düzeyini daha soyut düzeye taşımaya yardımcı olacak bir strateji önerirler. Çoğu antisosyal en düşük seviyede işlev gösterir, dünyayı kendi anlık çıkarları doğrultusunda şekillendirir. Terapinin hedefi kişinin, kendi eylemlerinin başkaları üzerindeki etkilerini az da olsa fark ettiği daha bilinçli, daha uzun vadeli bir çıkarcılık barındıran müteakip seviyeye ulaşmasıdır. Kişinin hayatı kapsamlı olarak incelendiğinde başlıca sorun alanları tespit edilebilir. Bunun ardından her bir sorunla bağlantılı bilişsel çarpıtmalar belirlenir. Antisosyaller, sadece istemenin her tür davranışı meşru kıldığına, düşünce ve duygularının her zaman isabetli olduğuna, yapmak istedikleri şey her ne ise o konuda kendilerini haklı gördükleri için davranışlarının da doğru olduğuna ve başkalarının görüşlerinin konuyla hiç alakası bulunmadığına inanabilirler. Eğer antisosyaller hareketlerinin başkalarını da etkilediğini ve her iki taraf için de bazı sonuçlar doğurduğunu fark edebilirlerse, en azından daha bilinçli bir kişisel çıkar anlayışına erişebilirler.

Bunlara ek olarak bu yazarlar gerçekçi bir öneride bulunurlar ve antisosyal davranışın (hapse girme, başkalarına fiziksel zarar verme, aileyle ve arkadaşlarla ilişkilerin kopması gibi) uzun vadeli olumsuz sonuçları olan bir bozukluk olarak tarif edilebileceğini söylerler. Bu da danışanların suçlandıklarını hissetme olasılıklarını düşürür, haliyle terapiye devam etme ihtimalleri artar. Terapi boyunca terapist ve danışan önceliklerini net olarak ortaya koyar, bir dizi olasılığı değerlendirir ve önemli kararlar vermeden önce avantajları ve dezavantajları tartışırlar. Bu, doyumun ertelenmesine örnek teşkil eder ve bilinçli çıkarcılığı mümkün hale getirmek için gereken becerileri öğretir.

## Özet

Her antisosyal suçlu değildir, her suçlu da antisosyal değildir. Tam tersine, rekabetçi toplumumuzda gıptayla bakılan ve teşvik edilen nice antisosyal özellik vardır. Hatta antisosyallerin çoğu kodaman, siyasetçi veya ordu mensubu olarak toplumda rahat bir konuma sahiptir. Oldham ve Morris'in maceracı kişiliği ve Millon'ın muhalif kişiliği, tarih kitaplarımızda sık sık rastladığımız kahramanların, fatihlerin de aralarında bulunduğu bu normal antisosyal çeşitlerine örnektir.

Millon'ın evrimsel kuramı vasıtasıyla antisosyal kişiliğin pek çok alttipi tanımlanmıştır: Hayattan hep alacaklı hisseden haris antisosyaller; narsisist kişilerle ortak yanları olan, itibarlarını koruyan antisosyaller; histrionik kişilerle benzer yanları olan ve ölümle yüz yüze gelmekten hiç ürkmüyormuş gibi görünen, risk alan antisosyaller; şizoid ve kaçıngan kişiliği andıran özellikleri olan göçebe antisosyaller; ve kavgacı, hırçın tavırlarından dolayı paranoid ve sadist kişilerle benzeşen habis antisosyaller.

Antisosyal kişilik uzun süredir var olan bir kavramdır. 1800'lerin başında Philippe Pinel antisosyal kişiliği; insanların dürtüsel, yıkıcı davrandıkları ancak bir yandan da zihinsel yetilerini muhafaza ettikleri ayrı bir delilik türü olarak tanımlamış ve buna *la folie raisonnate* [akıl yürüten delilik] diye de bir isim vermiştir. Pinel bu terimi aslında değer yüklü olmayan, nötr bir ifade olduğu düşüncesiyle seçmişti ama dönemin diğer hekimleri antisosyallerde karakter eksikliği olduğunu öne sürmeye başladılar ve 1985'te Prichard üç tip hastayı tarif edebilmek için ahlaki delilik diye bir terim ortaya attı.

Onca kişilik bozukluğu arasında biyolojik kanıtları en kapsamlı ve en ikna edici olan, antisosyal kişiliktir. Doğuştan itibaren çevrelerini keşfetme konusunda daha girişken davranan, kontrole direnen ve ebeveynlerin eyleme dökme davranışlarını törpülemeye yönelik çabalarından veya cezadan etkilenmeyen çocuklar oldukları anlaşılmaktadır. Clackley antisosyallerde semantik afazi dediği bir şey olduğunu iddia eder; yani bu kişiler duygusal deneyimlerini anlama ve işleme becerisinden mahrumdurlar. Bu da vicdanlarının ve empati becerilerinin gelişmemesine neden olur. Bazı araştırmacılar da antisosyallerde ayrıca başka dil işleme kusurlarının da olduğunu gösteren, bu bağlamda Cleckley'nin baştaki iddiasını destekleyen bulgular ortaya koymuştur. Antisosyallerdeki frontal lob anomalilerinin ve düşük düzey fizyolojik uyarılmanın onları tehlikeli ve yeni deneyimlerin peşinden koşmaya devamlı itiyor olabileceğini düşündüren, ayrıca bozuklukta pay sahibi olabilecek bazı nörokimyasallar tespit etmiş biyolojik çalışmalar da mevcuttur.

Psikodinamik kuram antisosyal kişiliği kavramak için anlaşılması kolay bir model sağlar: Güçlü bir ego gelişimi ama süperegonun gelişememesi. Süpere-

go gelişmeyince id ve haz ilkesi kişiliğin tamamına egemen olur. Direksiyonda id olunca, antisosyalin mahrumiyete karşı en ufak bir tahammülü kalmaz ve davranışını ertelemesini sağlayabilecek tek ödül, somut ceza haline gelir. Bazı antisosyallerde gerçeklik ilkesi nispeten gelişmiştir, bu sayede bir "akıl sağlığı maskesi" takar ve normal sosyal ortamlarda rahatça hareket edebilir. Her ne kadar bu grup da tıpkı diğer antisosyaller gibi vicdan azabı nedir bilmese de, dürtülerini onlardan görece daha iyi kontrol eder ve diğer insanları manipüle etmekte daha başarılıdır.

İlişkisel açıdan antisosyallerin düşmancıl oldukları söylenebilir. SASB modelini kullanan Benjamin, antisosyallerin bir yandan başkalarının kontrolü altına girmekten can havliyle kaçınırlarken diğer yandan onları kontrol etmeye çalıştıklarını anlatır. Gelişim öyküsüne bakıldığında, kişilerarası kuramcılar antisosyallerin empatik hassasiyet modelleriyle hiç karşılaşmadıklarını ve saldırganlıklarını kontrol etmeyi hiç öğrenmediklerini savunurlar. Şiddet uygulayan ebeveyn modelleri, şiddet uygulayan çocuklar yaratma eğilimindedir. Her ne kadar istismar ve ihmal pek çok psikopatolojinin ortak noktası olsa da, Benjamin'in tahminine göre antisosyalde düzensiz otoriter çıkışlar ve sert bir disiplinle keskinleşen genel bir ihmalden müteşekkil ayrı bir örüntü söz konusudur; antisosyaldeki öfke ve hınç duygularını yaratan da budur.

Bilişsel açıdan, antisosyaller planlama ve eylemlerinin sonuçlarını öngörme alanlardaki beceriksizlikleriyle meşhurdurlar. Bilişsel tarzları sapkın, dürtüsel ve benmerkezcidir. Bu insanların neden plan yapmada bu kadar başarısız olduklarına ilişkin bir hipoteze göre, antisosyaller eylemlerinin sonuçlarına dair zihinsel modeller oluşturamazlar veya anlık ödüllere olan düşkünlükleri bu sonuçları işleme dahi koymalarına engel olur. Beck ve diğ. antisosyallerin kendilerini güçlü ve bağımsız görmeye ihtiyaç duyduklarını, "Fail olmazsam mağdur olurum" gibi çekirdek inançlar taşıdıklarını eklerler.

Evrimsel açıdan antisosyallerin çevrelerini manipüle ederek kendilerini tatmin etmeye aktif eğilimleri vardır. Davranışları, insanlara karşı hissettikleri temel güvensizliğin güdümündedir ve çoğu zaman en temel sosyal yaşam standartlarını bile ihmal etmekle sonuçlanır.

Antisosyallerin diğer kişiliklerle (paranoidler, histrionikler, sınırdalar ve sadistlerle) pek çok ortak noktaları vardır. Kaygı bozukluklarına pek yatkın oldukları söylenemese de, sıklıkla madde kötüye kullanım bozukluklarından ve ara ara depresyon semptomlarından mustariptirler.

Antisosyaller, tedavi süreci sinir bozucu olabilen bir hasta grubudur. Çoğu zaman terapiye kendi iradeleri dışında, topluma karşı sınırı aşan davranışlarının cezası olarak gelirler. İleriki yaşlarda terapide mesafe kat etme ihtimalleri artsa da, genelde antisosyaller terapiyi bir oyun gibi görürler; bu oyunun amacı sanki

pişman olmuş, günahlarından arınmış gibi davranarak terapisti kandırıp alt ettikten sonra eski davranış tarzına geri dönmektir. Bu nedenle gerçek bir değişim elde etmenin tek yolu terapötik işbirliği kurmaktan geçer. Antisosyallerin içgörü aracılığıyla değişmeleri pek mümkün olmadığından alternatif yöntemlere; hastanın ebeveyninin yerini alıp müşfik güç kullanarak daha etkili ebeveynlik uygulamalarından yararlanmak veya antisosyali birine veya bir şeye bakım vermesini gerektirecek bir duruma sokmak gibi bilişsel davranışçı tekniklere başvurulabilir.

# VI
# Kaçıngan Kişilik

## Amaçlar

Kaçıngan kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Hassas, tetikte ve tereddütlü kişilikler, kaçıngan kişiliğin olağan çeşitleridir. Bunların özelliklerini anlatmak ve onları *DSM-IV*'teki daha sıkıntılı kriterlerle ilişkilendirmek.
Kaçıngan kişilik, kolektivist bir toplumda nasıl kendini gösterir?
Farklı kişilik türlerinin bir araya gelerek kaçıngan kişiliğin her bir alttipini oluşturmasını açıklamak.
Psikodinamik yaklaşımın kaçıngan kişiliğin kavramsal gelişimine katkılarını sıralamak.
*Fobik karakter* nedir?
Bilişin içeriğiyle yapısı kaçınganda nasıl etkileşir ve bu bozukluğu nasıl idame ettirir?
*Bilişsel müdahale* nedir?
Kaçınganın temel inanışları hangileridir?
Korkularından ve kaygılarından dolayı kaçınganlar ilişkilerden el etek çekerler. Bu ilişkisel suskunluklarının ne gibi sonuçları olur?
Kaygının ketlenmesi kaçıngan kişiliğin gelişiminde nasıl bir rol oynar?
Kaçınganlar diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özelliklere sahiptirler. Bu bozuklukları sıralayıp her biriyle kaçıngan kişilik arasındaki farkı açıklamak.
Kaçınganlar özellikle de kaygı bozukluklarına meyillidirler. Sosyal fobi ve kaçıngan kişilik farklı bozukluklar mıdır?
Kaçıngan kişiliğe yönelik terapi hedeflerini saymak.

Sınıftaki tartışmalara katılmak istediği her halinden belli olsa da sesi neredeyse hiç çıkmayan, üstündeki tuhaf utangaçlığı atamayan, arada sırada ağzından ancak birkaç kelime duyabildiğiniz arkadaşlarınız olmuştur. Belki katıldığınız bir partide, erken gelip geç saatlere kadar takılan ama bu sürenin çoğunu odanın bir köşesine çakılı halde, biri gelsin de onunla konuşsun diye bekleyerek geçiren biri dikkatinizi çekmiş olabilir. Onun yanına giden kişi siz olursanız dünyanın en güzel, en masum, en zararsız konusunu bile açsanız konuşmayı başlatmış olmanızın onu nasıl hemen huzursuz ettiğini mutlaka fark edersiniz. Bu insanları sosyal açıdan bu kadar "izole" ve savunmacı kılanın ne olduğunu, onların kendilerini ve paylaştığınız dünyayı nasıl algıladıklarını merak edebilirsiniz. Sizin de isabetli biçimde fark edeceğiniz gibi bu insanlar kendilerine bir türlü güvenemezler; en ufak rezil olma ihtimalinden dahi yoğun biçimde korkarlar; bile bile (ve hatta farkında olmadan), üstesinden gelemeyeceklerine inandıkları rekabetçi, acımasız bir dünyayla veya başka insanlarla karşı karşıya gelmeye cesaret edemezler.

Bu kişilerde kaçıngan kişilik örüntüsü vardır. Bir iki dostları, belki bir eş veya partnerleri, hatta sadece bir aile yakınları olabilir. Bunlar haricinde onların koşulsuz destek ve kabul testinden geçip özel varoluş bölgelerine sızabilecek kişi pek azdır. Peki bu, böyle insanların sürdürdükleri gizli saklı, izole yaşamdan memnun oldukları anlamına mı gelir? Tam aksine. Yalnızlık ve tecrit tavında dövülmüş acıları, varoluşlarının en derinlerinde yankılanır. Ama onlar yine de, ne kadar yetersiz ve beceriksiz oldukları tüm çıplaklığıyla görülünce yaşayacakları "kaçınılmaz" toplumsal aşağılanmayı göze almaktansa, bir başlarına sessiz sessiz acı çekmeyi yeğlerler; neredeyse görünmez olur, başkalarının "sert ama haklı" eleştiri oklarının menzilinden çekilirler. Küçük düşme risklerini abartma eğiliminde olduklarından kendilerine verdikleri zarar, sosyal gelişimlerinden vazgeçmekle sınırlı kalmaz. Onları toplumda göz önüne taşıyabilecek her tür değişime direnirler, ki işyerinde terfi almak veya hayattaki diğer ödül mahiyetindeki gelişmeler de buna örnektir. Sevilmeyi, sahici bir yakınlık kurmayı, hayattan daha büyük keyif veya doyum almayı içten içe isteseler de onlara göre öyle rezil bir ruhtur ki taşıdıkları, utanç içinde kendi dünyalarına kapanmaları gerekir; hiç değilse orada kifayetsizlikleriyle baş başa kalabilirler.

*DSM-IV*'teki kaçıngan kişilik bozukluğu kriterlerini hemen hemen birebir karşılayan Allison örneğini ele alalım (bkz. Vaka 6.1). Bu örüntü derinlerdeki yetersizlik duygularının ve küçük düşme, reddedilme korkularının yol açtığı sosyal ketlenmenin dışavurumudur. Başkalarının kendileri hakkındaki olası düşüncelerini tahmin etmeleri fiilen imkânsız olduğundan, kendilerinin "ideal" davranışının ne olması gerektiğini de benzer şekilde bilemeyeceklerinden, kaçınganlar başkalarıyla etkileşim kurmalarını gerektiren her an teyakkuz halindedirler. Olumsuz

**VAKA 6. 1**

22 yaşındaki Allison yerel bir yüksekokulda öğrencidir. Klinik görüşmede açıkça utangaç ve huzursuz bir görüntü sergilemekle beraber onu, dış dünyayla iletişimini asgari düzeye çekecek kadar felç eden panik ataklarından şikâyetçidir. Yeni sömestr başlayınca derslere gidip gidemeyeceğinden emin değildir. Belirtileri hep aynı örüntü içinde baş göstermektedir: Birden kalp atışlarının hızlandığını fark eder, atak korkusunun güçlenmesiyle terlemeye başlar, kalbi giderek hızlanır ve sonunda paniğe yenik düşer.

Allison artık hayattan keyif alamaz hale gelmiştir. Her gün çalışmaya gayret eder, yapması gereken ufak tefek işleri halleder ve birkaç haftada bir market alışverişine çıkar. Genelde işler birikene kadar bekleyip sonra hepsini bir seferde halletmeye çalışır. Geçmişte bir botanik bahçesinde gönüllü çalışmışsa da gerçek bir işe hiç girmemiştir. Sosyal hayatı sorulduğunda birkaç arkadaşının bile ismini vermekte zorlanır. "Gerçekte nasıl biri olduğumu öğrendiklerinde insanların benden hoşlanmayacaklarından korkuyorum" der. Söyledikleri derin bir etki bıraksa da görüşmeciyle göz teması kurmaz. Başka insanlar dünyada var olmayı başarıyor olabilir, bunu teslim eder ama o rahat bırakılmak istemektedir. Sınıfta hiçbir şey yapmadan oturuyor bile olsa, çevresindeki birilerinin gülmesinin kendisiyle dalga geçilmesinden başka bir sebebi in olabileceğine inanmakta zorlanır.

Allison'ın öyküsü, semptomlarını anlamlandırmaya yarayacak kadar eskiye uzanır. Kendisinin bir kaza kurşunu olduğu, doğumunun anne ve babasının "mecburen katlanmak" zorunda kaldığı nahoş bir gelişme olduğu kendisine defalarca hatırlatılmıştır. Ebeveynlerinin onu sevdiğini hissettiği bir dönem aklına gelmemektedir. "İhmalkâr değillerdi gerçi" diye belirtir hemen, "ama onlara yük olduğumu hissettim hep." Evdeki hayatının ne neşesi vardır ne sıcaklığı; vaktinin çoğunu odasında hayaller kurarak geçirmiştir. Hâlâ sürdürdüğü bir alışkanlıktır bu. Daha fenası, ikisi de oldukça başarılı olan ebeveynlerinin kendisinden beklentileri yüksektir ve ona sık sık, en ufak hatasında dahi aşırı eleştirel yaklaşmışlardır. Utangaçlığından dolayı uzun süre diğer çocukların acımasız alaycılığına maruz kalmıştır, ki o gün bugündür herkes ona bakıyormuş gibi hissedip huzursuz olmasının, bunun hayatını engelleyecek noktaya gelmesinin kökeninde de bu durumun yattığı anlaşılmaktadır. Kendisini savunamayınca sosyal hayattan geri çekilmiş, adeta giderek küçülmek, başkalarının onu fark etmeyeceği bir hale bürünmek istemiştir.

İlişkileri sorulduğunda Allison lise sonda çıktığı ilk ve tek erkekten bahseder. "O zamanlar bile kendim olmaktan, kendi fikirlerimi ifade etmekten çekinirdim. Beni terk etmesinden korkardım." Evlilikle ilgili düşünceleri sorulduğunda Allison kendisini koşulsuz kabul edecek birinin hayalini kurduğunu ama böyle bir şeyin gerçekleşebileceğini pek sanmadığını söyler. "Güven içinde, kimsenin hatalarınızı bırakın eleştirmeyi görmediği, sizi yargılamadığı" bir yalnızlığı yeğlemektedir. "Bildiğinden şaşmazsan hiç değilse kendini küçük düşürmezsin."

Kaçıngan Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik dönemimde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; toplumsal ketlenme, yetersizlik duyguları ve olumsuz eleştirilere aşırı duyarlılık göze çarpar, aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

(1) Eleştirilecek, beğenilmeyecek ya da dışlanacak olma korkusuyla kişilerarası ilişki gerektiren mesleki etkinliklerden kaçınır. ← 1, 1, 4

(2) Sevildiğinden emin olmadıkça insanlarla ilişkiye girmek istemez. ← 2

(3) Mahcup olacağı, alay edileceği korkusuyla yakın ilişkilerde tutukluk gösterir. ← 3

(4) Toplumsal durumlarda eleştirileceği ya da dışlanacağı üzerine kafa yorar.

(5) Yetersizlik duyguları yüzünden yeni kişilerle aynı ortamda bulunduğu durumlarda ketlenir. ← 6

(6) Kendisini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak görür. ← 2

(7) Mahcup düşebileceğinden ötürü kişisel girişimlerde bulunmak ya da yeni etkinliklere katılmak istemez. ← 7

değerlendirmelere karşı aşırı duyarlıdırlar, başkalarına verebilecekleri bir şeyler olduğunu pek sanmazlar, haliyle de halihazırda tanımadıkları kişilerle etkileşime girme fikri onları dehşete düşürür. Bu söylediklerimiz Allison'ın içsel, öznel deneyiminin uygun bir tasviri olabilir. Dikkat çekecek düzeyde aşırı hassasiyet sergileyen Allison, etkileşim ihtimali doğduğunda panikler zira herkesin eleştirel

gözlerinin ona dönüverdiğini hisseder. Kendi imajıyla ilgili yaşadığı bu tedirginlik, başkalarının onu büyük itinayla incelediğine inanmasına yol açar; kafasında sürekli bu ihtimali döndürür, kaygısı çığ gibi büyür, kaçma mecburiyeti duyar. Gel gelelim tüm bunlar kaçınganların tipik özelliği olmakla birlikte sadece onlara has da değildir. Onlarda özgün olan nokta, bunun deneyimlenme biçimidir. Narsisist veya histrionik bazı kişilikler sahne ışıkları altında olmaya asla hayır diyemez; kaçınganlar ise bundan ölesiye korkar ve tanınmamanın verdiği nispi güvene kaçma ihtiyacı hissederler. Hayatın pek az tadı kalır ama hiç değilse can yakmaz.

Kaçıngan kişiliğin yaşamının bütün boyutlarında değilse bile pek çok boyutunda benzer temalara rastlamak mümkündür. Değerlendirilme korkusu kaçınganların mesleki etkinliklerini kısıtlamasına (bkz. birinci kriter) yol açabilir. Yetersiz veya kusurlu performans sergileyecekleri kaygısı yüzünden işlerinde sıkıntı yaşarlar. Durumun ağırlığına göre istifa edebilir veya asla kendi sınırlarını zorlamalarını gerektirmeyen, çıtası düşük işlerde çakılıp kalabilirler. Allison'ın eskiden botanik bahçesinde gönüllü olduğunu gördük. Muhtemelen bahçenin güzelliğinden ve sükûnetinden keyif alıyordu; üstelik oranın çalışanı olmadığından, ondan öyle pek zor bir iş yapması da beklenmiyordu. Allison böylece kendi kaçış imkânlarını yaratmıştı. Korkuları çok şiddetlenirse okula veya hayatındaki başka bir şeye ağırlık vermesi gerektiğini söyleyebilecek, insanlar da bunu anlayışla karşılayacaklardı. Gel gelelim bir noktada korkuları okulun gerekliliklerini yerine getirmesini engelleyecek boyuta gelmişti. Ona not vermenin yanı sıra hangi alanlarda kendini geliştirebileceğini belirtmekle de yükümlü hocalarıyla büyük ihtimalle hiç konuşmamıştı. Allison'ın böyle bir süreç için fazla hassas olduğu söylenebilir; herhalde iyi veya kötü herhangi bir geribildirim duyabilecek durumda değildi. Dolaysıyla da riske girmekten kaçıyordu.

Başkalarıyla ilişki kurmayı ancak tek bir koşulda kabul edebilirdi: Sevildiğinden kesinlikle emin olmalıydı (bkz. ikinci kriter). Oysa bu koşulu sağlamak oldukça güçtü. Kendisinde bir şeylerin eksik olduğuna artık kalpten inanmış, sadece var olarak bile kendi kendini utandırmaya alışmıştı. Herkes bazı konularda nispeten daha güvensizdir ama Allison'ın güvensizliği gerçekliğinin tamamını oluşturuyordu. Hal böyle olunca da birilerinin onu sevebileceğini ve olduğu gibi kabul edebileceğini tahayyül dahi edemiyordu. Biriyle ancak tekrar tekrar ilgi gördüğü, teminat aldığı zaman arkadaşlık kurabilir hale geliyordu. Ayrıca istikrara ihtiyacı vardı. Karşısındakinin ağzından ufacık bir eleştiri kaçtığı anda ürkek ceylan gibi kaçıyor, kutsal kabuğuna çekiliyor, dünyayla ilişiğini kesiyordu. Kaçıngan kişilerdeki bu kabuk öyle kalındır ki onların güvenini pek az kişi kazanabilir.

Allison aşırı duyarlılığı, hayatına yeni birini almasına yetecek kadar uzun süre üstünden atmayı başarsa bile, kendi hayali yetersizliklerine ilişkin inanışlarının talihsiz bir sonucu daha vardır: Allison kendisi olmaktan korkar. Büyü-

mek için ilişkilerin, özbilinçli bir bağlılıkve kendiliğindenlik arasındaki dengeyi bulması gerekir. Oysa Allison kendisi olmayı göze alamaz çünkü her insan gibi onda da olan (ama onun sadece kendisine özgü sandığı) kusurlarının aşırı farkındadır, sahici olmanın bedeli ağırdır (bkz. üçüncü kriter). Bir ilişkisi olsa bile karşısındaki kişiye gerçek yüzünü göstermekte, onunla sırlarını paylaşmakta, hatta hoşlandığı veya hoşlanmadığı şeyleri ona söylemekte epeyce zorlanır. Bunların her biri; kendi güvensizliklerinin sınırları dahilinde zar zor erişebildiği samimi yoldaşlık yanılsamasını dağıtma, onu eli boş bırakma riski taşır. Böylelikle Allison aşk potansiyelini, hiç değilse daha kesin gördüğü istikrarlı birliktelik kırıntılarına feda eder. Allison'ın hayatında tutkulu kaçamaklara, hafta sonu tatillerine, ayağının yerden kesilmesine, beyaz atlı prenslere yer yoktur. Kimse onu o kadar sevemez, en azından Allison'ın inancı bu yöndedir. Biri onu sevse bile, gerçekte nasıl biri olduğunu ona asla göstermemeyi akıl ettiği için olacaktır bu. Kendisini, aynı ebeveynlerinin onu gördüklerini düşündüğü gibi görür: Kimsenin istemeyeceği bir yük.

Bu tasvirlerde Allison'ın işe, okula ve ilişkilere dair algısını görüyoruz; bunlar, onun deneyiminin bir altkümesinden ibarettir. Kaçıngan kişilikler hemen her sosyal durumda böyle hissederler (bkz. dördüncü kriter). Nereye giderlerse gitsinler, insanların onlardan bazı beklentileri olduğu hissinden kurtulamazlar. *DSM*'de de belirtildiği üzere eleştiriden ve reddedilmekten korkarlar ama bir yandan da insanları hayal kırıklığına uğratma korkusu içindedirler. Yani Allison gibi insanların korkularını uyandırmak için eleştirinin illa sesli olarak dile getirilmesi gerekmez. Birinin içten içe onları yargıladığı, onları başarısız veya yetersiz bulduğu düşüncesi bile kaçınganların içlerine kapanmaları için yeterli olur. Daha kötü bir seçenek ise birinin onlara karşı sert bir duruş benimsemesi; onları, daha güçlü ve mutlak yargılara varmayı mümkün kılan bir otorite pozisyonundan değerlendirmesidir.

O halde kaçınganların kişilerarası ilişkilerde böyle geri durmalarına şaşmamak gerekir (bkz. beşinci kriter). Yetersizlik duyguları, tıpkı Allison'da gördüğümüz gibi, onların kendi içlerine çekilerek "giderek küçülmek, başkalarının onları fark etmeyeceği bir hale bürünmek" istemelerine neden olabilir. Genelde patolojiyi başkalarını dışarıda bırakma üzerinden düşünürüz ama kaçınganlar fazladan tedbir alıp kendilerini içeri kapatırlar. Onlar için kilit nokta, kendini olabildiğince az ifşa etmektir. Kendilerini pek az açınca, karşı tarafa saldıracak imkânı tanımamış olurlar. Filozof Hegel "Var olmak algılanmaktır" demişti. Halbuki Allison ve onun gibilerin varoluşsal gerçeği bunun tam tersidir. Var olmanın tek yolu algılanmamaktır; tabii eğer güvende olmayı ve hiç değilse asgari düzeyde bir hayat kalitesini muhafaza etmeyi istiyorsanız. Bu doğrultuda narsisist ve histrionik bazı kişilikler sosyal durumlarda ortaya atılıp tüm ilgiyi

üzerine çeker, insanların onlara hayran olmasını beklerken, kaçınganlar kendilerine ket vurur, en azından yalnız (ve dolayısıyla) huzurlu olabilecekleri bir oyuğa saklanırlar. Kaçınganlar her zaman başkalarının farkında olmalı ama başkaları asla onları fark etmemelidir.

Çoğu kişilik bozukluğunda görüldüğü üzere kaçıngan kişinin de yaşam koşullarında olumlu bir değişim elde etmesi, bu koşulları geliştirmesi hayli zordur. Kişisel gelişim bir miktar risk almayı gerektirir. Allison kendisini yetersiz ve itici gördüğünden (bkz. altıncı kriter), hümanist psikologların tabiriyle yaşamdaki potansiyelini gerçekleştirebilmesi pek mümkün görünmemektedir. İnsanın ufku ancak sınırlarını zorladığı ölçüde gelişir. Veya eskilerin de dediği gibi "Bir musibet bin nasihatten iyidir." Kaçıngan kişilikler ise kendilerini herkese ifşa edebilecek riskler almayı reddederler (bkz. yedinci kriter). Kendi evlerinin mahremiyetinde oldukça yaratıcı olabilir, hayallerinde birer süper kahramana dönüşebilirler. Oysa gerçek dünyada dikkatleri üzerlerine çekecek hiçbir şey yapmamak onlar için en hayırlısıdır. Yetersizseniz ve bunun farkındaysanız, başkalarının dikkati sizin düşmanınız olur.

Önceki bölümde olduğu gibi şimdi de, konuya giriş yapmak amacıyla verdiğimiz vaka örneğini ele almayı bırakıp kaçıngan kişiliğin kavramsal, kuramsal ve tarihsel meselelerine bakmaya başlayacağız. İlk olarak normalle anormali kıyaslayıp, ardından kaçıngan örüntülerin çeşitli kaynaşma ve somutlaşma biçimlerinden bahsedeceğiz. Kişilik biliminin özünü oluşturan psikodinamik, bilişsel, kişilerarası ve biyolojik yaklaşımlar hemen sonra gelecek. Allison gibi ana hatları çizilen karakter örneklerinde gördüklerimizi açıklamaya çalışarak yazınsal anekdotlardan uzaklaşıp kuramın topraklarına gireceğiz. Her zaman olduğu gibi burada da tarihle hal tasvirlerini yan yana verecek, her biri bozukluğun farklı bir yanına dikkat çekmiş düşünürlerin vaktiyle sundukları katkıları not düşeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda var. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca kaçınganla diğer kuram bazlı yapıları karşılaştıracak, kaçıngan kişiliklerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiklerini tartışacağız. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacak ve yine alandaki klasik bilişsel, kişilerarası ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda malzememize biçim vereceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Şu an hafif bir "tıp öğrencisi sendromu" yaşıyor olabilirsiniz. Yani bu ve önceki bölümü okurken kendinizde bahsi geçen kişilik örüntüleriyle uyuşan nok-

talar tespit etmiş olabilirsiniz. Merak etmeyin, bu gayet doğaldır! Sağlıklı bir kişilikte bu kitapta bahsi geçen kişiliklerden izler olur ama tabii çok daha dengeli ve esnek bir durum söz konusudur. Ayrıca normallik ile patoloji arasında keskin bir sınır olmadığını da fark ediyorsunuzdur. Hepimizde olan kişilik tarzları, kişilik bozukluklarıyla aynı yelpazede yer alır. Gel gelelim patoloji miktarı ve katı özelliklerin sayısı arttıkça, insanın yaşamındaki iş, aile, okul ve hobiler gibi çeşitli alanlarda sorunlar baş göstermesi olasılığı da artar. Normallik ile patoloji arasındaki sınırda, bu zorlukları uyum güçlüğüne neden olan özelliğe bağlamak mümkündür. Bunlar nispeten münferit biçimde tedavi edilebilir. Oysa daha patolojik seviyelere geldiğimizde kişiliğin güçlü yanları azalır, uç özellikler ön plana çıkar. Bunlar öyle iç içe girer ki, yaşadığı sorunların kaynağına baktığımızda kişinin bütününü görürüz.

Literatürde kaçıngan kişiliğin normal sınırlar içinde yer alan çeşitli görünümlerinden (yani kaçıngan tarzlara nispeten daha fazla meyleden, bu yönde bir tercih ortaya koyan kişilerden) bahsedilir. Bunların en meşhurlarından biri, Oldham ve Morris'in (1990, 1995) hassas ve tetikte kişilik tarzlarıdır. Hassas kişiler genelde aşina oldukları ortamlarda kendilerini daha rahat hisseder, yakın oldukları küçük bir grubun içinde kalmayı tercih ederler. Başkalarının duygu ve düşüncelerini çok kafaya takar, büyüyüp serpilmek için onların onayına ihtiyaç duyarlar. İlişkilerde nazik ve kontrollüdürler. Belirsizlikten kaçınır, başkalarının beklentilerinin net olduğu ve kolayca karşılanabildiği durumları yeğlerler. Hassas kişiler kendilerini hemen açmazlar, duygu ve düşüncelerini ancak belli bir süre sonra, kendilerini güvende hissettiklerinde paylaşırlar. Mahremiyetlerine çokça düşkün kişiler olduklarından kendilerini nadiren açmaları ilişkilerinin derinleşmesine engel teşkil edebilir, karşılarındaki kişiyi düş kırıklığına uğratarak aradaki yakınlık duygusunun kaybolmasıyla sonuçlanabilir. Çoğu sanat ve edebiyat düşkünüdür, bazıları kendini sanatsal uğraşlara kaptırarak canlı hayal gücünü dışa vurur. Hassasiyetin yanına şimdi bahsedeceğimiz tetiktelik tarzlarından biri eklenince, normal sınırlardaki kaçınganlığın tablosu daha da belirginleşir. Tetikte kişilerin antenleri eleştirilere karşı her daim açıktır ve insanlara ihtiyatlı yaklaşırlar. Çevrelerinde olup bitenlerin son derece farkındadırlar, kendi güvenliklerine veya özgüvenlerine yönelik potansiyel tehditlere karşı her daim gözleri açıktır.

Millon ve diğ. (1994) duyarlı ve tetikte tarzların nispeten patolojik taraflarının bir araya geldiği bir tereddüt örüntüsünden söz ederler. Bu tür insanlar sosyal kayıtsızlığa ve reddedilmeye karşı duyarlıdırlar, kendilerine tam olarak güvenemezler, yeni sosyal ve ilişkisel durumlara, özellikle de tanımadıkları kişilere temkinli yaklaşırlar. Huzursuzluk içinde, kendilerini mercek altında hissederek ilişkilerde zorluk yaşama beklentisi içine girer ve rezil olmaktan korkarlar.

Çoğu, yalnız veya üyeleri tarafından kabul gördüğünü bildiği küçük gruplarla çalışmayı tercih eder. Belli bir sosyal çevreyi oturttuktan sonra kendilerini açmaya, arkadaş canlısı olmaya, işbirliği geliştirmeye, başkalarıyla birlikte üretken faaliyetlere katılmaya daha meyilli olurlar.

Allison'da bu normal özelliklerin çoğu görülmekle beraber bunlar abartılı ve katı olduğundan patoloji sınırlarına girer. Oldham ve Morris'in (1995) tarif ettikleri üzere duyarlı insanlar güvendikleri, yakın oldukları ufak bir grubun içinde kendilerini rahat hissederler; Allison'ın sosyal çevresiyse artık yok denecek kadar daralmıştır. Onaylanacağından emin olsa, kendini birilerine açabilir aslında. Öte yandan arkadaşlarının adlarını bile doğru düzgün hatırlamadığı düşünülürse, böyle bir şans elde etmesi pek olası görünmemektedir. Bu da onu güvende tuttuğu kadar, çevresinden soyutlar; patolojisini sürdüren kısırdöngünün bir parçasını oluşturur. Hassas insanlar kendilerini ilişkilerinde yakınlık elde edemeyecek kadar az açsalar da hiç değilse iyi kötü bazı ilişkileri vardır. Allison ise sadece bir erkek arkadaşı olduğunu söylemekte, ona da terk edilme korkusuyla kendisine dair hiçbir şey anlatamadığını hatırlamaktadır. Tetikte tarzda olduğu üzere, Allison'ın da gözleri sosyal çevresine karşı hep açıktır. Gel gelelim sosyalleşirken mevcudiyetinin o kadar farkındadır ki, kendini bu şekilde mercek altında hissetmesinin verdiği rahatsızlık en nihayetinde panik ataklarla sonuçlanmıştır.

Kaçıngan kişilik tarzının özellikleri, Sperry'nin (1995) önerdiği yaklaşım doğrultusunda mevcut *DSM-IV* kriterlerinin şiddeti daha düşük, daha az uç bir versiyonuyla da ortaya koyulabilir. Bu bağlamda yelpazenin patolojik ucundaki kişiler rutinden çıkmanın güçlük ve tehlikelerini abartırlar; normal sınırlarda kalanlarsa, alıştıkları şeylerin verdiği aşinalığı tercih edip bildikleriyle (bilmediklerine kıyasla) daha rahat etmekle birlikte, faydalarını açıkça gördükleri yeniliklere karşı çıkmazlar. Benzer şekilde, kişilik bozukluğu gösterenlerin ne yakın arkadaşı ne de sırdaşı vardır; kişilerarası etkileşimlere girmekten de kaçınırlar. Oysa normal kişiler aile ve arkadaşlarına karşı daha güçlü aidiyet beslemelerine ve genelde birer evkuşu olmalarına rağmen gerekli durumlarda kendi alanlarının dışına çıkıp dünyanın kalanıyla etkili biçimde baş edebilirler. Kişilik bozukluğuna sahip olanlar eleştiriye aşırı duyarlıdırlar ve kendilerinden hoşlandığına emin olmadıklarıyla ilişki kurmayı reddederler. Normaller ise sadece ihtiyatlıdırlar, ince eleyip sık dokurlar.

Allison, bu iki ucun patolojik olanına daha yakındır. Mesela ucunda ciddi bir yarar da olsa, dünyayla kendi bildiği gibi ilişkilenmek için sınırlarının dışına çıkmayı tercih etmez. Bunun yerine insan içine karışmalarını olabildiğince kısa tutar, evinden yalnızca mutlaka ilgilenmesi gereken işler ve düzenli olarak gittiği market alışverişi için çıkar. Bu tür durumlarda karşılaştığı kişilerle havadan sudan konuşmaya ise hiç kalkışmaz çünkü niyeti herhangi bir dükkân sahibiy-

le arkadaş olmak değil, onu eleştirme potansiyeli taşıyan tüm o bakışlardan kaçmaktır. İlişkilerde ihtiyatlı olmanın, ince eleyip sık dokumanın da ötesinde, eleştiriye karşı aşırı duyarlılığı yüzünden Allison görevi dolayısıyla yapıcı ve empatik olması gereken görüşmeciyle bile göz teması kuramaz.

Başka tanı kriterleri de bu yelpazeye yerleştirilebilir. Kişilik bozukluğu olan kişi kendisini sosyal olarak açamaz ve dışarıya sahte bir görüntü verebilir. Normal kişi ise belki utangaçtır, kaçıngandır ama sahicidir. Bozukluğu olanlar genelde sosyal kaygılarından dolayı işlerinde istikrar tutturamayan, kapasitesinin gerektirdiği başarıya ulaşamayan kişilerdir; normal insanlar ise aynı işte çalışmaya devam etseler de hep perde arkasında kalırlar. Burada da Allison patolojik uca daha yakın düşer. Onunki utangaçlığın veya tutukluğun çok ötesinde bir şeydir, ki bunu eski erkek arkadaşına gerçek yüzünü gösterememesinden ve sosyal durumlara girmek zorunda kaldığında başkalarının beklentilerini öngörmeye ve yerine getirmeye uğraşmasından anlayabiliriz. Botanik bahçesinde gönüllü çalışması da onun kapasitesinin altında bir durumdur. İstikrarlı iş performansını zorlaştıracak basit bir kaygı değildir bu; Allison'ın bugüne kadar gerçek bir işi olmamıştır.

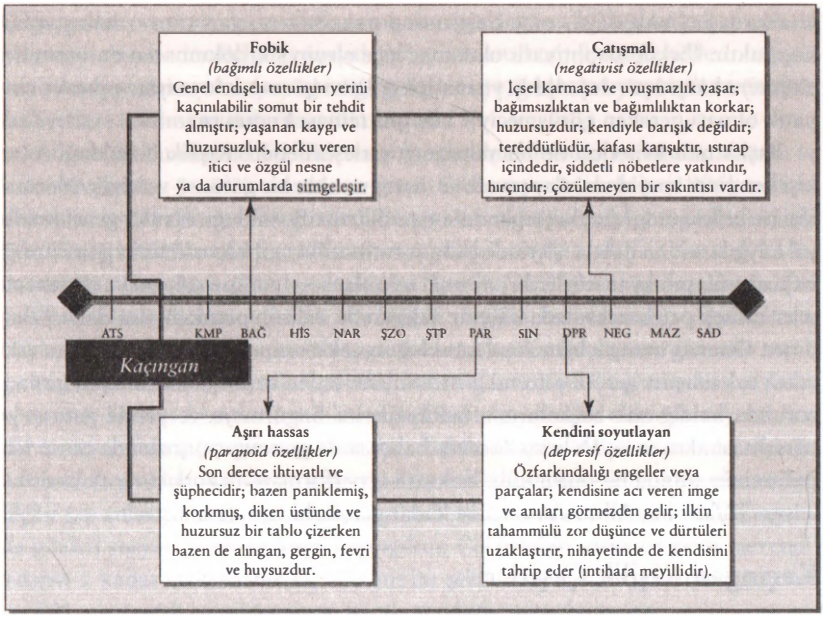
## Kaçıngan Kişilik Çeşitleri

Allison kaçıngan kişiliğin nispeten "katıksız" veya "prototipik" bir temsilidir. Gel gelelim çoğu kişilik örüntüsünde olduğu üzere, problemli olsun olmasın her kaçıngan örüntü bizim panik üniversite öğrencimizi andırır. Allison'ın tarzında temel kaçıngan örüntünün yanına başka bozuklukların özellikleri eklenmemiştir ama çoğu kaçınganda (şizoid, bağımlı, depresif, negativist, şizotipal ve paranoid gibi) diğer kişilik bozukluklarından da izler bulunur. Bunun sonucunda bu kişilerin ortaya koydukları duygudurum ve eylemler temeldeki kaçıngan örüntüyü farklı renklere bürüyerek Allison gibi saf vakalardan ayrıştırır. Kaçıngan kişiliğin böylesi alttiplerini Şekil 6. 1'de görebilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebilir ama bu şart değildir.

### Çatışmalı Kaçıngan

Kaçıngan kişiliğin alametifarikalarından biri, yakınlık ihtiyacı ile yakın ilişkilerin doğal sonucu olarak ortaya çıkan kırılganlığa ilişkin korkular arasındaki çatışmadır. Benzer biçimde, (eskiden "pasif agresif" bilinen) negativist kişilikler kendilerine ve başkalarına dair ikircikli duygular içindedirler.

Yakın arkadaşlarını ve eşlerini idealize ederler ama özerk oldukları hissi tehdit altına girerse onları aşağılamaya veya küçük düşürmeye çalışırlar. Çatışmalı kaçıngan diye nitelendirdiğimiz kişilerde negativist kişiliğin özelliklerini de ba-




**ŞEKİL 6. 1** Kaçıngan Kişiliğin Çeşitleri

rındıran bir kaçınganlık örüntüsüyle karşılaşırız. Burada da kaçıngan örüntünün temel içe kapanma eğilimini görmeyi bekleriz ancak bunun ifade bulma biçimi negativistin girdiği "ilişkisel gerilla savaşlarını" andırır.

İçe kapanıp çevrelerinden soyutlanmadıkları takdirde çatışmalı kaçınganlar asabi ve somurtkan bir izlenim verebilirler. İlgi görme ihtiyaçlarını fark etmediler diye insanlara kızarlar ama onlara şefkatle yaklaşanları da bağımsızlıklarını tehlikeye atmaya çalışmakla suçlarlar. Hayal kırıklığı beklentisine yatkınlıkları ve başkalarıyla açıkça yüzleşmekten korkmaları nedeniyle, karşılarındaki insanın teşebbüslerine engel olarak veya arzularını yanlış yorumlayarak dolaylı yoldan işin içinden çıkabilirler. Anlaşılmadıklarına, takdir edilmediklerine, hafife alındıklarına dair şikâyetlerini sık sık dile getirirler ve duygudurumları çoğu zaman temel kaçıngan örüntüye kıyasla çok daha dengesizdir. Stres seviyelerinin düşük olduğu dönemlerde geçmişte içerledikleri durumları inkâr ederek genel bir memnuniyet tablosu çizebilirler. Oysa biraz olsun baskı altına girdiklerinde yüzeydeki pasiflikleri yerini çabucak dürtüsel saldırganlığa bırakır. Duygu ve düşüncelerine mantıklı bir yön veremediklerinden bazen süfli kişisel meseleler ve otistik söylenmeler içinde kendilerini kaybederek diğer insanlardan daha da soyutlanabilirler. Bu tür insanlarla ilişkilenmek hiç kuşkusuz, genelde çoğu insanın

gösteremeyeceği kadar çok sabır gerektiren zahmetli bir süreçtir. Gördüğünüz gibi bu ilişkisel strateji kaçınganın kısırdöngü içinde çabalamasına yol açar: Bir yandan başkalarını kötüleyerek onların yakınlık şevkini kırar -onları zarar görmekten korur-, diğer yandansa aslında arzu etmediği yalıtılmışlığını gerçek kılar.

Saf kaçınganımız Allison'a dönelim. Allison'ın, ilgi görme ihtiyacını fark etmeyen kişilerden intikam alma arzusuyla yanıp tutuştuğu düşüncesi abartılı kaçacak-

## *Odak Noktası: Kültür*

### Taijin Kyoufu ve Kaçıngan Kişilik Bozukluğu

Birebir çevirisi "kişilerarası korku" olan taijin kyoufu, ilişkisel hassasiyetlerle ve kişilerarası durumlardan korkup kaçınmayla kendini belli eden bir sendromdur (Ono ve diğ., 1996, s. 172).

Bu sendromun kökeninde yüzün kızarması, göz teması, çirkinlik ve bedensel kokuların başkalarınca fark edildiği, onlara rahatsızlık verdiği inancının yer aldığı düşünülmektedir. Japonya'da yaygın olduğu anlaşılan bu bozukluk DSM-IV'te (APA, 1994) kültüre bağlı ve sosyal fobiyi andıran bir sendrom olarak sınıflandırılmıştır.

Halbuki Ono ve çalışma arkadaşları (1996) taijin kyoufu'nun daha ziyade kaçıngan kişilikle ilişkili olduğunu öne sürerler. Japonya gibi kolektivist toplumlarda benlik başkalarıyla ilişkiler üzerinden, dışarıdan tanımlanır. Dolayısıyla benlik grubun çıkarlarına tabidir. ABD gibi bireyci toplumlardaysa benlik kişinin kendine özel kimliği olarak görülen içsel bir yapıdır.

Japonya ve Amerika'daki benlik anlayışı birbirinden bu denli farklı olunca, haliyle aynı bozukluk iki kültürde farklı şekillerde dışa vurulur. Bireyci toplumlarda kaçıngan kişilik başkalarınca eleştirilmekten, olumsuz değerlendirilmekten ve reddedilmekten korkar. Ardından da Okonogi'nin (1996) Batı tipi utanç dediği bir duygu baş gösterir: "Kişi, kendisinin ego idealinden beklenecek davranışları sergilemediğinden endişelenir." (s. 175); yani "Kendi kıstaslarıma göre davranmayı beceremedim." Kolektivist toplumlardaysa kaçıngan kişiliğin, başkalarını gücendirecek davranışlarda bulunma korkusu ve kişisel özelliklerin başkalarında yaratabileceği rahatsızlık olarak açığa çıkması daha kuvvetle muhtemeldir. O halde mantıken, taijin kyoufu'dan mustarip kişiler görünüşleriyle ve bunun başkaları üzerindeki potansiyel etkisiyle meşgul olmaya daha meyillidirler.

Bu tür kültürel ayrımlar bir öngörüde daha bulunur. Kişinin utanç verici bir durumda kalmasıyla ilişkili olan sosyal fobinin ABD gibi bireyci toplumlarda, kaçıngan kişilik bozukluğunun (veya taijin koyoufu'nun) ise Japonya gibi kolektivist toplumlarda daha yaygın olmasını bekleyebilirsiniz. Bu iki ülkedeki yaygınlık oranlarının farkına bakan bir çalışma olmamakla beraber, Ono ve arkadaşlarının (1996) verileri kaçıngan kişiliğin, çalışmalarında en sık tanı alan kişilik tipi olduğunu ortaya koymuştur. Kişilik bozukluklarının farklı kültürlerdeki yaygınlık oranı üzerine daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir.

tır. Çatışmalı kaçınganlar anlaşılmadıklarını hissederler, Allison ise başkalarının onu gerçek yüzüyle, yetersiz biri olarak gördüğüne inanmaktadır. Olumsuz değerlendirmelerden, başkalarını yanına kasten yaklaştırmayacak kadar çok korkar.

## Aşırı Hassas Kaçıngan

Çatışmalı örüntünün aksine **aşırı hassas** kaçıngan, paranoid kişiliğin bazı özelliklerini taşır ama gerçeklikle teması çok daha fazladır. Paranoid kişilik bozukluğu olan kişiler genelde neredeyse haddinden fazla özerktirler ve kişisel kırılganlıklarını kendilerine bile itiraf edemezler. Aşırı hassas kaçınganlar ise kusurlarının gayet farkındadırlar ama faturayı kendilerine olduğu kadar başkalarının çevirdiği dolaplara da keserler. Ayrıca yaygın endişelerine çoğu zaman, kendilerini küçük gördükleri ve tedirgin hissettikleri uzun zaman dilimlerini de içeren yoğun ve kararsız duygudurumları eşlik eder. Aşırı hassas kaçınganlar başkalarınca reddedileceklerine ve aşağılanacaklarına dair güçlü bir beklenti içinde olsalar da, temel kaçıngan örüntüde sık görülen belirgin kasvetli ruh hali ile paranoidlerdeki mantıkdışı öngörüler arasında gidip gelirler. Her halükârda olağan stratejileri kendilerini her tür duygusal ilişkiden koruyacak güvenli bir mesafeye çekilmektir. Savunma amacıyla bu şekilde geri çekilenlerin bazıları çevrelerindeki insanlardan ve ihtiyaç duydukları destek kaynaklarından giderek soyutlanabilir. Daha kaçıngan olanlar anlaşılmadıklarını, takdir edilmediklerini ve küçümsendiklerini hissetseler de suçluluk duyduklarını ifade edip nedamet getirebilirler. Oysa paranoid özellikleri daha ağır basanlar kendilerini desteklememiş, eleştirmiş veya onaylamamış kimselere yönelik öfkelerini zapt etmekte zorlanırlar.

Aşırı hassas kaçınganın özgüveni çökme yolunda hızla ilerlerken, daha ağır paranoid özellikler baş gösterebilir ve kişi "zavallı benliğinin" başkalarının onu ezmeye veya kendi kendisini ketlemesini sağlamaya yönelik sinsi davranışlarının ürünü olduğu inancına kapılabilir. Önceden de paranoid özellikleri olanlar kendi yetersizliklerinin kendi doğalarından (içsel bir vasıftan) değil, başkalarından (dışsal bir atıftan) kaynaklandığı düşüncesine inanmaya daha meyillidirler. Dışarıya atıfta bulunanlar suçu dışarıya kaydırırlar, bu da belki çözüm yolunu açar; içsel vasıflara inanmaksa eninde sonunda havlu atmakla sonuçlanır. Dolayısıyla paranoid özellikleri olan kaçınganlar, koşullar daha stresli hal aldıkça bu özelliklerinin de şiddetlendiğini fark edebilirler.

Allison'da da bazı paranoid özellikler mevcuttur ama önemli bazı farklarla. Bu nedenle, her biri kendine özgü olan bu örüntüleri doğru tespit edebilmek için aralarında ince ayrımlara gitmek gerekir. Burada, görülen özelliklerin kökenine inmek zorundayız. Örneğin gülen herhangi bir sınıf arkadaşının mutlaka onunla alay ettiği için güldüğüne inanan Allison derse gitmek bile istemez. Bu da kastedil-

me zannını andırır. Kastedilme zannı, yani çevredeki kişi veya olayların birtakım komplo teorileri dolayımında kendisine atıfta bulundukları fikri paranoidlerde tipik bir özelliktir. Allison'ın bu tür fikirlerinin kaynağındaysa daha çok başkalarının onun hakkındaki olası düşüncelerine dair yoğun kaygısı yer alır çünkü Allison gülmeyi, gülünç olan kendisinin insanlarda yarattığı doğal bir tepki olarak görür.

## Fobik Kaçıngan

Kaçınganlar gibi bağımlı kişilikler de yakın özel ilişkiler kurmayı arzularlar; yalnız, kaçınganın temel güvensizlik hissinden farklı olarak bağımlılar güvenlerini (ve hatta benlik duygularının büyük bir kısmını) partnerlerine bağlarlar ve bu ilişkiyi kaybetme korkusundan asla sıyrılamazlar. **Fobik** kaçınganlarda işte bu iki kişiliğin özellikleri bir araya gelir. Arzu ile terk edilme olasılığı arasında sıkışan fobik kaçınganlar, öfke ve korkularının yerini değiştirmelerine veya bunları yansıtmalarına imkân tanıyacak sembolik bir ikame bulurlar. Serbest salınan ve güç bela tahammül edebildikleri kaygı veya dehşet hissi de böylelikle somutlaşarak asıl nesnesinden uzaklaşır: Korkulması gereken kız veya erkek arkadaş değil, komşunun köpeğidir. Bu tür fobiler, kaçınganın ilişkilerde reddedilmekten, küçük düşmekten ve utanç duymaktan duyduğu korkuyu açığa vurur. Çoğu fobik kaçıngan için fobik nesnenin mevcut olduğu durumlarda gösterilen korku tepkisi; aynı zamanda bir şefkat çağrısı, ret veya terk edilme tehditlerini normalde kendisini desteklemeyen kişilerden destek alarak savuşturmak amacıyla korkuyu araçsallaştırma arzusudur. Fobik kaçınganlar bu sayede kendilerini kaygı doğuran durumlardan başarıyla soyutlarlarken, bir yandan da diğer insanlardan bir miktar hoşgörü talep etmiş olurlar. Barajdaki işi kabul etmedi diye kızamazsınız ona; boğulmaktan korkuyordur çünkü. Ne yazık ki bu tür teşebbüsler genellikle ters teper zira fobi başlı başına alay konusu olabilir.

Vakamız Allison bu örüntüyle de pek örtüşmez. Benzer akut semptomlar yaşasa da, bunların cansız "ikame" nesnelere verilen fobik tepkiler yerine doğrudan kişilerarası dünyasıyla bağlantılı panik atakları olduğu açıktır. Fobik kaçınganın yaptığı gibi korkularını bir uyarana yansıtma, endişelerini somutlaştırma çabası içinde değildir. Ayrıca panik atakları dolayısıyla destek arayışı da yoktur; aksine, bunlar birer kaçış yöntemidir.

Önemli bir diğer nokta da, pek çok kişiliğin fobik sendromlar yaşamasıdır. Bazıları bunu daha çarpıcı biçimde ortaya koyar; bazılarındaysa, daha kaçıngan olmaları sebebiyle, zayıf ya da yetersiz olduğunun ifşa olması kaygısı ve motor huzursuzluk baş gösterir. Fevri kişilikler, fobik nesne mevcut bulunmadığında dahi her daim diken üstünde gibidirler; kaçınganlar ise korkularını, dışarıya yansıttıkları sessiz kayıtsızlığın ardına gizlerler.

### Kendini Soyutlayan Kaçıngan

Farklı kişilik alanlarının etkisinin net bir örneğini bu son kaçıngan örüntü tipinde görebiliriz. **Kendini soyutlayan** kaçınganlar, kaçınganların sosyal (kişilerarası) inzivasını depresif kişiliğin kendini ruminasyonla (bilişsel olarak) değersizleştirmesiyle birleştirir. Bu kişiler başkalarıyla ilişkilenmenin verdiği rahatsızlıktan kaçınmak için kendilerini fantezi ürünü bir ikame varoluşa kaptırırlar. Gel gelelim bu taktikleri kullandıklarından bihaber değildirler -tabii eğer eşzamanlı olarak psikotik özellikli majör depresyon epizotu geçirmiyorlarsa- ve bu da onların kendilerinde gördükleri kusurların farkında olup bundan acı duydukları anlamına gelir. Fantezinin etkisi giderek azalır, düşünceleri hayatlarının ne kadar berbat durumda olduğu ve geçmiş deneyimlerin ıstırabına yoğunlaşır. Gündüz düşlerinin yerini can yakan ruminasyonlar alır. Başlangıçtaki, kendilerini geri çekmelerine neden olan duygular böylelikle içselleştirilmiş olur ve durmaksızın akseder. Kendilerine tahammülleri giderek azalır, kendilerini kendi bilinçli farkındalıklarından tamamen geri çekme, benliklerini varoluşsal zeminde terk etme çabası baş gösterir. Bazıları gerek psikolojik gerekse fiziksel açıdan daha ihmalkâr bir tutum alır; öyle ki en temel hijyen kurallarına bile uymayabilir. Bazısı umutsuzluğa düşer ve intihara, kendi kimliğinin verdiği içsel ıstırap ve dehşetten kurtulmak için bu dünyayı terk etmeye doğru sürüklenir. Kimisiyse duygusal açıdan uyuşur, kendisiyle arasındaki bağ tamamen kopar. Özellikle ağır vakalarda, doğrudan bilincin yapısında bir bölünme veya parçalanma meydana gelebilir; bu da geride şizotipal kişiliği andıran regresif bir dağınıklık bırakır. Bu süreç ilerledikçe kendini soyutlayan kaçınganlar, kendi ürkütücü dönüşümlerini dışarıdan gözlemleyen birer seyirciye dönüşürler.

Allison'ın zamanının ciddi bir kısmını yalnız geçirmesi, bu alttipteki kendine olumsuz biçimde odaklanma halini teşvik eder ve bu örüntüye benzer bir görüntü yaratır. Öte yandan Allison'da fanteziye başvurulmadığı ve kaygılı bilişlerin yokluğu dikkat çekmektedir.

Kitabına uygun yüzde yüz saf kaçıngan diye bir şey olmamakla beraber Allison örneği, daha önceki kaçıngan çeşitlerine özgü bazı birkaç özelliği saymazsak en çok bu teorik prototipe uyar.

## Tarihteki Öncüler

Tarihi 1900'lerin başına kadar dayanan pek çok kaynakta, her ne kadar o zamanlar bu kişilik tarzı bu isimle anılmıyor olsa da kaçıngan kişilikten bahsedilmektedir. 1911'de Bleuler (1950) şizofreni ve onun çeşitli gelişim süreçleri üzerine çalışmıştır. Hastalarından bazılarının "duygulanımları çok güçlü

olduğu için duygu uyandıran her şeyden kaçma mecburiyeti duyarak gerçekle temasını kestiğini" not düşer. "Dolayısıyla hipertrofik bir hassasiyetten doğan dış dünyaya yönelik apati, ikincil niteliktedir" diye belirtir (s. 65). Kaçınganın başlıca özelliklerinden bahseden başka kuramcılar da olmuş ancak aradaki bu kilit farka değinmemişlerdir. Örneğin Schneider (1923/1950) "güvensiz, kendine güvenmeyen, psikopat" kişileri tarif ederken kendilerinden asla memnun olmadıklarını, yanlış giden her şey için kendilerini suçladıklarını ama bu duyguları hep en derinlerinde gizli tuttuklarını söylemiştir. Kretschmer (1921) nispeten eksiksiz tek tasviri yaparak bir ayrım ortaya koyuncaya dek kaçıngan ve şizoid örüntüler sıkça ya birbirine karıştırılmış ya da eşanlamlı kullanılmıştır. Kretschmer aktif ve pasif içe kapanma durumlarını iki kutuplu bir yelpazeye yerleştirmiştir: anestetik ve hiperestetik. Günümüz şizoidlerinin selefleri olduğu açık olan anestetiklerin duygusal açıdan duyarsız, donuk, spontanlıktan uzak oldukları düşünülmüştür. Aksi yöndeki hiperestetikler ise yine içe kapanık olmakla beraber kolay telaşa kapılabilen, kaygılı ama bir o kadar da hassas, utangaç, somurtkan ve başkalarına güvenmeyen kişiler olarak resmedilmişlerdir. Bu kişiler özellikle de "dışarıdan gelen her tür uyarandan kaçınma, bunları susturma" (s. 161) arzusundadırlar, ki bu da klasik bir kaçıngan özelliğidir.

İzleyen dört bölümde kaçıngan kişiliği biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlarda ifade bulduğu haliyle ayrıntılı biçimde resmedeceğiz. Bu alanların hepsi birbiriyle etkileşerek kişinin tamamını oluşturur. Tarihle tasviri bir arada kullanmayı tercih ettik. Bu malzemeyi "kim ne zaman ne yapmış" ekseninde tarihsel bir anlatı olarak görmekten kaçınmanızı öneririz çünkü bu, her bir kuramsal arka planın kavrama yaptığı betimsel katkıları kaçırmanıza neden olacaktır. Bu bölümleri bitirdiğinizde kaçıngan prototipi enikonu kavramış olacağınızı öngörüyoruz. Gelişim güzergâhlarının tasvirine de yer verdik ancak bu güzergâhlar henüz spekülasyon düzeyinde ve ayrıştırılmış değildir. Yalnızca tarihi değil, her bir yazarın günyüzüne çıkardığı özellikleri ve bunların kişiliğin tamamı için önemini öğrenmek amacıyla okuyun. Vakalara atıflar da mevcuttur.

## Biyolojik Yaklaşım

Kaçıngan kişiliğin duygusal seyrine baktığımızda, dipte sabit ve kafa karıştırıcı kaygı, üzüntü ve öfke akıntıları olduğunu görürüz. Hemen her eylem ve olay onlara ıstırap verdiğinden, karşılıksız kalan yakınlık arzuları ile reddedilmekten ve küçük düşmekten duydukları her yere nüfuz etmiş korku arasında salınıp dururlar. Yaşadıkları kafa karışıklığı ve duygusal kararsızlık, sıkça genel bir hissizlik haline yol açar. Daha önce belirtildiği üzere kaçıngan kişiliklerin başkalarına karşı derin güvensizlikleri vardır ve kendilerini ciddi ölçüde değersiz görürler.

Istıraplı deneyimleri onlara dünyanın hasmane, soğuk ve utanç verici olduğunu göstermiştir. Hayatın keyfini sürmeye, tadını çıkarmaya yarayabilecek sosyal becerilerin ve kişisel özelliklerin pek azına sahip olduklarına inanırlar. Sanki ne yapsalar hafife alınacak, küçümseneceklerdir. Başkalarından görmeyi bekledikleri alay ve aşağılamaya karşı tetikte olmayı, gardlarını almayı öğrenmişlerdir.

Psikobiyolojik araştırmacılar kaçıngan kişiliğe benzer tablolar ortaya koymuşlardır. 1970'te kaçıngan kişiliğin *DSM-III*'te ilk kez ortaya çıkışından önce, Klein şizoidleri iki alttipe ayırmıştı. İlkinde asosyal bir temayül belirgindi, ki bunun *DSM*'de doğru bir şekilde isimlendirildiğine inanıyordu. İkinci tipi ise şu şekilde tanımlıyordu: "Utangaç, sosyal açıdan geri kalmış, beceriksiz, itaatkârdır; korku içinde olduğundan, soyutlanmış olsa da sosyalliğin değerinin farkındadır ve grubun bir parçası olmak ister." (s. 189) Klein'a göre bu özellikler beklenti kaygısı ve düşük özgüvenle birlikte görülür. Bazı diğer araştırmacılar (Siever veDavis, 1991, s. 1655) kaygıya bağlı ketlenmenin kişilik gelişimindeki en temel psikobiyolojik eğilimlerden biri olduğu kanaatindedirler. Bakım veren kişinin civarda olmasının güvenine sırtını dayamadan dünyayı keşfe çıkmak, her çocuğu bekleyen önemli bir gelişim görevidir; kaygı eşikleri düşük olanlar utangaç, kaçıngan, ürkek addedilirler. Yeni ilişkiler kurmak onlar için zordur, yeni durumlardan kaçınırlar ve davranışlarının olası olumsuz sonuçlarına karşı özellikle tetiktedirler. Buna karşılık ketlenme, yeni girişken davranışlar öğrenmeye ve bu tür çocukların akranlarıyla yarışa girebilmesine engel olabilir.

Çoğu kişilik bozukluğunun biyolojik gelişiminin nasıl olduğu hâlâ spekülasyona açık olmakla birlikte bu alanda yeni keşifler yapılmaya devam etmektedir. Yine de bozukluğun yetişkinlikteki dışavurumunu açıklamak için biyolojik yatkınlığın tek başına yeterli olmadığı söylenebilir; ne de olsa bizler yalnızca biyolojik varlıklar değiliz. Gel gelelim bazı kaçıngan kişilerin derin yetersizliğinin fiziksel gelişime dayandığından nispeten emin gibiyiz. Yavaş veya orantısız fiziksel gelişim akranların alayına maruz kalmaya yol açabilir, ki bu da kişide kendisinin tuhaf veya aşağı olduğuna dair derin bir iz bırakır. Başka nedenlerden ötürü halihazırda özgüven sorunları yaşayan çocukların sıkıntıları bu tür durumlarda iyice artabilir, nihayetinde kaçıngan örüntü baş gösterebilir. Çocuğun atipik gelişiminin ebeveynleri açıkça utandırdığı veya hayal kırıklığına uğrattığı durumlarda bu ihtimalin artacağını düşünebiliriz. Çocuklarının olağan fiziksel ve psikolojik gelişim basamaklarını hızla tırmanmasını bekleyen ebeveynler, ufak sapmalarda ve kusurlarda dahi ciddi kaygı ve hatta umutsuzluk içine düşebilirler.

Ebeveynlerin başarısızlık karşısında ifade ettikleri utanç duygusu, ortalamanın üstünde bir performans gösterdiği zamanlarda bile büyümekte olan çocuğa bir tür kusurluluk veya yetersizlik hissi aşılayabilir. Örneğin sportif bir baba, sırık gibi bedeni dolayısıyla el-göz koordinasyonunda sıkıntı yaşayan oğlunun

onu hayal kırıklığına uğrattığını hissettiğinde, ona sevgi ve kabul görmek istiyorsa üstün performans göstermesi gerektiği gibi zımni bir mesaj verebilir. Benzer şekilde, annesi üstün zekâlı bir profesör olan ve kendisinden de annesi gibi olması beklenen entelektüel açıdan normal bir çocuk, annenin hayal kırıklığını içselleştirip yeterince zeki olmadığı için kendisini lanetleyebilir. Her iki durumda da üstü kapalı biçimde iletilen mesaj şudur: "Sen benim çocuğum olmaya layık değilsin. Senden beklediğim veya talep ettiğim şeye dönüşmedin. Seni sevmek bana külfet." Bu tür örnekler salt biyolojik değildir; aksine, biyolojik etkenlerle sosyal etkenlerin etkileşiminin organizmanın tamamında gözlemlenen nitelikleri nasıl ortaya çıkardığını gözler önüne serer. Sean (Vaka 6. 2) bu dinamiğe örnektir. Çocuklar asla yeterince iyi olamadıklarında, ebeveynlerinin sırf onların varlığından duyduğu anlaşılan utancı benlik imgeleri olarak içselleştirirler.

Kaçıngan kişiliğin kısmen de mizaç temelli olduğuna dair bulgular mevcuttur. Her ne kadar utangaçlık kaçıngan kişiliğe özgü bir nitelik olmasa da varlığı, kaçınganlarda tipik olarak gördüğümüz içsel utanca ve kendinden şüphe etmeye işaret eder. Kagan, Reznick ve Snidman (1988) aşina olmadıkları bir ortama girdiklerinde ya davranışlarını aşırı kısıtlayan ya da aşırı spontan davranışlar sergileyen 2 yaşındaki çocukları gözlemlemişlerdir. Aynı çocuklar 7 yaşına geldiklerinde tekrar değerlendirilmiştir. Davranışlarını kısıtlayan grubun büyük çoğunluğu sessiz ve sosyal açıdan kaçıngan kalmış, spontan davranışlar sergileyenlerse konuşkan ve sosyal çocuklar olmuşlardır. 2 yaşa gelindiğinde erken bağların kurulduğu evre çoktan geçilmiş olsa da, kaçınganların yapısal temelli ürkek veya kaygılı mizaç, yani potansiyel tehditlere karşı farklı yaş aralıklarındaki bu şaşırtıcı devamlılığı açıklayabilecek aşırı hassasiyet taşıdıkları düşünülebilir.

## Psikodinamik Yaklaşım

Daha önce bahsedildiği üzere her ikisi de içe kapanmaya meyilli olduğu için şizoid ve kaçıngan örüntüleri geçmişte aynı başlık altında ele alma eğilimi söz konusuydu. Bunu psikodinamik geleneğin tarihinde de görmek mümkündür; içekapanık kişiliği olduğu söylenen herkes doğrudan doğruya şizoid olarak sınıflandırılıyordu. Kaçınganlar ve şizoidler böylelikle, gelişim ve işleyişleri özünde farksızmışçasına aynı küme içinde yer alıyorlardı. Bugün bile pek çok analist, kaçınganı "şizoid spektrumun" psikotik olmayan kısmı olarak görür ve karakteristik savunmasının (Allison'ın çocukluğundan beri yaptığı gibi) hayal gücüne çekilme olduğunu savunur.

Öte yandan psikodinamikçiler çeşitli vesilelerle bu kavramları ayrı ayrı incelemiş ve bugün kaçıngan kişilik diye adlandırdığımıza benzer karakter tipleri tarif etmişlerdir. Menninger (1930) normal duygu ifade kapasitesi ortaya koyan

**VAKA 6. 2**

Üniversite birinci sınıf öğrencisi Sean'ın kimseyle doğru dürüst bir ilişkisi yoktu. Klinik görüşmede temas kurmak istiyor gibiydi ama sık sık kekeliyor, bu da utanarak kendisini geri çekmesine neden oluyordu. Bunun haricinde neredeyse hiçbir duygu ifade etmiyordu.

Öncelikli sorunu, ikinci bilgisayar programlama dersiydi. Çeşitli bilgisayar dillerine hâkimdi ama hocası grup çalışması yapmalarını istemiş, tek büyük bir projenin farklı parçalarını gruplara bölüştürmüştü. Bu durum Sean'ı korkutuyordu. "Çalışmaya gayret ediyorum ama konsantre olamıyorum" diyordu. Sesi giderek kısılmış, neredeyse fısıltıya dönmüştü. "B...b...beni aptal sanacaklar." Bulduğu çözüm, dersi bırakmaktı. Bu son projeye kadar dersi yüksek not ortalamasıyla götürmüştü. Hatta notları genel olarak istisnai biçimde yüksekti. Ne var ki Sean tek bir kişiden bile arkadaşı olarak bahsedemiyor, bu durumu "İnsanlarla tanışma konusunda çok başarısızım. Beni sevmezler gibi geliyor. Biraz tuhaf bir tipim. Sakarım. Öyle pek ilginç bir yanım yok herhalde. Ama bilgisayarlarla aram iyidir" diye anlatıyordu.

Terapinin ilk birkaç seansında içinde tuttuğu çok şey varmış izlenimi veriyordu; sürece dair beklentileri boşa çıkarmamak için danışanın üstüne düşenleri anlamaya çalışır gibi bir hali vardı. Bu aktarım meselelerini konuşmak ilk başta kolay olmadı ama nihayetinde bir sıçrama yapmamızı sağladı: Sean, geçmişi ile şimdisi arasındaki bağı gördü ve duygularını serbestçe ifade etmeye başladı.

Sean'ın sorunlarının kökeninde babası vardı. Atak ve iyi kazanan bir doktor olan babası aynı zamanda geliştirdiği önemli ameliyat tekniğiyle tanınıyordu. Annesi utangaç bir kadındı, evlenmeden önce lisede öğretmen olarak çalışmıştı. Sean doğduğu günden itibaren sıradışı bir bebek olmuştu. Durmaksızın ağlıyor, emme ve uyku saatleri bir türlü düzene girmiyordu. Daha da kötüsü keyfi çok çabuk kaçıyor, annesi hariç herhangi birini görür görmez ağlıyordu.

Sean'ın babası başından beri oğluna karşı tahammülsüzdü. 7 yaşına gelen Sean'ın karanlıktan korktuğunu öğrendiğinde onu saatlerce zifiri karanlık bodrumda kilitli tutmuş, ağlaması kesilene kadar da çıkarmamıştı. Sean büyüme sürecinde temel gelişim basamaklarını ağabeyi kadar hızlı geçememiş, bu da babasının tekrar tekrar hayal kırıklığı yaşamasına neden olmuştu. Küçük erkek kardeşi bile onu geçmişti. Beden dersinde takımlara en son seçilen hep o oluyordu. Kaleye geçmekten korkuyor, topu kaçıracak diye aklı çıkıyordu. Diğer çocuklar ona "bücür" lakabını takmıştı.

Sean'ın okul performansı ağabeyinden kötü olmakla beraber yine de ortalamanın üstündeydi. Buna rağmen babası, diğer çocuklar iyi tıp fakültelerinde okurken Sean'ın anca hemşirelik okuyabileceğini söyleyerek onunla alay ediyordu. Sean'ın da bizzat farkında olduğu üzere, programlama grubundaki diğer erkeklerle boy ölçüşme korkusunun temelinde evde maruz kaldığı, canını yakan bu tür nice olumsuz kıyas yer alıyordu.

Kaçıngan Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik dönemimde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; toplumsal ketlenme, yetersizlik duyguları ve olumsuz eleştirilere aşırı duyarlılık göze çarpar, aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

(1) Eleştirilecek, beğenilmeyecek ya da dışlanacak olma korkusuyla kişilerarası ilişki gerektiren meslekî etkinliklerden kaçınır.

(2) Sevildiğinden emin olmadıkça insanlarla ilişkiye girmek istemez.

(3) Mahcup olacağı, alay edileceği korkusuyla yakın ilişkilerde tutukluk gösterir.

(4) Toplumsal durumlarda eleştirileceği ya da dışlanacağı üzerine kafa yorar.

(5) Yetersizlik duyguları yüzünden yeni kişilerle aynı ortamda bulunduğu durumlarda ketlenir.

(6) Kendisini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak görür.

(7) Mahcup düşebileceğinden ötürü kişisel girişimlerde bulunmak ya da yeni etkinliklere katılmak istemez.

ama "grupla bütünleşmeyi veya gruba nüfuz etmeyi imkânsız kılan birtakım tuhaf eksiklikler, üsluplar, tutumlar, garip davranışlar geliştirecek denli insan temasından yapay biçimde geri duran" ve "yetersizlik, kaçınganlık, kendinden memnun olmama ve bu tür duygulardan kaynaklı yaygın bir cesaret yoksun-

luğundan her daim, bazen akut biçimde mustarip", "soyutlanmış" kişilerden bahseder (s. 64, 71). Fenichel (1945) psikanalitik ekolün uzun zamandır ketlenme, korku, temel dürtülerden kaçınma gibi alanlarla ilgilenmesine paralel olarak, fobik karakteri yansıtan bir kavramsallaştırma ortaya koymuş ama bunun sosyal boyutunu ihmal etmiştir. Fobileri bir karakterolojik özellik olarak ele alan başka klasik analitik araştırmacılar da vardır, örneğin Rado "aşırı tepkisel bozuklukları" olan hastalardaki ruhsal emniyet tedbirlerinin artışını pekiştiren "fobik kaçınma mekanizmasından" (1969, s. 182) bahseder. MacKinnon ve Michels'in (1971) tarif ettikleri "fobik karakter özellikleri" ise fobiye karşı genel bir yatkınlığa, kaçınganlığın da bunun kilit noktası haline gelmesine işaret eder.

Analitik düşüncenin içindeki diğer bir hizip olan ego analistleri, kişiliği temel dürtülerle sosyal etkenler arasındaki çatışma merkezinde düşünmekten uzaklaşarak egonun gerçekliğe göre yönlenen, kişilerarası nitelikli yapısını ön plana çıkarmışlardır. Egonun bu yapısı iç ve dış güçler arasındaki savaş tarafından güdülenmez, tersine bunları bir araya getirip uyuşturmak üzere sentezleyici bir işlev görür (Greenberg ve Mitchell, 1983); insan, davranışlarına kendi özgün damgasını ancak bu şekilde vurabilir. Modern formülasyonları öngören Horney (1937, s. 99) mesafeli tip kavramını geliştirmiştir. Bu kişiler "İçime kapanırsam kimse beni incitemez" diye düşünür. Oysa Horney'e göre kendilerini yaralanamaz kılmak şöyle dursun, kendilerinden nefret etmeye ve kendilerini hor görmeye başlarlar. Nihayetinde de onlar kendilerini nasıl görüyorlarsa, başkaları da onları öyle görmeye başlar. Haliyle başkalarıyla ilişkilendiklerinde gerilir, sosyal etkileşimlerden kaçınır ve kimseye bağlanmamaya çalışırlar. Bu kuramcılara göre kaçıngan kişiliğin asli amacı kaygı ve huzursuzluğu inkâr etmektir. Bunu başarmak için de ya her tür duyguyu inkâr ederler ya da can yakan zihinsel meşguliyetlerini düşüncelerinin anlamını çarpıtarak veya yeni ilgisiz düşüncelere başvurarak saptırır, salt kendileri olmanın verdiği acı ve elemden içsel algı ve duygularını köreltip dağıtarak kaçınırlar.

Bunlara ek olarak, ego analistleri kaçınganların gerek kendilerinde kaygı uyandıran yetersizlik ve değersizlik bilişlerine alternatif olması gerekse kendilerini sosyal hayattan çektikleri için karşılayamadıkları ihtiyaçlarını soyutlanmış bir halde doyurmaya imkân sağlaması bakımından fantezi ve hayal gücüne teşne olduklarını anlatırlar. İstenmeme duyguları her daim yüzeye yakın durduğundan, çok sevildiklerini ve filmlerdeki gibi bir aşk yaşadıklarını hayal edebilirler. Hatırlayacağınız üzere Allison kurduğu hayallerin içeriğinden bahsetmiyordu ama kendisini koşulsuz kabul edecek birinin hayalini kurduğunu söylediği düşünülürse yüksek ihtimalle fantezi dünyasında sadece yeterli değil aynı zamanda son derece yetenekli, herkesin hayranlık beslediği biridir ve kendisinin bu versiyonuna onun hakkında her şeyi bilmek için yanıp tutuşan "romantik biri" eşlik

eder. Tüm bunlar gerçek hayattaki kanısının tam tersidir. Gerçek hayatta insanların ona ilgi duymak şöyle dursun, onu kusurlu ve utanılası biri olarak gördüğü inancındadır. Diğer kaçınganlar, özellikle de paranoid ve negativist özellikleri de olanlar, çabuk parlayan güvenli bir hiddetle düşmanlarını bertaraf ettiklerini hayal edebilirler.

Gelin görün ki bu tür fanteziler kaçınılmaz olarak, aslında hayatlarının ne kadar fakir olduğunu vurgulamaya hizmet eder. Sağlıklı kişiler gibi esnek ve kapsamlı savunma mekanizmaları kullanmaktansa, kaçıngan kişi neredeyse sadece kaçış ve fanteziye başvurur. Bu savunmaları kullanmanın mümkün olmadığı veya bunların hayli zahmetli olduğu durumlardaysa çabucak bunalabilir veya her tür duygusunu bastırarak içeride yatan ıstıraplı çalkantıyla hiç uyuşmayan donuk, yavan, duygusuz bir görüntüye bürünebilir. Bazen terapistlerin bile, kaçıngan kişiliği olanları şizoid sanmalarının temel gerekçelerinden biri de budur. Allison'ın sosyal bir etkileşime girmeye mecbur kalması halinde kendisi hakkında hiçbir şey paylaşmayacağını tahmin etmek güç değildir. Bu da onun herhangi bir duygusu veya motivasyonu olmadığı izlenimi yaratabilir, ki bunlar şizoid kişiliğin başat özellikleridir.

Kaçınganlar kaygıyı karmaşık biçimde deneyimlerler ve bu deneyim genellikle pek çok belirleyici çatışmanın güdümündedir. İlki, yakınlık arayışı ile güvensizlik arasındaki çatışmadır; Allison bunu "erkek arkadaşınızın olması ile terk edilmek arasındaki çatışma" diye de tarif edebilirdi. Daha önce belirttiğimiz üzere kaçınganlar başkalarıyla yakın olmak isterler ama bu arzularının en nihayetinde onların canını yakacağı, hayal kırıklığına uğrayacakları inancını bir türlü içlerinden atamazlar. Bu özellik kaçınganla bağımlı arasındaki temel farklardan biridir: Bağımlı kişiler duygusal ihtiyaçlarının ön planda olduğu dönemlerde başkalarına çabucak güvenir, onlarla kolayca yakınlaşırlar. İkinci olarak, kaçınganlar kendi potansiyellerini gerçekleştirmeyi derinden isterler ama kendi yeterlik ve becerileriyle ilgili güçlü şüpheleri vardır. Özellikle de topluma karışıp özgüveni çok daha yüksek kişilerle rekabete girme fikri onları çok ürkütür. Allison profesörlerin derste söz alıp tartışmalara katılan öğrencileri sevdiklerini duysa ne hissederdi, tahmin edebilirsiniz. Keza bu kadar zeki bir öğrencinin bir köşede kimselere gözükmeden oturup ağzını açmadığını duyan profesörün de ne kadar şaşıracağını tahmin etmek güç olmasa gerek.

O halde kaçınganların mutluluğa çıkan tüm yolları tıkalı gibidir: Kendi üstlerine düşen adımı atamamaları yetmezmiş gibi, kendilerini her anlamda yetersiz görmeleri ve güvensizlikleri başkalarına bir şans vermelerine de engel olur. İki yol da acı ve sıkıntıya çıkar. Kaçınganlar iki dünyanın da en kötü bölgesinde mahsur kalmışlardır: Sosyal açıdan ilerlemenin stresinden de, kendilerini gerçekleştirmeyi ihmal ettikleri için yaşadıkları içsel boşluk hissinden de kaçınmaya

çalışırlar. Allison gibi bazılarında çatışma nihayetinde o kadar akut bir hal alır ki, terapiye başvurup bu ikilemi çözme çalışmalarına başlarlar.

Son olarak, kaçıngan kişiliğin daha geniş çaplı, bağlamsal gelişimi ileriki bölümlerin birinde daha kapsamlı ele alınacak olsa da, bu örüntünün erken dönem deneyimlerini nesne ilişkileri çerçevesinden anlamak önemlidir. Psikanalitik düşüncenin başlıca dallarından biri olan nesne ilişkileri kuramı bebeğin, gelişimi sırasında ona bakım verenlere ilişkin oluşturduğu imgelerin ve erken dönemdeki anıların artık bilinç düzeyinde erişilememekle beraber yetişkin davranışını etkilemesini konu edinir. Psikanalitik kuramın temel kanılarından biri, çocukların kendileri için önemli olan (ebeveyn, öğretmen gibi) kişilerin ve diğer rol modellerinin ölçütlerini süperego dahilinde içselleştirdikleridir. Süperego iki parçadan oluşur. Bunlardan ilki olan ideal benlik (veya ego ideali) kişinin kendisinde bulunmasını istediği özelliklerden, örnek davranışlardan, başarılardan veya olmak isteği her şeyden oluşur. Gelişkin bir ego ideali, bu ideali gerçekleştirme çabasını doğuracağından, süperegonun bu parçası büyük amaçların ve kendini gerçekleştirme düzeyinin, yani birey olarak taşıdığınız size özgü potansiyelleri gerçeğe dönüştürme arzusunun kişiden kişiye değişmesiyle bağlantılı olabilir. Süperegonun ikinci parçasıysa vicdandır; kabul edilebilir davranışların sınırlarını belirleyen her tür yasağı, kuralı, emri barındırır. Olgun süperego, yetişkin yaşamında kendisini suçluluk sancılarıyla veya vicdanın sesiyle belli eder.

Kaçıngan kişilik tipik olarak, kendini gerçekleştirmeye büyük özlem ve arzu duyan gelişkin bir ego idealine sahiptir ama buna her davranışında kusur bulan, yaptığı hiçbir şeyi onaylamayan ayıplayıcı bir süperego eşlik eder. İşin aslı ebeveynlerinin üstün başarı ve sosyal sükse standartlarını, suçlayıcı ve en ufak hatadan sakınmayı gerektiren tutumlarıyla beraber içselleştirmiştir. Allison çok başarılı ebeveynler tarafından büyük beklentilerle büyütüldüğünü belirtir. Ne yazık ki en ufak hatasında onu abartılı düzeyde eleştirmişlerdir. Allison'da her iki içses de yankılanır; biri başarı talep eder, diğeriyse öyle eleştireldir ki onu sosyal açıdan cüzzamlı muamelesi görmeye layık, yetersiz bir kişi olduğuna ikna eder. Esasında ego ideali ile algıladığı gerçek benliği (yani gerçekte olduğuna inandığı kişi) arasındaki mesafe öyle büyüktür ki, kendi yargıları karşısında küçük düşer ve başkalarının da ona benzer gözle bakacağı fikri onu telaşlandırır.

Davranış ölçütlerine bu denli önem verilmesi, bazen kompülsif kişiliğe özgü bazı özelliklerin de baş göstermesine neden olabilir. Özellikle de ebeveynlerde büyük hayal kırıklığı yaratan ufak tefek hatalardan kaçınma arzusu, kompülsiflerde tipik olarak görülen detaylarla aşırı meşguliyete yol açabilir. Gel gelelim kompülsifler kusursuz bir performans göstermeye çalışırlarken, kaçınganlar genellikle herhangi bir performans göstermeyi reddederler; ne de olsa risk büyüktür.

## Kişilerarası Yaklaşım

Bu kişilik örüntüsünün herhalde en belirgin özelliği kişilerarası zeminde yaşanan yaygın huzursuzluk hissi olduğundan, kaçıngan kişiliğin ilişkisel yelpazesinin çoğundan halihazırda bahsetmiş durumdayız. Topluluk önüne çıkan herkes az çok rahatsız hissedebilir; oysa kaçınganlar bu rahatsızlığı karşılarında tek bir kişi olsa dahi yaşarlar. Tanımadıkları o bir kişi, içlerindeki her tür yetersizlik ve reddedilme korkusunu harekete geçirmeye yetebilir. En iyi ihtimalle kendi düşünce ve fikirlerini ifade edip etmeme konusunda tereddüde düşerler; hiçbir şey olmasa, masumane yorumları ve mimikleri eleştirel bir tutum veya reddedilme emaresi olarak alırlar.

Gerilim arttıkça konuşmaları yavaşlayıp kısıtlanabilir; konuşmanın içinde belirgin düzeyde karmaşık veya ilgisiz kısımlar ortaya çıkabilir. Sean vakasında gördüğümüz üzere (Vaka 6. 2) özgüven eksiklikleri, kekelemelerine neden olabilir. Herkesin onların pot kırmasını beklediği inancında olduklarından, vücut duruşları katı ve epey kontrollüdür fakat ara sıra aşırı derecede kıpırdandıkları gözlemlenebilir. Ne kadar kaygılı olduklarını kimse anlamasın diye (utançtan yerin dibine girmemek için), dışarıya yansıttıklarını hep kontrol altında tutarlar. Bu mahcubiyetleri ister istemez mahcup hallerini pekiştirir. Bu özellikle de kaçınganlar için geçerli bir durumdur. Ne de olsa onların her yersiz hareketi irdelenip yargılanır, ya da en azından onlar böyle olduğuna inanırlar.

Kaygı, kaçıngan kişinin akıcı ve tutarlı konuşmasının da sık sık önüne geçer. Bu nedenle bazı kaçınganlar hiç konuşmamanın daha hayırlı olacağı sonucuna varır ve bukalemun gibi kamufle olmaya çalışırlar. İlişkisel kaygıların bu tür fiziksel dışavurumları özellikle de kaçınılmaz sosyal durumlarda, örneğin tüm öğrencilerin katılmaya mecbur tutulduğu mezuniyet töreni başlamadan hemen önce herkes boş boş dolanıp birbiriyle sohbet ederken, akut biçimde ortaya çıkar. Resmi etkinlikler hepten ürkütücüdür çünkü işin içine giyimle ve davranışlarla ilgili bazı kurallar girer. Herkes ne beklemesi gerektiğini bilir, herkes uyum sağlamaya çalışır, haliyle de farklılıklar iyice belirginleşir ve hatalar göze batar. Allison bu tür bir durumda muhtemelen etkinlik bitene kadar tuvalette saklanırdı.

Kaçınganlar kişilerarası alandaki bu kaygıyla yüzleşmezler. Bunun yerine sosyal etkileşimlerden olabildiğince kaçarlar ki kendilerini "kaçınılmaz" olumsuz yargılardan koruyabilsinler. Başkalarıyla iletişim kurmayı gerektiren her etkinlik, onların kırılgan güvenlik hislerine tehdit teşkil eder. Hatta sırf kayıp veya hayal kırıklığı yaşayıp acı çekmemek için kendilerini en basit aidiyet ilişkilerinden bile mahrum bırakabilirler. Bırakın kendi arzularını ifade etmeyi, başkalarının arzularına boyun eğmek dahi çoğu için beyhude ve ıstıraplı bir girişimdir. Her defasında ödün vererek saygınlıklarını yitirdikleri kanaatinde olabilirler, ki

bu da kendilerini daha da hor görmelerine yol açar. Yaşayacakları utancı, küçük düşme ihtimallerini azaltmanın bildikleri tek yolu geri çekilmek, içlerine kapanmak ve yalnızlıklarına yönelik olası saldırılara karşı tetikte olmaktır. Mesafe güvenliğin teminatıdır, güvense acıya davetiye çıkarır.

Kaçınganlarla etkileşim halinde olan, özellikle de bu etkileşimde önemli yer teşkil eden kişiler bir nebze olsun sosyal ve işlevsel fayda sağlamak istiyorlarsa hayli dikkatli hareket etmelidirler. Örneğin işyerinde, kaçıngan kişinin müdürü başarılı boks menajerleri gibi olmalıdır. Kaçıngan birini doğrudan önemli bir projeden başlatmazsınız. Allison'ın patronu ona "Peki, biliyorum bugün daha ilk günün ama senden medet uman pek çok kişi var ve eğer bu işi eline yüzüne bulaştırırsan kıyamet kopabilir" deseydi sizce tepkisi ne olurdu? Herhalde daha öğle arası gelmeden eve gider ve bir daha asla dönmezdi. Dolayısıyla kaçınganları yavaş yavaş ısındırmak, ilkin nispeten yetkin hissettikleri (onlara "Vay be, adam resmen benim ne olduğumu şıp diye anlamış, bana sorumluluk verme riskine hiç girmedi bile" diye düşündürmeyecek ama yine de altından kalkabilecekleri) işlerden başlatmak gerekir.

Ayrıca kaçınganlar karşı tarafın beklentilerini en net şekilde anlamaya, girecekleri kişilerarası durumların gerektirdiklerinin ve sürecin işleyişinin onlara eksiksiz anlatılmasına, olabildiğince açık iletişime ihtiyaç duyarlar. Sınırların bu şekilde netleştirilmesi kaygının yönetilmesini kolaylaştırır ve kaçınganın pireyi deve yapmasına engel olur. Hataların doğuracağı sonuçlar da açıkça belirtilmeli ve mümkünse minimuma çekilmelidir. Patronun kendi devirdiği çamların bir kısmını paylaşmaya açık olmasında da yarar vardır. Buradaki risk, kaygılarının kontrolden çıkması halinde sanki hiçbir şey olmamış gibi kibar bir gülümsemeyle ortamdan ayrılıp bir daha geri dönmemeleridir. Kaçınganlar başkalarının beklenti ve yargılarından korktuklarından, kaçıngan bir çalışanda güven hissi uyandırmak her zaman avantajdır. Sorun çıktığında ilk onlardan duymayı bekleyemezsiniz, hele ki bu sorun en çok onları rahatsız ediyorsa.

Kaçıngan kişilerin ilişkilerinden, özellikle de Allison ve lisedeki erkek arkadaşı örneği üzerinden daha önce bahsetmiştik. Kaçıngan kişiler dış dünyayla baş etmeleri için daha uygun olduğuna inandıkları bir maske oluşturma eğilimindedirler. Olur da keşfedilirse ilişkilerini sabote edecek kadar berbat olduğunu düşündükleri yetersizliklerine karşı bu maskeyi kullanarak ilişkilerini güvence altına almaya çalışırlar. Çoğu zaman eşler kaçıngan partnerleriyle iyi kötü işbirliği kurabilmeye başlar, evde kalabilmeleri için bazı şeyleri onların adına halleder, böylece onları yabancıların beklenti ve yargılarından soyutlamış olurlar. Yıllar geçip de kaçıngan kendisinden beklenenleri gerçekleştiremedikçe bu tür işbirlikleri zayıflayabilir. Aslına bakarsanız eş ne kadar yardımcı olursa, kişilik patolojisinin önünü o kadar açar. Bazı eşler kaçınganın evlilik ilişkisinde de bi-

raz rol yaptığını fark edip hayal kırıklığına uğrayabilir. Aradaki yakınlığın gerçek olmadığını ve kaçıngan kişiyi aslında hiç tanımadıklarını düşünerek ilişkiyi sonlandıranlar da olur.

Genelde kaçınganların onları dış dünyadan soyutlayan koruyucu kabuğu yalnızca sorunlarını pekiştirmeye yarar. Birincisi, ilişkisel deneyim yelpazelerini daralttıklarında özgüvenlerini ve kendilerine verdikleri değeri artırabilecek yeni davranış biçimleri öğrenme olasılığını ortadan kaldırmış olurlar. En ağır vakalar kendi iç çalkantıları ve çatışmalarıyla baş başa kalırlar. Dış tehlikeleri minimuma indirmeyi başarsalar da, kendi bedenlerine hapsolurlar ve tek eşlikçileri, onları aşağılayan içsesleri olur. Bu kaçınganlar geçmişte küçük düştükleri durumları zihinlerinde tekrar tekrar canlandırır, çoğu zaman geçmişe giderek daha da gömülüp gündelik dünyaya yabancılaşarak gerçekle ilişiklerini kaybederler. İkincisi, tıpkı bağımlı kişiliği olanlar gibi, dışarıya verdikleri zayıf ve tedirgin görüntü, kendilerini savunamayan insanları utandırıp aşağılamaktan zevk alan kişileri mıknatıs gibi çeker. Böylelikle yaşadıkları ilave utanç, başkalarına güvensizliklerini bir kez daha haklı çıkarır ve nihayetinde çok az kişiye itimat ederler.

Kaçıngan kişiliğin ilişkisel gelişimini Benjamin (1996) SASB modelinde kısa ve öz biçimde açıklamıştır. Bağımlı ve negativist kişilikler gibi kaçınganlar da hayata normal, sağlıklı bağlarla başlarlar. Gerçekten yakınlık kurabildikleri ilişkilere duydukları arzu da buradan gelir. Gel gelelim yaşları ilerledikçe, onlara bakım veren kişiler etkileyici ve hayranlık uyandırıcı bir sosyal imaj oluşturmalarını sağlamak adına daha da kontrolcü davranmaya başlar, hatalarının ve kusurlarının aile için muazzam bir utanç kaynağı olduğu mesajını verirler. Bunu hem Allison'ın hem de Sean'ın öyküsünde görebilirsiniz. Kusurlar küçümsenir, alaya alınır; böylelikle küçük düşme olasılığına karşı aşırı hassasiyet gelişir. Sean'ın öyküsünde, babasının onu iki erkek kardeşiyle kıyaslarken ne kadar saldırgan bir dil kullandığını görürüz. Hatta vakanın son paragrafında babası ona bir erkek olarak saygı duymadığını belirtir.

Geleceğin kaçınganları bu tür hakaretlere karşı nasıl tedbir alabilirler? Öncelikle kusur addedilebilecek veya olumsuz yorumlar duymalarına sebep olabilecek her şeyi gizlemeye başlarlar. Öyle ki hata olasılığına karşı aşırı duyarlı hale gelirler ve bu da genel olarak başkalarının olumsuz değerlendirmelerinden korkmalarında pay sahibi olur. Bu aynı zamanda bekleneceği üzere, halihazırda sarsılmış olan benlik imgesini daha da zedeler. Benjamin (1996) ayrıca kaçınganların çoğu zaman aileleri tarafından dışlandıklarını, bunun da ailenin duyduğu utancın ve sert eleştirilerinin bir kanıtı olduğunu belirtir. Grubun parçası olarak kabul görmek bir yana, kaçınganlar "kendi başlarının çaresine bakmaya" zorlanırlar, zira gruba alınmayacaklardır. Geleceğin kaçınganlarının penceresinden bakıldığında bu durum, herkesin onların ne kadar kusurlu oldukları konusunda

hemfikir olduğu anlamı taşır. Sean bunu hem ailesinde hem de okulda, takımlara son seçildiğinde ve "bücür" lakabını aldığında yaşamıştı. Allison'ın anne babasıysa bu görüşü destekleyecek kanıtlar ortaya koyarak ona kaza eseri doğduğunu söylemiş, ona yük muamelesi yapmışlardır.

Geleceğin kaçınganları hayatta kalabilmek için cezayla iç içe geçmiş bir özerklik hissi geliştirirler (Benjamin, 1996). Örneğin onları aile toplantılarına davet etmek "atlanabilir" veya çocukken arkadaşlarının, hatta kardeşlerinin bile doğum günleri kutlanırken onlarınki kutlanmaz. Böyle bir ayrımcılığa maruz kalmanın verdiği utançtan kaçınmak adına, bu tür dışlanan bireyler peşinen kendilerini çekerler. Kusurlu olmaktan esef duysalar da, kendilerine bakım veren kişilerin kalbini kazanmak için uğraşıp dururlar. Bakım verenler de onlara gerçek sevgi ve desteği sadece ailelerinden bulabilecekleri, sadakatin her şeyin üstünde olduğu fikrini aşılarlar. Altta yatan mesaj şudur: "Kusurlarını bizden başka kimse hoş görmez. Hiç değilse güvende hissetme *ihtimalin olan* yerde kal."

Çoğu kaçıngan kişilik gelişim sürecinde utanç uyandıran ve özgüveni düşüren deneyimlere tekrar tekrar maruz kalma sonucunda gelişse de, klinik deneyimler bize çocukluktaki (fiziksel kötü muamele, ensest veya taciz gibi) bazı travmatik deneyimlerin de kaçıngan örüntüyü andıran ömürlük bir sosyal kaçınma ve ilişkilerden korkma örüntüsü ortaya çıkarmaya yeteceğini gösteriyor (Stone, 1993). Örneğin cinsel istismara uğramış çocuklara genellikle failmiş gibi veya kendi aileleri tarafından, utanmaları gereken bir şey varmış gibi hissettirilir. "Benim bir kusurum olmasa böyle bir şey başıma gelmezdi" hissi onlara aşılanabilir veya kendileri bu hisse kapılabilirler.

## Bilişsel Yaklaşım

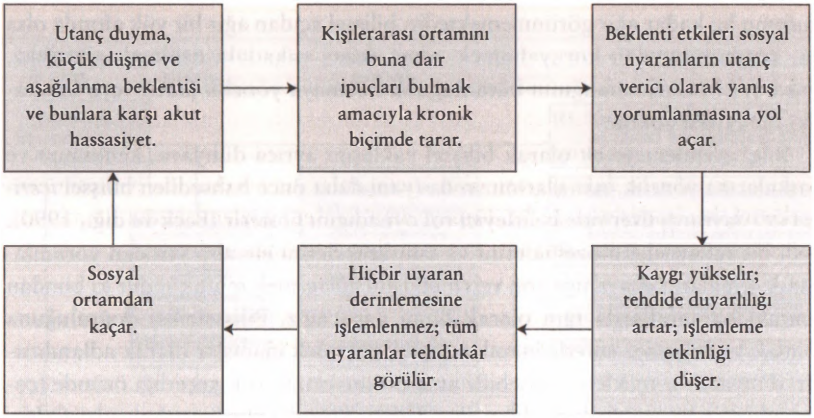
Bilişsel veya deneysel psikoloji derslerinde rastlamış olabileceğiniz bilgi işlemleme yaklaşımı kaçıngan kişilikle özellikle ilişkilidir. Genel anlamda insanların bilişsel süreçlerini açıklamaya çalışan çok sayıda bilgi işlemleme modeli vardır. Bu modellerin bazıları nöral ağları (örneğin *çiçek* sözcüğü gibi bir ipucunun dille ilişkili sistemleri *güzel, gül, kırmızı* gibi sözcüklere hazırlaması ve bunların da başka çağrışımları hazırlaması), bazılarıysa kurallı üretim sistemlerini merkez alır (Örneğin ses, duyumsal izlenimden çıkıp çok katmanlı bellek sistemine dönüştürülür, bellekte halihazırda depoda duran eski deneyimlerden birini tetikler ve bunların hepsi, ardından gelecek tepki için gereklidir.). Bu bilişsel işlemleme modellerinin hepsinin bir ortak noktası vardır: Sistem sınırlıdır. İnsanların dikkat ve işlemleme kapasitesinin sınırları vardır. Dikkat bölündüğünde veya dağıldığında, uyaran dünyanın asli kısımları göz ardı edilir, gelen verilerin tamamı çok daha yüzeysel işlemlenir ve işlemlemenin genel kalitesi ciddi oranda düşer.

Genelde bilişsel kuramcılar kişiliği tartışırlarken bilişin içeriğine (örneğin çekirdek ve koşullanmış inanışların patolojik ilişkisel davranışlar kısırdöngüsünü nasıl etkilediğine) odaklanırlar (Beck ve diğ., 1990). Kaçıngan kişilikteyse bilişin içeriği *yapı* (yani bilgi işlemleme aygıtı) ile patolojik bir mütekabiliyet içindedir, bu da bozukluğun tamamının pekişmesinde pay sahibidir. Başkalarının en ince duygu ve niyetlerine dahi duyarlı olan kaçınganlar, temas ettikleri herkesin her hareketini, her ifadesini değerlendirmeye alan ferasetli gözlemcilerdir. İnanılmaz derecede hassas aygıtları tesadüfi eylemleri bile kaçırmaz, mercek altına alır ve birer alay veya ret emaresi olarak yeniden yorumlar.

Bu yoğun bilgi akışının sonucunda, çevredeki sıradan ama önemli sinyallere dikkat veremeyecek kadar aşırı miktarda uyarana boğulmuş bir bilgi işlemleme sistemi ortaya çıkar. Hatta tehlike beklentisi öyle yüksektir ki, en masum olaylar bile kaçınganın eşiğini kolayca aşarak zararlı olarak değerlendirilebilir. Potansiyel tehditler böyle yağmur gibi yağınca hiçbir bilgi derinlemesine işlemlenemez. Hipotez şudur ki; belirsizliğin veya tek bir tehdidin bile fark edilmemesinin sonuçları fazla ağır olacağından her uyaran kaynağının tehlikeli olduğu düşüncesi korunur. Haliyle kaygı şiddetlenir, tehdit işaretlerine hassasiyet artar ve işlemleme hepten yüzeyselleşir. En nihayetinde bilişsel işlemleme sisteminin tamamı öyle ağır bir yük altında kalır ki her şey tehditkâr gelmeye başlar ve kaçınganın uyaran kaynaklarından zarar gelmeyeceğini bildiği güvenli bölgesine (mesela güvendiği birkaç kişiye) çekilmekten başka seçeneği olmaz. Kendini geri çekmeyi başaramazsa, serbest çağrışımlarla dolu bir zihinle ve muğlak ama güçlü bir tehlike hissiyle baş başa kalır. Şekil 6. 2'de bu kısırdöngüyü görebilirsiniz.

Allison'ın teyakkuz halinde olmasının panik ataklarında önemli bir etken olduğunu çoktan sezmiş olabilirsiniz. Evinin güvenli sınırlarından uzaklaşıp dünyaya karıştıkça, çevresindeki herkesin hal ve tavırlarına verdiği dikkat giderek artar. İnsanların nereye ve neye baktıklarını tespit eder. Ona baktıklarına kanaat getirirse -ki bu hiç de istisnai bir bulgu değildir onun için- kendisini hızla mercek altında hisseder; ne de olsa kendisine hep biraz fazla bakıldığını düşünme eğilimindedir. Elbisesini ve makyajını kontrol edip sosyal açıdan sıkıntı yaratacak bir kusuru olup olmadığına bakar. Hiçbir şey bulamasa da içine girdiği teyakkuz hali giderek şiddetlenir. Belki de gözünden kaçan bir şey vardır. Dikkati yoğunlaştıkça, ona doğrulan daha fazla göz fark eder. Bu noktada zaman onun için yavaşlar ve "ifşa olmuş" hissetmeye başlar. Kusurları artık açığa çıktığından utanç duymaya başlar, kaygı düzeyi tepeye fırlar ve sonunda dört başı mamur bir panik atağı yaşar.

Kaçıngan kişilerin pek çoğu, kendi kendini pekiştiren bu kısırdöngüye kısa devre yaptırmak amacıyla tasarlanmış bir bilişsel savunmayı kullanır. Yeniden bir nebze olsun huzura kavuşabilmek adına, konuyu yeniden değerlendirerek




**ŞEKİL 6 2 Kaçınganların Bilgi İşlemleme Kısırdöngüsü**

veya konunun dışına çıkarak bir dizi eylemde bulunurlar; gördükleri şeyler, algılarına atfettikleri anlamlar ve buna karşılık içlerinde uyanan duygular arasındaki ilişkiyi koparmak için kendi düşüncelerini aktif olarak engeller, yok eder, parçalarlar. Savunmacı bir tutumla, dikkatlerini dağıtacak ilgisiz unsurların, tali düşüncelerin ve uyumsuz duyguların zihinlerini işgal etmesine izin vererek kendi düşüncelerini kasten tahrip ederler. Çağrışımların altında iyice boğulma tehdidine karşılık, ilgisiz düşünce ve duyguları bilişsel akışa katarak kaygı yüklü içeriğin yerine daha nötr çağrışımlar getirirler. Otomatik uyarım işlemleme süreçlerini, bilinçli olarak uyguladıkları bir bilişsel müdahaleyle bozmayı öğrenmiş oldukları söylenebilir. Bazıları için bu strateji kendiliğinden gelişir, bu bakımdan bir kişilik özelliğine benzer. Bu kişiler, en azından yüzeyde, şizotipal kişiliğe benzer bir tablo çizebilirler.

Tıpkı insanın zihnini etkileyen bir maddeyi andıran bu bilişsel müdahale stratejisi sahiden de kaygıyı azaltabilir ama bunun bilişsel netliğin kaybı gibi bir bedeli olur. Bilişsel sürecin doğal akışına müdahale etmeyi alışkanlık haline getiren kaçınganlar, olaylarla etkili ve rasyonel biçimde başa çıkma becerilerini daha da baltalarlar. Çevrelerindeki en belirgin unsurlara dikkat veremez hale gelir, düşüncelerini belli bir noktaya odaklayamaz, olaylara rasyonel tepkiler veremezler. Ayrıca düşünceleri de yeni baş etme yöntemleri öğrenmelerine engel olacak kadar dağılıp kümelenir. Sosyal iletişimler yüzeysel ve rabıtasız hale gelebilir, bu da kaçıngana verilen tepkileri iyice çarpıtır. Zihinlerini işgal eden rahatsız edici düşünceleri azaltayım derken, başta yaşadıkları zorlukları daha da kızıştıran ve nihayetinde hem kendilerinden hem de başkalarından hepten uzaklaşmalarına yol açan bir savunma mekanizmasının tuzağına düşerler. Allison'ın

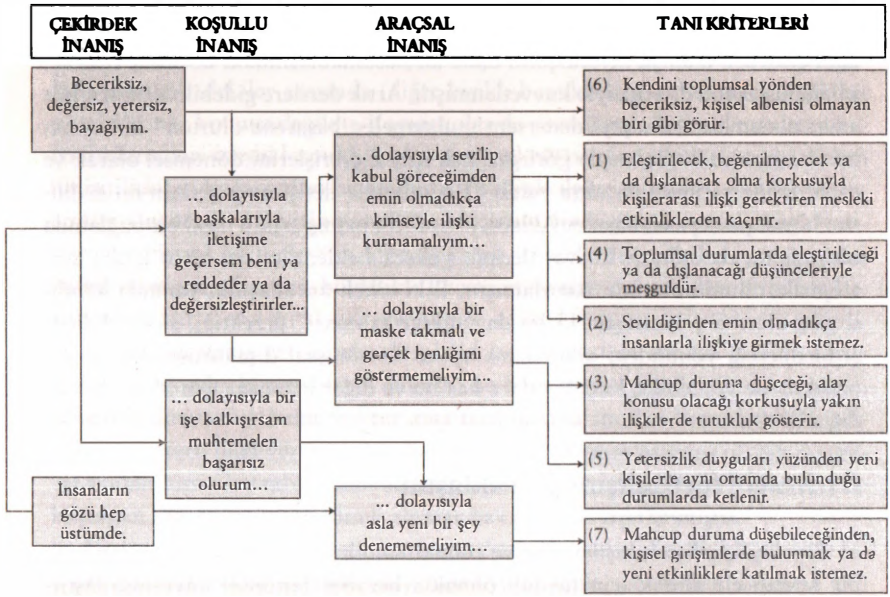
durumu bu kadar ağır görünmemektedir; bilişsel açıdan ağır bir yük altında olsa da, kendisini acıdan koruyabilmek adına ikinci vakadaki delikanlı gibi (bkz. Vaka 6. 2) özfarkındalığının bütünlüğünü bozmaya yönelik (aktif veya otomatik) bir çabası yoktur.

Bilgi işlemlemeye ek olarak bilişsel yaklaşım ayrıca dünyaya, kendimize ve başkalarına yönelik inanışlarımızın da (yani daha önce bahsedilen bilişsel *içeriğin* de) davranış üzerinde belirleyici rol oynadığını gösterir (Beck ve diğ., 1990). Belli bir rahatsızlığın özelliklerini ve tanı kriterlerini ele alıp yeniden yorumlayarak şemaların davranışa yön veren etkisini göstermek mümkündür ki bundan sonraki paragraflarda tam olarak bunu yapacağız. Bilişselciler, doğruluğuna mutlak ve değişmez suretle inanılan şeyleri **çekirdek inanışlar** olarak adlandırırlar; dünyanın gerçekleri değişebilir ama bu tür inanışların geçerliği özünde (çoğunlukla da bilinçli farkındalığın altında bir düzeyde) ebediyen kalıcıdır. Çekirdek inanışlar, diğer inanışların düzenlenmesinde ve özellikle de çeşitli eylemlerin sonuçlarının öngörülmesinde güçlü birer etkendir. Kişinin davranışlarıyla ilişkili "şöyle olursa böyle olur" tarzı bu tür tespitlere **koşullu inanışlar** denir. Koşullu inanışlar bir araya geldiğinde, insanın dünyayı nasıl bir üslupla etkileyebileceğini konu edinen **araçsal inanışları** oluşturur.

Kaçıngan kişiliğin *DSM-IV* kriterleri iki çekirdek inanış, iki koşullu inanış ve üç araçsal inanış üzerinden kavramsallaştırılabilir (bkz. Şekil 6. 3). Çekirdek inanış düzeyinde arzu edilen detay derecesine göre başka formülasyonlar da mümkündür. Örneğin Şekil 6. 3'teki ilk kutu orada görüldüğü gibi tek bir çekirdek inanış mıdır yoksa dört mü? Yani o kutudaki sözcüklerin her biri, kişinin benlik imgesinin ayrı ayrı parçalarına dair inanışlarına denk düşüyor olabilir mi?

Bu tür tanımlamalar arasında ancak ince farklar olduğundan, onları gruplandırmayı tercih ettik. Çekirdek inanışlar kapsamlı, kapsayıcı nitelikte olmalıdır çünkü şematik hiyerarşide altında yer alan diğer tüm inanışları etkiler. Bu bağlamda Şekil 6. 3'te ilk *DSM-IV* kriteri doğrudan tek bir çekirdek inanışa bağlanmıştır. Bu tür birebir karşılıklara nadiren ve daha ziyade benlik imgesi alanında rastlanır. Dolayısıyla ilk kriter olan "kendini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak görür" (s. 665) doğrudan "beceriksiz, değersiz, yetersiz, bayağıyım" inanışı olarak okunabilir.

Ayrıca Şekil 6. 3'te görüldüğü üzere bazı tanı kriterleri aynı araçsal inanışın farklı durumlardaki dışavurumlarının birer yansımasıdır. Örneğin ilk ve dördüncü kriter hemen hemen aynıdır ama ilki mesleki sorunlarla, dördüncüsüyse sosyal sorunlarla ilgilidir. Dördüncü kriter de özünde aynı temayı tekrarlar. Bu fazladan bilgiler bize, durumların bir şekilde sınıflandırılması gerektiğini gösterir; böylelikle aynı inanış lüzumsuzca tekrar tekrar dile getirilmez, bozukluğun bir yanına fazlaca ağırlık verilmesinin önüne geçilir. Örneğin, her bir araçsal




**ŞEKİL 6. 3 İnanışlar ve kaçıngan kişilik (bazı inanışlar, Beck ve Freedman, 1990)**

inanış tek bir kriter üzerinden meslek, eğitim, boş zamanlar ve ilişkiler olarak dört ayrı alanda ifade edilebilir. Bu eleştiri yalnızca kaçıngan kişilik bozukluğu için değil, diğer kişilik bozukluklarının hemen hepsi için de geçerlidir.

Daha önce bahsedildiği üzere kaçıngan kişinin kendi yetersizliğine veya değersizliğine dair araçsal inanışları özgüvenini düşürerek kendi kendini pekiştiren bir kısırdöngü yaratır. Gel gelelim bu inanışlar aynı zamanda ciddi bir başarısızlık göstergesidir. Bu insanların çoğunun son derece zeki ve yetenekli olduğu düşünülürse, önlerindeki bu engelin ne kadar uğursuz olduğu anlaşılacaktır. Ebeveynlerinin yüksek beklentilerini içselleştirmiş olduğundan, çoğu kaçıngan ciddi beceriler edinse bile kendisini asla öğrendiklerini başkalarının önünde kullanacak "kadar iyi" görmeyecektir. Bazı kaçınganlarsa ilgi duymaya başladıkları bir şeyden, performanslarını tıpkı anne babalarının onları bulduğu gibi yetersiz bularak hemencecik vazgeçebilir. Vaka tartışmasında böyle denmese de, belki Allison'ın derslere gidememesinin bir gerekçesi de budur. Hocaları ne kadar uzman olurlarsa olsunlar kendisinin bu işi asla beceremeyeceği inancıyla motivasyonunu yitirmiş olabilir. Kullanamayacağınız bir şeyi öğrenmenin ne lüzumu vardır sonuçta? Deneme zahmetine bile girmemek en iyisidir, hele ki bir de panik ataklarıyla boğuşurken.

İnanışlar konusundaki bilişsel yaklaşımın kişilik bozukluklarındaki önemini Allison örneği üzerinden kolayca görebilirsiniz. Allison'ın kendi yetersizliğiyle ilgili çekirdek inanışı, hiyerarşinin daha alt basamaklarındaki koşulsal ve araçsal inanışlarının da etkisiyle kuvvetlenmiştir. Artık derslere gidebileceğinden bile emin olmaması, "Bir şeyi denersem muhtemelen başarısız olurum" inanışının bir uzantısıdır. Başkalarıyla görüşmemek için alışverişlerini dönemsel olarak ve toplu halde yapması da altta yatan "Başkalarıyla iletişime geçersem reddedilirim" inanışının yansımasıdır. Allison yetersizlik inanışlarının nasıl bir bağlamda oluştuğunu da anlatır: Ebeveynlerinin yüksek beklentileri ve bir o kadar sert eleştirileri bunlara zemin hazırlamıştır. Eski erkek arkadaşının yanında kendisi gibi olmaya çekinmiştir, ki bu da "maske takması" gerektiği, aksi takdirde reddedileceği yönündeki araçsal inanışının davranışsal dışavurumudur. Başka örnekler de verilebilir. Kaçınganlara has bu ve diğer inanışlar için bkz. Beck ve diğ. (1990).

## Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım

Biyolojik, bilişsel, kişilerarası ve psikodinamik yaklaşımlar, bir kişiliği belli bir açıdan ele almak için faydalı olmakla beraber bütünsel kavramsallaştırmalara elverişli değildir. Diğer kişilik bozukluklarının çoğunun tarihi eskiye dayanırken, kaçıngan kişilik ilk olarak Millon'ın 1969'daki biyopsikososyal kuramı çerçevesinde, pasif biçimde kopuk olan şizoid kişilikten farklı olarak aktif biçimde kopuk bir örüntü biçiminde formülleştirilmiştir. Millon'ın öne sürdüğü bu kavram, günümüzdeki muadiliyle pek çok ortak noktaya sahiptir (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996). Modern kaçıngan kişilik kavramı, kişiyi evrimsel yapı bakımından *aktif ve acının* güdümünde olarak tanımlar; şizoid ise belirgin düzeyde *pasiftir,* ya *hazza* ya da *acıya* karşı büyük oranda duyarsızdır ve yönelim itibariyle kendisiyle başkalarına nazaran biraz daha fazla ahenk içindedir. Şizoidlerin ilişkisel kopuklukları egoyla uyumludur: Sosyal izolasyon tek başına olmaktan ibarettir ve kişiyi rahatsız etmez. Öte yandan kaçınganda aktif bir kopukluk vardır. Bu da bir çatışma doğurur; ilgi, yakınlık ve ilişkilenme arzuları ne kadar güçlü olsa da bu kişiler kendilerini ifşa etmekten korktuklarından böylesi bir arayışa girmeye utanırlar. Onların gözünde sosyal yalıtılmışlık yalnızlıkla eşdeğerdir. Bu kilit özellik hem Allison'da hem de Sean'da mevcuttu ama Sean'ın durumunda bu yalıtılmışlık, bilgisayarlara olan yoğun ilgisiyle ılımlı hale gelmiştir. Kendisi henüz bunu fark edecek noktaya gelmemişse de, bilgisayarların Sean'ın hayatında gerçek ilişkilerin yerini aldığını söyleyebiliriz. İlişkisel ihtiyaçlarını Allison kadar dile getirmemesi de bundan kaynaklanıyor olabilir.

Aktif ve pasif kopukluk arasındaki kritik ayrım yapılmadan önce, kaçıngan kişiliğin başlıca özellikleri klinik literatürde dağınık ve bölük pörçük haldeydi. Artık tek bir sendrom çatısında toplanmış olsalar bile, eski kavramsallaştırmalarla günümüzdekiler arasında (diğer kişilik bozukluklarının aksine) güçlü bir paralellik söz konusu değildir. Kaçınganlar da şizoidler de ilişkisel temastan kaçındıklarından sosyal kopukluk gibi yüzeysel bir ortak noktaları vardır. Erken nesne ilişkileri kuramcıları bu fenomeni özellikle ilginç buluyorlardı (Fairbairn, 1940). Gel gör ki onlar da paradoksal biçimde, bu kişilerin sosyal dünyalarından kendilerini çekmelerinin altında yatan nedenlerden çok bu içe kapanma halini ön plana çıkarmış, böylelikle kaçıngan ve şizoid özellikleri birbirine karıştırmışlardır. Gerçi iki kişilik türünün de en özel düşünce ve saiklerini gizlediği, her tür inceleme ve değerlendirmeden kaçınmak için elinden geleni yaptığı düşünüldüğünde, kuramcıların düştüğü bu hata mazur görülebilir. Kaçınganın zengin iç dünyası şizoidde yoktur ama ikisi de onu sınıflandırma hevesi içinde olanlara yeterli bilgi vermez. Duyduğu yoğun korkunun uzantısı olarak duygusal açıdan hissiz bir tablo çizen Sean'da bunu kısmen görebiliriz. Tablo 6. 1'de kaçıngan kişiliğin bütünü klinik alanlar bakımından özetlenmiştir.

Evrimsel modelde kaçıngan davranışı nörogelişimsel açıdan açıklayan nice hipotez bulunur. Bu örüntüdeki (duygusal uyumsuzluk, ilişkilerden kaçınma vb.) karmaşık psikolojik işlevleri, yapısal unsurlardan ve fizyolojik süreçlerden oluşan biyofiziksel bir mekanizma destekler. Yapılan araştırmalar aile gruplarının içindeki sosyal kaygılarla içe kapanma davranışı arasında tesadüfi denemeyecek düzeyde bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Gel gelelim en azından bazı vakalarda, bu ilişki ailenin içindeki ortak genotipik yatkınlık havuzuna da atfedilebilir.

Bazı bebekler doğumdan sonraki ilk günlerden itibaren uyaranlara aşırı yanıt verme, huysuzluk, gerginlik ve içe kapanma davranışları sergiler. Bu bebeklerin doğuştan geldiği izlenimi yaratan "kaçıngan" yapıları, kendilerine bakım verenlerde reddedici veya düşmancıl tutumlar uyandırabilir. Gel gör ki bebekte bu tür yatkınlık şart olmadığı gibi, yeterli de değildir. Normal, çekici, sağlıklı bebekler de ebeveynlerince değersizleştirilebilir, aşırı eleştirilere maruz kalabilir, reddedilebilirler. Küçümsendikleri, terk edildikleri ve sansürlendikleri bir aile ortamında yetişen bu çocukların doğasındaki dayanıklılık ve iyimserlik yerle bir olur, yeriniyse kendini küçümseyen tutumlar ve sosyal yabancılaşma duyguları alır. Kendilerine yönelik böylesi eleştirel, sert bir tutum benimsemelerinin uzun vadeli ve hayli yıkıcı sonuçları olabilir. Kendi değerini küçülten çocuk, psikolojik yaralarını sarabilecek veya başkalarından alamayacağı ödülleri kazanabilecek bir benliğe sahip olmayacaktır. Bu çocuklar gerek sosyal çevrelerince gerekse bizzat kendilerince ayıplandıkları bir ağa takılıp kalmışlardır ve her tür olumsuzluğu yine kendi elleriyle pekiştirirler.

## TABLO 6. 1 Kaçıngan Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Huzursuzluk*<br>Kişisel bir tedirginlik ve endişe hali içindedir, sürekli ürkek, tereddütlü ve gergin bir hali vardır; herhangi bir tehdit içermeyen olaylara abartılı tepkiler verir ve kaygılı bir gözle bunları aşağılanma, eleştirilme, onaylanmama emaresi olarak görür. | **Benlik İmgesi** | *Yabancılaşma*<br>Kendisini sosyal açıdan beceriksiz, yetersiz ve cesaretsiz görür, böylece başkalarının onu reddedip dışlamasını gerekçelendirir; kendini çekici bulmaz, başarılarını değersizleştirir ve sürgit bir yalnızlık ve boşluk hissettiğini bildirir. |
| İlişkisel Tavır | *Uzak durma*<br>Yakın ilişkiler gerektiren faaliyetlerden uzak durur ve öyküsünde bol miktarda sosyal kaygı ve güvensizlik örneği bulunur; kabul görmek ister ama sevileceğinden emin olmadıkça ilişkiye girmeye gönülsüzdür, utanıp küçük düşmemek için mesafesini ve mahremiyetini korur. | **Nesne Temsilleri** | *Küskünlük*<br>İçsel temsiller, yaşamın ilk yıllarındaki problemli ilişkilere ait kolayca tekrar canlanıveren yoğun ve çatışma dolu anılardan oluşur; doyumu deneyimlemek veya hatırlamak için kısıtlı bir alanı vardır; ihtiyaçlarını kanalize etmesine, dürtülerini bağlamasına, çatışmalarını çözmesine veya dışarıdaki stres kaynaklarını savuşturmasına yardımcı olacak mekanizmaların sayısı azdır. |
| Bilişsel Tarz | *Dağınık dikkat*<br>Potansiyel tehditleri tespit etmek için çevresini dikkatle süzer, zihni işgalci ve yıkıcı nitelikteki rasgele düşünce ve gözlemlerle meşguldür; içeriden yükselen ilgisiz bir kavrayış düşünce devamlılığını bozar ve sosyal iletişimler ile isabetli değerlendirmelerin önünü keser. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Kırılganlık*<br>Neredeyse sadece tek bir yöntemle (kaçınarak, kaçarak ve fantezi yle) çözüp tahliye edebildiği istikrarsız bir çapraşık duygular yumağı söz konusudur; haliyle kişisel risklerle, yeni fırsatlarla veya beklenmedik bir stresle karşılaştığında kullanabileceği morfolojik yapı, başvurabileceği yedek pozisyonlar pek az olduğundan, dengesinin gerileme oluşturacak şekilde bozulması kolaydır. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Fantezi*<br>İhtiyaçlarını karşılamak, özgüvenini geliştirmek ve çatışmaları çözmek için ağırlıklı olarak hayal gücünden yararlanır; engellenmiş duygularını ve öfkeli dürtülerini güvenle boşaltmak için gündüz düşlerine dalar. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Kederli*<br>Altta yatan sabit ve kafa karıştırıcı gerilim, üzüntü ve öfkeye işaret eder; yakınlık arzusu, reddedilme korkusu, küçük düşme ve donuk hisler arasında gidip gelir. |

*Not:* **Taralı alanlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.**

Kaçıngan davranışın sinyalleri her zaman değilse bile genelde, çocuk daha akran ilişkilerindeki alışverişe katılmaya, okulda veya spor faaliyetlerinde rekabete girmeye, romantik ilişkilere eşlik eden kaygılarla tanışmaya başlamadan kendini belli eder. Bu erken sinyaller, aile hayatının vaziyetinin koşulladığı

tutum ve alışkanlıkların ya da yapısal yatkınlıkların uzantısı olabilir. Kaynağı ne olursa olsun hayatın ileriki yıllarında daha da belirginleşecek olan sosyal kaçınganlığı ve başkalarını itme eğilimini, çoğu çocuk henüz okul çağındayken görebiliriz. Yine epeyce bir çocuktaysa daha farklı bir durum vardır; akran grubuyla etkileşime geçmelerini gerektiren faaliyetlerin zorluklarıyla ilk karşılaştıklarında, sosyal açıdan kendilerini geri çekme ve yabancılaştırma emareleri henüz asgari düzeyde gelişmiştir. Bu çocukların yetkinliklerini artırmaya ve sosyal ortama etkili biçimde uyum sağlamalarına yardımcı olacak becerileri geliştirme şansı yüksektir, tabii eğer akranları onları reddetmez, soyutlamaz veya fena halde aşağılamazlarsa.

## Benzer Kişiliklerden Farkı

Kaçınganların çok sayıda diğer kişilikle ortak noktaları vardır. Hem kaçınganlar hem de şizoidler ilişki dünyasından kendilerini geri çekerler ama nedenleri farklıdır. Gerçek şizoidler sosyal açıdan kayıtsızdırlar veya pasif bir kopukluk halindedirler. Güçlü dürtü ve duyguları yoktur, insan iletişimindeki zımni nüansları nadiren yakalarlar. Oysa kaçınganlar yoğun kaygı yaşarlar ve en ufak eleştiriye karşı dahi aşırı hassastırlar. Şizoidler ilişkileri destekleyici bulmazlar; kaçınganlarsa ilişkileri cezalandırıcı bulurlar. Şizoidin zihnindeki manzaraya baktığımızda hiç bölünmeden uzanan geniş, bomboş bir ovayla karşılaşırız; kaçınganlarınsa fantezi dünyaları genelde zengindir çünkü sosyal yetersizliklerini bu şekilde telafi ederler. Sevgi ve yakınlık ihtiyaçları taşıp şiirlere dönüşebilir, çeşitli entelektüel meraklarla yüceltilebilir veya özenle detaylandırılmış sanatsal faaliyetlerde ifade bulabilir. İşin aslı bu kişiler kaçındıkları gerçek dünyanın yerine, kendi icat ettikleri hayali dünyayı koyarlar. Mesela Sean programlama dillerine büyük ilgi duyar. Onu asla yargılamadan her isteğini yerine getiren bilgisayar, onun oyun alanı haline gelmiştir.

Son olarak, hem kaçınganların hem de şizoidlerin düşünce süreçleri bazen çarpık veya yüzeysel görünebilir. Kısıtlı dürtüleri dolayısıyla şizoidler ne yaşamı, ne düşünceyi ne de fanteziyi destekleyici bulurlar. Belli bir kavramın kapsamına daha yakından bakmak veya bir konuda fikir yürütmek onlara göre değildir. Bu nedenle de düşünce süreçleri doğası gereği dağınıktır. Bir fikre uzun süre odaklandıkları nadiren görülür. Halbuki kaçınganlar çabucak dış uyaranların ablukası altında kalır ve dikkatlerini tahammülü zor düzeydeki kaygı veya korkulardan uzaklaştırabilmek uğruna kendi bilişsel süreçlerine aktif biçimde müdahale edebilirler. Sean'ın terapi ofisinin güvenli sınırları dahilinde bile kekelemesi veya sosyal boyutu da olduğunu bildiğimiz programlama işlerine odaklanmakta yaşadığı zorluk bunun belirgin örneklerindendir.

Kaçınganların bazılarında görülen bilişsel müdahale, yaygın sosyal kaygı ve içsel fantezi dünyasıyla meşguliyet; şizotipal kişilikteki eksantrik tavırları, sosyal kopukluğu ve düşük özgüveni hatırlatabilir. Gel gelelim kaçınganların bilişsel alana yaptıkları bilinçli müdahaleler kaygı düzeyine göre artıp azalabilir. Yalnız veya güvendikleri birkaç yakınlarıyla olduklarında amaç odaklı, sürdürülebilir bir bilişsel yeteneğe kabildirler. Şizotipallerdeyse temel hat eksantrikliktir ve ancak bazı durumlarda doğru ilaçlarla tedavi edilebilirler. Şizotipallerin daha çarpıcı bir tuhaflıkları vardır ve psikotik dağılma dönemleri geçirmeye daha yatkındırlar. Örneğin başkalarının düşüncelerini okuyabildiklerine, duvarların arkasını gördüklerine veya uzaklardaki sesleri duyduklarına inanabilirler. Kaçınganlardaysa bu tür fikirler oldukça sıradışı kaçar.

Gerek paranoidler gerekse kaçınganlar gergin ve başkalarına karşı güvensizdirler, ayrıca diğer insanlarla ilişkileri yüzünden rezil olup küçük düşmekten korkarlar. Ne var ki kaçınganlar bu sosyal itibarsızlaşmadan kendi yetersizliklerini sorumlu tutarken paranoid, insanların ona zarar vermek için kasten uğraştığını düşünür. Kaçınganlar da paranoidler de başkalarına kendilerini açmakta tereddüt ederler. Yalnız kaçınganlarda bu tereddüdün altında yatan şey küçük düşme korkusudur, paranoidlerdeyse ihanete uğrayacakları ve paylaştıkları bilgilerin bir gün aleyhlerinde kullanılacağı inancı vardır. İki kişilik de korkunç derecede yalnızdır; kaçınganların çoğu zaman gayet farkında oldukları bir durumdur bu. Paranoidler ise kendilerini sürekli dışarıdan saldırı alan bir ada kalesi gibi görür ve bu doğrultuda yalnızlıklarını salt sinir bozucu bir kırılganlık sanırlar. Ayrıca paranoidler soğuk, mizah anlayışından yoksun ve estetik zevklerden nasibini almamış kimselerdir; kaçınganlarınsa hassasiyetleri, güçlü mizah anlayışları ve çoğu zaman gelişkin sanat kapasiteleri göze çarpar.

Son olarak kaçınganlar, bağımlılar, kompülsifler ve negativistler kaygı kümesi diye bilinen kümeye aittirler; yani bu kişiler kaygıyı hayattaki başlıca meselelerden biri olarak yaşarlar. Kaçınganlar ile bağımlılar kendilerini hayli yetersiz görmeleri bakımından benzeşirler ama kendilerine yakıştırdıkları bu yetersizlik karşısında verdikleri tepkiler farklıdır. Çaresizlik duygularının tehdidi altına giren bağımlılar, çevrelerindeki insanları kendilerine daha sıkı bağlayabilme umuduyla iyice itaatkâr tutum benimseyerek insanları daha da memnun etmek için canla başla çalışırlar. Kaçınganlar sosyal olmayan durumlarda çoğu zaman epey etkilidirler; oysa aynısını bağımlılar için söyleyemeyiz. Kaçınganlar ilk olumsuz değerlendirilmede kaçıp giderler, bağımlılar kalıp memnun etmeye uğraşırlar. Hem kaçınganlar hem de kompülsiflerde performans kaygısı ve değerlendirilme korkusu vardır, bu duygularını olağanüstü otokontrolleriyle yumuşatırlar. Gel gelelim kompülsifler yaşadıkları kaygıyı kurallar, detaylar, listeler vb. şeylerle meşgul olarak yüceltmeyi genellikle başarırlar; kaçınganlarınsa basitçe sosyal ortamlardan kendilerini çekmeleri daha muhtemeldir.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Kaçınganlar genelde "kaygılı kişiler" olarak bilindiklerinden, çok sayıda klinik sendrom geliştirmeye diğer kişilik bozukluklarından daha yatkın olmaları hiç de şaşırtıcı değildir. Dolayısıyla bu bölüm, diğer kişilik bozukluklarındaki benzerlerinden biraz daha uzun olacak. Kişilik örüntüsünün ilişkili I. Eksen sendromlarıyla belli bir mantık doğrultusunda bağdaştırıldığını her zamanki gibi akılda tutmakta fayda vardır. Örneğin Allison gibi panik atakları yaşamaya başlayan kaçınganların sebepleri bağımlılarınkinden farklıdır. Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Kaygı Bozuklukları*

Kronik biçimde reddedildiklerinden, kendilerine bakım verenlerin sert eleştirilerinden, genetik miraslarından ve bunun gibi faktörlerden dolayı ilişkisel becerilerden ciddi anlamda mahrum kalan kaçınganlar, gündelik hayatın sosyal sıkıntı ve zorluklarını yönetmekte bir hayli yetersiz kalırlar. Bu kişilerin çoğu, sosyal dünyalarını olabildiğince küçülterek koşullara uyum sağlamaya çalışır. Oysa bu kendi kendini besleyen bir kısırdöngü yaratır: Kişi kendini soyutladıkça, sosyal fobisi şiddetlenir. Uyum sağlamayı başaramayanlarda kaygı bozuklukları ortaya çıkar. Obsesif kompülsif bozuklukla da sıkça karşılaşılmakla beraber, kaygı bozuklukları spektrumunda herhalde en sık görülenler yaygın anksiyete ve sosyal fobidir (Rodrigues ve Del Porto, 1995). Panik atakları da yaşanabilir, Allison'ı gördünüz işte.

Yaygın anksiyete bozukluğu olanların hep diken üstünde bir halleri vardır; bir türlü gevşeyemezler, çabuk irkilirler, gergin ve endişelidirler, zihinleri türlü felaketlerle meşguldür, kabus görmeye meyillidirler. Onları böyle korkutanın ne olduğu sorulduğunda muğlak, dağınık, korkunç bir tehlikenin yaklaşmakta olduğunun farkında olduklarından bahsederler ama bunun tam olarak ne olduğundan veya nereden geleceğinden emin değildirler. Bu aşırı teyakkuz hali, kişi yalnız olduğunda bile sürekli tehdit arayışında olan bir dikkat, muhtemelen kaçıngan kişilik ile klinik sendrom arasındaki devamlılığın da sebebidir. Özü itibariyle, çevrede başka insan olmasa dahi kişi potansiyel tehditler aramaya devam eder. Çevrede somut bir odak noktası olmayınca bu tür zihinsel meşguliyetlerini içe yöneltip örneğin anılarını, son dönemdeki etkileşimlerini gözden geçirerek atladıkları bir şey olup olmadığına bakmaları mümkündür.

Sosyal durumlardan korkmak, yaygın sosyal fobinin tipik özelliği olmasının yanı sıra kaçıngan kişiliğin de bir parçasıdır. Öyle ki kişilik bozukluğu-

nun nerede bittiğini, klinik sendromun nerede başladığını tespit etmek güçtür. Bu ikisi birbirine öyle yakındır ki, pek çok araştırmacı aslında ayrı sendromlar olup olmadıklarını (örn. Fahlen, 1997) veya ikisinin de hem kişilik boyutları hem de (utangaçlık, depresif semptomlar, nevrotiklik, içedönüklük, sosyal fobik kaçınma ve sosyal ya da mesleki bozulma gibi) klinik sendromlar barındırması dolayısıyla aynı yelpaze üzerindeki farklı noktaları temsil etme olasılıklarını gündeme getirmiştir (örn. Rettew, 2000; van Velzen, Emmelkamp ve Scholing, 2000). Bazıları (örn. J. Reich, 2000) çok sayıda tanı kriteri ile tedavi yaklaşımının örtüştüğünü düşünerek I. ve II. eksenlerdeki kavramların "ampirik veriler" doğrultusunda yeniden kavramsallaştırılmasını savunur. Kimileriyse bu örtüşmenin komitenin *DSM*'yi gözden geçirme sürecinin ürünü olduğunu öne sürer. *DSM-IV*'te klinisyenlere, sosyal fobinin çok sayıda sosyal durumda görülmesi halinde kaçıngan kişilik tanısını da değerlendirmeleri tembihlenir.

İki tanı da aynı anda koyulabilir fakat aradaki önemli farkları unutmamak gerekir. İlk olarak, kişilik bozukluğunda illa yaygın sosyal fobiyle ilişkili olması gerekmeyen çeşitli özellikler vardır. Mesela kaçınganlar çocukken kusur ve zaaflarından dolayı alay edile edile biriktirdikleri öfkeyi saklamak için dışarıya serinkanlı, kontrollü bir görüntü verme eğilimindedirler. Sosyal fobilerdeyse kaçınganınki gibi bir gelişim tablosuyla karşılaşmayabiliriz. Benzer şekilde, kaçınganlar sevilip kabul görmeyi derinden arzularlar ama bu tür lükslere, en azından kendilerinin erişebileceklerinden yana şüphe duyarlar. Sosyal fobisi olanlarsa bu tür bir sıkıntı yaşamayabilirler.

Terapi sonuçlarıyla ilgili önaraştırmalar, I. ve II. Eksen bozukluklarının birbiriyle sık sık örtüştüğüne ve hem kaçıngan kişilik bozukluğu hem de sosyal fobi tanısına sahip kişilerin terapinin başında çok daha sıkıntılı durumda olduklarına, daha çok sayıda komorbid tanı aldıklarına, terapide gerek hemen gerekse üç ay sonra sıkıntılarının nispeten daha çok devam ettiğine işaret etmektedir (Feske, Perry, Chambless, Renneberg ve Goldstein, 1996). Bu da sosyal fobide olmayan bazı kalıcı kişilik özelliklerinin kaçıngan kişilikte mevcut olduğunu düşündürür. Oysa kaçıngan kişiliğin sadece daha ağır bir sosyal fobi tablosu olduğunu iddia edenler de vardır (Dahl, 1996; M. R. Johnson ve Lydiard, 1995). Henüz çözüme kavuşturulamamış bu fikir uyuşmazlığı, ileride yapılacak kişilik bozukluğu araştırmalarında önemli bir yer teşkil edecektir.

Kaçıngan kişilerde obsesif kompülsif bozukluğa da sıkça rastlanır (Rodrigues ve Del Porto, 1995). Obsesyonlar; kişinin stresli veya kaygılandırıcı bulduğu, zihninde istemsizce uyanan düşünce, dürtü veya imgelerdir. *DSM-IV*'e göre obsesyonlar genellikle gerçek yaşamdaki sorunlarla ilgisizdir ve kişi bunların kendi istek ve kontrolünden bağımsız olarak, beklenmedik biçimde ortaya çıktığını düşünür. Mesela mikrop bulaşması korkusu. Kompülsiyonlarsa kontrol

veya yıkama ritüelleri gibi, kişinin istemeye istemeye de olsa yapmak zorunda hissettiği davranışlardır. Kompülsiyonlara direnildiğinde içsel bir kaygı hissi gelişip büyür. Bu semptomlar işlevsel olarak yorumlanırsa, kişilik bozukluğuyla aradaki devamlılık sağlanabilir. Birincisi, obsesyon ve kompülsiyonlar kaçınganların dikkatlerini kendilerinde gördükleri yetersizliklerden uzaklaştırmaya hizmet eder. Benzer şekilde obsesif veya kompülsif meşguliyetler özellikle içine kapanık kaçınganlara gerçek hayatla bir nebze olsun temas etmelerini sağlayacak duygu ve düşünceler temin ederek yaşadıkları yabancılaşma veya depersonalizasyon hissini hafifletebilir. Dikkatin dağıtılması kuşkusuz burada pay sahibidir, ancak belli bir obsesyon veya kompülsiyonun konusunun neden şu değil de bu olduğunu açıklamaya kalkarsak bilişsel yaklaşımın dışına çıkmamız gerekir.

### *Fiziksel Semptomlar*

Kişilik bozukluklarının çoğunda, *DSM-IV*'te somatoform bozukluk olarak bahsedilen fiziksel semptomlar görülür. Hepsinin ortak özelliği, tıbbi bir durumla veya gerçek bir hastalıkla açıklanamayacak fiziksel semptomlar sergilemeleridir. Fiziksel semptomları altta yatan gizli bir psikolojik etken için ideal aday haline getiren çeşitli unsurlar vardır: Tıbbi testlerin tamamında belli bir hata payı mevcuttur, fiziksel algılar büyük oranda özneldir ve tıp kesin bir bilim değildir. Ayrıca gerçek sorunları göz ardı eden vasıfsız hekimlere, sırf doğru düzgün tedavi görmek için sesini yükseltmek zorunda kalan hastalara dair o korkunç hikâyeleri herhalde hepimiz duymuşuzdur.

Kaçınganlar fiziksel semptomları bir dizi baş etme sorununa çözüm olarak kullanabilirler. İlk olarak, kişiye kendi fiziksel gerçekliğini net biçimde gösteren somatik sıkıntılar, kapıda bekleyen depersonalizasyon veya dissosiyasyon hissine karşı kullanılabilir. Ağır vakalarda sosyal izolasyon, bu tür bedensel meşguliyetlerin tuhaf sanrılar halinde ifade edilmesine yol açabilir. İkincisi, somatik semptomlar iç dünyadaki utançtan kaçınmaya yarayabilir. Herkes soruna odaklanmışsa, hiç değilse kimse kişiye odaklanmıyor demektir. Üçüncüsü, özellikle de partnerlerinde artık bıçak kemiğe dayandığında, onların artık bir an önce iş bulmalarını veya dünyaya gerektiği gibi ayak uydurmalarını bekler hale geldiklerinde, kaçınganlar açıklanamayan yorgunluk hissini veya onları elden ayaktan düşüren ağrılarını sosyal ortamlardan uzak durmalarına meşru bir bahane olarak öne sürülebilirler. Burada fiziksel sorun, konunun tüm muhataplarının dikkatlerini başka yöne çekme işlevi görür.

Ne kadar spekülatif bir bilgi olsa da, fiziksel semptom bozukluklarından biri (beden dismorfisi bozukluğu) sıkça kaçıngan örüntü bağlamında ortaya çıkabil-

mektedir. Bu rahatsızlığı olan kişiler fiziksel görüntülerindeki hayali veya hayli ufak bir kusurla (ister burunlarının şekliyle, ister çenelerinin boyutuyla veya seyrelen saçlarıyla) aşırı meşguldürler. Bu meşguliyetleri öyle yoğundur ki ıstırap çektiklerini, utanç içinde olduklarını söylerler. Bazıları kendini toplumdan tamamen soyutlar veya sadece geceleri, "çirkinliklerinin" karanlıkta belli olmayacağı saatlerde dışarı çıkarlar. Bazıları aynanın karşısında kusurunu inceleyerek saatler geçirir. Duyulan ağır utanç sebebiyle sosyal faaliyetlerden aşırı derecede kaçınma hiç kuşkusuz, kaçıngan kişiliği düşündüren bir özelliktir. Stone (1993) böyle bir vakadan bahseder. Aynı şekilde kaçınganlar da başka kusurlarına dikkat çekebilecek fiziksel kusurları olmasını istemez.

### *Dissosiyatif Bozukluklar*

Kaçınganlar, sınırda kişilikler ve kendi kendini engelleyen (mazoşist) kişiler bazen dissosiyatif durumlar yaşarlar (Ellason, Ross ve Fuchs, 1995, 1996). Kaçınganlarda kendine yabancılaşma duyguları aşırı uyarılmaya, sosyal açıdan küçük düşmenin verdiği acıya veya değersizleştirilen benlik imgesine karşı koruyucu bir hamle olarak ortaya çıkabilir. Deneyimin sabitlenebileceği bütünleşik bir iç çekirdek olmadığında olaylar kopuk, uçucu, gerçekdışı gelebilir. Dissosiyatif durumlar ayrıca, kaçınganların kendi duygu ve düşüncelerinden kopmak amacıyla kasten yaptıkları bilişsel müdahalelerden de kaynaklanabilir. Kişinin kendi benliğini, kendi kimliğini reddetmesi sonucunda bazen amnezi yaşantıları gözlemlenebilir.

### *Depresif Bozukluklar*

Kaçınganlar depresyon duygularına karşı oldukça kırılgandırlar. Allison'a panik ataklar yaşadığı tanısı konmuş olsa da, içinde bulunduğu durum nesnel olarak depresiftir. Kaçınganlar kendilerini kişilerarası etkileşimlerin korku ve ıstırabından izole etmek isterler ama çoğu bunu ancak kısmen başarabilir. Ayrıca kaçınganların başarıyla ve özgüvenle var olma, yakın ilişkiler kurma, kendi kendilerini aşağılamaktan kurtulma arzuları baki kaldığından, onlar için izolasyon tatlı-acı ve çatışma yaratan bir deneyimdir. İdeal benlik ifade alanı arayışını, eleştirel içsesler de dırdırını sürdürür. Bu doğrultuda çoğu kaçıngan sevilmediğini, yalnız olduğunu, varlığının yokluğunun bir şeyi değiştirmediğini hissetmeye devam eder. Bu duygular dört dörtlük depresif epizotlar halinde ortaya çıkabileceği gibi, her şeyin beyhude olduğu hissiyle geçen daha sessiz bunalım dönemlerinde de kendini belli edebilir.

### *Şizofrenik Bozukluklar*

Tarihe baktığımızda, şizofreni ve psikotik bozuklukların her zaman birbiriyle çok da sıkı bağları olmayan klinik semptomlardan oluştuğunu görürüz. Ciddi miktarda klinik gözleme ve ampirik çalışmalara rağmen, şizofreninin tek bir bozukluk mu yoksa bir bozukluk kümesi mi olduğu, tanımı yapılırken sınırların ne kadar dar çizilmesi gerektiği, alttiplerinin neler olabileceği gibi konularda henüz netlik sağlanamamıştır. Bazı kuramcılar genetik yatkınlığın önemli bir unsur olduğu görüşündedir (Meehl, 1962, 1990a, 1990b), bazılarıysa bozukluğun yalnızca bozuk aile iletişimi örüntüleriyle ortaya çıkabileceğini savunur. Bozukluğu tanımlamada yaşanan bu sorunlar bir yana, pozitif ve negatif semptomları birbirinden ayırmanın önemini çoğu klinisyen kabul eder. Sanrılardan, vehimlerden, dağınık konuşma ve hareketlerden oluşan pozitif semptomlar, normal bilişsel işleyişte meydana gelen abartı veya bozulmaları yansıtır. Bu tür kişiler genelde aşırı uyarılmış veya aşırı hassas görünüm sergilerler. Negatif semptomlarsa normal davranışla ilgili kusurları ortaya koyar. Bu tür insanlar yaptıkları şeylerden ziyade deneyimlerinin ve varoluşlarının fakirliğiyle dikkat çekerler. Duyguları yavandır, hatta bazen yok gibidir. Hiçbir amaçları, hedefleri, saikleri, ilgileri, uğraşıları, hobileri veya tutkuları yoktur; bunların eksikliğinden de rahatsız değildirler.

Pozitif ve negatif semptomlar arasındaki ayrım, bu bölümün başlarında pasif kopukluk içinde olan şizoid kişilikle aktif kopukluk içinde olan kaçıngan kişilik arasında yaptığımız ayrıma benzer (Millon,1969). Bu da şizoidlerde şizofreninin negatif semptomlarının, kaçınganlardaysa pozitif semptomlarının görülme olasılığının daha yüksek olduğuna işaret eder. Bu doğrultuda şizoid şizofrenlerde kronikleşmiş eşikaltı tepkisellik gözlenmesi ve duygusal derinliğin bulunmayışı dikkat çekebilir. Bilişsel açıdan, ilgi ve motivasyon eksikliği onların amaçsızca bir sığ düşünceden diğerine savrulmalarına neden olabilir. Herhangi biriyle ilişki kurmadıkları gerçeğine kayıtsız kalırlar. Oysa kaçıngan şizofrenlerde aşırı uyarılma ve duygusal çalkantılar vardır. Bilişsel açıdan, kendilerini acı ve utançtan sakınmak için yine kendi bilişsel berraklıklarına gölge düşürme eğilimleri yüzünden dağınık, parçalı, tutarsız bir görüntü sergileyebilirler. İlişkisel alandaysa, çocukken içselleştirdikleri eleştirel ebeveyn seslerine karşı paranoid sanrılar geliştirmeye meyillidirler. Aslına bakarsanız içlerindeki bu eleştiri korkusu zamanla zulüm görme sanrılarına, yani diğer insanların durmaksızın onların açığını kolladığı, onların yetersizliğini ifşa etmek için türlü dolaplar çevirdiği, arkalarından gizli gizli onları küçük düşürecek saldırılar planladığı fikrine dönüşür.

## Terapi

Klinik uygulamalarda en sık karşılaşılan kişilik bozukluklarından biri olmasına rağmen, kaçıngan kişiliğin prognozu genellikle kötüdür. Bunun da birkaç sebebi vardır. Kaçıngan kişiliğin en temel özellikleri, psikoterapinin temel koşullarıyla taban tabana zıt düşer. Basit ifade edecek olursak, kaçınganlar çekinir. Utanç duygusundan, küçük düşmekten kaçınma arzuları öyle yoğundur ki, çoğu bu tür duyguları kendi farkındalık alanlarının dışında tutacak savunma stratejilerine başvurur. Oysa terapi sürecinin etkili olması için duygu ve düşüncelerin en azından bir noktada açıkça tartışılabilmesi gerekir, ki bu da kişinin kendisine ve kendinde gördüğü kusurlara odaklanmasını gerektirir. Terapinin ilk sorusu bile ("Kendime dair neyi değiştirmek istiyorum?") nispeten ağır vakaları ürkütmeye yetebilir; bunların çoğu terapiye ya hiç gelmez ya da birkaç seans devam edip bırakır. Sean örneğinde gördüğümüz üzere karşılarında onlara yardımcı olmak isteyen bir profesyonel bulunsa bile, kendilerinde gördükleri kusurlar üzerine konuşmakta zorlanabilirler.

### Terapideki Tuzaklar

Kaçınganlarla çalışmak büyük sabır ve hassasiyet ister. Kaçınganlar hayatlarındaki hemen herkesi can yakan birer olumsuz yargı kaynağı gibi gördüklerinden, kendilerini açmaya hiç hevesli değildirler. Hal böyle olunca terapistin farklı olduğuna, terapi ilişkisinin farklı olacağına ikna olmaya ihtiyaç duyarlar. Güvence almak, temponun onlara göre ayarlanması ve kabul görmek asli önem taşır. Kaçınganlar sabırsızlandığınızı sezerlerse; kendilerini yargıladığınızı, eleştirdiğinizi veya onlara saldırdığınızı hissederlerse anında içlerine kapanacaklardır. Gel gelelim başkalarını hayal kırıklığına uğratmaktan çok korktuklarından sanki ilerleme kaydediyormuş gibi yapabilir, terapiste duymak istediklerini söyleyebilir, beklentileri artık karşılayamaz hale gelince terapiyi bırakabilirler. Bu da geride hayrete düşmüş, kafası karışık bir terapist bırakır.

Kaçınganlar hangi durumlarda ilişkiye zarar vermeden veya saygı duydukları kişilerin hışmına uğramadan "Şu an beni çok zorluyorsun" diyebileceklerini bilmek isterler. Hayatlarındaki diğer tüm ilişkiler, kendilerini açmaları halinde cezalandırılacakları varsayımı üzerine kuruludur. Terapi ilişkisiyse suçlanma korkusu olmadan kendilerinden bahsedebilecekleri kadar güvenli ve sahici bir alan olarak görülmelidir; Sean'da nihayetinde böyle olmuştu. Bu başlı başına bir ilerleme emaresi olmakla beraber, bir yandan da birine bu denli güven duymak bu hastaların çoğu için gerçek bir dönüm noktasıdır, bu da ancak terapi sürecinin bütününden doğan bir sonuç olabilir. Çoğu kaçıngan, en azından terapinin başlarında aktarım ve karşıaktarım üzerine konuşmayı dahi tehditkâr bulur.

Güven fazlasıyla önemli bir mesele olduğundan, kaçınganlar kime güvenip güvenemeyeceklerini sınamak için çeşitli yöntemler geliştirmişlerdir. Nasıl bir tepki alacaklarını görmek için karşı tarafın canını sıkacak ufak tefek şeyler yapabilirler. Mesela bir bahane bulup randevuyu iptal edebilir, olmadık bir zamana erteleyebilir veya hiç gelmeyebilirler. Burada, bu davranışların arkasındaki sorular şunlardır: Bu kişi benim cezalandırıcı süperegomun bir uzantısı haline gelmeye ne kadar istekli veya eğilimli? O da beni diğer herkes gibi cezalandırmaya çalışacak mı? Yoksa zararsız mı, ona güvenebilir miyim? Terapist eleştirel, düşmancıl, sabırsız veya kayıtsız bir tutum sergilediği takdirde sınavı geçemez.

## Terapideki Strateji ve Teknikler

Güven muhtemelen terapi boyunca başlıca meselelerden biri olmayı sürdürecektir ama bir defa temel güven duygusu oluştuktan sonra terapist daha serbest kalacak, zor sorunlara odaklanması kolaylaşacaktır. Kaçınganların kendilerini beceriksiz görmeleri, ifşa olma ve reddedilme gibi ilişkisel kaygıları, sürekli kendilerini izlemelerinin ve hatta sadece kendileri olmalarının verdiği acıyı dağıtmak için savunmacı amaçlarla dikkat dağıtmaları... Hepsi birbiriyle yakından ilişkilidir.

Bilişsel yaklaşımla yola çıkan Beck ve diğ. (1990), bir nebze güvenlik duygusu tesis edildikten sonra "Benden bir halt olmaz, yetersizim. Kusurluyum. Herkes benimle dalga geçecek" gibi otomatik düşünceleri tartışmaya açarak kişinin değersizlik duygularının ele alınabileceğini öne sürerler. Bu sayede hastalar gündelik yaşamda yaptıkları ve yaşadıkları ıstıraplı duygu ve sorunlarda pay sahibi olan düşünce hatalarını keşfetme imkânı bulurlar. Ayrıca çoğu kaçınganın aslında takdire değer nice özelliği vardır ama durmadan kendi kusurlarına odaklandıklarından bunları hep gözden kaçırırlar. Bu olumlu özelliklerin de resme dahil edilmesiyle oluşan daha bütünlüklü ve dengeli benlik duyumu sayesinde genel değersizlik duyguları azaltılıp dengelenebilir. Örneğin Sean'ı nesnel bir gözle değerlendirdiğimizde aldığı yüksek notlar ve bilgisayar konusundaki yetenekleri göze çarpacaktır; gurur duyabileceği şeylerdir bunlar. Eğer bunlar benlik şemasına katılabilirse, özgüveni yükselecek ve bu da onu yeni sosyal deneyimlere daha açık hale getirecektir.

Bilişsel ve davranışsal unsurları bir araya getiren teknikler de vardır. Kişilerarası durumlara tahammülü artırmak için kişinin onda olumsuz duygular uyandıran sosyal durumları hayal etmesi istenebilir, bunlar terapi odasının mahremiyeti içerisinde terapistle birlikte keşfedilebilir. Bu süreçte otomatik düşünceler de (Beck ve diğ., 1990) günyüzüne çıkabilir, sınanabilir. Bilişsel ve ilişkisel etkenleri birleştiren bu teknik sayesinde birtakım davranışlar dış dünyada sergilenmeye başlanmadan

test edilebilir; bu da bunlara ilişkin kaygıyı dağıtmaya hizmet eder. Kaçıngan kişi bu deneysel provalara alıştıkça, kaygı uyandıran tüm konular şiddetine göre sıralanabilir ve kişiden her durumda ne olacağını tam olarak tahmin etmesi istenir. İdeal olan, bu tahminlerin her birini hastanın en nihayetinde bizzat test etmesi ve edindiği sonuçların seansta tartışılmasıdır. Her yeni adımda biraz daha rahatlayan kaçıngan, ilerlemeye devam eder. Eğer kişi tahminini test etmeye istekli değilse, seans içinde canlandırma yapılabilir; diğer kişi rolünü terapist üstlenebilir. Nüksetmeyi önlemek adına kaçınganlara kaygının, otomatik düşüncelerin faaliyete geçtiğini haber veren bir sinyal olduğu öğretilebilir, kaçıngan düşüncelerini yazılı olarak kayda geçirmeleri istenebilir, kendi irrasyonel inançlarını itibarsızlaştırma pratiği kazandırılabilir, zor durumların öncesinde gerçekçi baş etme stratejileri planlamaları sağlanabilir. Kaygıları yaşamının büyük kısmını kaplamaya başlamış Allison'da bu yaklaşımın özellikle faydalı olmasını bekleyebiliriz.

Son olarak, bilişsel teknikler kişiyle zımnen fikir ayrılığı ortaya koymayı, onu bölmeyi veya yeniden yönlendirmeyi gerektirdiğinden, bu tür durumlarda uyanması beklenen aktarım duygularının en başından konuşulması herhalde daha doğru olacaktır. Aksi takdirde kaçıngan kişi terapisti eleştirel veya reddedici bulup "O kadar beceriksizim ki terapide bile gerekeni yapamıyorum" sonucuna varabilir. Beck ve diğ. (1990) hastaların terapistlerinden gelen geribildirimleri %0-100 arası bir güven ölçeği üzerinden değerlendirdiklerini, böylelikle bu alanda ilerlemeyi sağlayacak özgül bilginin somut olarak grafiğe dökülebildiğini söylerler. Bu tür faaliyetlerin tamamı, herhangi bir mahcubiyetin tahammül edilemez düzeyde olacağına ilişkin otomatik düşünceleri yanlışlayarak sosyal yetkinliği artırır.

Kaçınganların eleştirilerden sakınmak için başvurdukları sosyal mesafelilik, yine kendi karamsar beklentilerinin doğrulanmasına yarar. Konuya ilişkisel açıdan yaklaşan Benjamin (1996) kaçınganların içsel deneyimine, bunun gelişim öykülerindeki kökenlerine ve terapi sürecine etkilerine dikkat çeker. Benjamin ayrıca, kaçınganların fakir benlik algılarının onları terapiste karşı kırılgan hale getirdiğini, çok çabuk incinebildiklerini vurgular. Örneğin Sean veya Allison muhtemelen Albert Ellis'ten çok Carl Rogers'la rahat ederdi.

Gel gelelim diğer formülasyonların aksine, Benjamin yüzeydeki tereddüt ve huzursuzluğun altında derin bir öfke kuyusu yattığını savunur. Kaçınganlar aşırı hassas olduklarından en ufak ima bile onlara aşağılama gibi gelebilir. Bunların onlarda yarattığı kırgınlığı paylaşmaktan korktuklarından, sürekli içlerine atar ve nihayetinde birgün patlarlar. Benjamin'e göre bu örüntünün panzehiri onlarla doğru biçimde empati kurmak ve onları eleştirmeden desteklemektir. Kaçıngana çocukken zımnen verilen mesaj "Başkalarına güvenme. O kadar kusurlusun ki seni sadece ailen sevebilir" olduğundan, bu kişiler aile öykülerinin

detaylarını paylaşırken ailelerine ihanet ediyormuş gibi hissedebilirler. Terapiyi sıcak bir sığınak olarak sunmak, bu duygularını güvenle ifade etmelerine yardımcı olacaktır.

Aile terapisi, çift terapisi ve grup terapisi de kaçıngan davranışı pekiştiren örüntüleri kırmaya yarayabilir. Genelde eşlerden biri dünyayla iletişimi sürdürerek patolojinin devamını kolaylaştıran, kaçıngana neredeyse en ufak bedel ödemeden sosyal iletişimlerini kısıtlama özgürlüğü sunan bir roldedir. Bu kişilerin kaçınganların davranışlarını pekiştirmede nasıl bir pay sahibi olduklarını görmeleri gerekir. İşlerinden aniden, sebepsizce ayrılan veya kırıldıklarını dahi paylaşmadan birden öfkeyle patlayan kaçıngan eşlerini uzun yıllar boyunca desteklemelerinden dolayı onlar da ciddi stres altında bulunuyor olabilirler. Kaçınganlar en yakın oldukları kişilerin bile onları reddetme ihtimaline karşı aşırı hassastırlar ve (evlilikdışı ilişkiler de dahil) her tür ilişki üçgenine çabucak dahil olabilirler (Benjamin, 1996). Bu ilişkiler, cinsel ilişkideki yakınlığı sağlamakla beraber biraz da mesafe bıraktığı için kaçıngana *güvenli* gelir. Benjamin'in belirttiği gibi, bu tür gizli ilişkiler devam ederken çift terapisi yapmak mümkün değildir. Evlilik ilişkisinin düzeltilebilmesi için, eşi öfkeli olduğunda veya kendi içine kapandığında kaçınganı rahatlatan, ona güvence veren gizli âşık faktörü ortadan kalkmalıdır.

Kaçınganlar özellikle de sosyal durumlardan korktuklarından, kabul ve destek atmosferinde gerçekleşen grup terapileri; özellikle de grup, kişinin korkularına hassasiyet ve empatiyle yaklaşıyorsa paha biçilmez niteliktedir. Gruptaki farklı farklı insanların ona kucak açtığını görmek, çocukluğunda aile içinde yaşadığının tamamen zıddı bir deneyimdir. Ayrıca gruplar kaçınganın göremediği veya değersiz bulduğu olumlu özelliklerini tespit etme konusunda da oldukça etkili olabilir. Kaçınganlar etkileşime zorlanmamalı, kendilerini ifşa olma riskine girmeye hazır hissedene kadar kenardan izlemelerine izin verilmelidir. Bu tür gruplar kişiye, sosyal dünyanın küçük bir temsili olan bu alan içerisinde davranışsal ve sosyal beceriler edinme, bunları pratik etme gibi eşsiz bir fırsat sunar. Kaçınganların özel ihtiyaçları göz önünde bulundurulduğunda, sebepsiz yere eleştiren üyeleri olan gruplardan kaçınmak muhtemelen daha iyi olacaktır (Millon, 1999).

Psikodinamik kuramlar kaçıngan davranışın, ego idealine yetişememenin verdiği utancın güdümünde olduğunu öne sürer. Bu formülasyona göre kaçınganların başkalarının görüşlerinden korkmalarının nedeni kendi içsel standartlarına erişememiş olmaları ve kendilerini zayıf, kusurlu, hatta iğrenç görmeleridir; bu bazen öyle bir noktaya varır ki, salt var olmanın verdiği acıdan kaçmak için dissosiyasyona başvurulur. Tedavideyse bu mahcubiyet ve utanç deneyiminin empatik bir yaklaşımla anlaşılması ve mevcut duyguları yaratan çocukluk deneyimlerine dair içgörü edinme ön plandadır. Çocukluk anıları analiz edilerek

bozukluğun kökenleri netleştirilmeye çalışılır. Kaçınganların en büyük baş etme mekanizmalarından biri fantezi olduğundan, terapi sürecine yorumlanabilecek bolca zengin malzeme getirirler. Başarı, kabul görme, kendini gerçekleştirme fantezileri mevcut yaşamlarıyla karşılaştırılıp çocukluk anılarıyla ilişkilendirilebilir. Yaşadıkları utancın, kendilerini sert ve cezalandırıcı süperegolarının standartlarıyla kıyaslamalarından kaynaklandığı düşünülebilir. Bu doğrultuda, özellikle de ebeveyn figürlerinin bu kendi kendini aşağılama örüntüsünün oluşumunda oynadığı role ayrıca bakmak gerekir. Kaçınganların, içlerindeki bu tür kısırdöngülerden ayrışmaları gerekir. Allison'ın da Sean'ın da birtakım problemleri olabilir ama bu problemlerin kök salıp büyümesine neden olan, zehirli aile ortamıdır.

## Özet

Kaçınganlar küçük düşmeye ve sosyal açıdan onaylanmamaya karşı fazlasıyla hassastırlar ve çevrelerindeki kaçınılmaz olduğuna inandıkları türlü tehditlerden korunmanın yollarını arayıp dururlar. *DSM-IV* kaçınganların bir yetersizlik örüntüsü sergilediklerini ve kusurları yüzünden yargılanıp alay edilmekten korktuklarını söyler. Kaçınganlığın pek çok normal çeşidi tanımlanmıştır; Oldham ve Morris'in duyarlı ve tetikte tarzları ile Millon, Weiss, Millon ve Davis'in tereddütlü örüntüsü bunlara örnektir.

En temel kaçıngan örüntü genelde muhtelif alttiplerde de görülen bazı kişilik özelliklerinin karışımından oluşur. Çatışmalı kaçınganda negativist kişiliğin özellikleri görülür; kaçıngan örüntüdeki temel içe kapanmaya negativistin ilişkisel gerilla savaşı taktikleri eşlik eder. Aşırı hassas kaçıngandaysa paranoid kişiliğin özellikleri görülür ama gerçekle bağlantısı daha güçlüdür. Fobik kaçınganlar bağımlı ve kaçıngan kişiliklerin özelliklerini bünyelerinde toplarlar, özellikle de sosyal fobileri deneyimlemeye karşı kırılgandırlar. Kendini soyutlayan kaçıngansa, sosyal kaçınganlık ile depresif kişiliğin zihninde kendisini tekrar tekrar değersizleştirmesini birleştirir.

Çoğu psikodinamik düşünür kaçınganı hâlâ şizoid kişiliğin parçası olarak görür. Gel gelelim ayırt edici biçimde kaçıngan olan kişilik örüntülerini tasvir eden üç büyük psikodinamik kuramcı olmuştur. Menninger (1930) soyutlanmış kişilikten bahseder. Fenichel (1945) fobik karakter kavramını ortaya atmıştır. Horney (1937) "İçime kapanırsam kimse beni incitemez" diye düşünenlere istinaden mesafeli tip kavramını geliştirmiştir. Kendilerini savunma amacıyla; ıstıraplı meşguliyet ve gerilimlerine, ilgisiz düşünceleri de işin içine katarak veya bunların asıl anlamını çarpıtarak müdahale ederler. Ayrıca kaçınganlar fantezilerden ve hayal gücünden bol bol yararlanırlar; bunları hem kendilerinde kaygı uyandıran yetersizlik ve değersizlik bilişlerinin ikamesi olarak hem de sosyal ha-

yattan kendilerini çektikleri için karşılıksız kalan ihtiyaçlarını karşılayabilmek için kullanırlar. Kaçınganların oldukça gelişkin ego idealleri olduğu söylenebilir; bu ego idealine yüksek hedefler ve kendini gerçekleştirme arzusu kadar her davranışta bir kusur bulan, yapılan hiçbir şeyi onaylamayan aşırı ayıplayıcı bir süperego da dahildir. İşin aslı bu kişiler ebeveynlerinin hem yüksek kazanım ve sosyal başarı kıstaslarını hem de en ufak hatadan dolayı onları kınama, suçlama huyunu içselleştirmişlerdir.

Bilişsel açıdan bakıldığında, kaçıngan kişiliği anlamaya bir hayli elverişli görünen bir bilgiişlem modeli vardır. Bilişlerin içeriği bilişin yapısıyla patolojik bir etkileşime girerek bozukluğu pekiştirir. Kaçınganlar durmaksızın çevrelerinde tehlike işaretleri aradıklarından bilgiişlem sistemleri aşırı uyarandan tıkanır, bu da onları başka şeylere dikkat edemez hale getirir. Bilişsel yaklaşım ayrıca dünyaya, kendimize ve başkalarına dair inanışlarımızın davranışımızı belirlemede kritik rolü olduğunu savunur (Beck ve diğ., 1990). Kaçınganların çekirdek inanışları, ki bunların bilinçli farkındalık düzeyinin altında olduğu düşünülmektedir, kendileri tarafından istisnasız mutlak doğrular gibi kabul edilir. Diğer inanışların, özellikle de "şöyle yaparsam böyle olur" tarzı çeşitli eylemlerin sonuçlarını öngörmeye yönelik koşullu inanışların düzenlenme biçimini etkiler.

Kişilerarası açıdan bakıldığında, kaçıngan sosyal açıdan sürekli huzursuzdur. Bu yalnızca kalabalıklar için geçerli bir durum değildir; tek bir kişi bile bu duyguları faaliyete geçirmeye yetebilir. Kaygılarıyla yüzleşmektense sosyal etkileşimlerden mümkün mertebe kaçınmaları, sorunu iyice pekiştirir. İlişkisel deneyimlerinin yelpazesi daralınca, özgüvenlerini artıracak veya kendilerine daha fazla değer vermelerini sağlayacak yeni davranış biçimleri öğrenme fırsatından mahrum kalırlar. Kişilikleri de onları utandıracak veya onlarla dalga geçecek kişileri kendine çeker. Benjamin'in SASB modeli kaçıngan kişiliğin ilişkisel gelişimini çok iyi yansıtır: Yaşama normal bağlanmayla başlayan kaçınganlar, onlara bakım verenlerin eleştirilerine maruz kaldıkça hem kötü bir benlik imgesi hem de hatalara karşı aşırı duyarlı hale gelmelerine neden olacak güçlü bir otokontrol ve kısıtlama mekanizması geliştirirler. Çocukluktaki bazı (fiziksel istismar, ensest, cinsel taciz gibi) travmatik deneyimler de kaçıngan örüntüde gördüğümüze benzer şekilde, yaşam boyu sosyal kaçınma ve ilişkisel korkulardan oluşan bir örüntü ortaya çıkmasına yol açabilir (Stone, 1993).

Çoğu durumda biyolojik yatkınlık kaçıngan kişiliği ortaya çıkarmaya yetmese de, biyolojik etkenlerin rolüne işaret eden bazı bulgular da mevcuttur; gel gelelim bunların detayları hâlâ tartışma konusudur. Bazı araştırmacılar (Siever ve Davis, 1991) kaygının ketlenmesinin kaçıngan kişiliğin gelişimindeki temel psikobiyolojik yatkınlıklardan biri olduğunu savunur. Kaçınganların yetersizlik hislerinin bir kısmı yavaş veya orantısız olgunlaşma süreçlerine dayanıyor ola-

bilir; ne de olsa bu tür durumlar akranların alaycı tavırlarına maruz kalmayla sonuçlanabilmektedir. Kaçıngan kişiliğin temelinde biyolojik mizaç da yatabilir; kaçınganlık, kaçıngan kişiliğe özgü değildir ama varlığı kaçınganın alametifarikası olan içsel utanç ve kendinden şüpheye işaret eder. Kaçıngan kişilik ilk olarak 1969'da Millon'ın biyopsikososyal kişilik kuramının altında aktif biçimde mesafeli örüntü olarak tanımlanmıştır. Yani kişinin sosyal temas arzusu ile bu arzunun peşine düşmesi halinde yaşayacağı olası utançtan duyduğu korku arasında bir çatışma söz konusudur. Millon'ın daha güncel evrimsel kuramında ise (1990; Millon ve Davis, 1996) yine aktif mesafelilik hipotezi korunur ama acıya karşı kendini koruma motivasyonu daha ön plana çıkarılır. Öyle ki bu motivasyon doğrultusunda kaçıngan, hayatı zenginleştirecek nice olasılığa bile sırt çevrilebilir. İster genetik yatkınlıklardan, ister eleştirel ve onur kırıcı yetiştirme tarzından, ister bunların karışımından olsun, kaçıngan her daim ruhsal sağlığın öncelik olduğunu ve bu uğurda her tür tedbiri almak gerektiğini öğrenir. Bu yaklaşımdan dolayı insanlardan giderek soyutlanınca akranlarıyla ilişkisel becerilerini geliştiremez, geliştirdiği kadarı körelmeye başlar.

Kaçınganlar şizoid, şizotipal ve paranoid gibi diğer kişiliklerle ortak özellikler taşırlar. Ayrıca kaygı spektrumuna dahildirler. Tarihe baktığımızda kaçıngan kişiliği tanımlayan başlıca özelliklerin klinik literatürde hayli dağınık halde bulunduğunu görürüz. Kaçıngan sık sık şizoid gibi diğer kişiliklerle karıştırılmış, hatta şizofreniye uzanan bir yol olarak bile görülmüştür. Kaçınganlar klinik sendromlar geliştirmeye özellikle yatkındırlar. Kaygı bozuklukları, özellikle de yaygın anksiyete, sosyal anksiyete ve obsesif kompülsif bozukluk kaçınganlarda sıkça görülür. Somatoform bozukluklara olduğu kadar; özellikle de beden dismorfisi bozukluğuna, dissosiyatif bozukluklara, depresif bozukluklara ve şizofrenik bozukluklara açıktırlar.

Kaçıngan kişiliğin terapötik prognozu şaşırtıcı derecede kötüdür. Kaçınganın temel özellikleri, psikoterapinin temel taleplerine zıt düşer. Olumsuz değerlendirmelere karşı aşırı duyarlı olmaları sebebiyle terapi ilişkisi hassasiyet arz eder. Terapistin kaçınganla iyi bir ilişki kurabilmesi için sabırlı olması şart görünmektedir. Kaçınganların sosyal korkularını aşıp kendi değerlerini daha iyi anlamaları için geliştirilmiş bilişsel ve bilişsel-davranışçı teknikler yer yer faydalı olabilir. Kişilerarası yaklaşımla çalışan Benjamin (1996) kaçınganların içlerinde derin birer öfke kuyusu bulunduğunu ve bu örüntünün panzehirinin doğru noktalarda empati kurup eleştirmeden desteklemek olduğunu söyler. Aile terapisi, çift terapisi ve grup terapisi de kaçıngan davranışı pekiştiren örüntüleri kırmaya yardımcı olabilir. Psikodinamik tedavi küçük düşme ve utanç deneyimine empatiyle yaklaşmanın yanı sıra bu güncel duyguları yaratan çocukluk deneyimlerine ilişkin içgörü geliştirmenin önemini vurgular.

# VII
# Obsesif Kompülsif Kişilik

## Amaçlar

- Kompülsif kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
- Sorumlu ve uyumlu kişilikler kompülsifin normal çeşitleridir. Bunların özelliklerini anlatmak ve onları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
  Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelmesiyle oluşan kompülsif kişilik alttiplerini açıklamak.
  Anal tutucu ve anal atıcı kavramlarını psikanalitik geleneğin ilk zamanlardaki kullanımı doğrultusunda açıklamak.
  Karşıt tepki oluşturma, yüceltme, bozma ve duygulanımın soyutlanması gibi savunma mekanizmaları kompülsif kişilikte nasıl işlev görür?
  Nesne ilişkileri kuramına göre suçluluk ve utanç duygularının modern kompülsif kişilik açısından önemini açıklamak.
  Kompülsiflerin kişilerarası ilişkileri neden hipernormal, yapmacık ve temkinli olarak tasvir edilir?
  Ebeveynlerin aşırı kontrolcülüğünün ve mükemmelliği ön planda tutmalarının kompülsif kişiliğin gelişimine katkısını anlatmak.
  Kompülsif bilişsel tarz en iyi nasıl tanımlanabilir?
  Kompülsifin asli temel inanışları hangileridir?
  Kompülsiflerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özellikleri vardır. Bunların hangi kişilik bozuklukları olduğunu belirtip her birinin kompülsiften farkını açıklamak.

Obsesif kompülsif bozukluk ile kompülsif kişilik arasındaki fark nedir?
Kompülsifler neden beden dismorfisi bozukluğuna yatkındırlar?
Kompülsifler psikoterapide neden zor hastalardır?
Kompülsif kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

---

Biraz fazla verimli ve düzenli görünen tanıdıklarınız var mı? Saatlerce çalışmaktan gocunmayan, performansları kendilerinin belirlediği kusursuzluk düzeyine ulaşana kadar uğraşan bu erdemli çalışma bağımlıları mutlaka dikkatinizi çekmiştir. Her ne yaparlarsa kusursuz yapmaya çalışırlar çünkü en ufak hata onlarda büyük suçluluk uyandıracak, onlara performanslarının bozulduğunu ve hatta hepten mahvolduğunu düşündürecektir. Kendilerini üretkenliğe koşulsuzca adamış olduklarından kendilerine ve ailelerine pek zaman ayırmazlar. İşe erkenden gelip geç çıkmalarıyla, işin sadece bitmekle kalmayıp en mükemmel şekilde bittiğini görene kadar sebat etmeleriyle bilinirler. Kendilerine yüksek, genelde de gerçekçi olmayan standartlar belirler ve başkalarından, özellikle de altlarında çalışanlardan da aynısını beklerler. Kendine biraz fazla boş zaman ayıran herkese "aylak" damgası vururlar, bu kişilere saygı duymazlar. Onlarsa tam tersine, otorite pozisyonundakilere yaranmaya çalışmayı, kendilerini tamamen "davaya adadıklarını" onlara göstermeye fırsat kollamayı alışkanlık haline getirmişlerdir. Özel yaşamlarında ahlak, etik ve değerler gibi konularda genellikle son derece sabitfikirlidirler. Her şey kitabına uygundur, kuralların etrafından dolanılmaz. Kendi kanaatlerinin mutlak doğru olduğu inancı öyle güçlüdür ki, herkes onların istisnai derecede dik kafalı olduklarını düşünür.

Bu tür kişiler obsesif kompülsif kişilik örüntüsüne örnek teşkil ederler; kolaylık olsun diye bu bölümde biz onlara kısaca **kompülsifler** diyeceğiz. Donald vakasında (bkz. Vaka 7. 1) göreceğimiz üzere bu kişiler muhtelif konulardaki kaygılarını hafifletmek umuduyla kendilerini detaylara gömerler (bkz. 1. kriter). "Mikro yönetimle gelen başarı" onların hayat felsefesi olabilir: Yeterince bilgi toplar ve bu bilgileri doğru düzenleyebilirseniz, her şey yoluna girer ve zarar görmekten ya da en azından onaylanmamaktan kurtulursunuz. Mesela Donald'ın çoraplarını ve pantolonlarını renklerine göre dizdiğini, birbiriyle uyumlu olacak şekilde belli bir sistem doğrultusunda bunları önceden eşleştirdiğini, böylelikle sabahları zamandan tasarruf ettiğini düşünebiliriz.

Donald vakasında özellikle ilk paragraf epey çarpıcıdır. Donald midesine dokunan ne varsa en ince detayına kadar sıralar. Genel tıbbi kontrolden geçeceği zaman doktorun küçük ama önemli bir bilginin atlanmış olabileceğinden korkmasına gerek yoktur. Gel gelelim tam tersi bir sorunla karşılaşması olasıdır, ki bu da kötünün kötüsü olarak düşünülebilir. Donald'ın yanıtları haddinden fazla

Donald sebebi belirlenemeyen karın ağrıları ve kâbuslar sebebiyle yardıma başvurmuştu. "Midem hep hassastır" diye belirtiyordu. "Besinlere karşı fazlasıyla duyarlıyım." Ardından olabildiğince detaylandırarak saymaya başladı: Egzotik baharatlardan tutun da lahanaya, bazı meyveli gazoz markalarına, hatta kirli havaya ve havasız mekânlara kadar pek çok şey midesini rahatsız ediyordu. Son dönemlerde bu rahatsızlık uykularını da etkiler olmuştu. Kontrolü tamamen yitirdiğini gördüğü kâbuslarını ürkütücü ve tahammül edilemez buluyordu. (1)

Bir yandan da, bu rahatsızlığa genelde sessizce katlanabildiğini ve gününü normal şekilde sürdürebildiğini çabucak belirtmekten geri durmamıştı. İstisnasız her gün işe erken geliyordu ki gün resmen başlamadan "pürüzleri halledebilsin". Donald ayrıca diğer herkes çıktıktan sonra bile ofiste kalıp yaşanabilecek olası problemlere karşı tedbir alıyor, böylece sabah bunlarla uğraşmak zorunda kalmıyordu. "Karım kendisiyle yeterince vakit geçirmediğimden şikâyetçi olsa da, bazen kendimi oldukça rahatsız hissetsem de," diyordu Donald, "sayemde işyerinde operasyonlar tıkır tıkır işliyor." (3) (2) Karısıysa özellikle, Donald'ın "bir kanıya vardı mı fikrini asla değiştirmeyen" biri olduğunu belirtiyordu. (8)

Donald kendi ifadesiyle mükemmeliyetçi bir insandı ve bu sayede orta kademe yöneticilik pozisyonuna hızla yükselmişti. Altında çalışanların yaptığı işleri titizlikle kontrol ediyor, hata yaptıklarında hemen onlara gereken cezayı veriyordu. "İnsanlar çalışmanın bir erdem olduğunu anlamıyor" diye anlatıyordu öfkeli bir tutumla. Bu nedenle birine bir iş vermeye genelde eli varmıyordu. "Çünkü beceremeyecekleri i biliyorum." Bu katı tarzını değiştirmek zorunda kaldığı durumlardaysa mide ağrıları ve kâbuslar gibi fiziksel rahatsızlıklar yaşamaya başlıyordu.

Donald "iyi bir hasta" olmaya niyetli gibiydi. İlk görüşme sorularına verdiği yanıtlar her ne kadar çok vakit alsa ve haddinden fazla nitelikli olsa da nihayetinde en ince ayrıntıları dahi yansıttığından, kendisiyle gurur duyuyordu. Gel gelelim ona bir çerçeve çizilmediğinde bocalıyor, "sıradan bir gününü" anlatması istendiğindeyse tekrar rahatlıyordu. Uzun uzadıya anlatmaya koyuluyor; detaylardan, hatasızlıktan, öngörülebilirlikten ve verimlilikten keyif alıyordu. Sağlıklı yaşam tarzının, her gün egzersiz yapmanın, dengeli beslenmenin, her gece sekiz saat uyumanın ve düzenli olarak kiliseye gitmenin faydalarına körü körüne inanmıştı. Aksini ima eden en ufak söz onu gücendiriyordu. Bugüne dek ne içki ne de sigara içmişti. Hayli tasarruflu biriydi ve işten hiç izin almamıştı. (4) (7)

Donald'ın öyküsü mevcut durumunu büyük oranda açıklıyor. Çocukken kendisine söylenenleri yaparak ve okuma, boyama gibi genelde tek kişilik faaliyetlere yönelerek onaylanmayı garantilemişti. Çizgilerin arasını boyamaya çalışırken ufacık taşırsa resmin tamamının mahvolduğunu hissettiğini hatırlıyordu; tüm hayatına uyarlanabilecek bir metafordu bu. Ebeveynleriyse zihninde mesafeli ve sert kimseler olarak yer etmişlerdi. Her tür yaramazlığa hiç vakit kaybetmeden disiplin tedbirleriyle karşılık veriliyordu. Donald, okul dışında diğer çocuklarla nadiren oynardı çünkü ebeveynleri arkadaşlarının hal ve hareketlerini beğenmiyorlardı. Ebeveynleri ondan sevgiyle, "küçük adamımız" diye bahsederlerdi. İki yıl önce Donald, kendisinden 8 yaş büyük Rachel'la evlenmişti. Aradaki bu yaş farkı sorulduğunda Rachel'ın olgun tutumunun ve hayatı ciddiye almasının ona çekici geldiğini anlatıyordu. Pek romantik olmasa da istikrarlı bir ilişkileri vardı. Pazarları kiliseden sonra Donald'ın ailesiyle yemek yiyorlardı. Donald ayrıca iki haftada bir çarşamba günleri iş çıkışında ailesini ziyarete gidiyordu.

Kompülsif Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

A. Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; esneklik, açıklık ve verimlilik pahasına düzenlilikle, mükemmeliyetçilikle, zihinsel ve kişilerarası kontrolle meşguliyet göze çarpar; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

1. Asıl amacı unutacak şekilde ayrıntılar, kurallar, listeler, sıralama, organize etme ya da program yapmayla uğraşıp durur.

2. İşin bitmesini zorlaştıracak derecede mükemmeliyetçilik sergiler (Örneğin aşırı katı standartları karşılanmadığı gerekçesiyle bir projeyi tamamlayamaz.).

3. Etkinliklerden ve arkadaşlarından yoksun kalacak şekilde kendini işe adar (Bu durum belirgin ekonomik ihtiyaçlarla açıklanamaz.).

4. Ahlak, doğruluk, değerler gibi konularda esneklik göstermez (Bu durum kültürel veya dini özdeşimleriyle açıklanamaz.).

5. Özel bir değeri olmasa bile eski, değersiz şeyleri elden çıkaramaz.

6. Görev dağılımı yapmak ve başkalarıyla birlikte çalışmak istemez.

7. Para harcama konusunda hem kendisine hem de başkalarına karşı cimri davranır.

8. Katı ve inatçıdır.

kapsamlıdır. Bıraksanız, yeme düzenini ansiklopedik düzeyde anlatacak, hangi besinden ne kadar yediğini tek tek dökecek, bu konuda yapılmış araştırmaları tek tek sıralayacak ve doktorunu, sırf aralarındaki güven ilişkisi bozulmasın diye onu onaylamak zorunda bırakacaktır. Detaylar Donald'a iyi gelmekle beraber, başkalarından da bunlara aynı değeri vermelerini beklediğinden insanları bunaltması muhtemeldir. Hatta olur da bu değeri göstermezlerse, Donald onları hor görür. Herkes hata yapabilir, Donald hariç. Onun gözünde, kendisini dinlemeyen bir doktor profesyonelce davranmıyordur.

İş hayatındaysa Donald'ın detaylara bu denli kendini adamış olması mükemmeliyetçiliğini besler (bkz. 2. kriter). Verilen tüm işleri halletme (bkz. 3. kriter), üstelik bunu kusursuzca yapma becerisinden gurur duyar. Herhalde masasını her akşam itinayla temizliyor, ertesi güne iyi başlamak adına kalemlerini tek tek açıyordur. Hatta Donald muhtemelen bu karakter özelliğini işyerinde başarıya dönüştürmekle övünüyordur. Onun gözünde orta kademe yöneticilik pozisyonuna hızla yükselmiş olması, yaşama olan yaklaşımının üstünlüğünü kanıtlar ve "pasaklı" veya "ihmalkâr" gördüğü "vasat çalışanları" küçümsemesini meşrulaştırır. Yapılması gereken evrak işleri veya kontrol edilmesi gereken detaylar olduğunda Donald'ın kapısı her zaman çalınacaktır ama yönetim kurulunun yeni bir ürün geliştirmek veya kapsamlı bir şirket stratejisi planlamak için kendisinden yardım alması pek olası görünmemektedir.

Donald'ın her daim kendini tutan, gardını almış bir hali vardır; sanki kaçınılmaz bir felaketin beklentisi içindedir. Örneğin hata yapmaktan ve üstlerinin bunu çaktırmadan bir kenara yazmalarından, tamamen Donald'ın hatalarına ayrılmış bir veritabanına kaydetmelerinden korkar. Hatta şöyle söylediklerini duyar gibidir: "Donald, bu seneki ikinci hatanız. Gözümüz üzerinizde." Bu ayıplayıcı sesi hep içinde taşır; böylelikle kendisi de çevresindekilere saldığı korkunun gölgesinde çalışır. Altında çalışanların yapacakları işe güvenmemesinin sebebi de budur (bkz. altıncı kriter). Donald şöyle diyecektir size: "Gözünüzü onların üstünden hiç ayırmamalısınız." Sizin standartlarınıza erişmelerini bekleyemezsiniz. Ayrıca sürekli denetlenmedikleri takdirde aralarından en iyileri bile çok geçmeden (Donald'ın bakış açısına göre ifade edecek olursak) "amansız bir kaytarmacı" olup çıkacaktır. Daha da fenası, olur da bir hata yaparlarsa Donald bir de kendi içsesine hesap vermek zorundadır. Haliyle olası sorunları öngörür, geç saatlere kadar çalışır, her şeyin muntazam gitmesi için kaç saat gerekiyorsa ayırır.

Donald'la aynı mahallede yaşasanız muhtemelen onu düzgün ahlaklı, örnek bir vatandaş bilirdiniz. Oysa onu daha yakından tanıdıkça değerler, etik ve ahlak gibi konularda ne kadar katı olduğunu görmeye başlardınız (bkz. dördüncü kriter). O da, ailesi de kiliseye istisnasız her hafta tam vaktinde gelir. Çocuklar

mutlaka güzel güzel giydirilmiş olurlar. Donald'ın gözünde Tanrı, hiyerarşideki en üst düzey yöneticidir; mutlaka memnun edilmesi gereken mutlak amirdir. Ne var ki bu hislerinin bilincinde değildir. Donald'ın isyankâr eğilimleri olsa da bunları fark etmeyi göze alamaz. Bunun yerine, onları o kadar derine gömer ki kendi bile göremez hale gelir ve üstüne, içi iyice rahat etsin diye, bu eğilimlerin tam tersi yönde hareket eder. Donald görüşlerine sıkı sıkıya bağlıdır, bazıları bunun tutkudan kaynaklandığını sanır. Oysa o, yakışıksız bir şey yapmaktan sakınmak uğruna normlara aşırı uyum göstermektedir. Dini ve ahlaki inançları tamamen kitabidir ama dini öğretilerin salık verdiğinin aksine Donald hiç de bağışlayıcı biri değildir. Bilakis kendini herkesten üstün sayar ve talimatlarını yerine getiremeyen veya kendisinin saygı duyduğu türden ciddi bir tutum benimsemeyen (iş arkadaşları da dahil) kim varsa biraz canını yakmak için kuralları esnetmekte beis görmez.

Aslına bakarsanız Donald'ın dogmacılığı ahlak ve din meseleleriyle sınırlı kalmayıp hayatının hemen her alanına yayılmıştır. Bunu ciddi ölçüde dikbaşlı olmasından anlayabiliriz (bkz. sekizinci kriter). Hatta Donald hiçbir konuda fikrini değiştirmeye cesaret edemez çünkü bu daha önce yanıldığı anlamına gelecektir; oysa o, olası hatalara karşı her zaman tetikte olmak zorundadır. Fikrini değiştiren insanları karaktersiz bulur. Kendi fikirlerine güvenleri yoktur. Böylelikle, asıl görüşleri farklı olsa bile Donald asla bildiğinden şaşmaz ve tamamen kendi bakış açısını temel alan savlarını birbiri ardına sıralar.

Donald'a dair bu bilgileri aktardığımıza göre artık bu bölümün akışını oluşturan diğer meseleleri ele almaya başlayabiliriz. İlk olarak normallikle anormalliği karşılaştıracak, ardından da temel kompülsif temanın çeşitlerine bakacağız. Kişilik biliminin özünü oluşturan altbölümlerde kompülsif kişiliğe psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımları ele alacağız. Donald gibi ana hatları çizilen karakter örneklerinde gördüklerimizi açıklama isteğiyle yazınsal anekdotlardan uzaklaşıp kuramın topraklarına gireceğiz. Her zaman olduğu gibi burada da geçmişle tasviri yan yana vereceğiz ve vaktiyle her bir bozukluğun farklı yanına dikkat çekmiş düşünürlerin katkılarını not edeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin geçici bir nitelik taşıdığını belirtmekte fayda var. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca kompülsifle diğer kuram bazlı yapıları karşılaştırarak, kompülsif kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiklerini tartışacağız. Son olarak, bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacağız ve yine malzememizi alandaki klasik yaklaşımlar yani kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda düzenleyeceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Kompülsif kişiliğe dair bu anlatılanlarda kendinizi gördüyseniz, şaşırmayın. Özellikle de gelişmiş ülkelerde etkinlik, dakiklik, çalışmaya istekli olmak ve detaylara önem vermek; gerek sosyal gerekse finansal refahın önkoşulu olarak görülür. Özdisiplin ve düzen, çoğu modern toplumun teşvik ettiği kişilik özellikleridir. Örneğin herhangi bir yüksek lisans programına başvurmayı düşünenlerin hiç değilse birkaç kompülsif özellik taşımaları şarttır. Yoksa o kadar şeyi okuyacak, o kadar makaleyi yazacak motivasyonu, gayreti nereden bulur insan? Hocaların da çoğunda kompülsif özellikler ön plandadır. Ders vermek, etkili araştırmalar yürütmek ve emsallerince değerlendirilecek makaleler yazmak alana hâkim olmayı ve incelikli çalışabilmeyi gerektirir. Kompülsif özellikler genelde bunu başarmak açısından kilit önemdedir.

Kompülsif kişiliğin normallik sınırlarına giren çok sayıda çeşidi öne sürülmüştür. Bunların her biri birbirinden biraz farklı özellik kümelerini merkez alır. Sorumlu [conscientious] tarz (Oldham ve Morris, 1995) kendini işe adamasıyla, vicdani ve ahlaki ilkelerine bağlılığıyla, her şeyi kusursuz ve sosyal açıdan uygun şekilde yapma ihtiyacıyla, hedefine ulaşana kadar sebat etmesiyle, düzeni ve detayı sevmesiyle, harekete geçmeden önce seçeneklerini iyice gözden geçirmesiyle ve bir şeyleri biriktirme, toplama ihtiyacı duymasıyla bilinir. Sorumlu kişiler hayatlarının diğer kısımlarından çok, işe ağırlık verirler. Örneğin bir projeyi tamamlamak veya başka insanların göz ardı edeceği ufak bir kusuru ortadan kaldırmak için ofiste uzun saatler boyunca kalabilirler. Detaylarla uğraşmayı sever, başarıdan güç alır, çıtayı yükseğe koyar ve herkes paydos ettikten sonra dahi saatlerce çalışırlar. Böylesi bir özdisipline sahip olunca, çoğunun üst düzey yöneticilik pozisyonlarına yükselmesi sürpriz değildir. Duygusal açıdansa biraz kapalı kutudurlar, ayrıca romantik oldukları da söylenemez.

**Uyumlu** tarz (Millon ve diğ., 1994) geleneklere bağlılık, yerleşik kural ve kıstaslara riayet etme temellidir. Uyumlu kişiler görgülü, gelenekçi, düzenli ve mükemmeliyetçidirler. Geleneğe ve otoriteye saygı duyar, yerleşik kural ve kıstasları idame ettirir, yönetmeliklere harfiyen uyarlar. Doğaçlama davranışlar sergiledikleri nadirdir, ilişkilerinde katı ve değişmez tutumlar benimseyebilirler. Ayrıca sapkınlıklara hiç tahammülleri yoktur ve kendileri kadar ağırbaşlı olmayanları yargılamaya meyillidirler. Sorumluluklarını her zaman özenle yerine getiren bu kişiler işlerin birikmesinden hoşlanmaz, işlerin planladıkları gibi tamamlanıp tamamlanamayacağından endişe ederler. Bu özelliklerinden dolayı diğer insanlar onları oldukça güvenilir ve çalışkan bulur. Bir şeyi yapmadan önce mutlaka üstüne düşünme eğiliminde olsalar da dogmatik düşünme eğilimleri sebebiyle, kendi çevrelerini ve tartışmalı konuları siyah-beyaz, doğru-yanlış gibi kutuplar

ekseninde algılarlar. Donald'da şu ana kadar belirtilen özelliklerin çoğu, çok daha abartılı biçimde olmakla beraber mevcuttur. Hatta kontrolün kendisinde olması meselesi Donald'ın yaşamında büyük yer kaplar ve bedensel sıkıntılarının asıl kaynağını oluşturur. Hayatının merkezinde iş vardır; kontrol ihtiyacı en iyi burada ifade bulur. Onun o mağrur ve tumturaklı ifadesiyle söyleyecek olursak "sayesinde işyerinde operasyonlar tıkır tıkır işler". Kendisini gayretli ve özenli biri olarak takdim ettiği amirlerinden onay alma ihtiyacı duyar. Uyumlu tarzda olduğu gibi, Donald da gelenek ve değerlere saygılıdır. Ne var ki onun tutumları daha dogmacı ve katıdır. Duygusallıktansa entelektüelliği, spontanlıktansa ihtiyatlılığı yeğler. Donald'ın iş çıkışı eve dönerken bir an içinden geldiği için çiçekçiye girip karısına bir demet gül aldığını hayal dahi etmesi güçtür. Yapsa bile, normalde cezbedici olan bu tür bir eylemi öyle katı biçimde gerçekleştirir ki hediyenin spontan bir yanı kalmaz. İşte bu katılık, Donald'ın sevişmeleri de dahil romantik yaşamının tamamına sirayet etmiştir. Kontrolü kaybetmemek ve rutinden sapmaların yarattığı rahatsızlığı azaltmak adına, sevişme gibi bir eylemi bile safhalara ayırmış olması muhtemeldir.

Diğer kişiliklerde olduğu üzere kompülsif kişiliğin de normal ve patolojik çeşitlerinin bir yelpaze üzerinde yer aldığı düşünülebilir; daha normal uçta yer alanlarda, *DSM-IV*'te tarif edilen bozukluk özelliklerinin sıklığı ve yoğunluğu daha az olacaktır, ki bu nispeten dengeli özellikler bireye fayda bile sağlayabilir (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişiyse kurallara ve listelere öyle takılmıştır ki büyük resmi göremez hale gelir (bkz. 1. kriter). Bu tarzı benimsemiş daha dengeli kişiler, başarıyla tamamladıkları işin detaylarıyla gurur duysalar da bunların altında ezilmez veya ufak bir detayın planın genelini ya da son ürünü etkilemesine izin vermezler. Kompülsif kişilik bozukluğunun alametifarikası yapılan iş her ne olursa olsun hep mükemmeliyetçi davranılması (bkz. 2. kriter) olsa da, kompülsif tarzı olan kişiler sınırı nereye çekmeleri gerektiğini bilirler. Mevcut süre, kaynaklar ve en önemlisi kendi arzuları dahilinde ellerinden gelen en iyi işi ortaya koyarlar. Bozukluğu olanlarsa işlerine o kadar sıkı sıkıya bağlıdırlar ki eğlence, arkadaşlar, aile gibi alanlar arka planda kalır. Oysa kompülsif tarza sahip biri sıkı ve düzenli çalışmakla beraber, ilişkilerde yakınlığın öneminin de farkındadır.

Saydığımız bu karşıtlıklara baktığımızda Donald'ın patolojik uca daha yakın olduğu anlaşılır. Yaptığı işten gurur duyduğunu size memnuniyetle söylese de bunun gerçek anlamını bilmiyor olabilir. Donald gibi insanlar bir işe başlamadan önce kendilerini bilgi bombardımanına tutarlar. Her şeyi en baştan çözmeye çalışır, kervanın yolda düzülmesinden nefret ederler. Sürece göre düzenlemeler yapmak önden yaptıkları planlarda bir şeyleri gözden kaçırdıklarını gösterir, ki bu da bilinmeyenlerden ziyade bilinenleri baz almak zorunda olan kişiler için rahatsız edici bir durumdur. Hatta kendilerini öyle detaya boğarlar ki sonunda

belirsizliğin etkisini rasyonel sınırlar dahilinde minimuma indirirler. Donald onu zorlayan bir işi tamamladığında gururlanıp tatmin olmaktan ziyade bir rahatlama hissi yaşar: Kendisinden hesap sorabilecek kişilerin (mesela patronunun veya kendi sert süperegosunun) gazabına uğramadan işi tamamlamıştır.

Donald'ın mükemmeliyetçiliğinin de, onun yan etkisi olarak karısına ve ailesine zaman ayıramamasının da altında işte bu kişilik özellikleri yatar. Onlar sürekli tepesinde değildirler, vicdanında gerçek bir yer teşkil ettikleri söylenemez. Donald, gelişiminin bir noktasında, iyi bir kocanın ailesiyle zaman geçirmesi gerektiği görüşünü benimsemiştir. Oysa sözü edilen bu zaman, içten bir sevgi ve yakınlık arzusundan doğan nitelikli bir zaman dilimi değildir. Daha çok bir mecburiyettir; aileye karşı pek çok vazifesinden biridir. Muhtemelen ailesi de bir düzeyde bunun farkındadır. Bunu muhtelif şekillerde gizleyebilir, belki "eve ekmek getirmeyi" bir meziyet gibi gösterebilir veya dar zamanlardan geçmekte olduklarını, bu dönemi atlatabilmek için çok çalışması gerektiğini vurgulayabilir ama nihayetinde bu, Donald dahil herkes için bir kayıptır.

Kompülsif kişilik tanısının diğer kriterleri de normallik yelpazesi üzerinde farklı noktalara yerleştirilebilir (Sperry, 1995). Doğrudan ahlaki, etik ve dini ilkelerle ilişkili dogmacı tutumlar (bkz. 4. kriter) bu yelpazenin bozukluk ucunda yer alır; kişisel bir onur anlayışı ve hayatın karmaşık bir şey olduğunun kabul edilmesi, nispeten dengeli kişilik özelliklerine örnektir. Bu kişilik tarzına daha yakın olanlar, bazen katı ahlaki mutlakların herkese uygulanması yerine duruma ve bireysel değerlere göre hareket edilmesi gerektiğinin farkındadırlar. Oysa kişilik bozukluğu gösterenler, artık eskimiş veya değersiz olanları ayıklayamazlar (bkz. 5. kriter). Sorumlu veya uyumlu kişilik tarzına sahip kişilerin çoğu, bahsettiğimiz şeylerin bir gün işe yarayabileceğini görür ama kendisine yük olmaya başladığında da sınırı çizer. Kişilik bozukluğunun diğer bir özelliği, başkalarıyla işbölümü yapamamak (bkz. 6. kriter) veya her şeyin belli bir şekilde yapılması için ısrar etmektir. Normal tarzı olanlar başkalarının değerli katkıları olabileceğini kabul ederler ve yaklaşımları yeni fikirlere yer açabilecek kadar esnektir. Yelpazenin bozukluk tarafında genelde pintilik görülürken (bkz. 7 kriter), daha esnek olan kişilik tarzı birikime önem vermekle birlikte bu uğurda ilişkilerini riske atmaz, arada bir kendini şımartır. Son olarak, bozukluğu olan kişiler inatçı ve katıdırlar (bkz. 8. kriter), normal insanlar ise olguları tarafsız değerlendirebilir, gerekirse fikirlerini değiştirebilirler.

Yine Donald'ı bu karşıtlıklar bağlamında ele alacak olursak, yelpazenin görece patolojik tarafına denk düştüğünü söyleyebiliriz. Vakada yer alan bilgilere göre Donald ahlak, etik ve değerlerle ilgili konularda dogmacı bir tutum sergilemektedir. İlk olarak, ahlaken yakışıksız durumlar onu rahatsız eder, yaşam tarzıyla ilgili önemli kararları radikal dini saiklerle verir. Örneğin sağlığına bu

kadar düşkün olması yalnızca somatik meselelere verdiği bir tepki değil, aynı zamanda yaşamdaki tercihlerini mutlak birer kural haline getirmesine örnektir. Belirttiğimiz gibi Donald için diğer çalışanlarla işbölümü yapmak neredeyse imkânsızdır (bkz. 6. kriter). Yapsa bile kaygı düzeyinin arttığını fark eder. Çıkabilecek olası sıkıntıları düşünmeye başlar, iş arkadaşlarının bunları öngörüp göremeyeceklerini, tedbir alıp alamayacaklarını merak eder. Mutlaka belli bir akış dahilinde hareket etmelerini sağlamak zorundadır çünkü olmasından korktuğu şeylerin belirsizliğine karşı kendini korumak adına, kontrolün kendisinde olduğunu hissetmeye ihtiyaç duyar. Pintilik meselesine gelince, Donald her zaman "tasarruf konusunda iyi biri" olmuştur; bu, kompülsif tarzın özelliklerinden olmakla beraber bozukluk denebilecek kadar uç noktada değildir. Son olarak, eşinin de dediği gibi Donald'ın "bir kanaate vardı mı bunu asla değiştirmeyen" biri olması, kompülsif örüntüde tipik olarak görülen siyah beyaz düşünceye örnektir. Fikrini değiştirmez çünkü yanılma ihtimalinden nefret eder. Ayrıca pes de edemez çünkü gri bölgeleri nadiren görür, hatta bazen hiç görmez.

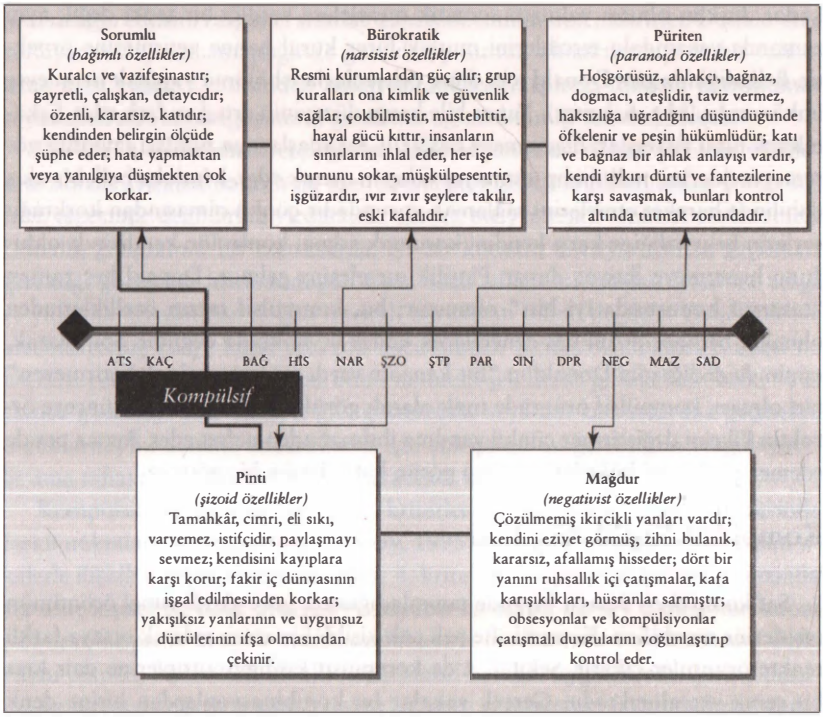
## Kompülsif Kişilik Çeşitleri

Saf kompülsifi detaylı biçimde tanımladığımıza göre şimdi temel örüntünün çeşitlerine geçebiliriz. Kompülsifte pek çok kişilik bir araya gelerek ortaya farklı renkte örüntüler çıkarır. Şekil 7. 1'de kompülsif kişiliğin alttiplerine dair kısa bir şema yer almaktadır. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine denk düşebileceği gibi, düşmeyebilir de.

### Sorumlu Kompülsif

Tüm kompülsif kişilik çeşitleri arasında düzene boyun eğen bir bağlılık sergileyen, kurallara ve otoriteye biat eden, başkalarının dilek, değer, beklenti ve taleplerine uyum göstermeye meyilli olan en çok, **sorumlu** kompülsiflerdir. Sorumlu kompülsifler kendilerini düşünceli, ince fikirli, işbirliğine yatkın görürler. Genelde güçlü bir görev bilinci ortaya koyarlar, bu da onların altta yatan kişisel yetersizlik duygularını maskeler. Bu bağlamda başarılarını küçümseme, becerilerini hafifseme ve başarılarını başkalarının beklentilerinin ne denli karşılandığı üzerinden ölçme eğilimindedirler. Genelde gayretli, çalışkan, işini titizlikle yapan kimseler olarak tarif edilseler de, bu özellikler derinlerde kendilerinden duydukları şüpheyi, yaşadıkları tereddüdü telafi etme hizmeti görür ve özgüvenleri için onayına ihtiyaç duydukları diğer insanlarla iyi geçinmelerini sağlar.

Bu tasvir sizde, sorumlu kompülsiflerin bağımlı kişilere benzer bir güvensizlik içinde oldukları, ancak bu güvensizliklerini kendilerine özgü biçimde telafi




**ŞEKİL 7.1** Kompülsif Kişiliğin Çeşitleri

etmeye çalıştıkları izlenimini yaratmış olabilir. Ne kadar çok çalışırlarsa, ne denli büyük başarılar elde ederlerse o kadar çok değer görecekleri, sevilecekleri inancına sıkı sıkı tutunurlar. Bu inanç yapısının belirgin bir kusuru vardır: Kusursuz performans gösteremedikleri takdirde hem terk edileceklerinden hem de ayıplanacaklarından korkarlar, bu da içlerinde ciddi gerilime, suçluluk duygularına yol açar. Hata yapma, hatta en ufak bir risk alma fikri bile öyle dehşet vericidir ki yaptıklarının üzerinden tekrar tekrar geçer, iyi bir iş çıkardıklarında dahi asla kendilerini gerçekten başarılı hissetmezler; öngöremedikleri bir aksaklıkla baş edemeyecek kadar yetersiz olduklarını düşündüklerinden sürekli kaygı duyarlar. Bağımlılık özellikleriyle kompülsif özelliklerin böyle bir araya gelmesi, kişinin üstleriyle ilişkisinde belirgin itaatkâr tavırlara yol açar; diğer kişilerle ilişkilerdeyse görgü kurallarına son derece dikkat eden, ölçülü bir tarz ortaya çıkarır. Oysa bu maskenin altında tam tersi duygular yatmaktadır ve ara sıra, bu ilkel nitelikler sıkı kontrol altındaki baş etme mekanizmalarının elinden kurtulmayı

başarır. Zaman zaman yaşanan bu güvenlik ihlalleri, bu kişilere kendilerini daha sıkı kontrol etmeleri gerektiği mesajını verir ve böylelikle aşırı düzenli, spontanlıktan uzak, rutinden en ufak sapmada ciddi ölçüde sıkıntıya düşen bir yaşam tarzı yaratır. Gel gelelim bunun büyük oranda mahrem bir mücadele olduğunu, genelde itidal ve sosyal uyum kisvesi altında gizlendiğini unutmamak gerekir.

Diğer çeşitler gibi sorumlu kompülsifler de bazen gerek ilişkisel destek almak, gerekse sosyal bir saygı ve kutsiyet havasına bir yerinden bulaşmak adına bazı kurumlara veya dini örgütlere bağlanırlar. Oysa genelde sorumlu kompülsif, diğer türler içinde yüceltme mekanizmasını en çok kullanandır; ilişkilerde sıkıntıya yol açan kendini üstün görme, baskıcılık gibi özelliklerden nispeten arınmıştır. Bu alttür, sıradaki diğer türlere kıyasla normalliğe çok daha yakın durma eğilimindedir.

## Püriten Kompülsif

İlk olarak analitik yazarların (örn. Rado, 1959) ortaya koydukları ve daha sonra hem nesne ilişkileri kuramcıları hem de kişilerarası kuramcılar tarafından detaylandırılan görüşe göre, kompülsiflerin hepsi itaat etmek ve başkaldırmak arasında derin bir ikirciklik yaşar. Bu ikircikliği yüceltme, karşıt tepki oluşturma ve yer değiştirmeyle çözerler. Bu çatışmayı yüceltenler daha normal, saldırganlıklarının yerini değiştirenler daha nüfuzlu görünürken, içlerindeki öfkeye karşı güçlü tepkiler verenlerse kendini herkesten üstün gören bir tutum sergilerler. W. Reich (1933) gelişim sürecinde her bireyin savunmaya yönelik işlemlerinin nihayetinde onu dünyaya karşı koruyan bir savunma tarzına dönüştüğünü yazmıştır. Reich'ın bu metaforundan yola çıkarak, **püriten** kompülsiflerin içlerinde pusuya yatmış dürtü ve itkilerin çok güçlü olduğunu ama bir yandan da bunların büyük bir tepkiyle karşılaştığını, bu sebeple kendilerini arındırması, dönüştürmesi ve kucaklaması için Tanrı'nın hakkaniyetine sığındıklarını söyleyebiliriz. Pek çoğu irrasyonel ve rahatsız edici nitelikteki kâh saldırgan kâh cinsel dürtülerin daimi baskısını hisseder ve kendi karanlık dürtü ve fantezilerinin önüne geçebilmek adına yalın ve münzevi bir yaşam tarzını benimser.

Kompülsif örüntünün tüm çeşitleri bir düzeye kadar, itaat ve başkaldırı arasında çatışma yaşar. Gel gelelim püriten çeşit bunu diğerlerinden çok daha yoğun biçimde deneyimler. Kendini canhıraş savunması, kendini korumaya alması bakımından paranoidle ortak noktaları olmakla beraber, püriten alttipte temel kompülsif örüntünün abartılı bir hali görülür. Dolayısıyla düşmancıl tutumları da daha güçlüdür ve genellikle bir günah keçisi veya ortak bir düşman bulmak gibi habis yer değiştirmelerle dışa vurulması muhtemeldir. İkici düşünme bu dürtüleri pekiştirir: Bu kişilerin zihinlerinde dünyada iyiler ve kötüler, biz ve onlar,

haklılar ve haksızlar, makbuller ve günahkârların yanı sıra bir de melekler (yani kompülsif kişinin kendisi) vardır.

Ahlaki açıdan sakıncalı buldukları tutumları kendine edilmiş bir küfür gibi yorumlayan püritenler gazaplarını; hakkaniyetin tesis edilmesine hizmet eden, günahları ve adaletsizlikleri giderme gibi kutsal görevi olan bir "intikam kılıcı" olarak kullanırlar. Çoğu, adaletin sağlanması için böyle bir araç görevi görmekten memnuniyet duyar. Hatta püritenler radikal köktendinciliğe doğal bir çekim duyarlar çünkü söylenenleri somut anlamıyla, birebir uygulamak bu inançların doğasında olduğundan, yalnızca kimin cezayı hak ettiğine değil aynı zamanda kimin mutlak cezayı hak ettiğine dair de net bir tablo ortaya çıkar. Böylelikle adaletsizlik giderilir, geride herhangi bir suçluluk duygusu da kalmaz. Bu püriten kompülsiflerin çoğu başkalarına zarar vermekten içten içe keyif alırlar çünkü süperegolarının bu muhakemesi onlara güç verir.

Bu tarz kişiliklere insanlar farklı tepkiler verirler. Toplumumuzun büyük kısmının böyle insanların yansıttıkları güç ve saflığa hayranlık beslediği söylenebilir. Ayrıca püriten kompülsifler dini dogmalardan ibaret değildirler. Tarih boyunca, hatta günümüz siyasetinde bile milliyetçi duyguları coşturan bir güç oldukları görülebilir. Daha küçük çaptaysa bu kişilerle, büyük küçük fark etmeksizin hemen her kurumda ahlak bekçiliği yaparlarken, iş arkadaşlarına sınırları ihlal etmemeleri için öğütlerde bulunurlarken, birilerinin tasfiyesini talep ederlerken rastlamak mümkündür. Hatta ilişkilerdeki aşırı kontrolcü yaklaşımları başkalarında tepki uyandırmaya, böylelikle düşmanlarının maskesini düşürmeye de hizmet edebilir. Bazıları bu amaçlarına ulaşır ama en nihayetinde çoğu insan onları sert, talepkâr, sinir bozucu, can sıkıcı, iffet taslayan tipler olarak görür. Bazılarıysa son derece bağnazdır. Bu kişilerin izlediği dümdüz, dar yolun işlevi barizdir: Aksi takdirde kontrolden çıkma riski taşıyan dürtüler böylece derli toplu halde tutulup, medenileştirilir.

Bu tasvir Donald'a tam uymasa da, bundan kısmen izler taşıdığı söylenebilir. "Tembel" astlarına karşı kibri bu eğilime işaret eder. "İnsanlar çalışmanın bir erdem olduğunu anlamıyor" sözünde hissedilen infial duygusu da bunda pay sahibidir. İnfial ve mutlak ilkelere itaat, birbiriyle yakından ilişkilidir.

## Bürokratik Kompülsif

**Bürokratik** kompülsifler geleneksel değerlerden, yerleşik otoritelerden ve resmi kurumlardan yanadırlar. Diğer kompülsif alttürlerin çoğu bu tür etkenler karşısında çatışmalı duygular içine girer, öfkelenir ve hatta baskılandığını hisseder ama bu çatışmaya dair açık farkındalığı baskılanır. Bürokratik kompülsiflerse bu çatışmadan diğerlerine nazaran daha haberdardırlar ve duygularının en ufak

zorluk yaratmasına izin vermektense kurumsal düzen ve yapıyı olduğu gibi benimserler. Kurumsal ortamlarda serpilirler, ast üst ilişkileri net tanımlandığında, roller açık olduğunda ve beklentilerin, sorumlulukların ne olduğu bilindiğinde kendilerini rahatlamış, güçlenmiş, yetkilendirilmiş hissederler. Yerlerine yerleştikten sonra sadık ve güvenilirdirler. Hatta bu kişiler ortalama kompülsif örüntüye musallat olan ikircikliik ve kararsızlık hissini telafi etmek için oldukça gelişkin, biçimlendirilmiş dış yapılardan yararlanırlar. Pek çoğu kendi kimliğini sistemle birleştirerek kendine bir yer, amaç ve koruma edinir; bu da onları bağımsız kararlar vermenin yarattığı kaygıdan korur. Üstleri onları güvenilir, çalışkan, kurumun amaç ve değerlerine gönülden bağlı kişiler olarak görür, bu da onların özgüvenini güçlendirir ve onlara yön verir. Adı ister kilise olsun ister polis, birlik, üniversite veya şirket; söz konusu kurum olmadan kendilerini kaybolmuş, amaçsız hissederler. Dakik ve titiz bir tavırla iş ahlakına tıpkı kolonideki işçi karıncalar gibi riayet eder, kendilerinin ve başkalarının görevlerini tamamlanıp tamamlanmadıkları kıstasına göre, siyah beyaz şekilde değerlendirirler. "Davalarına" olan bağlılıklarının onlara kazandırdığı statü sayesinde, genelde katı ve yapmacık olan bu kimseler epeyce bir gururlanma, kendilerini önemli görme imkânı kazanırlar. Pek kıymetli kurumlarının saçma sapan, ıvır zıvır yönergelerine kendilerini adayan bürokratik alttipler, kimliklerini kendilerinden çok daha büyük bir güçle birleştirip böylelikle önemli bir yapının parçası haline gelerek belli bir statüye eriştikleri hissine kapılırlar. Bu bakımdan narsisist kişilikle bazı ortak özellikleri vardır ama bu abartılı özellikleri oldukça yüzeyde kalmıştır. Sorumlu kompülsif gibi bürokratik kompülsif de genelde normalliğe daha yakın durmakla beraber bireysel farklar neredeyse normalden, büsbütün şiddetliye kadar uzanabilir. Orta düzeyde bozukluğu olanların yönetmelik ve kurallara sıkı sıkıya uymaları işgüzar, despot, eski kafalı, dar görüşlü oldukları imajını yaratır. Bozukluğu ağır düzeyde olanlarsa kurallara dair bilgilerini, bürokratik formalitelere hâkimiyetlerini, üstleriyle sıkı fıkı olmalarını; altlarında çalışanları veya yollarına çıkıp onlara gereken saygıyı göstermeyen, üstlerine düşeni yapmayanları canlarından bezdirmek için kullanabilirler. Donald'da bürokratik kompülsif özelliklerinin bazıları mevcuttur: Kendisini şirkete adamış olduğu aşikârdır ama bir şeyleri kontrol etmek ona haz vermez. Orta düzey bir yönetici olarak istese altında çalışanlara ciddi baskı uygulayabilir ama bu fırsatı değerlendirmez. Vaka 7. 2'deki Holden bu bakımdan daha iyi bir örnektir. Üstleriyle ve öğrencileriyle ilişkisine özellikle dikkat edin.

## Pinti Kompülsif

**Pinti** kompülsif, Fromm'un bahsettiği istifleme yönelimine benzer (1947). Bu kişilerde cimriliğin neredeyse sembolik bir önemi vardır. Kayıp olasılığından her

**VAKA 7. 2**

Holden kendinden şüphe ettiğini, suçluluk duyduğunu, uzun süren dağınık kaygıları olduğunu söylüyordu. Her ne kadar taşıyamayacağı düzeyde olmasa da, bu duyguları kontrol etmekte zorlanmaya başlamıştı. Artık geceleri uyumakta sıkıntı çekiyor, işte de kararsızlığı giderek artıyordu.

En sıcak mesele, akademik pozisyonunda yakın zamanda gerçekleşmesi beklenen değişimdi. Yeni yönetim, dekanlıktan istifa edip tarih dersleri vermeye dönmesini istemişti. İlk seanslarda bu geçişin detaylarına odaklandı. Özellikle de sınıfta tekrar öğrencilerle yüz yüze gelecek olmak onu endişelendiriyordu. Ders materyallerini düzenleme konusunda kaygılıydı ve öğrencilerin ilgisini çekme, onları disiplin altında tutma becerisinden emin olamıyordu. Eskiden işinin ehli bir hoca olmasına rağmen, eski ders notlarını tekrar tekrar gözden geçiriyor ama bir türlü rahat edemiyordu. Bu rütbe kaybının onu öfkelendirdiğine ilişkin en ufak bir şey söylememişti. Keza Holden'ın bu pozisyona ömrünü adadığının, başka dekanların sekreterlerine devredecekleri meseleleri kendisinin saatlerce çalışarak farklı bölüm başkanlarıyla bizzat ele almış olmasının da bahsi geçmiyordu. Aksine, onun yerine başka bir dekanın seçilmesiyle sonuçlanan sürecin "rasyonelliğine inancının tam olduğunu" dile getiriyordu. Gel gelelim yönetimden herhangi biriyle karşılaştığında kekelemeye, titremeye başlıyordu.

İki erkek kardeşin küçüğü olan Holden'ın ağabeyiyle arasında üç yaş vardı. İki ebeveyni de işlerinde yüksek pozisyondaydılar; ikisini de etkili, katı ve düzenli kişiler olarak tarif ediyordu. Ev hayatı her zaman "oldukça planlıydı"; ortak kullanım alanlarına asılan tablo ve takvimlerde temizlik görevleri, randevular, hatta yıllık muayeneler tüm detaylarıyla yer alırdı. Hiçbir şey şansa bırakılmazdı. Holden ve ağabeyi bu hayatta neye bel bağlayabileceklerini ve karşılığında ne beklemeleri gerektiğini biliyorlardı. Beklentilere karşılık veremediklerinde yaramazlık yapmış muamelesi görürlerdi: Hiç gecikmeyen, ağır bir cezaya çarptırılırlardı. Ebeveynlerin ikisinin de aile içinde öfkenin ifadesine tahammülü yoktu. Holden ağabeyinin her şeyden "paçayı sıyırdığını" düşünüyordu, duygularını yalnızca onu gammazlayarak bir nebze olsun açığa vurabiliyordu ki bundan da büyük keyif alıyordu. Holden bunun "kurallara riayet etmekle" ilgili olmadığını, ağabeyine duyduğu kıskançlıkla baş edebilmek için böyle bir yol izlediğini, ancak çok sayıda seansın sonunda fark edebildi.

Holden 25 yaşında doktorasını tamamlayıp "iyi bir aileden düzgün bir kızla" evlenmiş ve küçük bir üniversitede ders vermeye başlamıştı. Birinci sınıflara verdiği danışmanlıkta "iyi iş" çıkarması onu önce birinci sınıfların dekanı, sonra da tüm öğrencilerin dekanı yapmıştı. Ayrıca bölüm başkanları kuralları esnetmeye hiç yanaşmamasından dolayı ona sıkça sinirleniyordu. Tutumunu ciddiyetsiz bulduklarına hemen hiddetleniyor, onları ağır kural ve yönetmeliklerle hizaya getiriyordu. En ufak sıcaklık barındırmayan tutumu ve öğrenciler hakkında ara sıra verdiği sert kararlar nedeniyle görevi bırakması istenmişti.

Holden 27 yaşında doktorasını bitirmiş, "sebatkâr bir iyi ile kızı ile" evlenmiş, küçük bir üniversitede ders vermeye başlamıştı. Birinci sınıftaki lisans öğrencilerine yaptığı danışmanlıkta çıkardığı "ince iş" sayesinde birinci sınıfların dekanı olarak görevlendirilmiş, nihayetinde de tüm öğrencilerin dekanı olmuştu. "Kurallara uymaya" o kadar özen göstermesine rağmen, gerçek bir insanın şefkatinden yoksun, doldurulmuş bir gömlekten ibaret olmakla itham ediliyordu. Dahası, kuralları biraz olsun esnetmeyi reddettiğinden, bölüm başkanları da ona sık sık öfkeleniyorlardı. Usturuplu davranmayan herkes onun gazabına uğrayabilir, birtakım formlara ve yönetmeliklere boğularak dizginlenebilirdi. Samimiyetten nasibini almamış olması ve öğrencilerle ilgili ara sıra verdiği ağır kararlar sebebiyle görevden ayrılması istenmişti.

(1) (2) (3) (6) (4) (1) (4) (1)

**Kompülsif Kişilik Bozukluğu**
*DSM-IV* Kriterleri

A. Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; esneklik, açıklık ve verimlilik pahasına düzenlilikle, mükemmeliyetçilikle, zihinsel ve kişilerarası kontrolle meşguliyet göze çarpar; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

1. Asıl amacı unutacak şekilde ayrıntılar, kurallar, listeler, sıralama, organize etme ya da program yapmayla uğraşıp durur.
2. İşin bitmesini zorlaştıracak derecede mükemmeliyetçilik sergiler (Örneğin aşırı katı standartları karşılanmadığı gerekçesiyle bir projeyi tamamlayamaz.).
3. Etkinliklerden ve arkadaşlarından yoksun kalacak şekilde kendini işe adar (Bu durum belirgin ekonomik ihtiyaçlarla açıklanamaz.).
4. Ahlak, doğruluk, değerler gibi konularda esneklik göstermez (Bu durum kültürel veya dini özdeşimleriyle açıklanamaz.).
5. Özel bir değeri olmasa bile eski, değersiz şeyleri elden çıkaramaz.
6. Görev dağılımı yapmak ve başkalarıyla birlikte çalışmak istemez.
7. Para harcama konusunda hem kendisine hem de başkalarına karşı cimri davranır.
8. Katı ve inatçıdır.

daim sakınan bu kişiler bencil ve hasis olmanın yanı sıra sahip oldukları her şeye sıkı sıkı yapışır, biri ellerinden zorla almadığı müddetçe de bırakmazlar. Burada mesele otorite veya kurum kurallarıyla özdeşleşmekten çıkıp maddi varlıkların güvenlik değerine dönüşür. Çocukken pek çok istek ve arzusundan mahrum bırakılmış olan bu kişiler sahip olduklarına gözü gibi bakar, bu sınırlı sayıdaki hazinelerinin başkalarınca yağmalanmasından her daim endişe ederler. Kalın sınırlar çizer, gereksiz ölçüde eli sıkı davranırlar. Adeta davranışlarıyla "Benimki bana, seninki sana" mesajını verirler.

Fromm'un (1947) kavramsallaştırmasına göre bu kişiler çocukken istek ve arzularından sıkça mahrum kalmışlardır. Temel ihtiyaçları ebeveynlerince karşılanmıştır belki ama istedikleri şeylerin pek azı verilmiş, hatta hiçbiri onlara makul gelecek oranda yerine getirilmemiştir. Onlara bakım verenler belki de iyi niyetle, çocuğu şımartma ihtimali taşıyan her şeyden radikal biçimde kaçınarak onlara güçlü görev ve sorumluluk bilinci kazandırmaya çalışmışlardır. Hiç kuşkusuz çocukların, arzularının bir nebze de olsa karşılanmadığı durumları yaşamalarına izin vermek, onlara her istediklerini vermekten daha sağlıklıdır. Gel gelelim normalde sağlıklı diyebileceğimiz bu çocuk yetiştirme tarzı öyle mantıksız bir uç noktaya taşınır ki kişi hak ettiği veya kazandığı her şeyi sakınma, bunlara gözü gibi bakma alışkanlığı edinir. Bu kişiler kendi kendilerine yetme işini abartırlar, onları kaynaklarından mahrum bırakabilecek herkese engel olup birikimlerindeki en ufak kaybın dahi yerinin dolamayacağı hissiyle hareket ederler. Bu cimrilikleri ayrıca daha derin bir ihtiyacı da gizler. Hazine dairelerine kimseyi sokmamaları, aslında kazanım ve yetkinliklerinin çoraklığının keşfedilmesi tehlikesine karşı aldıkları bir tedbirdir. Daha da önemlisi bu tedbir diğer kompülsif kişilik çeşitlerinde de bulunur; yani belli bir görgü ve mahremiyet havası yaratarak onları dehşete düşüren isyankâr dürtülerin veya irrasyonel öfkenin açığa çıkması ihtimalini ortadan kaldırırlar. Başkalarına böyle mesafe almak ve maddi kazançların, mülkün olası gaspını önlemek; cimri kompülsiflerin şizoid kişilerle ortak noktasıdır.

## Mağdur Kompülsif

**Mağdur** kompülsif negativist kişilikle iç içe geçmiştir. Ortalama bir kompülsifte kendini inkâr etme stratejisi iyi kötü işe yarar; birbiriyle çatışan arzularını bastırıp dışarıya daha düzgün bir vitrin sunmasına imkân sağlar. Gel gelelim mağdur kompülsifler dışarıdan kontrollü ve ciddi görünseler de aslında içten içe bazen başkalarının istek ve niyetlerine boyun eğmeye, bazen de onları safdışı bırakıp kendi çıkarlarını ön plana çıkarmaya meylederler, bu ikisi arasında salınıp dururlar. Net bir karar verip ona göre hareket etmelerinin beklendiği

durumlardaysa kararsız kalır, kararı mümkün mertebe erteler, kendilerini eziyet görüyormuş gibi hisseder, kafa karışıklığına düşer, dikkatli ve ürkek bir hal alır, karar vermeyi olabildiğince ötelemek için birtakım karmaşık açıklamalardan yararlanırlar. Bu ikircikli durumun içinden kendi kimlik ve duygularını ayıklayamadıklarından, yaşadıkları memnuniyetsizliği fazlasıyla yorgun, huysuz, hoşnutsuz bir tavra bürünerek ifade edebilirler. Pek çoğu aklıyla kalbi arasında, bir yanının mantıklı diğer yanının duygusal açıdan tatminkâr bulduğu iki seçenek arasında sıkışıp kalır.

Kendi istekleri ve daha doğru olan kararlar arasındaki çatışmanın sürekli ortasında kalmaktan bunalan mağdur kompülsifin varoluş deneyimi aşağı tükürsen sakal, yukarı tükürsen bıyık olarak özetlenebilir. İçlerindeki dürtülerin farkında olan ve bundan dolayı sıkıntı yaşayan bu kişiler kendilerine bir şekilde işkence edebilirler; onları mağdur kılan şey her ne ise onu sembolik biçimde geri çevirecek bir cezai çözüm bulabilirler. Bu bağlamda, ortaya çıkan obsesyon ve kompülsiyonlar; onlarla ve arzularıyla ilgili akılsızca, mantıksız, hatta soyut şeyleri kontrol altında tutma gibi beyhude bir çabanın işaretçisidir. Ne yazık ki işaretçisi oldukları tek şey bu değildir. Genel olarak, obsesyon ve kompülsiyonlar ne kadar aşırıysa, kişinin rutin baş etme becerileri de o kadar işe yaramıyor demektir. İçlerindeki ikircikli durum, kendilerini mutsuz eden şeyle yüzleşememelerinden kaynaklanır. Kompülsiyonlar gibi dışsal davranışlar ise bu ikircikli duyguların dışavurumudur. Bozukluk ağırlaştıkça kişi, egosunun yabancı güçlerin hatta belki şeytani varlıkların güdümünde olduğu kanaatine varabilir. Bu açıdan bakıldığında yozlaşmanın pençesinden kurtulması mümkün görünmeyen, savunmaları işlevsiz hale gelmiş bu kişiler ruhsal açıdan dağılmanın eşiğinde olduklarını hissedebilirler.

## Tarihteki Öncüler

Bekleneceği gibi obsesif kompülsif kişiliğin tarihi, obsesif kompülsif semptomların tarihiyle birlikte yazılmıştır. Richard von Krafft-Ebing kompülsiyonun Almanca karşılığı olan *Zwang* kavramını 1867'de ortaya atmış ama yalnızca depresiflerin fakir düşünce içeriklerine istinaden kullanmıştı. Griesinger'in (1868) bir makalesinde ise bu terim daha modern bir anlamda; sürekli kendini sorgulayan, ne yapacağından ve bir sonraki adımının ne olması gerektiğinden bir türlü emin olamayan Holden vakasında gördüğümüze benzer kompülsif sorgulamaya, kompülsif meraka, kompülsif şüpheye istinaden kullanılmıştır. 19. yüzyılın sonlarına doğru, kompülsif davranışların altında gizli duygular olup olmadığı tartışması gündeme geldi. Ne var ki bu noktaya gelindiğinde, artık Zwang sözcüğü farklı çeviriler nedeniyle Atlantik'in iki yakasında farklı an-

lamlar taşıyordu: Londra'da obsesyonlara, New York'ta ise kompülsiyonlara karşılık olarak kullanılıyordu.

Hem Schneider (1923/1950) hem de Kretschmer (1918) 20. yüzyılın ilk çeyreğinde kişilik bozukluklarıyla ilgili önemli eserler vermiştir. Obsesif kompülsifler üzerine yazan Schneider, içlerinde yaşadıkları tereddüde ve aşırı telafi etme eğilimlerine dikkat çekerek "Dıştaki doğruluk, içeride mahkûm oldukları güvensizliği örter" tespitinde bulunur (s. 87). Ayrıca bu kişileri "giyimine özen gösteren, detaycı, doğrucu, disiplinli ama tüm bunlara rağmen her nedense hâlâ son derece güvensiz" olarak nitelendirir (s. 92). Bunu iki vakamızda da (hem Donald'da hem de Holden'da) gördük; ikisi de dışarıdan düzgün, sorumluluk sahibi kimseler olarak görünseler de kendilerine güvenleri epeyce düşüktür. Gel gelelim Holden kesinlikle daha tereddütlüdür çünkü Donald kendine dair şüphelerini dogmacılık zırhıyla gizler. Kretschmer "duyarlı" tipler olarak tanımladığı kişilerin, dışsallaştıramadıkları veya tahliye edemedikleri ruhsallık içi karmaşaların yükünü çektiklerini söyler. Bir karar verip o doğrultuda harekete geçemeyen bu insanlar irili ufaklı her tür konuda tereddüt yaşarlar. Bunu telafi edebilmek içinse başkalarının kanaatleri doğrultusunda oluşturdukları standartlara sıkı sıkıya tutunur, çoğunlukla "vicdanın sesi" haline gelirler. Holden'dan Donald'a uzanan gelişim yolu nispeten farklıdır. Her ne kadar bu kuramcılar etkili olmuşlarsa da, bu alanda en önemli rolü Freud ve takipçileri oynayacaktır.

Bundan sonraki kısımlarda kompülsif kişiliğin psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlarda yer aldığı haliyle detaylı bir portresini çizeceğiz. Bu alanların hepsi birbiriyle etkileşime geçerek kişinin bütününü oluşturur. Biz burada tarih ve tasviri birlikte vermeyi tercih ettik. Ancak bu malzemeyi sadece tarih boyunca kimin ne zaman ne yaptığının hikâyesi olarak görürseniz, her bir yazarın bu yapıya katkısını gözden kaçırırsınız. Bu bölümleri okuyup bitirdiğinizde kompülsif prototipi epeyce kavramış olacaksınız. Gelişimsel süreçlerden de bahsedeceğiz ama bunlar daha ziyade spekülatif ve muğlaktır. Yalnızca tarihi değil, her yazarın günışığına çıkardığı nitelikleri ve bunların kişiliğin bütünü açısından önemini de düşünerek okumanızı öneriyoruz. Vakalara atıflarda da bulunacağız.

## Psikodinamik Yaklaşım

Freud'a göre insan gelişimi muhtelif psikoseksüel evrelerden geçer. Her evrede bedenin belli bir bölümü erojen bölgeye dönüşür; o zaman dilimi boyunca libidinal enerji burada yoğunlaşır. Freud, cinselliği tahliye yolu arayan içgüdüsel bir güç olarak görüyordu. Çoğu insanda bu evreler arasındaki geçiş büyük oranda sıradan bir seyir izler. Gel gelelim bazı insanlar aşırı mahrum bırakılır veya aşırı şımartılır; bu da cinsel enerjinin o evreye özgü meselelere takılmasına

neden olur, kişiliği büsbütün etkiler. Örneğin oral evrede cinsel enerji ağızda yoğunlaşmıştır. Oral ihtiyaçların aşırı doyurulması oral bir karakterin, yani günümüzdeki bağımlı kişiliğin psikodinamik karşılığının ortaya çıkmasına yol açabilir.

Çocuklar yavaş yavaş yürümeyi öğrendikçe oral evreden çıkıp 18 ay civarında başlayan anal evreye, yani tuvalet eğitimi dönemine girerler. Freud'un (1908) belirttiği üzere, oral evre her bebekte doğal olarak bulunan emme refleksinden başka bir şey gerektirmezken, anal evrede doğal olanın ketlenmesini mecbur kılan bir anal erotizm baş gösterir. Anal evre özellikle de kendi kendini kontrol edebilmeyi, dışkının anında dışa atılmasıyla yaşanan içgüdüsel doyumun ertelenmesini şart koşar. İdin haz dürtüsü böylelikle doğrudan ebeveynlerin arzusuyla karşı karşıya gelir. Haliyle anal evre süperegonun oluşumunda ve saldırgan dürtülerin kontrolünde önemli rol oynar.

Anal evrenin kişilik gelişimine tam olarak nasıl bir etkisinin olacağı, ebeveynlerin tuvalet eğitiminde sergiledikleri tutuma göre değişir. Katı, sabırsız veya talepkâr tutumlar anal tutucu kişilik özelliklerinin oluşumuna, yani kompülsif kişiliğin karakterolojik kısmına sebep olabilir. Çocuk kendini tutarak, kendisinden beklenen performansı yerine getirmeyerek ebeveynlerine tepki gösterir, bu da yetişkinlikte dik başlılık, cimrilik ve gizli öfke gibi görüntüler verir. Anal tutucuların ayrıca dakik, düzenli, disiplinli ve temizlik düşkünü oldukları düşünülür, ki tüm bunlar ebeveynlerinin onların beklenen performansı vaktinde, ortalığı kirletmeden gerçekleştirmesini istemeleriyle bağlantılıdır. Aşırı derecede kontrol altında tutulan çocukların buna verebileceği diğer bir tepkiyse anal atıcı olmaktır. Bu seçenekte çocuklar saldırganlaşır; dışkı silaha dönüşür. Anal tutucu stratejide sadece ret söz konusuyken, bu defa strateji ebeveynlerin arzularının aktif olarak yok edilmesine yöneliktir; kendisi üstünde en ufak kontrol sahibi olan herkesi buna pişman etme arzusu barındırır. Haliyle yetişkinlikte de anal tutucunun tam tersi özellikler görülür. Bu özellikler arasında yıkıcılık, dağınıklık ve sadistçe gaddarlık sayılabilir.

Vaka öyküsünde Donald ve Holden'ın çocukluklarının ilk yıllarına dair verilen bilgilere baktığımızda, ebeveynlerin aşırı kontrolcü olduklarını gösteren işaretlere rastlarız. Hatta Donald kendisine söylenenleri yerine getirmekte zorlanmıştır; küçük yaştaki erkek çocukların çoğunda görülen yaramazlıklarına anne babasının katı, tahammülsüz bir tavırla yaklaştıklarını hatırlar. Ebeveynlerinin beklentilerine ve kurallarına riayet etmesi beklenen Holden'ın da benzer bir deneyimi olmuş, hataları karşısında "ağır yaptırımlarla" karşılaşmıştır. Ebeveynlerin aşırı kontrolcülüğü, libidinal enerjideki fiksasyonlardan farklıdır ama bu örneklerde görüldüğü üzere bu eski analitik kavramsallaştırmalar hiç de boş değildir.

Psikanalizin gelişimi ego psikolojisine ve nesne ilişkilerine doğru seyretmeye başlayınca anal karakter mefhumunun da kapsamı genişlemiştir. W. Reich (1933) kompülsifi "titiz bir düzen anlayışıyla" aşırı meşgul kişi olarak tasvir etmiş, bu kişilerin önceden belirlenmiş örüntüler doğrultusunda yaşamakla beraber endişe ve vesveseye de meyilli olduklarını öne sürmüştür (Bu özellikleri özellikle Holden'da görebiliriz.). Belki daha da önemlisi, W. Reich (1949) kompülsiflerin duygusal açıdan fevkalade kapalı olduklarını, sevgi ve yakınlık gösterilerinde bulunmadıklarını belirtmiş ve bu özelliği "duygulanım tıkanması" olarak isimlendirmiştir. Gördüğümüz gibi eğlenceye ne Donald'ın ne de Holden'ın yaşamında yer vardır. İkisinin de "kankalarıyla otururken" fıkra anlattığını veya ciddi bir durumda patavatsızlık ettiğini hayal dahi edemeyiz. Keza romantik de değildirler.

Çok sayıda kuramcı önemli katkılarda bulunmuştur. Ekonomi, kültür ve varoluşçuluğun etkilerini bir araya getiren Fromm (1947) istifleme yönelimini tarif etmiştir. Bu tür insanlar içeri hiçbir şey giremesin diye çevrelerine koruyucu bir duvar örerler. Sanki her an kıtlık veya bir felaket yaşanabilirmiş gibi biriktirir, tasarruf yapar, kendilerini kara günlere hazırlar ve daha önce bahsettiğimiz anal tutucu karakter gibi, insanlarla hemen hiç bir şey paylaşmazlar. Bu kişiler için düzenli olmak, hayatın baş edemedikleri karmaşıklıklarına karşı varoluşsal bir zafer kazanmak anlamı taşır; bu sayede dünyayı çözdüklerini, kontrol altına aldıklarını hissederler (Fromm'un karakter yönelimleri şemasıyla ilgili daha fazla bilgi için "Odak Noktası: Tarih" başlıklı kutucuğa bakılabilir.). Kendisinden önce ve sonraki diğer kuramcılar gibi Rado (1959) da kompülsif kişiyi nüanslara, teferruata, ufak tefek formalitelere fazlasıyla takılması üzerinden betimlemiştir. Ayrıca normallik ile patoloji arasında bazı geçişler olduğuna dikkat çekmiştir. Bu bakımdan, dürüst davranmaya son derece dikkat eden bir kişi ikiyüzlü birine dönüşebilir veya kırılganlık zamanla yerini yıkıcılığa, eleştiriye, intikamcılığa bırakabilir. Salzman'a (1985) göre kompülsiflerin iç ve dış güçleri kontrol etmeye yönelik bitmek tükenmez ihtiyaçları, tehditkâr ve kararsız bir dünyada kesinlik ve güven yanılsaması yaratır. Öngörülemeyen talihsizlikler yaşanması olasılığını minimuma indirmek uğruna kompülsifler dikkatli, titiz hatta fobik kimseler haline gelirler. Başka yorumlar da olmakla beraber Donald'ın karın ağrılarının, hayatındaki çok fazla şeyin onun kontrolü dışında geliştiği hissine verdiği bir tepki olduğunu düşünebiliriz. Söz konusu duygu öyle tehditkârdır ki bilinçli farkındalık seviyesine çıkarılması mümkün olmadığından bedene yönlendirilir.

Kompülsiflerin onları çevreleyen öngörülemez, kararsız dünyayla baş edebilmek için düzen, detay ve mükemmeliyetçiliğe diğer kişiliklerden fazla ihtiyaç duyduklarını gördük. Gel gelelim gereksinimleri bununla sınırlı kalmaz: Kom-

pülsifler iç dünyalarının da aynı şekilde düzenli ve güvenli olduğunu hissetmek isterler. Çoğumuz, rasgele bir anda dönüp içimize baktığımızda karmaşık duyguların fokurdamakta olduğunu görürüz: İçimiz en basit durumlarda bile bizi iki yandan çekiştiren, siyah-beyaz diye değerlendirmemize engel olan duygularla kaynamaktadır. Mesela aldığınız bir dersin hocası süper olsa bile ödev yükü diğer derslerin önüne geçince öfkelenir, pişman olursunuz. Veya aldığınız başka bir derste doğru düzgün ödev verilmiyordur ama bu defa da kredi başına yatırdığınız harç parası boşa gidiyormuş, sanki bu sürede daha fazla şey öğrenmeniz gerekirmiş gibi hissedebilirsiniz. Annenizi seversiniz ama sizi boğar; gerçi hiç karışmasa bu defa da sizi gerçekten sevip sevmediğinden şüphe edersiniz. İçerik değişebilir ama nihayetinde herkes bu tür ikilemler arasında kalır. Çoğumuz madalyonun iki yüzünü de kabullenir ve hayatın karmaşasına tahammül ederiz. Tamamen iyi veya tamamen kötü hiçbir şey yoktur.

Gel gelelim bu tür çelişkili duygu ve temayüller kompülsiflerde yoğun öfke, kararsızlık ve güvensizlik uyandırır. Uyanan bu duyguların dizginlerinin sıkıca tutulması şarttır. Bunu başarabilmek için diğer hiçbir kişilik örüntüsünde görmediğimiz kadar çok çeşitli savunma stratejilerinden yararlanırlar. Araştırmalara göre, kullandıkları ilk ve en belirgin savunma mekanizması karşıt tepki oluşturmadır (Berman ve McCann, 1995). Bu savunma mekanizmasında kompülsif kişi içindeki yasak saldırgan ve isyankâr dürtülerin tam tersi yönünde hareket ederek oldukça katı bir ego idealine uyum sağlar. Örneğin çoğu insanda can sıkıntısı veya rahatsızlık uyandıracak durumlarda, kompülsifler ne kadar olgun ve makul davrandıklarıyla övünürler; tıpkı karısının şikâyetlerine ve karnındaki ağrılara rağmen her şeyin tıkır tıkır işlemesiyle övünen Donald gibi. Aslına bakarsanız kompülsifler burada kirli ve utanç verici duygularının tam tersini benimseyerek bu duygulardan sembolik olarak arınmış olurlar.

İkincisi, kompülsifler onları başkalarının gözünde sosyal açıdan tasdiklenmiş bir süperego haline getirecek bir tür iktidar pozisyonu aracılığıyla öfke ve güvensizliklerine yer değiştirtme çabasındadırlar. Bu savunma mekanizmasını kullanan kompülsifler, başka insanların işlevsiz ölçüde detaylı veya katı standartlara harfi harfine uymasını sağlayarak öfkelerini eyleme dökerler. Holden bu örüntünün neredeyse vücut bulmuş halidir. Standartları tutturamayanlarsa ya kompülsifin üstün otorite ve bilgisini teslim ederek bedel öder ya da olgunluk kisvesi altında alınan sadistçe ve mağrur hazzı gizleyen hızlı bir yargılamanın kurbanı olurlar. Cezalandırmak artık bir görev halini almıştır; insancıl olmaksa zaaftır. Azılı ahlakçı babalar ve aşırı kontrolcü anneler kamufle olmuş saldırganlığa örnek teşkil ederler. Ne kadar kontrol altında tutulmaya çalışsa da, araştırmalar kompülsif özellikler ile dürtüsel saldırganlık arasında güçlü bir bağ olduğunu göstermektedir (Stein, Trestman, Mitropolou ve Coccaro, 1996).

Genelde kendilerini kontrol altında tutmayı olağanüstü iyi başarsalar da, kompülsifler bazen kendi standartlarını çiğneyebilir veya otorite figürlerinde hayal kırıklığı, memnuniyetsizlik yaratabilirler. Ego savunmaları başarısız olduğunda suçluluk duyguları yaşayabilirler. Saldırganlık dönüştürülebilir, tahliye edilebilir ama suçluluk ceza çekmeyi, kefaret ödemeyi gerektirir; bu da, bozma adıyla bilinen savunma mekanizmasıdır. Kompülsifler kendilerine biçtikleri günahların bedelini ödemek için her şeyi göze alırlar. Bu tür telafi çabalarının amacı yalnızca yol açtıkları hasarı onarmak değil, aynı zamanda her şeyi eski haline getirip hem insanların hem de kendilerinin gözünde yeniden iyi bir yere yerleşmektir. Mesela şu an Holden eski ders notlarını düzenleyip tekrar ezberlemek için öyle çok uğraşıyor ki, kendisine aşırı yüklenmesi ona geceleri kâbuslar gördürüyor. Oysa Holden'ın, tarih bölümündeki öğretim kadrosuna döndüğünde daha önceki katı yaklaşımını (en azından kendi içinde) telafi edebilmek için bugüne dek hiç olmadığı kadar fazla çaba sarf edeceğini öngörebiliriz. Hatta paradoksal biçimde, yeni sınıfındaki öğrencilere şefkatli yaklaşabilmek için de çaba sarf edebilir.

Kompülsiflerin kullandıkları bir diğer savunma mekanizması olan duygulanımın yalıtılması, psikodinamik ve bilişsel alanları en azından bu kişilikler bağlamında bir araya getirir. Kompülsifler çevrelerinde görmek istedikleri düzen ve kusursuzluğu kendi zihinsel sahalarından da beklerler. Çatışmalı duygu ve itkilerin birbirini etkilemesine ve ikircikli imgeler ile çelişkili tutumların bilinçli farkındalığa sızmasına engel olmak için iç dünyalarını sınırları çok net, katı bölmeler halinde düzenlerler. Aslında kompülsifler deneyimlerini kolayca sınıflandırılabilen, üstüne konuşulabilen ama hissedilmeyen küçük parçalara ayırarak içgüdü, tutku ve duyguları söndürmeyi amaçlarlar. Normal insanlar için bellek yalnızca bir hatırlama mekanizması değil, ayrıca yaşamlarındaki farklı sahneleri geri alıp tekrar oynatmanın da bir yoludur. Bu sayede orijinal deneyimi bütünüyle, buna eşlik eden her tür duygu ve duyumla beraber yeniden canlandırabiliriz. Bazılarından korkup bazılarını el üstünde tutsak bile hepimizin ara ara döndüğü böyle anıları vardır.

Kompülsiflerdeyse durum farklıdır. Onların zihinlerinin içi adeta, pörsümüş veya kurumuş olgulardan oluşan hayli düzenli depolarla doludur; bu olguların her biri dikkatle dizinlenmiştir ancak diğerlerinden ayrı tutulmaktadır. Aslına bakarsanız kompülsifin amacı şiirin tam tersidir. Şiir, ilgili deneyimlerle simgesel ve metaforik bağlantılar kurarak deneyimi renklendirirken, kompülsiflerin hedefi deneyimin her bir yanını kendi küçük kompartmanlarında barındırmaktır. Anılarını bir veritabanına yükler ve aralarında yalnızca entelektüel bağlantılar kurarlar. Bunların birbiriyle etkileşmesini engelleyerek deneyimin tek bir yanının bile bir diğerini harekete geçirmemesini, böylelikle öngörülemeyen bir

duyguya veya ciddi derinlikte bir dürtüye yol açmamasını teminat altına almış olurlar. Haliyle çoğu kompülsif kendini keşfetmeyi zaman kaybı olarak görür. Kompülsiflerde duygulanımın yalıtımı ve zihinsel yapı birbirini koruyarak pekiştirir. Çevrelerindeki bir ipucu onlara eski bir anıyı hatırlattı diye Donald'ın veya Holden'ın ani bir kahkaha patlattığını veya kendini tutamayıp gözyaşlarına boğulduğunu görmeyiz.

Kompülsif kişiliğe dair modern görüşler nesne ilişkileri çerçevesine dayanır. Daha önce de belirtildiği üzere kompülsif kişiliğin psikodinamik gelişimi anal evreyle yakından ilişkilidir. Freud yoksunluğa ve onun sonucu olarak psikoseksüel enerjide ortaya çıkan fiksasyona dikkat çekmiştir. Sonraları psikodinamik düşünürler psikoseksüel evreleri nesne ilişkileri bakımından tekrar değerlendirerek merkeze, ruhsal enerjideki fiksasyonun yerine bakım verenlerin rolünü yerleştirmişlerdir. Asıl çatışma ebeveynin, çocuğun büyüyen otonomi hissine müdahale edip bunu kontrol altına almaya çalışma arzusudur. Dolayısıyla tuvalet eğitimi ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin ancak küçük bir parçasını oluşturur; kişilik, ilişkideki gelişimin bütününün ürünüdür. Donald'ın veya Holden'ın ebeveynlerinin onlara muamelesi ile yetişkinlikte sergiledikleri özellikler arasındaki devamlılığı görmek için tuvalet eğitimlerinin nasıl geçtiğini bilmemiz şart değildir.

Aşırı kontrolcülüğe ek olarak çağdaş psikodinamik açıklamalar bir de bakım verenlerin mükemmeliyetçi beklentilerini ön plana çıkarır. Gabbard'ın (1994) belirttiği gibi kompülsifler sert bir süperegoyu içselleştirirler ve kaybettikleri ebeveyn onayını geri kazanmak için kusursuz olmaya çabalarlar (Bu belirtilerin çocukluktaki dışavurumuna dair daha detaylı bilgi için "Odak Noktası: Çocukluk" başlıklı kutucuğa bakılabilir.). Daha ilk günden itibaren bu çocuklara güçlü bir sorumluluk duygusu aşılanır ve sorumluluklarını yerine getiremediklerinde derin bir suçluluk duymaları öğretilir. Sıkça maruz kaldıkları ahlak derslerinde içlerindeki uçarı işlerin peşinden koşma dürtüsüne ket vurmaları tembihlenir ve sorumluluk duygularında ne zaman bir azalma olsa içlerinde utanç duyguları uyandırılır. Donald'ın ebeveynleri, tasvip etmedikleri için diğer çocuklarla oynamasına izin vermediklerinde Donald muhtemelen ilk başta söylenenlere harfiyen uymuştu. Gel gelelim zamanla Donald, ebeveynlerinin kendilerini ahlaki açıdan üstün gören bu hissini içselleştirdi. Artık o da başka insanları, büyük oranda kendi olduğu kişiyle alakalı görünen çeşitli gerekçelerle tasvip etmemektedir.

Geleceğin kompülsifleri ergenliğe eriştiklerinde büyüklerinin kısıtlama ve düzenlemelerini tamamen içselleştirmişlerdir. Artık onları acımasızca değerlendirip kontrol altında tutan, sürekli araya girerek atacakları en ufak adımdan dahi şüphe duymalarına, tereddüde düşmelerine sebep olan içsel bir terazileri vardır. Dışarıdaki kısıtlayıcı etkenler yerini içerideki, kaçınması da mümkün olmayan, kendini suçlama temelli kontrol mekanizmalarına bırakmıştır. Kompül-

## Odak Noktası: Çocukluk

### Çocuklarda Aşırı Kaygı Bozukluğu

**Yetişkin Kişilik Örüntülerine Uzanan Yollar**

Gelişimsel psikopatoloji tanı biliminde en hızlı gelişen alanlardan biridir. Bu doğrultuda, 1980'de yayınlanan *DSM-III*'te bulunan çok sayıda çocukluk çağı bozukluğuna 1994 tarihli *DSM-IV*'te yer verilmemiştir. Bunlardan biri, çocuklardaki aşırı kaygılı bozukluktur ve kompülsif kişilikle ilişkili özellikler taşır. *DSM-III*'e göre bu tür çocuklar "yaşlarından büyük meseleleri olan, büyümüş de küçülmüş" bir görüntü sergilerler. Gelişim düzeylerini çok aşan sorumlulukları üstlerine alır, fazla olgun tavırlar takınırlar. Ayrıca mükemmeliyetçi eğilimleri, takıntılı halde kendilerinden şüphe etmeleri, aşırı uyumlu olmaları, aşırı ölçüde onay peşinde koşmaları, yeterliklerinden fazlasıyla endişe duymaları, davranışlarının uygunluğu fikriyle fazlaca meşgul olmaları, dinmeyen teminat ihtiyaçları, somatik şikâyetleri, belirgin gerginlik hissetmeleri ve rahatlayamamaları da dikkat çekilen özelliklerinden bazılarıdır. Haddinden fazla eğitim ve disiplin almış gençlerin kendi kaderlerine şekil verme fırsatları büyük oranda ortadan kalkar. Bu çocuklar duygularını kontrol etmeyi ve düşüncelerini, ebeveynlerinin salık verdikleri tarzda bir düzen ve edep timsali olmaya odaklamayı öğrenirler. Yetişkinler onların bu iyi huyluluğunu görüp rahatlayabilir belki ama aslında çoğu gergin ve ajitedir. Bazıları yaşamın ilerleyen yıllarında ebeveynlerinin onları tasvip etmemesi veya onlara uyguladığı disiplin artık bir etken olmaktan çıktığında, eyleme döken davranışlar sergileyebilirler.

sifler artık kendi kendilerinin savcıları ve hâkimleridir; yalnızca açık eylemleri için değil, sınırları ihlal etmeye ilişkin düşünceleri için de kendilerini suçlamaya hazırdırlar. Suçluluk duygusunun körüklenmesi çocukta kendini eleştiren bir içses oluşturur. Bakım verenler fiziksel olarak orada olmasalar veya ölseler bile, bu ses gereken fırçayı atmak için hazır bekler. Dini unsurlar da önemli rol oynar. Bazıları yaramazlık veya günahların korkunç sonuçlarından; bazılarıysa "doğru yoldan" saparlarsa ebeveynlerinin ne kadar sıkıntıya düşeceklerinden, utanacaklarından bahseder. Bazen ahlak duyumlarını ahlaki üstünlük duyumuna çevirir ve bu sayede körükledikleri gazabı, dışa vurulan öfkenin bahanesi olarak kullanarak daha uygun bir hedefe yöneltirler; tıpkı Holden'ın sık sık bürokrasiyi kullanarak yaptığı gibi.

## Kişilerarası Yaklaşım

Daha önceki bölümlerde öğrendiğimiz üzere kişilerarası yaklaşım bireyler arasındaki iletişim örüntülerini ve bu iletişimin her iki tarafın da benlik tanımıyla uyumlu olup olmadığını ele alır. Timothy Leary (1957) kompülsiften "hiper-

normal kişilik" olarak bahsediyordu. Bu tür insanlar normalliği bir hedef haline getirirler ve başkalarının onları makul, başarılı, olgun görmesini isterler. Zayıf veya çocuksu oldukları algısının tam tersi bir imaj yaratmayı arzularlar. Leary'e göre oyuncu olma kapasitesi, çocuksu şımarıklıklar ve derin duygularını gösterme kapasiteleri bu insanların kişiliğinin bilinçdışı veya bastırılmış bir kısmı olarak görülebilir. Kiesler (1996, s. 161) kompülsif örüntüyü bir tür saldırganca boyun eğme biçimi olarak görür; kompülsifleri duygusal açıdan kendini ifade etmeyen, hiperrasyonel, mükemmeliyetçi, tereddütlü ve kararsız kimseler olarak nitelendirir. Kişilerarası alanı bilişsel alanla birleştiren "sansürleme ve önelemeden geçirme" gibi eğilimler de bu nitelikler arasında yer alır.

Sonuç olarak kompülsiflerin kişilerarası etkileşimlerinde ince eleyip sık dokuduklarını söyleyebilir. Normal insanlar yer yer spontan davranma kapasitesine sahipken, kompülsifler kendi eylem ve mesajlarını sürekli denetlerler. Kurdukları iletişimin öncesinde gerçekleşen akış şeması hayli katı olabilir, örneğin şöyle bir seyir izleyebilirler: Önce ilişkisel bir plan oluştur. İkinci olarak bu planda isabet ve olgunluk bakımından kusurlu noktalar olup olmadığını dikkatlice kontrol et; olası davranışları elerken çıtanı olabildiğince yüksek tut ki her tür küçük düşme veya yetersizlik olasılığı ortadan kalksın. Üçüncüsü, gerekirse yeni davranışlar kurgula ve bunları da tekrar denetimden geçir. Dördüncü adımda seçtiğin davranışları uygulamaya geçir, insanların ne tepki verdiklerini tart ve birinci adıma geri dön. Etkileşimin diğer katılımcılarının kompülsifi aşan bir statüsü veya rütbesi olması halinde hataları sansürlemenin önemi iyice artacağından, bu süreç daha da katılaşır.

Kompülsiflerin kişilerarası süreci bolca zaman ve enerji gerektirir. Bu nedenle kompülsifler genelde dışarıdan bakıldığında mesafeli, neşesiz hatta biraz huysuz dururlar. Asla taviz vermedikleri nezaketleri içlerinden gelen bir sıcaklıktan değil, sosyal düzene uyum gösterme arzularından kaynaklanır. Duruş ve hareketleri gergin, kontrollü görünebilir. Doğru ve nesnel konuşmak adına kelimelerini itinayla seçerler. Sohbetin konusu ne olursa olsun kompülsifler mesafeli ve gayrışahsi bir duruş benimser, öznel değerlendirmeleri veya fikirleri küçümseyerek kendilerine dair hiçbir şeyi açık etmeyecek entelektüel veya soyut formülasyonlara ağırlık verirler. Yorumlarını evrenselleştirip kaide mertebesine yükselten yapmacık, debdebeli bir konuşma tarzları olabilir. Örneğin kompülsif biri "Hata yapacaksınız, içinden çıkarabileceğiniz dersi çıkaracaksınız, sonra da yolunuza devam edeceksiniz" gibi bir şey yerine "Hayat insana deneyimin en iyi öğretmen olduğunu öğretir" diyebilir. Bu nedenle ilişkilerinde edepli, resmi, kontrollü bir izlenim bırakırlar. Holden da hiç kuşkusuz dışarıdan böyle görünüyordu. Kontrollü olma ihtiyacının göstergelerinden biri, kendisinden görevi bırakmasını isteyen yeni yönetime duyduğu öfkenin eksikliğiydi.

Kompülsif kişiliğin iç dinamikleri özellikle de ast ve üstleriyle ilişkileri kıyaslandığında açıkça ortaya çıkar. Sorumluluk sahibi olmaları ve detaylara, etkin çalışmaya, kusursuzluğa verdikleri önem dolayısıyla kompülsiflerden çok iyi "görev adamı veya kadını" olur; şirketin ihtiyaç ve hedeflerini kendilerininmiş gibi, sanki süperegolarının bir parçasıymış gibi benimserler. Pek çoğu diğer kişilerle kıdem veya statü bazında ilişki kurar. Üstlerine dalkavukluk raddesinde hürmet gösterirler. Astlarınaysa otoriter, hatta diktatörvari bir yaklaşımları vardır. Güçlülerin yanında durarak hem kendilerini bir miktar korumaya almış olurlar hem de güçlü oldukları, saygı gördükleri hissine kapılırlar. Bir yandan da içinde bulundukları güçlü konumu astlarına korku salmak için kullanırlar; aynı korkuyu, kendilerinden güçlü kişilerin önünde "fırça yediklerinde" kendileri de hissederler. Bastırılmış düşmancıl duygularını hafifletmek amacıyla çalışanlarının karşısına kurallarla, yönetmeliklerle, tüzüklerle, iş tanımına riayet şartlarıyla çıkabilirler. Bu bölümde verilen üç vakanın her birinde bu özellik mevcuttur: Holden bunu öğrencileriyle, Donald ise çalışanlarıyla yapar. Vaka 7. 3'te anlatılan Elsa'da da benzer bir durum söz konusudur.

Kişilerarası açıdan bakıldığında, kompülsif kişilik nasıl gelişir? İki özellik ön plana çıkar. İlki ebeveynlerin aşırı kontrolcülüğüdür. Aşırı kontrolcülük, bağımlı kişiliğin gelişiminde önemli olan aşırı korumacılığa benzer. Her ikisi de büyüme çağındaki çocuğun özerklik duyumunu etkileyen müdahaleci yaklaşımlardır ama bunu farklı şekillerde yaparlar. Aşırı korumacılık genellikle çocuğunu seven ebeveynin kaygılarının yansımasıdır, zımnen verilen mesaj "Seni seviyoruz, bırak bunu senin yerine biz yapalım çünkü sen beceremezsin" şeklindedir. Oysa aşırı kontrolcülük, çocuğa en ufak bir özerklik verecek kadar güvenilemeyeceği düşüncesine dayanır. Aşırı kontrolcü ebeveynler bu nedenle gözlerini çocuklarından ayırmazlar ve en ufak ihlallerinde çocuklarını, daha hatasının ne olduğunu anlayacak bilişsel kapasiteye sahip olmasalar bile hiç vakit kaybetmeden cezalandırırlar.

Aşırı kontrol bu bakımdan, antisosyal ve sadist kişiliklerin gelişiminde önemli bir unsur olan düşmancıllığa benzer. Oysa düşmancıl ebeveynler gerçek davranış ne olursa olsun ceza verirler; aşırı kontrolcü ebeveynlerse yalnızca çocuğun yanlış bir şey yaptığını düşündüklerinde onu cezalandırırlar. Buna karşın geleceğin kompülsifinin aşırı kontrolcü ebeveyni yanlış davranış için hayli katı bir standart belirler. Holden örneğinde gördüğümüz gibi, iki kardeş "bu hayatta neye bel bağlayabileceklerini biliyorlardı... Beklentilere karşılık veremediklerinde, (...) hiç gecikmeyen ağır bir cezaya çarptırılırlardı." Geleceğin antisosyaline verilen ilişkisel mesaj "Sen kötüsün"dür; geleceğin kompülsifine verilen ilişkisel mesaj ise "Ayağını denk alsan iyi edersin çünkü her an kötü olabilirsin"dir. Hal böyle olunca geleceğin kompülsifleri hata yapma korkusuyla, sıradaki azarları-

## VAKA 7. 3

Elsa, danışmanı olan profesörün yönlendirmesiyle üniversitenin rehberlik birimine başvurmuş bir araştırma görevlisiydi. Üniversitede iki ders veriyordu: Sosyolojiye Giriş ve Araştırma Yöntemleri. Kullanacağı ders kitaplarını, dersin içeriğini, vereceği ödevleri ve sınavda soracağı soruları kendisinin belirlemesine izin verilmişti. Ona neden bu denli serbestlik tanıdıkları sorulduğunda hocası "Onunla daha önce de çalıştım, işleri kendi bildiği gibi yapmak istiyor" yanıtını vermişti.[1] Elsa dersin içeriğine en ince detaylarına kadar hâkim olduğunu, yaz boyunca arkadaşlarıyla vakit geçirmektense oturup çalıştığını söylüyordu. Gel gelelim her iki sınıfında da öğrencilerden ciddi şikâyetler yükseliyordu.

Elsa dönemin başlamasından önceki birkaç hafta boyunca kitabevinin adeta demirbaşı haline gelmişti. Doğru kitabı seçmeye kafayı takmıştı ama çok sayıda alternatif olduğundan ne yapacağını bilemez haldeydi. Öğrencileri derslerin iyi planlanmış ve öğretici olduğunu düşünüyorlardı fakat bir yandan da akademik değerlerini onlara empoze ettiğini, üstlerine fazla iş yükü bindirdiğini, haftalık raporlara, kapsamlı bir final sınavına, dönem sonu makalesine ek olarak bir de her şeyi dikkatlice kontrol edip kusursuz halde teslim etmelerini beklediğini söylüyorlardı. Daha da fenası verdikleri ödevlere Elsa aşırı eleştirel yaklaşıyor, içerikten ve anlamdan çok, cümle yapılarına ve yazının üslubuna takılıyordu. Bu titiz değerlendirme süreci yüzünden ödevleri geri vermesi bazen haftalar sürüyordu.

Elsa olgun, genç bir kadın görünümündeydi. Muhafazakâr saç stili, gri takımı, ciddi tavırlarıyla olduğundan daha yaşlı gösteriyordu. Terapiyi de ciddiyetle yerine getirmesi gereken sorumluluklarından biri olarak görüyordu. Okulu sorumluluklardan kaçabilecekleri dört senelik bir tatil gibi düşünenleri ayıklamayı kendine görev edinmişti. Onu danışmanlık merkezine getiren biraz da utanç verici sorunlaraysa hiç girmiyor, bunları duygusal olarak kabul etmiyordu.

Elsa ailede üniversiteye giden ilk kişiydi. Babasını, evde korkuyla hüküm süren gururlu fakat öfkeli bir adam olarak anlatıyordu. Annesi, okulda başarılı olup "göçmenliğin mirasını" aşması için çok uğraşmıştı. Elsa düzenli olarak kiliseye gider, aile adına evi çekip çevirirken, üniversiteden burs kazanacak kadar başarılı olabilmiş ve harcının büyük kısmını da bu bursla karşılamıştı. 15 yaşındayken evi terk eden ve aileyle yalnızca ölüm kalım meselelerinde iletişim kuran kız kardeşinden utanıyordu. Elsa hâlâ ailesiyle yaşıyordu: "Bu sayede kira paramı biriktirebiliyorum." Kilise haricinde hiç sosyal hayatı yoktu ama zaten buna ihtiyaç duymadığını, duysa bile zamanının olmadığını söylüyordu. Günlük programları çok netti, günün büyük kısmını işine ayırıyordu. Zamanını doğru kullanamayan insanları, yani sınıftaki öğrencilerini düşününce sinirleniyordu.

1 Rakamlar, vakanın *DSM* kriterleriyle en uyumlu özelliklerine işaret etmektedir ve vakanın tanı kriterlerine "uyduğu" anlamına gelmeyebilir.

### Kompülsif Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

A. Genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; esneklik, açıklık ve verimlilik pahasına düzenlilikle, mükemmeliyetçilikle, zihinsel ve kişilerarası kontrolle meşguliyet göze çarpar; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

6 1. Asıl amacı unutturacak şekilde ayrıntılar, kurallar, listeler, sıralama, organizasyon ya da program yapmakla uğraşıp durur.

3 2. İşin bitmesini zorlaştıracak derecede mükemmeliyetçilik sergiler (Örneğin aşırı katı standartlarını karşılamadığı gerekçesiyle bir projeyi tamamlayamaz.).

1 3. Etkinliklerden ve arkadaşlarından yoksun kalacak şekilde kendini işe adar (Bu durum belirgin ekonomik ihtiyaçlarla açıklanamaz.).

4. Ahlak, doğruluk, değerler gibi konularda esneklik göstermez (Bu durum kültürel veya dini özdeşimleriyle açıklanamaz.).

5. Özel bir değeri olmasa bile eski, değersiz şeyleri elden çıkaramaz.

6. Görev dağılımı yapmak ve başkalarıyla birlikte çalışmak istemez.

7. Para harcama konusunda hem kendisine hem de başkalarına karşı cimri davranır.

8. Katı ve inatçıdır.

*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition*'ın özel izniyle kullanılmıştır; Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994.

## Odak Noktası: Tarih

### Erich Fromm

**Kişiliğin Sosyal Gelişimine Dair İlk Keşifler**

Erich Fromm (1947) Freud'u sosyal açıdan tekrar yorumlayan ilk kuramcılardan biriydi. Modelini aynı temalar doğrultusunda yapılandırmış olmakla beraber, Fromm biyolojik etkenlerin karakter gelişiminde bu denli asli bir rolü olduğundan emin değildi. Kendisi bu etkenler yerine, ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkisel etkileşimlere ağırlık vermiştir. Örneğin kompülsif örüntünün anal evredeki mahrumiyetlerin değil, katı ve titiz ebeveynin sergilediği davranış modellerinin sonucu olduğunu öne sürmüştür.

Fromm'a göre erken dönemdeki ilişkisel öğrenme deneyimlerinden, dört sorunlu karakter yönelimi çıkabilir. Bunların ilki olan alıcı karakterin özelliği; ebeveynlerinden, arkadaşlarından ve otorite figürlerinden destek almaya derin bir ihtiyaç duymasıdır. İkincisi, sömürücü karakter, ister güç kullanarak ister kurnazlıkla başkalarından her istediğini alır. Karamsar, şüpheci ve öfkeli olan bu karakterler kendi başlarına bir şey üretemeyeceklerini düşünürler. Üçüncüsü tasarruf ederek, biriktirerek kendini güvende hisseden istifçi karakterdir. Katı ve düzenlidirler; sahip oldukları şeyler konusunda da, düşünceleri konusunda da cimri davranır, hemen hemen hiçbir şeylerini paylaşmazlar. Son olarak pazarlamacı yönelim, başkalarının beklenti ve koşullarına uyum göstermeye her zaman hazırdır. Öyle ki kendilerini sürekli başkalarına "satmakla" meşgul olduklarından kendi bünyelerinde sahici veya istikrarlı pek az şey bulunur.

nı ne zaman ve hangi gerekçeyle işiteceklerini bilmeden büyürler. Doğal olarak da her daim kararsız ve tereddütlüdürler; kendilerine nispeten güvenli bir konum vaat eden kurallara harfiyen uyarlar. Babasından "gururlu fakat öfkeli bir adam" diye bahseden Elsa'ya bir bakın.

İkincisi, geleceğin kompülsiflerinin ebeveynleri çocuğun meşru başarılarını hemen hiç ödüllendirmezler. Bunun yerine düzen ve kusursuzluk talep eder ve bu kıstasa uymayan her şeyi ayıplarlar. Gerçek başarılar hafifsenir ve nadiren dikkate alınır. Bu ebeveynlerin eleştiri ve ayıplama, olumlu şeyleri ödüllendirmeden çocuğa tamamen olumsuz bir imaj yükleme eşiklerinin ne kadar düşük olduğu düşünüldüğünde; geleceğin kompülsifleri istemeden yanlış bir şey yapma korkusu içinde, olası hatalara karşı her daim tedbirli bir halde, ebeveynlerinin onayını garanti etmeye yetecek kadar başarılı olamadıkları için kendilerini suçlu hissederek büyürler. Örneğin Donald'ın ebeveynleri öyle "sertti" ki "çizgilerin arasını boyamaya çalışırken ufacık taşırsa resmin tamamının mahvolduğunu hissettiğini hatırlıyordu".

Çalışmalarını SASB modeli üzerinden yürüten Benjamin (1996) de benzer bir tablo ortaya koyar. Geleceğin kompülsiflerinin ebeveynleri kusursuzluğa ve düzene ağırlık verirken çocuğa nadiren sıcak duygularla yaklaşır, onun gelişim düzeyine saygı göstermezler. "Başka bir deyişle, yetişmekte olan kompülsiflerin ebeveynleri genelde katı, soğuk bir resmiyet içindedir" der Benjamin: Çocuğun gelişim düzeyi itibariyle yapmasının mümkün olmadığı şeyleri ondan beklemekle kalmaz, bir de bunları kusursuzca icra etmesini talep ederler. Başarısızlık, suçlama getirir. Evde sevgi gösterilerine müsamaha gösterilmez, çocuğun da hayli rasyonel bir minyatür yetişkin gibi davranması istenir. Örneğin Donald'ın ailesi ondan gururla "küçük adamımız" diye bahsediyordu. Çocuk kendini, başkalarının onu gördüğü gibi görmeyi öğrenir. Dolayısıyla bu tür standart ve beklentiler süperegoya yerleştirilir. Bu da çocuğun yalnızca kendinden değil, herkesten kusursuz bir performans bekler hale gelmesine yol açar. Son olarak, Benjamin'in ayrıca dikkat çektiği üzere soğuk ve kontrolcü olmanın yanı sıra öfkeli ve ahlak düşkünü olan ebeveynler, kompülsif özelliklerinin üstüne bir de herkese tepeden bakma huyu edinmiş çocuklar yetiştirirler. Öğrencilerinin arasındaki tembelleri ayıklamayı kendine görev edinmiş Elsa'da da durum bu olabilir.

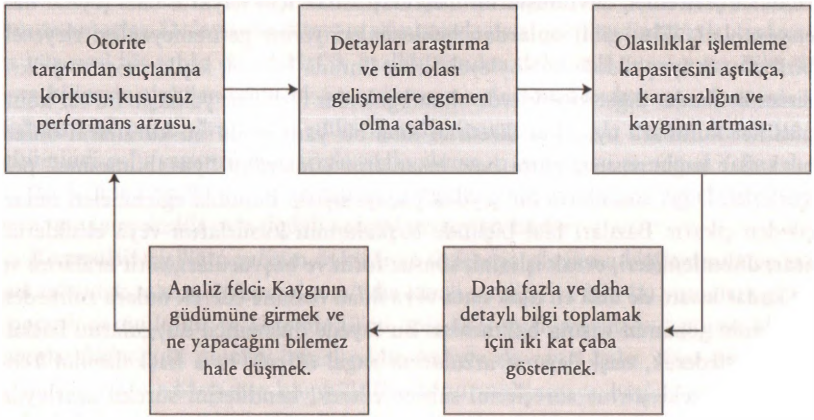
## Bilişsel Yaklaşım

Analitik kuramcılar kompülsif kişiliğin güçlü bilişsel özelliklerini, daha bilişsel yaklaşım tanınır hale gelmeden çok önce fark etmiş ve yazmışlardır. Çağdaş bilgi işlemleme açıklamaları, bilişin mimarisinin ve süreçlerinin akış şemasını çıkarmakla meşguldür. Analitik açıklamalarsa daha çok bilişsel tarza ve karakter ile biliş arasındaki yakın ilişkiye ağırlık verir. W. Reich (1933, s. 211) kompülsifleri kararsız, şüpheci ve "duyguların erişimi dışında olduğu kadar, bunlara sıcak da bakmayan" kimseler olarak görür.

Bazı psikanalitik kuramcılar da kompülsiflerin ikircikli durumlara tahammül edememelerine dikkat çekmişlerdir. Kompülsiflerin zihinsel içeriklerine yaklaşımları, işe yaklaşımlarına benzer: Her şeyin somut olarak belirtilmesinden hoşlanırlar; her şey bir tür sınıflandırma sistemine cuk oturmalıdır; kolayca düzenlenemeyen her şey ya kaygı yaratır ya da küçümsenir. Klasik anal karakter konseptine bağlı kalan Rado (1959, s. 326) bu kişileri ayakları yere basan, olgular bağlamında hareket eden, hayal gücünü hakir gören kişiler olarak nitelendirmiştir. Bu tür bilişsel özelliklerin kökleri belki aile ortamında bulunabilir: Sert, cezalandırıcı, doğrucu ebeveynleriniz varsa, siz de doğal olarak somut şeyleri tercih edersiniz çünkü bunların muhakemesini yapmak daha kolay, başınızın belaya girme ihtimaliyse (hele ki henüz çocuksanız, yani olgun bir bilişsel aygıtınız yoksa) daha düşüktür.

Dikkatin bilgi işlemlenme sürecinin asli bir parçası olduğu bilinciyle, Shapiro (1965) çoğu insanın dikkatini serbestçe yönlendirme kapasitesine sahip olduğunu, ancak kompülsiflerin dikkatlerinin keskin olmakla birlikte oldukça kısıtlı kaldığını, belli ilkelere bağlı olduğunu ve her daim bir şeyin üzerinde yoğunlaştığını belirtir. Shapiro böylelikle dikkat düzeyini, kompülsifin zihin dünyasını dolduran ilgisiz malzemenin işgalciliğiyle ilişkilendirmeyi başarmıştır. Kompülsifler detaylara odaklanmaktan hiç vazgeçmediklerinden, takılacak bir şey mutlaka bulurlar. Dikkatlerini meşgul edecek herhangi bir aciliyet bulunmadığında arkalarına yaslanıp gevşeyecekleri yerde işlerinin ufacık bir detayına, yerdeki belli belirsiz bir lekeye, önemsiz bir kusurlarına kafayı takarlar. Kararsız dekanda da gördüğümüz gibi gergin durumlarda yüksek düzeyde detaya yönelmek uyum sağlamaya hizmet etmez. Dekan da eski ders notlarını tekrar tekrar gözden geçirir ama kendisini asla hazır hissetmez.

Kompülsif kişiliğin dikkatinin en uç sınırlarına giren her şey, doğrudan bilincin merkezine taşınıp kişinin o seçkin büyütecinin altına alınma potansiyeli taşır. Bu kişiler yalnızca "büyük resmi" görememekle kalmaz, aynı zamanda kişilerarası durumların genel duygusal tonunu da sezemezler. Haliyle de ilişkisel düzlemde mesafeli veya soğuk bir imaj çizerler. Kompülsifler iletişimlerinde detaylara odaklandıklarından ve ilişkisel atmosferi isabetli olarak değerlendiremediklerinden, ne gevşeyebilirler ne de spontan veya empatik bir tutum benimseyebilirler. Shapiro ayrıca kompülsiflerin dikkat düzeylerini sezgilerinin olmamasıyla bağlantılı görmüş, bu kişilerin nadiren içlerine bir şey doğduğuna dikkat çekmiştir. Son olarak, yine bu sebepten ötürü kompülsifler büyük oranda, sanatı




ŞEKİL 7. 2 Kompülsiflerin Bilgiişlem Kısırdöngüsü

veya edebiyatı estetik açıdan takdir edemeyecek kadar nasırlaşmışlardır. Dikkat düzeyi, örneğin duygusal soyutlanma savunmasıyla birlikte çalışarak kompülsifleri trajediler veya diğer dramatik insani olaylar karşısında duyarsız kılar. Elsa sınıftaki havayı doğru tartabilseydi öğrencilerin geribildirimlerine göre şekillenir, bugün danışmanlık merkezinin kapısını çalıyor olmazdı.

Hatta duygusal nüanslara ne kadar duyarsız olduklarından bihaber olan kompülsifler, başka insanların duygusal yaşamlarının kendilerininkinden çok daha zengin olduğunu da fark edemeyebilirler. Çoğu insan, kompülsifin detaylarla bu kadar haşır neşir olmasına acıyarak bakacaktır çünkü bu meşguliyet insanın kendini gerçekten canlı hissetmesinin getirdiği o dolaysız ve renkli yaşantıya hiç uymaz. Oysa kompülsiflerin büyük kısmı yaşamların ne kadar fakirleşmiş olduğu konusunda içgörü sahibi değildir. Bunun yerine düşüncelerini geleneksel kural ve yönetmelikler, resmi takvimler ve sosyal hiyerarşiler doğrultusunda katı biçimde düzenleyerek varoluşlarını sterilleştirir, insanlıktan uzaklaştırırlar. Bazıları bunu küçümseyerek, hor görerek yapar; diğer insanları dağınık, beceriksiz, ilkel addeder. Bürokratik ortamlar tam bu tip kompülsiflere göredir: Netlik ve detay arzularını burada kendileriyle zıtlaşan, onlara yeterli saygıyı göstermeyen veya (kararsız dekan örneğindeki gibi) biraz fazla vurdumduymaz görünen herkese karşı silah olarak kullanabilirler. Başkalarının hayatlarını karmaşıklaştırarak hem içlerindeki öfkeyi dışa vurmuş olurlar hem de davranışlarını kurumsal kurallara dayandırarak meşrulaştırırlar.

Ayrıca kompülsifler deneyimden yola çıkarak duyguyu analiz ettiklerinden, eylemlerinin sadistik nitelikleri genelde üstüne düşünülmeye imkân verecek şekilde bilince açık değildir. Teknik bir detaya takılarak başkalarının hayatını zindana çevirenler, davranışlarını meşrulaştırmak için hayatta bazı şeyleri hak etmeyenleri, (Elsa gibi) onlardan beklenenleri yerine getiremeyenleri eleyecek birilerine ihtiyaç olduğunu söyleyebilirler. Burada bilişsel, kişilerarası ve psikodinamik alanlar diğer kişiliklerde olmadığı kadar birbirine yaklaşır. Bu tür kompülsifler kurallara uymakta diretirler ama bir yandan da bu kuralların onları bu kadar bağlamasına, hatta bazı insanların bunlardan "yırtabilmesine" pek içerlerler. Diğer insanların bir şeyden paçayı sıyırıp bununla eğlenmeleri onları çileden çıkarır. Bazıları faal biçimde başkalarının kusurlarını veya eksiklerini arar; düzenlemeleri, evrak işlerini, sonsuz form ve başvuruları, satır aralarını ve ne kadar insani de olsa en ufak hata veya ihlali bahane ederek onlara zulmeder. Kimsenin gözünün yaşına bakmazlar. Bu sayede düşmancıl duygularını başkalarına atfederek, başkalarının arzularına engel olarak veya başkalarının kendilerini gerçekleştirme süreçlerini sabote ederek, kendilerini sürekli azarlayan süperegolarının eleştirilerinin intikamını almaya çalışırlar. Kestirme yol yoktur. Holden bunun en iyi örneğidir.

Bazı kompülsiflerse düzen ve detaylara, neredeyse belirsizlik ve ikircikliğe karşı kullanabilecekleri bir tür bilişsel savunmaymış gibi yapışırlar. Bir önceki sadist türden farklı olarak bu kompülsifler daha itaatkârdırlar ve suçlanmaktan çok korkarlar, her şeyden emin olmaya büyük ihtiyaç duyarlar. Hata yapma ihtimali bu tür kompülsifleri dehşete düşürdüğünden kendilerini aşina oldukları, halihazırda onayladıkları durumlarla sınırlı tutarlar. Sıkı ve düzenli bir hayat yaklaşımıyla tehlikeli bilinmezlerden kaçınırlar. Hep aynı sıkıcı rutinleri tekrarlamak onları güvende tutar ama yeni bakış açıları geliştirmelerine, sorunları çözmek için yeni yaklaşımlar öğrenmelerine engel olur.

Böylesi kişiler doğaları gereği kararsızdırlar, en basit karardan önce dahi bilgi veya tavsiye alabilecekleri her kaynağa, otorite konumundakilerin görüşlerine tekrar tekrar başvururlar. Çoğu zaman, bu süreçte edindikleri yüzlerce detayın altında ezilir ve bunları nihai bir karara varacak şekilde bir araya getiremezler. Böylece köşeye sıkışan, hata yapmaktan ölesiye korkan kompülsifler tamamen çamura saplanabilir, analiz felci geçirerek herhangi bir karara varamayabilirler. Aslına bakarsanız bu kişiler bir bilgiişlem kısırdöngüsüne girmişlerdir: Daha çok detay topladıkça, ellerindeki bilgileri tek bir eylem planına veya tek bir sonuca varacak şekilde birleştirmek daha da imkânsız hale gelir, bu da kaygılarını artırır. Çözümü de iki kat fazla emek sarf edip daha fazla detay toplamakta bulurlar (bkz. Şekil 7. 2).

Beck ve diğ. (1990) kişilik ve kişilik bozukluklarına bilişsel yaklaşımla ilgili kapsamlı metinler kaleme almışlardır. Bu kuramcılara göre dünyaya, kendimize ve başkalarına dair inanışlarımız davranışlarımızın belirlenmesinde kritik öneme sahiptir. Her ne kadar kişilik özellikleri davranışta tutarlılığa işaret etse de, bilişsel kuramcılar her tutarlı davranışın ardında bilişsel bir tutarlılığın yer aldığını savunurlar. Dolayısıyla dünyayı zihnimizde nasıl şekillendirdiğimiz, (yalnızca yüzeysel bir tablo çizen) kişilik özelliklerinden daha asli önem taşır. Bilinçli veya bilinçsiz olabilen çekirdek inanışlar zamandan, mekândan veya durumdan bağımsız olarak doğru kabul edilir. Koşullu inanışlar kişiyle durum arasındaki etkileşimli rolü yansıtır. Eğer şöyle şöyle olursa, o zaman şu şu sonuç doğacaktır. Böylelikle koşullu inanışlar, kişinin çevresini etkilemek adına yapabilecekleri veya yapamayacaklarıyla ilişkili araçsal inanışları besler.

Kompülsif kişiliğin gelişim öyküsü ve süperego oluşumu bağlamında en temel çekirdek inanışı "Yapmalıyım" dır (Beck ve diğ., 1990). Bu yazarlara göre kontrol, sorumluluk ve sistemleştirme şemaları aşırı gelişirken, spontanlık ve oyunbazlıkla ilgili olanlar ihmal edilir, haliyle de zayıf kalır. Eğer bir "-meli/-malı" tespit edilemezse kompülsifler huzursuzlanmaya başlar, müphemlikte boğuluyormuş gibi olurlar. Pek çok insan bir karar vermeden önce bazen üzerinde uzun uzun düşünür. Oysa kompülsiflerin dikkati her zaman davra-

nışlarını meşrulaştırmaya, olası eylemlerinin gözlemciler (özellikle de otorite pozisyonundakiler) tarafından ne şekilde eleştirilebileceğini veya değerlendirilebileceğini tespit etmeye odaklıdır. Haliyle zihinleri de uçsuz bucaksız bir "-meli/-malı" lar ve "Ya şöyle olursa..." lar ağına takılıp kalmıştır. O halde bilişsel açıdan bakıldığında, önceden tasarlanmış durumların sağladığı yapıya ihtiyaç duyarlar çünkü bu tasarılar sayesinde neyi, ne zaman, nasıl yapacaklarını bilirler. Örneğin Donald klinik görüşmede darmadağın olmuştu ama sıradan bir gününü anlatması istendiğinde gayet güzel toparlanmıştı. Yapı, çoğu kompülsifin bütün gerçekliğidir. Büyük kısmı başka bir şey bilmez, bu da onları sıkça paradoksa sürükler. Mesela kompülsifler bir partiye gittiklerinde, partinin amacı eğlenmek olduğundan eğlenmek için uğraşırlar. Bu yaptıklarının ne kadar absürd olduğunuysa hiç fark etmezler.

Bu bağlamda kompülsiflerin varoluşlarına hükmeden ahlaki yükümlülükleri pekiştirip bunları idame ettiren birkaç kilit bilişsel hata vardır (Beck ve diğ., 1990). Bunlardan belki en belirgini, kompülsiflerin dünyayı siyah beyaz görmeleridir. Zihinlerindeki "-meli/-malı" lar mevcut durumla, kişisel becerilerle veya kaynaklarla uyumsuz mutlaklardır. Kompülsifler, yüce bir süperegonun yağdırdığı emirlerin güdümündedirler: "Başarısız olmamalısın. Kontrolü asla elden bırakmamalısın. Küçük de olsa bir hata yapmamalısın." vs. Dünyaya böyle iki kutuplu bir ahlak penceresinden baktıkları düşünüldüğünde, bu emirlerden birini bile ihlal etmelerinin korkunç sonuçlara hatta felakete yol açması hiç de şaşırtıcı değildir. Kompülsifler istediklerini yapamazlar; yapmaları gerekeni yaparlar, hem de her zaman. Hal böyle olunca da hayatlarında küçük mutluluklara pek az, kaygıya ise bolca yer vardır. Donald örneğinde bunu kısmen görebiliyoruz; kaygı onun da paçalarından akıyordu ama bunu ne bilinçli olarak kabul edebilecek ne de kontrol tedbirlerinden birinden vazgeçebilecek durumdaydı. Kompülsiflerin yaşamlarının büyük kısmı geçmişte veya gelecekte geçer; bir kişiye veya duruma dair ne yapmaları gerektiğini ya da halihazırda yaptıkları şeylerin nasıl yetersiz kalabileceğini düşünür dururlar. Bazen bu yoğun tefekkürleri yüzünden dikkatlerinin dağınık olduğu zannedilebilir. Yaşamdaki haz ve yakınlıkların çoğunu barındıran "şimdi"ye odaklandıkları nadirdir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Kişilik dediğimiz şey kişinin tamamına yayılan örüntüye işaret ettiğinden, şimdiye kadarki yaklaşımların her biri kompülsif kişilik fenomenini ancak kısmi olarak aydınlatır. Bu kuramların her biri, her kişiliğin belli bir (örneğin bilişsel veya kişilerarası) zemindeki önemli yanlarını inceler ama hiçbiri kişinin bütününü kapsamaz.

Evrimsel kişilik kuramına göre (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) kompülsif kişilik, ilişkisel anlamda çatışmalı iki tarzdan biridir; diğeri negativist kişiliktir (veya *DSM-III-R*'deki adıyla pasif agresif kişilik). Bağımlı, histrionik, narsisist ve antisosyal kişiliklerin her birinde ilişkisel dengesizlikler mevcut olmakla beraber, bu kişiliğe sahip insanlar çevreleriyle istikrarlı ilişkiler kurabilirler. İhtiyaçları ve gündemleri net olduğundan hayatı doyurucu, tatminkâr, eksiksiz bulabilirler. Örneğin bağımlılar başkalarından yardım ve destek isterler, bu istekleri karşılandığı müddetçe mutlu bir hayat sürerler. Kompülsifler ve negativistler ise içlerindeki ağır bölünmenin tesiri altındadırlar; ilişkilerine ve bağlanma nesnelerine yaklaşımları hayli ikirciklidir. Bazen kendi ihtiyaç ve önceliklerini ön plana almaları, bazen de başkalarının arzularına boyun eğmeleri gerektiğini hissederler. Temel mücadeleleri itaatle başkaldırı arasındadır (Rado, 1959).

Bu iki örüntüyü birbirinden ayıran, bu çatışmanın nasıl sergilendiğidir. Çatışmalarını pasif yaşayan kompülsifler, kapsama stratejisi izlerler. Talepkâr, aşırı kontrolcü ve mükemmeliyetçi ebeveynlerle olan gelişim öyküleri doğrultusunda kendilerine mukayyet olmalarını ve kendi başlarına idare etmelerini talep eden bir içses geliştirirler. İçten içe uyum ve başkaldırı meseleleriyle boğuşurken, öfkeyi karşıt tepki oluşturma mekanizması aracılığıyla itaate dönüştürürler. Öte yandan çatışmayı aktif olarak yaşayan negativistler, dışarıdan bazen sadık ve itaatkâr bazen de baltalayıcı görünen eylemler sergileyerek yaşadıkları ikircikli durumu eyleme dökerler. Kompülsifler kural ve yönetmeliklere aşırı ölçüde uyum gösterirler; negativistler ise bu tür zorlamalara hayli içerlerler. İki kişilik birbirinden farklı görünse de teori, onları temelden birbirine bağlar. Negativist kişilik 15. Bölüm'de daha detaylı ele alınmaktadır.

Gelişim sürecinin başlarında, çocuk özerk beceriler edinmeye ve kendi kendine yetebildiğini hissetmeye çalışır. Bu dönemde çoğu çocuk girişkendir; ebeveynlerin yönlendirme ve nasihatlerine kulak asmaz. Aşırı kontrolcü ebeveynler çocuğun bu çabasına katı ve sert disiplin uygulamalarıyla (çocuğu fiziksel olarak kısıtlayarak, paylayarak, ona sevgilerini göstermeyerek vs.) yanıt verirler. Kısacası bu tür sıkıntılı kalkışmaları bastırma arzuları had safhadadır. Ebeveynlerinin bu saldırılarından kaçıp sığınabilecekleri bir yer bulamayan çocuklar ya tamamen teslim olur ya kendi kabuğuna çekilir ya da dik başlı, asi bir tavıra bürünürler. Gel gelelim eğer çocuklar ebeveynlerinin suçlamalarından azade bir hareket alanı bulabilirlerse, bir uzlaşmaya varabilirler; faaliyetlerini yalnızca ebeveynlerinin onayladığı alanlarla sınırlı tutarlar. Bu da kompülsif çocuğun erişimindeki tek eylem haline gelir; çocuk kendisine çizilen sınırların içinde kalır, dışarıda macera aramaz.

Ne var ki bu yolu izlemenin sıkça karşılaşılan çok sayıda sonucu olur. Özerklik ciddi ölçüde darbe yer; bu çocukların kendi kendilerine yetme becerileri,

onlar kadar kısıtlanmayan diğer çocuklara kıyasla hayli zayıf kalır. Bunun sonucunda da çizili sınırları haricinde ne denli yeterli olacaklarından ciddi şüphe duyar, "bildikleri yoldan" şaşmaya korkar, yeni durumlardan tereddütle kaçınırlar; spontan davranma, merak, maceraperestlik gibi yanları sınırlıdır. Böylelikle özgüvenleri düşük olan ve en ufak hatada ebeveynlerinin gazabına uğramaktan korkan bu çocuklar özerklik dürtülerini bastırırlar, "olur da izin verilen sınırları aşarsam" çekincesiyle bilinmezleri keşfetmeye yanaşmazlar.

Aşırı kontrolcü ebeveynler genelde çocuklarına karşı ilgilidirler ama bu ilgilerini "çocuğu hizada tutma" bağlamında gösterirler; yani hem çocuğun hem de kendilerinin hayrına çocuğu beladan uzak tutmaya uğraşırlar. Dolayısıyla aşırı kontrolcü ebeveynler sınır ihlallerini cezalandırırlar, aşırı korumacı ebeveynler ise çocuğu daha nazikçe; öfkeyle veya tehditle değil sevgiyle kısıtlarlar. O halde aşırı kontrol bazı açılardan ebeveynlerin düşmancıl tekniklerine benzer; bu eğitim sürecini daha ziyade antisosyal ve sadist gelişim örüntülerinde görürüz. Öte yandan burada önemli bir ayrım daha vardır. Düşmancıl ebeveyn çocuğun davranışından *bağımsız olarak* cezalandırıcıdır. Aşırı kontrolcü ebeveyn ise *sadece* çocuk yanlış bir şey yaparsa ceza verir. Bu bağlamda kompülsiflerin ebeveynleri çocuklarının kendi beklentilerine uygun hareket etmelerini isterler ve yalnızca koydukları bu standartlara erişememeleri halinde onları cezalandırırlar. Aşırı kontrolcülüğün bir koşullu ceza yöntemi olduğunu söyleyebiliriz; yani ceza yalnızca net olarak tanımlanmış bazı koşulların ortaya çıkması halinde, ayrım gözeterek verilir.

Kompülsif kişiliğin gelişim öyküsünde sıkça rastlanan bir diğer özellik de onlara, başkalarına karşı derin bir sorumluluk duygusunun aşılanması ve sorumluluklarını yerine getiremediklerinde kendilerini suçlu hissetmeleridir. Bu çocuklar ciddiyetsiz oyunlar oynamaya ve dürtüsel doyuma yönelik doğal eğilimlerini ketlemek üzere "ahlaken eğitilirler". Bu tür faaliyetlerin utanç verici, sorumsuzca olduğu akıllarına sokulur, yaramazlığın ve günahların "korkunç" sonuçlarına dair uyarılırlar. Öğrenilmiş suçluluk duygusu, çocuğun öfkesini asıl nesneden uzaklaştırıp kendi içine çevirir; böylece bu öfke isyankâr duyguların daha da baskılanması için kullanılabilir. Çocuğun hem saldırgan dürtülerinin sonuçlarından korkması hem de bu tür "çirkin" ve "günahkâr" nitelikler taşıdığı için kendini suçlu hissetmesi sağlanır. Her tür sapkın davranış bu tutumla muhakkak baskılanır.

Büyük oranda bu erken deneyimlerden dolayı, yetişkin kompülsif kişiliğin klinik profiline baktığımızda otoriteye saygı göstermekle kalmayıp genelde ona tapınan, kendi içindeki her tür muhalif nitelik ve eylem kırıntısından sakınmak amacıyla uyum ve sorumluluk kapsamına giren ne varsa içselleştiren bir örüntüyle karşılaşırız. Bu riayet ve sorumluluk mecburiyeti kompülsiflerin varoluşlarının her alanına, özellikle de çalışma hayatına nüfuz eder. Üstlerinin gözünde kompülsifler disiplin abideleridir. Oysa astlarına soracak olursanız, onların sadist amirler

olduklarını söyleyeceklerdir; ebeveynleri onlardan ne istediyse onlar da çalışanlardan aynısını ister, işten kaytaranlara aman vermezler. Yüzeyde kompülsifler bağımlı kişiliği andırırlar ama daha alt düzeylerde antisosyalin alametifarikası olan nitelikleri de mevcuttur. Kompülsifler başkaldırı dürtülerini zapt etmek ve kontrol mekanizmalarını pekiştirmek için ya aşırı uyumlu ya da aşırı itaatkâr hale gelirler. Kurallara ve geleneklere riayet etmekle yetinmeyip onları hararetle savunur, hatta bu telafi işini iyice abartarak birer adabımuaşeret karikatürüne dönüşürler. Dürtülerine direnerek ve içlerindeki muhalifi bastırarak günlük rutinlerini sistemli, titiz, katı biçimde sürdürürler, bu işleyişten azıcık olsun saparlarsa öfke patlamaları yaşamaktan veya kontrolü kaybetmekten korkarlar. Tablo 7. 1'de kompülsif kişilik klinik alanlar üzerinden açıklanmaktadır. Bir sonraki kısımdaysa kompülsif kişiliği evrimsel kuramdan çıkan diğer kavramlarla karşılaştıracağız.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Kompülsif örüntüyü oluşturan özellikler, belki diğer hiçbir kişilikte olmadığı kadar sımsıkı biçimde iç içe geçmiştir. Hal böyle olunca bu bozukluk diğer kişilik örüntüleriyle nadiren karıştırılır. Gel gelelim diğer kişilik örüntüleriyle benzeşen yanları ve kuramsal bağlantıları vardır. Mesela hem kompülsifler hem de bağımlılar başkalarının beklentilerine uyum gösterirler ve genelde kendi hedeflerine doğru yol alamazlar ama böyle davranmaktaki gerekçeleri farklıdır. Bağımlı kişi, derin yetersizlik duygularından ve onu destekleyen partnerini kaybetme korkusundan uyum gösterir. Aslına bakarsanız bağımlılar partnerlerinin olgunluğunu ve etkinliğini, kendilerini yetişkinliğin sorumluluklarından soyutlayacak bir araç gibi ödünç alırlar. Uyum göstermemek ilişkiyi riske atar; bu da terk edilme ve çaresizlik fantezilerinin yanı sıra kaygı, endişe hatta panik nöbetlerine yol açar. Arzu, korkunun tersidir ve bağımlı kişi hep çocuk kalmak ister; ister ki bebekle ona bakım veren kişinin mucizevi şekilde tek parça haline geldiği sevgi ve mutluluk dolu bir dünyada birileri hep ona çocuk gibi baksın.

Oysa yetişkinlikteki otokontrol ve olgunluk, kompülsifin benlik imgesinin temel değerleridir. Bağımlılar çalışma, olgunluk, başarı taleplerinden kaçarlarken, kompülsifler bunları kimliklerinin asli parçası olarak görürler. Her ne kadar bazı kompülsifler kararsız olsa da, çok sayıda olasılıktan birini seçme konusundaki bilişsel beceriksizlikleri nedeniyle kolayca sıkıntıya düşebilseler de, ilerleme kat etmelerinin önündeki engel bağımlılardaki gibi bazı temel yetkinliklerinin bulunmayışı değildir. Elsa otokontrol ve olgunluğun vücut bulmuş halidir. Gel gelelim kitap seçme görevini bir türlü tamamlayamaz ve ödevleri okurken, cümle yapılarını düzeltirken aşırı titizlenme gibi başka kompülsif davranış örüntüleri de sergiler.

TABLO 7. 1 Kompülsif Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| | *Disiplinli* | **Benlik İmgesi** | *Sorumluluk Sahibi* |
| Dışa Vuran Davranışlar | Düzenli, oldukça muntazam ve en ince detayına kadar planlanmış bir yaşam sürer; mükemmeliyetçiliği karar vermesinin ve işleri tamamlamasının önüne geçer. | | Kendisini işe adanmış, üretken, güvenilir, titiz, etkin çalışan biri olarak görür ve bunların hepsi, boş zamanlarından büyük oranda fedakârlık etmesini gerektirir; hata yapmaktan ve yanlış karar vermekten korkar; bu doğrultuda kendisinin disiplin, kusursuzluk, özen ve sadakat timsali yanlarına aşırı değer verir. |
| | *Saygılı* | **Nesne Temsilleri** | *Gizlenmiş* |
| Kişilerarası Davranışlar | Sosyal kural ve geleneklere olağanüstü uyum gösterir; ahlak ve etik meselelerinde fazlasıyla titiz ve özenlidir; kişisel ilişkilerinin kibar, resmi, ölçülü olmasını ister; astlarının onun belirlediği kural ve yöntemlere riayet etmeleri için ısrarcı olur. | | Yalnızca sosyal açıdan kabul gören içsel temsiller ve onlara bağlı içsel duygu ve tutumlar bilinç düzeyine çıkarılır veya davranışa dökülür; haliyle davranışlar ve anılar sıkı denetim altındadır, yasak dürtüler kelepçe vurulup tecrit edilir, sosyal çatışmalar savunmacı bir tarzla inkâr edilerek bilinçten uzakta, sıkı kontrol altında tutulur. |
| | *Kısıtlı* | **Morfolojik Örgütlenme** | *Bölümlemeci* |
| Bilişsel Tarz | Dünyayı kurallar, düzenlemeler, takvimler ve hiyerarşiler üzerinden düşünür; katı, inatçı ve kararsızdır; alışık olmadığı veya yeni fikir ve alışkanlıklar belirgin ölçüde canını sıkar. | | Morfolojik yapıların titizlikle düzenlenmesiyle sımsıkı şekillendirilmiş olan sistem açıkça birbirinden ayrı çok sayıda dürtü, anı ve biliş kümesinden oluşur; bu bölümler arasında iletişimi sağlayan açık kanal sayısı ise tek tüktür. |
| | *Karşıt Tepki Oluşturma* | **Duygudurum/ Mizaç** | *Ciddi* |
| Düzenleyici Mekanizma | Derinlerdeki karşıt ve yasak duyguların tam zıddı olan olumlu düşünceleri ve sosyal açıdan cazip davranışları tekrar tekrar sergiler; başkalarını öfkelendiren veya yıldıran durumlar karşısında makul ve olgun bir tavır takınır. | | Gevşeyemez, gergindir, hiçbir şeyden keyif almaz, huysuzdur; sıcak hislerini zapt eder ve duygularını sıkı kontrol altında tutar. |

*Not:* **Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.**

Kompülsif ve şizoid kişilikler arasında da bazı benzerlikler görülmüştür. Kompülsiflerin kurumsal kurallara ve sosyal kaidelere adanmışlıkları, ilişkilerde şizoidleri andıran pasif davranışlar sergilemelerine yol açar. "Merhamet nedir bilmeyen eski kafalının teki" olduğu söylenen Holden'ın daha resmi ve daha az duygusal olduğu eski günlerinde buna yakın bir görüntü sergilediğini tahmin edebilirsiniz. Ayrıca hem kompülsiflerin hem de şizoidlerin duygusal yaşamları fakirdir. Ne var

ki şizoidlerdeki duygu eksikliği, duygusal deneyim yaşama kapasitelerinin mevcut olmaması, onlara bakım verenlerle bağ kuramamış olmaları gibi bebeklikten başlayıp yetişkinliğe uzanan temel bir duruma bağlıdır. Kompülsifin fakirleşmiş duygu yaşamıysa ilişkilerde mesafeli, ciddi benlik imgesiyle ve duyguyu her nereden gelirse gelsin engelleme, boğma veya dönüştürme çabasıyla ilişkilidir. Bu doğrultuda kompülsifler için en doğru tasvir duygusal açıdan kısıtlı olduklarını söylemek olacaktır; şizoidleriyse duygusal açıdan boş kimseler olarak düşünebiliriz.

Hem kompülsiflerde hem de paranoidlerde derin, gizli düşmancıl duygulara sıkça rastlanır. Gel gelelim kompülsif kişi öfkesini, bir gülümseme takınıp ortama uyum sağlayarak çabucak gizleyebilir; paranoidin öfkesiyse yüzeye çok daha yakındır ve ara sıra eyleme dökülür. Ayrıca paranoidler sinirlendiklerini hemen belli ederler. Kompülsifler ise karşıt tepki oluşturma mekanizması aracılığıyla öfkelerini aşırı uyumluluğa dönüştürebilir veya yer değiştirme mekanizmasını kullanarak otorite figürlerine duydukları öfkeyi astlarına yönlendirebilirler. Karşıt tepki oluşturmada, örneğin hem saldırgan dürtüleri güçlü olan hem de bunları dışa vurmayı şiddetle tenkit eden biri, yaşadığı suçluluğu telafi etmek umuduyla süperegosunun taleplerine aşırı uyum gösterebilir. Yer değiştirmedeyse saldırgan duygular bir şekilde misilleme yapabilecek kişilerden uzaklaştırılıp tehdit barındırmayan kişi veya nesnelere yöneltilir. Böylelikle öfkeli kompülsifler üstlerine bağırıp çağırmak yerine, bulundukları konumdan aldıkları gücü ve kurumsal kurallara dair bilgilerini kullanarak onlara gereken saygıyı göstermediğine veya bu hayatta hâlâ çekecek çilesi olduğuna inandıkları kişileri sabote edebilirler. Öte yandan paranoidler saldırganlıklarını yansıtarak dönüştürürler; yani bu tür duygularını başkalarına yakıştırarak ve böylelikle bizzat kendilerini hedef tahtasına oturtarak sorumluluktan kaçmış olurlar.

Düşmancıl duyguların böyle dolaylı yoldan ifade edilmesi ve kişinin kendi arzuları, dürtüleri ve gündemleriyle başkalarınınkiler arasında var olan ilişkisel çatışma bakımından kompülsif ve negativist kişilikler birbirine yakın düşer. Ne var ki daha önce de gördüğümüz üzere kompülsifin saldırganlığı dönüştürmek için kullanabileceği çok çeşitli aracı vardır ki bu duyguları tamamen yüceltmek de bunlardan biridir. Sükûnet, ihtiyat ve düzen gibi bazı kişilik özelliklerine normallik görüntüsü veren de genellikle budur. Çatışmalarını aktif olarak yaşayan negativist ise aynı kompülsif gibi, başkalarının beklentilerine boyun eğen ama bunu yalnızca yüzeysel olarak yapan pasif agresif davranışlarla bocalar durur. İkisi de aşırı kontrolcü otorite figürlerine verilen tepkilerdir ama kompülsifler iktidar sahiplerini memnun etmek için kurallara riayet ederlerken, negativistler kuralları kullanarak iktidarı elinde tutanların altlarını oyarlar. Donald örnek bir negativiste yakışır şekilde, kendisine arada bir "işe çomak sokma" ve arkasına yaslanıp çıkan karmaşayı seyretme izni verse muhtemelen böyle şiddetli somatik sıkıntılar yaşamazdı.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Kişilik bozukluğu olan çoğu kişi gibi, kompülsifler de uzun süre veya yoğun stres altında kaldıklarında bazı semptomlar göstermeye meyillidirler. Ve her zamanki gibi I. Eksen bozukluklarının çoğunun mantıken derinde yatan kişilik örüntülerinden kaynaklandığını ve aynı I. Eksen sendromunun farklı kişilik dinamiklerinde farklı önemler taşıdığını unutmayalım. Örneğin Donald gibi somatik şikâyetleri olan kompülsifler bunu kaçınganlardan farklı gerekçelerle yapacaklardır. Aşağıdaki paragrafları okurken kişilik ile semptom bozukluğu arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Obsesif Kompülsif Bozukluk*

*DSM-IV*'e ilk baktığınızda istenmeyen, işgalci düşünce ve davranışlara istinaden kullanılan obsesif kompülsif bozukluğun (OKB) obsesif kompülsif kişilikle açıkça ilişkili olduğu sonucuna varmanız gayet doğaldır. Ne de olsa ikisinin adı birebir aynıdır; onları birbirine bağlayan kuramsal veya ampirik zemin halihazırda oluşturulmuş gibidir. Gel gör ki bu iki bozukluk arasındaki ilişki ciddi spekülasyona ve ampirik araştırmaya yol açmış olmakla beraber hâlâ büyük oranda tartışmalıdır. Literatürde bu alanda yapılan çalışmaları gözden geçiren araştırmacılar, obsesif kompülsif bozukluk tanısı almış kişilerin yalnızca küçük bir azınlığına aynı zamanda kompülsif kişilik tanısı konduğunu görmüşlerdir (Black ve Noyes, 1997). Çoğuna kaçıngan (Skodol, Oldham, Hyler ve Stein, 1995) ve hatta bağımlı, histrionik, paranoid tanıları konmuştur (Rodrigues ve Del Porto, 1995). Ayrıca olası sonuç araştırmalarına göre iki bozukluğun da aynı kişide görüldüğü durumlarda, obsesif kompülsif bozukluk başarıyla tedavi edilebilirken kompülsif kişilik tedaviden hiç etkilenmemektedir (McKay, Neziroglu, Todaro ve Yaryura-Tobias, 1996).

Halbuki bu bulgular yalnızca, obsesyon ve kompülsiyonların kompülsif kişiliğe özgü olmadığını, diğer nice örüntüde de ortaya çıktığını gösterir ki biz de zaten böyle olmasını bekleriz. Örneğin psikodinamik kuramcılar obsesyonları narsisist kişilikle de ilişkilendirmişlerdir (bkz. McWilliams, 1994). Kompülsifler süperegonun gazabından kaçınmak için kusursuzluğa ihtiyaç duyarlarken, narsisistlerin işgalci düşünceleri kendi içlerinde gördükleri kusur ve sınırlarla ilgilidir. Kompülsifler içselleştirdikleri, o her şeyde kusur arayan ebeveynin taleplerini yerine getirmek zorundadırlar. Oysa narsisistler kendi içkin üstünlüklerine inanmaya ihtiyaç duyarlar.

Bu bakımdan her ikisinde de obsesif kompülsif bozukluk gelişebilir ama bu tür semptomların içeriği ve anlamı muhtemelen farklı olacaktır. Kompülsif ki-

şilik, obsesif kompülsif bozuklukla bağlantılıdır fakat bu bağ kişiliğin doğasıyla bozukluğun doğasını ilişkilendiren bir mantık üzerine kurulmuştur. Örneğin obsesif kontrollerin kompülsif örüntüyle, özellikle de mükemmeliyetçilikle (Ferrari, 1995), kompülsif yıkamaya kıyasla daha güçlü bir ilişkisinin olduğu anlaşılmaktadır (Gibbs ve Oltmanns, 1995; Rosen ve Tallis, 1995). Kompülsif kişilikler ile kontrol etme davranışı arasındaki bağlantıyı; karakteristik dikkat seviyesiyle ilgili, hata yapma korkusunun da eşlik ettiği bir dikkat patolojisi gibi düşünebiliriz (Shapiro, 1965). Dolayısıyla kontrolcü hep şu soruyu sorar gibidir: "Fırını gerçekten kapattım mı?" Belki de bu, durmadan "Her şeyi doğru yaptığına emin misin?" diye soran içselleştirilmiş ebeveyne karşı kronik olarak faaliyete geçmiş bir tepkidir. Bu içsel ebeveyni susturmak ve bir nebze olsun huzur bulmak için er ya da geç o fırını tekrar kontrol etmek gerekir.

### *Diğer Kaygı Bozuklukları*

Kompülsiflerde sosyal fobi (Turner, Beidel, Borden ve Stanley, 1991) ve yaygın kaygı bozukluğu (Nestadt, Romanoski, Samuels, Folstein ve McHugh,1992) gibi başka kaygı bozuklukları da çıkabilir. Çoğu kompülsifte, özellikle de (belki kendi kararsızlıkları yüzünden) uzun süre strese maruz kalanlarda, ya yetersiz oldukları anlaşılınca düşünmek dahi istemedikleri ölçüde mahcup olmaları ya da baskıya daha fazla dayanamayıp, patlayıp, öfkelerini doğrudan kusmaları sonucunda sosyal maskelerinin düşeceği korkusu vardır. Kompülsiflerin büyük kısmı hedefini gerçekleştirmeye yönelik içsel bir motivasyon taşıdığından, sürekli mevcut olan baskı varoluşunun parçası haline gelir. Hal böyle olunca da kişilik örüntüsünü klinik sendromdan ayırmak zorlaşır. İyi tarafı, çoğu kompülsifin kaygıdan aldığı enerjiyi kendine özgü özen ve disipline kanalize etmesidir. Kaygılı enerji tekrardan yönlendirilerek kontrol altına alınır.

### *Somatoform Bozukluklar*

Somatoform bozukluklar çatısı altında konversiyon bozukluğu, ağrı bozukluğu, hipokondriyazis (hastalık hastalığı) ve beden dismorfisi bozukluğu yer alır. Vaka 7. 1'de yoğun somatik şikâyetleri olan kompülsif bir kişiden bahsedilse de bu sendromları kompülsif kişilikle bağdaştıran çok az araştırma vardır. Gel gelelim Rost, Akins, Brown ve Smith'in (1992) bulgularına göre diğer (özellikle de kaçıngan, paranoid ve kendini engelleyen) kişilik örüntülerinde daha yaygın olmakla beraber, somatizasyon bozukluğu tanısı kompülsif kişilik bozukluğu tanısına da sıkça eşlik etmektedir. Semptomlar arasında ağrı, gastrointestinal

hastalıklar, cinsel işlev bozukluğu ve psödonörolojik semptomlar sayılabilir; bunların hiçbiri geçerli bir tıbbi rahatsızlıkla açıklanamaz.

Kompülsifler bedensel rahatsızlıklarını hata ve yetersizliklerini rasyonelleştirmek, kusurlarını, kontrol edemeyecekleri çok bariz olan sebeplere atfederek "vaziyeti kurtarmak" için kullanabilirler. Hastalıklarına rağmen başarılı olan kompülsiflerin ikincil bir kazançları olur: Yetkililer onları, acı çektikleri halde başlarını eğmedikleri, zorluklar karşısında dik durdukları için ödüllendirirler; böylelikle hastalıkları övgü ve saygı toplamak için iyi bir fırsata dönüşür. Dahası hastalık sayesinde, kendilerini suçlamak için her daim hazır bekleyen sadist süperegolarının eleştirilerinden kaçma imkânı bulurlar. Fiziksel semptomların ortaya çıkması biriken gerilim ve kaygının içeriye, bedene yönelmesi olarak düşünülebilir. Bazılarının kaygısını ifade edebileceği başka bir yer olmayabilir çünkü bu kaygının sırf varlığı bile dışarıya verdikleri yetkin görüntüyü bozmaya yeter. Bazen biriken gerilim ve ikincil kazanç el ele verir; tıpkı hassas mideli kompülsifimiz Donald'da olduğu gibi. Donald da muhtemelen müthiş baskı altındaydı ama ne kadar sıkıntı yaşarsa yaşasın sayesinde her şey "tıkır tıkır işliyordu" Donald hiç kuşkusuz, can sıkıcı bir hastalık karşısında havlu atmaktansa yarışı bırakmamış olmasının müdürlerinde saygı uyandırdığına inanıyordur.

Kompülsiflerin mantıklı, rasyonel, entelektüel, kontrollü benlik imgeleri ile hasta olma düşüncesi tezat teşkil etse de, mükemmele ulaşma dürtüleri, ortadan kaldırılması ve aşılması mümkün olmayan ufak kusurlara takılıp kalmalarına yol açabilir. Belki de bundan dolayı kompülsif kişilerde bazen beden dismorfisi bozukluğu da görülür (Neziroglu, McKay, Todaro ve Yaryura-Tobias, 1996). Bu bozukluk kişinin, bedeninin veya görüntüsünün bir kısmıyla kusurlu olduğu gerekçesiyle aşırı meşgul olmasıdır. Bir yerinin kusurlu olduğuna kanaat getiren kişi sürekli ve yoğun biçimde orayı incelemeye başlar. Bu insanlar her gün defalarca aynaya bakıp "kırışık dudaklarını" veya "çarpık burunlarını" uzun uzun inceleyebilir, hatta mükerrer intihar girişimlerinde bulunabilirler (Veale, Boocock, Gournay ve Dryden, 1996).

Beden dismorfisi bozukluğu bir kez yerleştikten sonra, muhtemelen kompülsiflerin daha önce bahsedilen çarpık dikkat düzeyleriyle (Shapiro, 1965) siyah beyaz düşünme eğilimlerinin kombinasyonunun güdümünde ilerler. Dikkatin tamamı kusur bulunan yere odaklanınca, o bölge mercek altında orantısızca büyüyerek farkındalık alanının tamamını kaplar hale gelir. Aynı zamanda ikili düşünce yapıları gerçekçi bir değerlendirmeyi imkânsız kılar. Burunlarını veya dudaklarını estetik yelpazenin ortalarında bir yerde değil, büsbütün çirkin görürler; bu da içinden çıkılamayan bir kısırdöngü yaratır. Diğer kişiliklere de beden dismorfisi bozukluk tanısı koyulabilir ama muhtemelen nedenleri farklı olacaktır. Örneğin kaçınganlar kusurlarından utanırlar ve bu yüzden herkesin

onlara bakmasından korkarlar; narsisistler havalarının söndüğünü hissederler; bilişleri çarpıcı ölçüde isabetsiz olan histrioniklerse kendilerini genel olarak çirkin bulurlar. Oysa kompülsiflerin, kusurları yüzünden yeterince ciddiye alınmadıklarını veya dışarıya çizdikleri imajın ya da sahip oldukları gücün dikkatten kaçtığını hissetmeleri daha olasıdır.

### *Dissosiyatif Bozukluklar*

"Genellikle bütünleşik haldeki bilinç, bellek, kimlik ve çevre algısı işlevlerinde yaşanan bozulma" (*DSM-IV,* 1994, s. 477) olarak tanımlanan dissosiyatif bozukluklar çerçevesinde deneyimler yaşayanlar arasında kaçıngan, sınırda ve kompülsif kişilikler yaygın olarak görülür (Simeon, Gross, Guralnik ve Stein, 1997). Çok çeşitli dissosiyasyonlar mümkündür. Dissosiyatif amnezide kişinin belleğinde, çoğunlukla da hatırlanamayan travmatik veya epeyce stresli bir deneyimden dolayı boşluklar oluşur. Dissosiyatif füg, dissosiyatif amneziye benzer ama bunda evden ani kaçışlar söz konusudur. Yani kişi yalnızca unutmayı değil, aynı zamanda kaçmayı ister. Eski adı çoklu kişilik bozukluğu olan dissosiyatif kimlik bozukluğundaysa tek bir kişinin içinde birbirinden ayrı görünen benlikler yer alır.

Kompülsifler doğaları gereği depersonalizasyon deneyimlerine, özellikle de kendinden kopuk olmaya, kendine yabancılaşma hissine ve dışarıdaki dünyanın bir şekilde sanki gerçek değilmiş, rüyaymış gibi gelmeye başlamasına yatkın dururlar. Bozuklukla daha genel kişilik örüntüsü arasındaki bağlantı; kompülsifin duyguları üzerindeki karakteristik aşırı kontrolünden, aşırı entelektüelleştirmesinden ve çarpık dikkat süreçlerinden kaynaklanır. Duyguları son derece tehlikeli bulan kompülsifler, dünyayı daha zapt edilir kılma umuduyla indirger ve kutuplaştırırlar. Gel gelelim en uç noktalarda kendilerine, başkalarına ve çevreye dair algıları tamamen hayattan kopuk hale gelebilir. Bu noktada kompülsif kişi, belirleyici kurallarla yönetilen mekanik bir dünyada işlev gösteren bir makineye dönüşür. Belli ki depersonalizasyon ile sanrı arasındaki çizgi epey incelebilmektedir. Hatta W. Reich (1933) bu insanlardan "canlı makineler" diye söz eder.

### *Depresyon ve Diğer Duygudurum Bozuklukları*

Kompülsif kişilerin depresif duygulara doğal meyilleri vardır. Duygu ve arzularını aşırı kontrol altında tutarak ve inkâr ederek, detaylı işlere odaklanarak, çok daha güvenli ama bir o kadar da keyifsiz bir düzlemde var olurlar. Aslına bakarsanız günlük yaşamda çoğumuzun hafife aldığı olumlu duygulardan mahrumdurlar, bunu bu bölümde verilen üç vakada da görebiliriz. Çoğu insanın bazı günü iyi, bazı günü kötü geçer. Kompülsifler ise en iyi tabirle huysuz, mesafeli

ve yavan olarak nitelendirebileceğimiz bir ruh haliyle zorlamaya devam ederler. Haliyle ilişkilerinde pek az teşvikle karşılaşırlar. Diğer insanlar onları ya sıkıcı ya da kontrolcü bulur, onlarla etkileşimlerini minimuma indirmeye çalışırlar. Bu da kompülsifleri şaşırtır veya reddedilmiş hissetmelerine neden olur. Ne yazık ki çatışmayı yüceltme ve her tür duygu ifadesinin başını ezme eğilimleri yüzünden çoğu kompülsif kendi duygularına yabancılaşır. Ancak bir yandan da sıkı çalışmaya ve iyi bir performans ortaya koymaya odaklanmış olduklarından, çoğu ne kadar depresif göründüğünü fark etmeden sürüne sürüne de olsa yoluna devam eder. Örneğin Elsa onu danışmanlık merkezine getiren sebepleri duygusal açıdan göremiyordu; sınıftakilere mi kızdığını yoksa kendi kusurlarının ve başkalarında uyandırdığı hayal kırıklığının bir düzeyde farkında olduğu için depresif mi hissettiğini bilmiyoruz.

Savunmacı kontrol mekanizmaları sağlam kalmış kompülsifler daima distimik* bir alacakaranlığın içinde kalırlar ama majör depresyonun pençesine düşenlerin savunma mekanizmalarında kendi içlerindeki ikircikli unsurlarla ilişkili bir kaçak yaşanmış olması muhtemeldir. Örneğin psikodinamik kuramcılar uzun süredir depresyonu içeriye, kişinin kendisine yöneltilmiş öfke olarak görmektedirler. İtaat ve başkaldırı arasındaki çatışmayı çözemeyen kompülsifler kendi yetkinliklerini küçümseyerek suçluluk, pişmanlık, utanç gibi duygulara gömülebilirler. Bazısı zayıflık emareleri gösterdiği, tereddüt ettiği için kendisine kızabilir, hatta kendisinden nefret edebilir; acı çekmeyi hak ettiğine inanabilir. Bir diğer seçenek şudur: İçgörüsü daha fazla olan kompülsifler dış baskılara uyum göstermek için feragat ettikleri mutluluktan dolayı veya kendi kafalarındaki başarısızlıkları yüzünden veya kendi çektikleri cefadan başkalarının nemalanmasına müsaade ettiklerinden kendilerinden nefret edebilirler.

## Terapi

Kompülsifler insanın canını çok sıkan danışanlardır. Ne ironiktir ki terapide canla başla çalışmalarına rağmen çoğu er ya da geç kendi kişilik özelliklerinin altında ezilir. İlk olarak, başarılı bir terapinin genellikle en önemli parçalarından biri düzeltici duygusal deneyimlerdir. Gel gelelim kompülsifler için herhangi bir şeyle duygusal bağ kurmak zordur. Duygular, kontrolden çıkmaya eşdeğer görülür ve bu da onları korkutur. Bazıları zamanlarının, paralarının ve yine ironiktir ki onca emeklerinin boşa harcandığından şikâyet edebilir.

---

DSM-IV kriterlerine göre, şiddeti majör depresyondan daha hafif olmakla beraber tanı alabilmesi için (yetişkinlerde) en az iki senedir görülmesi gereken kronik bir depresyon biçimi. - ç.n.

## Terapideki Tuzaklar

Terapinin başında çoğu danışan doğal olarak terapiste otorite veya uzman konumu nedeniyle saygı gösterir. Ne de olsa terapistin uzmanlık diploması, binlerce saatlik klinik deneyimi vs. vardır. Gel gelelim terapi ilerledikçe ve danışanla terapist arasında karşılıklı güven geliştikçe, birbirlerini iki gerçek insan olarak görmeye başladıklarında bu beklentiler biraz hafifler. Danışanlar ilk başta terapistin her şeyi bildiğini sanabilirler ama herkesin farklı olduğunu, haliyle psikoterapinin de olasılıklara dayanan bazı ilkeler doğrultusunda ilerlediğini, normal işleyişe "doğrudan hat çekmenin" mümkün olmadığını zamanla anlarlar. Ayrıca en özel duygu ve deneyimlerini paylaşmanın, bunlar üzerine düşünmenin ve bunları kullanarak ilişkilerindeki işlevsiz örüntüleri tespit etmenin önemini kavrarlar.

Kompülsif kişilerdeyse bu doğal ilerlemeye engel olan pek çok özellik bulunur. Birincisi, kompülsiflerin çoğu gelişim öyküleri ve terapi koşullarının dinamikleri doğrultusunda işbirliğine yatkın, arkadaş canlısı, sorumluluk sahibi kişilerdir. Donald bu nedenle mükemmel hasta olmak için bu kadar uğraşır, öngörüşmedeki sorulara o denli etraflı yanıtlar verir. Gel gelelim dışarıya yansıttıkları bu tavrın arkasında, içselleştirdikleri cezalandırıcı figürler vardır. Donald eksik cevap vermeyi aklından dahi geçiremez; otoriteyi temsil eden terapist Donald'ın kendi katı süperegosunun uzantısı olarak görülebilir. Haliyle her tür terapi müdahalesinin yargılayıcı, suçlayıcı bir şeye dönüşme riski vardır.

Bu doğrultuda, kendiliğinden daha yönlendirici ve yüzleştirici bir tarzı olan terapistlerin istemeden de olsa kompülsiflerin erken dönemdeki gelişim deneyimlerini tekrar canlandırmaları ve böylelikle kendilerini eleştirmeye, isyankâr duygularını bastırmaya, duydukları rahatsızlığı dile getirmemeye olan eğilimlerini pekiştirmeleri olasıdır. Sürekli her şeyi entelektüelleştiren, kendini ısrarla açmayan kompülsifler karşısında terapistler ne yapacaklarını şaşırabilir, bıkkınlık duyabilirler. Bu da kompülsifin azarlanmış, küçük düşmüş hissetmesine, kendini hepten geri çekmesine, terapistle mantık ve rasyonellikten ördüğü barikatın ardından savaşmasına yol açabilir.

İkincisi, terapist sürekli sıcak ve kucaklayıcı bir tutum içinde olsa bile kompülsiflerden duygu çıkarma arzusunu kontrol altında tutmak, duygulara maruz kalma miktarlarını ayarlamak zorundadır. Yapılandırılmamış terapiler, yalnızca belli bir çerçeve içinde kendini rahat hisseden kompülsifte kaygı uyandırabilir. İşleri hızlı yürütmek isteyen terapistler, özellikle de içgörü yönelimli yaklaşımları benimsemiş olanlar kompülsifin her şeyi olgusal olarak gözden geçirme, olasılıkları uzun uzun düşünme ve duygusal çatışmaları içgörüyü imkânsız kılacak noktaya kadar bastırma ihtiyacı karşısında kendilerini engellenmiş hissedebilir-

ler. İstikrar da bir tür savunma zırhıdır; duygusal deneyimlerden (bu deneyim terapinin düzeltici duygusal deneyimi olsa bile) korunma amacıyla özellikle örülmüştür. Değişim, kırılganlık demektir. Duygulanım da kırılganlık, istikrarsızlık ve güvencesizlik anlamına gelir. Kompülsifler genelde duyguları asgari düzeye indirmekle kalmaz, aynı zamanda ne hissetmeleri gerektiğini de bilmezler. Böylelikle terapi kendilerini kararsızlıktan donakalmış hissettikleri, yeniliğin karşısında dehşete düştükleri ikircikli bir durum haline gelir.

## Terapi Teknikleri Ve Stratejiler

Çalışmalarında kişilerarası yaklaşımı benimsemiş olan Benjamin (1996), kompülsif kişilikle terapinin yozlaşarak güç mücadelesine dönüşebileceğine dikkat çeker. Bazen kompülsif kontrolde kendisinin olmasını, bazen de kontrolü başkalarının almasını ister. Ne var ki kompülsiflerle rasyonellikleri üzerinden ilişkilenmek mümkündür. Benjamin kendi geliştirdiği SASB modelini önerse de, kompülsifler kendilerine mantık çerçevesinde, adım adım açıklanan her terapi planına ilgi duyacaklardır. Ayrıca kompülsifler mevcut sorunlarını anlamak için gelişimlerinin erken dönemlerindeki etkenleri araştırmayı da kabul etme eğilimindedirler. Her insanın deneyimlerinin ürünü olduğu anlayışının geçmişle bugün arasında kurduğu bağ onlara cazip gelecektir. Terapiyi bilimsel araştırmadan çok da farklı olmayan bir süreç olarak yansıtarak onların rasyonel tarzlarına hitap etmek mümkündür. Diğer yandan da terapist onların belli bakış açıları kazanmalarına, ebeveynlerinin bu denli soğuk ve talepkâr kontrolcülüğüne maruz kalmış o küçük, uysal çocuğun empati geliştirmesine yardımcı olur. Böylesi bir şefkat onları içselleştirdikleri suçlayıcı ebeveyn imgelerinden durmadan onay alma gibi boğucu bir ihtiyaçtan kurtarır, mevcut ilişkilerinde sıcaklığın önünü açar. Eleştirel ebeveynlerle kurulan özdeşim ve onların dur durak bilmeyen kusur bulma huylarının içselleştirilmesi bu sayede, ailenin patolojik durumuna uyum sağlamak için yaptıkları bir şey olarak görülebilir; artık buna ihtiyaç duyulmadığı, hatta mevcut durumda bunun faydadan çok zarar getirdiği anlaşılabilir. Örneğin kendini aşırı eleştirme, sinsi depresif duygulara götüren anayollardan biridir.

Daha geniş çaplı ilişkisel müdahaleler de faydalı olabilir. Benjamin'in (1996) ayrıca belirttiği üzere çift terapisinden özellikle yarar sağlanabilir çünkü kompülsifler genelde, bağımlı ve histrionikler gibi kontrol ihtiyaçlarına hitap eden bağımlı özelliklere sahip kişilik örüntüleri taşıyan insanlarla evlenirler. Cinsel sorunlar sıkça yaşanır ve genelde ilişkideki daha büyük patolojileri görünür hale getirir. Örneğin kompülsif kadınların kendilerini sürekli kontrol altında

tutma ihtiyaçları bazen öyle güçlü olur ki orgazma ulaşmaları imkânsız hale gelir. Eşleri onlarla sevişmek istemediğinde erkek kompülsifler, cinselliğin bu şekilde kısıtlanmasını bir iktidar hamlesi olarak yorumlayabilirler. Son olarak kompülsifler ilişkideki para, boş vakitlerin nasıl geçirileceği veya seks gibi tartışmalı noktalara dair bazı kurallar belirlemeye gönüllü olabilirler. Kompülsifler kuralların dilinden anladıklarından, bu teknik paradoksal bir işlev görür: Bir yandan eşleriyle eşitlikçi teamüller oluştururken, diğer yandan kontrolü bırakmaya mecbur kalırlar. Diğer bir müdahale seçeneği de kompülsif ebeveynin çocuklarıyla oyun oynamaya vakit ayırmasını sağlamaktır. Ne de olsa çocuklar neşeyi, yakınlığı ve spontanlığı doğal olarak teşvik ederler. Aksi takdirde kompülsifler kendilerini işe öyle kaptırır, öyle dalarlar ki ailelerini ihmal etmeye devam ederler.

Diğer kişilik alanlarından alınan tekniklerle ilişkisel müdahalelerin etkisini artırmak mümkündür. Kompülsifler kronik gerilim ve kaygı yaşamaya yatkın olduklarından, gevşeme egzersizleri gibi davranışçı tekniklerle kaygı yaratan durumlarla baş etmelerine yardımcı olunabilir. Bu teknikler ayrıca seansın başında, diğer tekniklere geçmeden önce biraz gevşemelerini sağlamak için de kullanılabilir. Kompülsifin genel uyumsuz inanç ve duygularını değiştirmeye yönelik tekniklerin kullanıldığı bilişsel müdahaleler, bilişsel terapinin genel planının izinden gitmelidir. Hedefleri sıralamak, bu hedeflere değer biçmek kompülsifin düzen sevgisine hitap edecektir. İlk önce, biraz başarı hissi yaratmak için kolay hedeflerle başlanabilir; böylelikle değişimin mümkün olduğu düşüncesi güçlenebilir, hastalar başarılı olduklarını deneyimleyince daha da motive olabilirler. Terapistle hasta arasında güven ilişkisi iyice oturduğunda inanışlar, gelişim öyküsünü tekrar canlandırmaktan başka işe yaramayan yüzleştirici tutumla değil, bir bilimsel araştırma havasında sınanmalıdır. Seanslar arasında düşünce durdurma tekniği kullanmak kaygılı düşüncelere ayrılan vakti azaltabilir.

Açık semptomlar olarak tezahür eden bastırılmış veya yer değiştirmiş unsurları yorumlamak için psikodinamik yaklaşımdan yararlanılabilir. Nesne ilişkileri yaklaşımı bu açıdan özellikle önemlidir. Aktarım ilişkisini konuşmak bir başlangıç olsa da, pek çok hasta duygularını o denli inkâr eder ki başka tekniklere başvurmak şart olur. Rüya yorumları ve serbest çağrışım, entelektüel duvarları aşıp derinlerdeki (hata yapmak veya otorite figürlerince kınanmak gibi) korkuları ortaya çıkarmaya yardımcı olabilir. Rüyalarının bu denli aşikâr, duygularını açığa vuran içeriklerinin olması hastaları şaşırtabilir. Bu sayede, ortaya çıkan korkular terapi ilişkisi bağlamında konuşulabilir; kompülsifin katılığının yanı sıra disiplin, mükemmellik, tedbir, sadakat ve özellikle de karşıt tepki oluşturma gibi alanlardaki ısrarcılığıyla da bağlantılı olarak ele alınabilir.

## Özet

Obsesif kompülsif kişilik, itaatle başkaldırı arasındaki çatışmayı kural ve teamüllere aşırı uyum sağlayarak, neredeyse bir adabımuaşeret karikatürüne dönüşerek kontrol altında tutmaya çalışır. Batı toplumu sıkı ve etkin çalışmaya, detaylara dikkat etmeye verdiği değerle bu özellikleri teşvik eder gibidir. Gel gelelim bozukluk düzeyine vardığında düzen dediğimiz şey mükemmeliyetçiliğe, disiplin dediğimiz şeyse katılığa dönüşür. Kompülsifler kural ve listelere takılıp kalırlar, başkalarını da kendi kurallarına uymaya zorlarlar ve artık karar veremez hale gelecek ölçüde detaylarda boğulurlar.

Oldham ve Morris (1995) normal sınırlar içinde kalan sorumlu tarzdan bahsederler. Bu kişiler özellikle çalışkandırlar ve ahlaki ilkelere, düzene son derece bağlıdırlar. Millon'ın (Millon ve diğ., 1994) uyumlu tarzıysa daha çok, kural ve teamüllere uymaya odaklanır, siyah beyaz düşünme ve duygusallıktan sakınma eğilimi gösterir. Kompülsif kişilik diğer kişilik örüntüleriyle pek karıştırılmasa da bağımlı, şizoid ve paranoid kişiliklerle arasında kuramsal bağ mevcuttur.

Kompülsif kişiliğin yetişkin alttipleri çok çeşitlidir. Sorumlu kompülsiflerde güçlü bir uyum teamülü vardır. İkircikli durumlar püriten kompülsiflerin canlarını fena sıkar, ayrıca saldırganlıklarını sadistçe yöntemlerle göstermeleri olasıdır. Bürokratik kompülsifler dış yapıları kullanarak kendi içlerindeki ikircikli durumu telafi etmeye çalışırlar. Ayrıca onlar da yer yer sadistleşebilirler. Pinti kompülsifler istifçilikle meşguldürler. Mağdur kompülsif ise negativist kişilikle karışır.

Freud kompülsif kişiliği anal psikoseksüel gelişim evresinde bir takılma olarak açıklar. Anal tutucu tip, tuvalet eğitimi sırasında ebeveynlerin katı, sabırsız veya talepkâr tutum sergilemiş olmalarıyla ilişkili görülür; bu tutum karşısında çocuk sert bir süperegoyu içselleştirmiş, kendini muhtelif düşünce ve eylemlerinden dolayı suçlamaya hazır hale gelmiştir. Diğer bir seçenek de çocukların, ebeveynlerin kontrolcülüğüne tepki olarak anal atıcı tipe dönüşmeleridir. Daha sonraları ego psikologları ve nesne ilişkicileri odak noktasını değiştirerek kompülsif kişiliğin ikircikli durumlara tahammülsüzlüğüne, çatışmaların uyandırdığı öfke ve güvensizlik duygularını aşmak için karşıt tepki oluşturma, yer değiştirme, bozma ve duyguyu soyutlama gibi bir dizi savunma kullanmasına ağırlık vermişlerdir.

Kişilerarası yaklaşımdan ele alındığındaysa kompülsiflerin sosyal etkileşimlerinde son derece titiz davrandıklarını görürüz. Spontan davranma kapasiteleri yok gibidir, sosyal etkileşimlerinde adeta bir akış planı izlerler. Mesafeli ve hesapçı ilişkisel tarzlarını özellikle de işyerinde, ast ve üstleriyle ilişkilerinde açıkça görebiliriz. Psikodinamik yaklaşımda olduğu gibi burada da ebeveynlerin aşırı

kontrolcülüğü kompülsif kişiliğin gelişiminde önemli bir etkendir. Kişilerarası psikologlar ebeveynlerin gerçek başarıları ödüllendirmemelerinin de bunda etkili olduğu kanısındadırlar.

Bilişler kompülsif kişiliğin işleyişinde büyük pay sahibidir. İkircikli durumlardan nefret eden kompülsifler, düşüncelerini ayrı ayrı sınıflandırma ve tehlikeli bilinmezlere karşı düzene, kurallara sıkı sıkı tutunma ihtiyacı duyarlar. En ufak detaya bile mutlak dikkatle yaklaştıklarından büyük resmi genelde kaçırır, içinde bulundukları durumdaki duygusal incelikleri fark edemezler. Hata yapmaktan çok korktuğundan, çoğu kompülsif analiz felcine uğrar. Kompülsif kişide kontrol, sorumluluk ve sistemleştirme konusunda aşırıya kaçan şemalar gelişmiştir. Siyah beyaz düşüncenin, "-meli/-malı" cümlelerinin pençesindedir. Geçmiş ve geleceğe dair düşünüp durmaktan hayatın eğlenceli yanlarını kaçırır.

Kompülsif kişilik stres altında başka semptomlar da gösterebilir; obsesif kompülsif bozukluk (OKB), diğer kaygı bozuklukları, somatoform bozukluklar, dissosiyatif bozukluklar ve depresyon bunların en yaygın olanlarıdır.

Terapide, kompülsif kişiler deneyimlerini entelektüelleştirmeye ve kendilerini duygusal açıdan açmamaya meyillidirler. Gel gelelim bu, terapinin başarılı olamayacağı anlamına gelmez. Çift terapisi, rüya analizi ve serbest çağrışım kullanan psikodinamik terapi ve terapiyi bir bilimsel araştırma olarak yeniden çerçevelendirmek, kompülsif kişiliğin tedavisinde faydalı yöntemlerdir. Kontrol ve iktidar meselelerinin terapinin göbeğine yerleşmesi olasıdır.

# VIII
# Bağımlı Kişilik

## Amaçlar

Bağımlı kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nedir?
Fedakâr ve uyumlu kişilikler bağımlının normal çeşitleridir. Bunların özelliklerini tarif etmek ve *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek bağımlı kişiliğin her bir alttürünü nasıl oluşturduğunu açıklamak
Bağımlılıklarını kabullenme konusunda kadınlarla erkekler arasında ne gibi farklar vardır?
Psikanalitik geleneğe göre oral saplantının bağımlı kişiliğin gelişimindeki rolü nedir?
İçe atma, idealleştirme ve yok sayma gibi savunma mekanizmaları bağımlı kişilikte nasıl bir işleve sahiptir?
Ebeveynlerin aşırı korumacılığının bağımlı kişiliğin gelişimindeki rolünü anlatmak.
Bağımlının çekirdek inanışları nelerdir?
İyi muhakemede bulunamama bağımlı kişiliğin gelişiminde nasıl bir rol oynar?
Bağımlı kişiliğin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özellikleri vardır. Bu kişilik bozukluklarını sıralamak ve her birinin bağımlıdan farkını açıklamak.
Bağımlıların depresyona meyilli olmalarını gerekçelendirmek

Ayrılık kaygısı bozukluğuyla bağımlı kişilik arasında bir ilişki var mıdır?
Bağımlılarla psikoterapide aktarım ve karşıaktarım meseleleri neden önemlidir?
Bağımlı kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

---

Bağımlı kişilikler, ki burada dil kolaylığı açısından kendilerinden kısaca **bağımlılar** diye bahsedeceğiz, haddinden fazla düşüncelidirler, kendileri ve kimlikleri açısından ödeyecekleri bedel ne olursa olsun her zaman başkalarının refahını ön planda tutarlar. Her daim yardımsever ve verici olan bu kişiler kendilerini ilişkilerine, özellikle de eşlerine ve evlilik kurumuna adamışlardır. İşin aslı hayatlarını; sıcak, hassas ve düşünceli yaklaştıkları başkaları üzerinden ve başkaları için yaşarlar. Değer verdikleri kişiler mutluysa onlar da mutludur. Haliyle de ilişkilerde daha pasif rolleri vardır; sevdikleri insanların fikir ve arzularına tabidirler, onların keyif almaları, tatmin olmaları üzerinden ikinci el bir keyif yaşarlar. İlişkilerinde uyum arar ve anlaşmazlık durumlarında karşı tarafın sorumluluğu daha fazla olsa bile hemen özür dileme eğilimi gösterirler.

Bağımlı kişilikle ilişkilendirilen özelliklerin çoğu, kültürümüzde el üstünde tutulur. Bunlardan bazıları sevdikleri mutlu olunca mutlu olmak ve başkalarının iyiliği için kişisel fedakârlıkta, örneğin özgeci eylemlerde bulunmaktır. Bu kişiler dışarıdan sıcak ve cana yakın görünürler ama aslında kendilerini çaresiz hisseder, tek başlarına bir şey yapmaktan korkarlar. Birilerinin onlara bakması gerekir. Bu sebeple, gösterecekleri itaati dünyanın sorunlarıyla onlar adına yüzleşerek ödüllendirecek yetkin, kullanışlı vekil kişiler ararlar. Pek çoğu birilerine danışmadan en rutin kararları vermekten bile acizdir. Yaşamlarını başkalarının ellerine teslim ettiklerinden, partnerlerini yapışkanlıklarıyla boğar ve haliyle terk edilme riskine açık hale gelirler. Bu olasılığa karşı tedbir olarak partnerlerinin arzularına hemencecik boyun eğer ve onları memnun etmek için öyle uğraşırlar ki onları terk etmeyi kimse isteyemez. Sıklıkla hayatlarını, kendi ayaklarının üzerinde durmalarını sağlayacak becerileri kazanmaktan kaçınacak şekilde düzenlerler. İlişkileri nihayet sona erdiğindeyse özgüvenleri yerle bir olur. Destek ve bağdan mahrum kalınca içe kapanır, giderek daha da gergin ve ümitsiz hale gelirler.

Sharon vakasında görüldüğü üzere (bkz. Vaka 8. 1) bağımlılar kendileri için inisiyatif almayı veya kendi hayatlarına, kariyerlerine yön vermeyi neredeyse imkânsız bulurlar. Bunun yerine özgüvenli veya kontrol sahibi gördükleri kişilerin peşlerine takılır, hemen hemen her kararlarından önce onların tavsiyelerini ister, temin edilmeyi beklerler (bkz. 1. kriter). Aslına bakarsanız bu kişiler başkalarının yetenekleri, becerileri ve cesaretleri üzerinden geçinirler. Yemekte

32 yaşındaki öğretmen yardımcısı Sharon terapiye ilk olarak, özellikle yakın olduğu okul müdürünün önerisiyle başlamıştı. Müdür onu "kanatlarının altına almıştı." Her ne kadar Sharon aynı okulda dokuz senedir öğretmen yardımcılığı yapsa da hâlâ öğrencilerle ilgili bir projeye başlamadan önce diğer öğretmenlerden tavsiye ve destek alma ihtiyacı duyuyor, bazen bu ihtiyaç günde birkaç defaya çıkabiliyordu. (1) (4)

Sharon iki kız kardeşin küçüğüydü. Çocukluğunu "geleneksel" ve "mükemmel" olarak nitelendiriyordu. Babası, tüm ailenin sırtını dayadığı güçlü bir figürdü. Annesi eski kafalıydı, herkesle gayet iyi ilgilenmişti. Neredeyse Sharon doğduğundan beri herkes ona "kıymetli porselen bebek" muamelesi yapıyordu. Tüm ihtiyaçları, o daha eksiklik dahi hissetmeden karşılanıyordu. Okulda, ablası Brandy onun koruması haline gelmişti. Bir şey ters gittiğinde Sharon hemen Brandy'ye koşuyordu; onu okuldaki zorbalardan korumaktan tutun da derslerine yardım etmeye kadar her ihtiyacına Brandy karşılık veriyordu. Hatta bazen Sharon'ın ödevleri i bile o yapıyordu. Sharon vasat bir öğrenciydi ama "tatlı ve uslu" olduğu için öğretmenler onu seviyorlardı. Ergenliğinde araba kullanmayı öğrenmedi. Brandy onu istediği her yere götürüyordu zaten. (2) (2)

Lise mezuniyetinden sonraki cumartesi Sharon, babasına benzettiği beyaz eşya tamircisi Tom'la evlendi. Babası gibi Tom da karısının çalışmayıp evde oturmasından, ona yemek pişirmesinden, geldiğinde sofranın hazır olmasından hoşlanıyordu. Hatta Sharon'ın pek çok konuda bu kadar beceriksiz olmasını "şirin" buluyordu. Sharon Tom'a epeyce hayrandı ve geleneksel eş rolünü oynamaktan da büyük oranda memnundu. Gel gelelim Tom'u kızdırmaktan korktuğu için, ilişkide kendi taleplerini ortaya koymakta zorlanıyordu. (3)

Ne var ki çok geçmeden Tom Sharon'ı aciz ve boğucu bulmaya başlamıştı. Kendi arkadaş çevresi olmadığından, Sharon tüm boş vakitlerini onunla birlikte geçirmek istiyordu. Tom nihayetinde, maddi açıdan sıkıntıda oldukları bir dönemde Sharon'ı öğretmen yardımcısı olarak çalışmaya ikna etmişti. Dar boğaz geçildikten sonra da işten ayrılmamasını sağlamıştı. Gel gör ki Sharon'ı her sabah işe bırakıp her akşam da almak zorunda olduğundan iş çıkışı arkadaşlarıyla program yapamıyor, hatta ek gelir için mesaiye bile kalamıyordu. Sharon'ın bu muhtaç hallerinden dolayı sonunda Tom, onun kendi kimliğini geliştirmesi gerektiğine karar verip üniversiteye kaydolması için ısrar etmişti. Sharon ise derslerini Tom'un seçmesini şart koşmuş ve onu okula getirip götürme haricinde akşamları da çalışmasına yardım etmesi gerekeceği uyarısında bulunmuştu. Üniversiteye gitmeyi kabul etmiş olsa da, sonunu getirebilecek kadar özgüven ve beceriye sahip olduğundan şüpheliydi. (6) (4)

Çift terapisine başlamalarından altı ay sonra Sharon direksiyon dersleri almaya başlamıştı. Ne var ki yine aşağı yukarı aynı dönemde, Brandy bir trafik kazasında hayatını kaybetmişti. Sharon yıkılmıştı. Brandy de olmayınca, depresyona sürüklenmeye ve Tom'a daha da sıkı yapışmaya başlamıştı. Derslerini ve işe gitmeyi bırakmıştı. Tom da artık duygusal olarak kendini iyice çekmiş görünüyor, onu boşanmakla tehdit ediyordu. Sharon mahvolmuş hissediyordu. "Sanki" diyordu, "Asla geri gelmeyecek bir parçamı kaybettim." Ve tek başına nasıl var olabileceği hakkında en ufak fikri yoktu. Tom ısrarla barışmaları için hâlâ bir şans olduğunu belirtiyordu, ancak Sharon başından beri yüzleşmek istemediği bazı sorunlar olduğunu kabul etmekle beraber, Tom'un her halükârda onu boşayacağını "bildiğini" söylüyordu. (7) (8)

**Bağımlı Kişilik Bozukluğu**
*DSM-IV* Kriterleri

(1) Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; teslimiyetçi ve yapışkan davranışlara, ayrılma korkusuna yol açacak biçimde sürekli ve aşırı ölçüde bakım görme ihtiyacı duyulduğu göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

(1) Başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almadığı takdirde gündelik kararlarını vermekte güçlük çekmek.

(2) Yaşamının önemli alanlarının çoğunda sorumluluğu başkasının almasına gereksinim duymak.

(3) Desteğini yitireceği ya da kabul görmeyeceği korkusuyla başkalarıyla aynı görüşü paylaşmadığını söylemekte zorluk çekmek (Not: Gerçekçi misilleme korkuları buna girmez.).

(4) Kendi başına projelere girişmekte ya da işleri kendi kendine halletmekte zorluk çekmek (Bunun sebebi motivasyon veya enerji eksikliğinden çok, kendi muhakeme yeteneğine ve becerilerine güvenmemektir.).

(5) Başkalarından bakım ve destek görebilmek adına nahoş şeyler yapmaya gönüllü olacak kadar ileri gitmek.

(6) Kendine bakamayacağına dair abartılı korkular sebebiyle, yalnız kaldığında kendisini rahatsız ya da çaresiz hissetmek.

(7) Yakın bir ilişkisi sonlandığında, bakım ve destek kaynağı olarak derhal başka ilişki arayışına girmek.

(8) Kendi kendine bakma durumunda kalacağına ilişkin korkularına gerçekçi olmayan biçimde kafa yormak.

ne yiyecekleri veya ne tür giysiler giyecekleri gibi önemsiz konularda bile bu geçerlidir. Dokuz yıldır öğretmen yardımcılığı yapmasına rağmen Sharon hâlâ herhangi bir adım atmak için öğretmenlerden talimat beklemektedir. Halbuki sorumluluğu bu kadar hafif olan bir pozisyonda bu kadar uzun vakit çalıştıktan sonra Sharon'ın imkânlarını bilmesi ve o günkü ders için neyin lazım olduğunu kestirebilmesi gerekirdi.

Sharon'ın şansı geleneksel bir ailenin küçük kızı olarak dünyaya gelmesi, kendisine bakacak bir ablasının olmasıdır. Ona hep başkaları bakmıştır; öyle ki, benlik kimliği gelişmemiş ve kendi hayatının kontrolünü ele almayı asla öğrenmemiştir. Hemen her konuda başka insanların direksiyona geçmelerine, sorumluluğu üstlenmelerine ihtiyaç duyar (bkz. 2. kriter). Çocukluğunu bir düşünün: Okulda ters giden bir şeyler olduğunda Sharon ablası Brandy'ye koşar, Brandy devreye girip onu korur, meseleyi çözer. Onu çocuk gibi pışpışlama pratiğine ailenin tamamı iştirak etmiştir; Sharon onların kıymetli "porselen bebeğidir"; onu bir rafa kaldırır, sırf çok tatlı olduğu için ödüllendirirler. Saçına pembe kurdelesini takmış küçük Sharon'ın yüzünde kocaman bir gülümsemeyle anne babasının yanına koşuşunu, onların da karşılığında Sharon'ın başını okşadıklarını, ona sarıldıklarını gözünüzde rahatlıkla canlandırabilirsiniz. Hayatının her evresinde, her ihtiyacı karşılanmıştır; mesela araba kullanmayı öğrenmesi hiç gerekmemiştir çünkü Brandy onu gitmek istediği her yere götürmüştür. Sharon için tedavinin başları ilişkisel bir hüküm haline gelmiştir: "Başkalarını mutlu edersen özel olursun, seni severler ve sonsuza kadar sana bakarlar." Sharon'ın hayatı her zaman, başkaları direksiyonu nereye kırdıysa oraya gitmiştir. Dolayısıyla bu hayat kendisinin değil başkalarının eseridir.

Sharon artık büyümüş olsa bile psikolojik açıdan pek çok yanı çocuk kalmıştır. Aslında içten içe o da kendi çocuksuluğundan korkar ama bu ilişkisel stratejiyi uygulamaya devam edecektir çünkü her şey bir yana, herhangi bir olgun strateji geliştirmeyi başaramamıştır. Bağımsızlık, onun için aforoz edilmeyle eşdeğerdir. Bunun yerine kendini her daim sevimli, değerli göstermeye devam edecektir. Sharon, sırtını dayadığı kişileri her zaman memnun etmesi ve onlarla asla ters düşmemesi gerektiğine inanır (bkz. 3. kriter). Çatışma kavramı, benlik imgesiyle uyumsuz olması bir yana, alenen başkalarını öfkelendirerek veya zımnen ayrı bir saygın kimlik oluşturarak (yani bağımlıların tamamının gözünde tehlikeli olan bir teamül ortaya koyarak) süregelen güvenliklerini riske atar. Bağımlı kişinin hiç risk almayıp başkalarının fikir ve arzularına biat etmesi çok daha iyi bir strateji gibi görünür. Sharon, kendisinin de ifade ettiği gibi "Tom bana kızabilir" gerekçesiyle evlilikte kendi taleplerini ortaya koymakta zorlanır. Artık Brandy de hayatta olmadığından, Sharon'ın kendi ayaklarının üstünde durması ihtimaline karşı tek teminatı da ortadan kalkmış demektir.

Hayatındaki her şeyin sorumluluğunu başkalarına yüklemenin Sharon üzerinde muhtelif etkileri olmuştur. Kendi başına bir işe girişmekte veya bir şeyler yapmakta zorlanır (bkz. 4. kriter). Her zaman kontrolü ele alacak başka birileri bulunduğundan, kendisi tatlı tatlı davranıp insanları memnun ettiği sürece her işinin hallolacağı beklentisi içindedir. Dışarıdan bakıldığında, inisiyatif almadaki bu gönülsüzlüğü depresif olduğu izlenimini yaratabilir. Oysa Sharon gayet enerjiktir, sadece bu enerjiye yön vermekte sıkıntı yaşar. Ancak başkalarına da onaylattığında bir kararının arkasında durabilir. Kendisine bir yol çizip hayatını bu yol doğrultusunda yaşayacak özgüveni yoktur. Araba kullanmayı öğrenmeye veya üniversiteye gitmeye razı olmuş gibi görünebilir ama insanlar bu tür talepler konusunda fazla bastırdıkları zaman onlara şüpheyle yaklaşmaya başlar. Eğer başarılı olursa, kendisinden daha fazlası talep edilebilir. Hatta hayatının kontrolünü kendi eline almasını bile isteyebilirler ki bu ihtimal Sharon'ı çok korkutur. Bir şeyi tek başına yapması istendiğinde bile kendisini terk edilmiş hisseder. "Araba kullanmayı öğrendiğimde ne olacak?" diye düşünür. "Başka ne bekleyecekler benden? Tom neden üniversiteye gitmemi istiyor? Beni terk etmeye zemin mi hazırlıyor?" Sharon, kendi kendine ne kadar az yeterse, insanların hayatında kalma şansının o kadar artacağına inanır.

Aslında Sharon'ın hedefi her şeyin her zaman olduğu gibi kalmasıdır; yani kendisinin pasif kalıp herkesin gönlünü hoş tuttuğu, böylelikle korunup kollandığı ve başkalarıyla rahat bağlar kurduğu hiç bitmeyen bir çocukluk yaratma peşindedir. Gelecekte onu tam olarak neyin beklediğini bilemeyiz. Sharon'la Tom'un sorunlarını halledip halledemedikleri vakada belirtilmemiş. Gel gelelim Tom'un bu ilişkiden bunaldığını biliyoruz. Ayrıca Sharon'ın bu ilişkide kendi isteğinden çok mecburiyetten, duyduğu ihtiyaçtan kaldığını Tom'un da fark etmeye başladığını söyleyebiliriz. Tom Sharon'ın kendine ait ayrı bir kimliği olması gerektiğini düşünüyor. Hatta onu gerçekten sevip sevmediğinden, sevginin ne olduğunu bilecek kadar olgun olup olmadığından bile şüphe ediyor olabilir. Tom kendini geri çekmeye başlayınca, araya giren mesafeyi fark eden Sharon'ın çaresizliği ve paniği giderek artmış. Muhtemelen Tom için daha da fazla şey yapmaya çalışacak, sırf ilişkiyi kurtarmak adına hiç sevmediği şeylere gönüllü olacaktır (bkz. 5. kriter). Özellikle de Brandy'nin ölümü ve evliliğinde yaşanan sıkıntılar dolayısıyla Sharon yalnız başına bırakılmaktan ölesiye korkuyor olmalıdır (bkz. 6. kriter). Daha da fenası artık kendisiyle ilgilenmesi için, destek almak için koşabileceği kimse de kalmamış durumdadır (bkz. 7. kriter). Hiç kuşkusuz bu mesele her an aklını meşgul etmektedir. (bkz. 8. kriter).

Sharon'da bağımlı kişiliğin nispeten patolojik tarafını görmüş olduk. Sağlıklı ve normal kişilerde de görülen bazı özelliklere ayrıca temas ettik. Aşağıdaki bölümde bu yelpaze daha kapsamlı ele alınmaktadır.

## Normallikten Anormalliğe

Bağımlı kişiliğin çok sayıda normal çeşidi öne sürülmüştür ve hiç şüphesiz bunların özelliklerinin bazılarını okurlar kendilerinde de göreceklerdir. **Fedakâr tarz** (Oldham ve Morris, 1995) ilgilidir, karşısındakinin üstüne titrer, genelde başkalarının refahını ön planda tutar. Fedakâr tarza benzeyen **uyumlu tarz** (Millon ve diğ., 1994) ise işbirliği, anlayış, cana yakınlık özelliklerini merkez alır. Başkalarını üzmektense kendi tercihlerini çevresindeki insanlara uydurur. Başkalarının nazik ve düşünceli davranacağı beklentisi içinde olduğundan, ortaya çıkan görüş farklılıklarını çabucak uzlaştırmaya ve çatışmaları barışçıl yolla çözmek için taviz vermeye dünden hazırdır.

Bağımlı kişiliğin sağlıklı çeşitleri, başkalarıyla samimiyetle empati kurmaya muktedirdir ve karşılıksız sevgi gösterme kapasiteleri de muazzamdır. Ayrıca görebileceğiniz en güvenilir insanlardandırlar; mütevazı, eleştirmeyen, nazik tutumları size sorgusuz sualsiz kabul gördüğünüzü hissettirir. Memnun etmesi kolay, kimseden pek bir şey talep etmeyen bu kişilerin koydukları onay çıtaları asla erişilmez değildir ve eşlerini, sevdiklerini hemen her zaman desteklerler. Pek çoğunun iyi niyet depoları epeyce geniştir ve başkalarının başına güzel şeyler gelmesi onları gerçekten mutlu eder. Çoğu zaman, sevmedikleri kişilere bile nazik davranırlar. Herkes onları el üstünde tutsa da, insanlar onlara değer verdikçe daha da mütevazılaşırlar. Bazıları neredeyse melek gibidir ama kendileri hakkında iyi şeyler düşünülmesinden duydukları memnuniyet onlara fazlasıyla yeter, özel bir yere koyuldukları takdirde utanırlar. Elleri açıktır, yaşanan olaylara olumlu gözle bakar ve başkalarının erdemli, iyi yanlarını vurgulamaktan çekinmezler.

Ne yazık ki sıralanan bu sağlıklı ve uyumlu özellikler kolayca patolojiye kayabilir. Bağımlılar kendi kimliklerini başkalarınınkilerle birleştirme eğilimindedirler. Elbette böylesi bir strateji normal sınırlarda yer alan kişiler için bile bazı riskler barındırır. Bağımlıların en temel özellikleri yalnız kalmaktan nefret etmeleridir. Kimlikleri sevdikleri insanların kimlikleriyle iç içe geçmiş olduğundan, ayrılık düşüncesi onlarda yoğun kaygı yaratır; Sharon'da da bunu görmüştük. Çoğu normal insan kendini gerçekleştirmek için ayrılığın bazen gerekli olduğunu görebilse de, bağımlı için bu lanetlenmekten farksızdır. İlişkileri bittiğinde kendilerini emrivaki yapılmış, kullanılmış, tükenmiş, çaresiz hissedebilirler. Kendileri ile başkaları arasındaki sınırları hep bulanıklaştırdıklarından, ilişkiyi kaybettiklerinde kendilerini kaybetmiş gibi olurlar. İnce düşünceli davranışları boğucu olmaya başlar; her daim teşvik edici olan yaklaşımlarıysa çaresiz bir itaatkârlık halini alır. Başka insanlara yaptıkları yatırımı korumak için kendilerini çocuksulaştırabilir, sırf partnerlerinden ayrılmamak için yetişkin insanlar gibi kendi ayakları üzerinde durmayı öğrenmeyi reddedebilirler. Sharon da üniver-

siteye gitme ve hatta araba kullanmayı öğrenme konusunda çekinceliydi. Bazı bağımlılar bu tür yaşam becerilerinden o denli yoksundur ki tek başına hayatta kalması nerdeyse imkânsızdır.

Normal tarz ile bozukluğu kıyaslamanın bir yolu da, burada mealen aktarılan *DSM-IV* tanı kriterlerinin daha normal versiyonlarını kurgulamaktır (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişiler alelade gündelik kararlarda bile aşırı düzeyde tavsiye arayışına girerlerken (bkz. 1. kriter), normal tarzı olanlar başkalarının fikirlerine başvururlar, avantaj ve dezavantajları tartarlar ama kararı kendi analizleri doğrultusunda verirler. Bozukluğu olanlar hayatlarının büyük kısmında sorumluluğu başkalarının üstlenmesini beklerler (bkz. 2. kriter), normal tarzı olanlar başkalarının desteğinden ve varlığından memnuniyet duymakla beraber bunlar olmadan da yeterince işlev gösterebilirler. Bozukluğu olanlar ayrılık korkusu nedeniyle kendi duygularını ikinci plana atıp başkalarına uyum gösterirler (bkz. 3. kriter); normal tarzı olanlarsa ilişkilerde uyumu tercih etseler bile gereken durumlarda haklarını savunmak için seslerini çıkarmayı becerirler. Bozukluğu olanların yeni işlere girişmek, kendi sorumluluklarını yerine getirmek için yeterli özgüvenleri yoktur (bkz. 4. kriter); normal tarzı olanlar özerk de işlevsellik gösterebilirler ama başkalarıyla birlikte çalışmayı yeğlerler.

Bu kıyaslamalardan her birinde Sharon'ın patolojik tarafa daha yakın düştüğünü görürüz. Tavsiye istemesinin sebebi, nihayetinde topladığı tüm bilgileri kendi eleğinden geçirip bir karara varacak olması değildir; avantajları ve dezavantajları tartma gibi bir becerisi yoktur. Böylesi önemli bir görevi başkasına devretmeyi daha hayırlı bulur. Sharon'ın günlük kararlarda bile tavsiye istemesinin nedeni, memnun etmek istediği insanların görüşlerini almak ve onları gücendirme riskini böylelikle bertaraf etmektir. Benzer şekilde, Sharon diğer insanların desteğine öyle çok ihtiyaç duyar ki karşılığında hayatının başlıca alanlarındaki sorumluluğundan vazgeçmek zorunda kalır. Örneğin okulda Brandy'nin "işleri yoluna koymasına", onu zorbalardan korumasına ve ara sıra da ödevini yapmasına ihtiyaç duyar. Bu sadece onu rahatlatan bir destek değildir; bu destek olmadan yolunu bulamayacak durumdadır. Tom'la ilişkisinde de sesini çıkarmaması aralarındaki uyuma verdiği değerden kaynaklanmaz; olası bir fikir ayrılığının sonuçları onu kaygılandırır. Son olarak, bağlanmayla ilgili endişeleri öyle şiddetlidir ki üniversiteye gitmek gibi yeni girişimlerin sonunu getirecek kadar özgüveni yoktur.

Kalan tanı kriterlerini de bir yelpaze üzerindeymiş gibi düşünebiliriz. Kişilik bozukluğu olanlar gerekirse istemedikleri şeylere gönüllü olacak kadar ilgi ve destek açlığı içindedirler (bkz. 5. kriter); normal tarzı olanlarsa düşünceli, biraz da fedakâr insanlardır ve başkalarının refahını hep göz önünde bulundururlar. Bozukluğu olanlar bir başlarına bırakıldıklarında hayatla baş edememekten

korkarlar (bkz. 6 kriter); oysa normal tarzı olanlar başkalarıyla bir arada olmayı yeğleseler de ara sıra yalnız takılmayı da severler. Bozukluğu olanlar ilişkileri bittiğinde yana yakıla yeni partner arayışına girerlerken (bkz. 7. kriter), normal tarzı olanlar kaybettikleri bu yakınlığa dair nostaljik duygular yaşasalar da hemen bir başkasına yapışmaya kalkmazlar. Kendi ayaklarının üstünde durmaya mecbur bırakılma düşüncesi, bozukluğu olanları korkutur (bkz. 8. kriter); normal tarzı olanlar ise başkalarının onlara düşünceli davranışlarda bulunmasından hoşlansalar da terk edilme fikri onlara o kadar da korkunç gelmez.

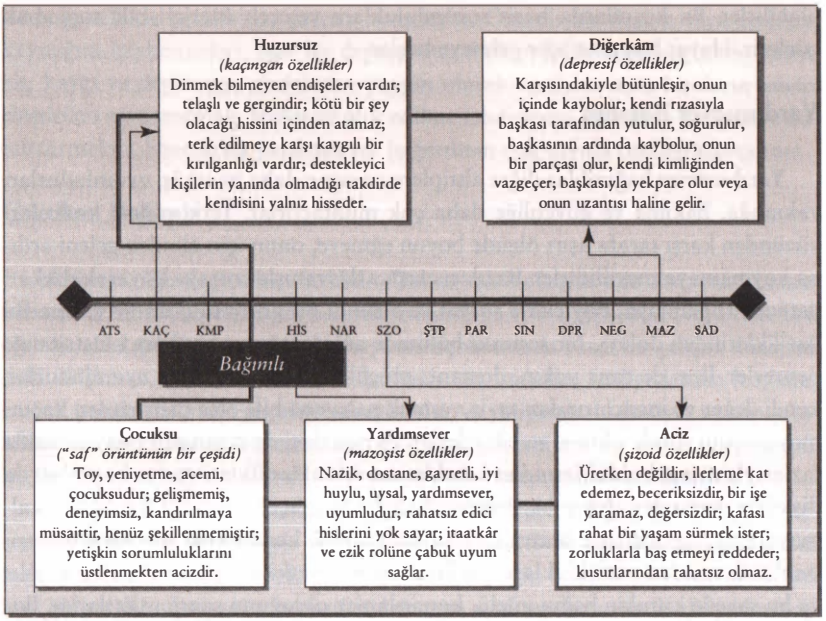
Yine buradaki kıyaslamalarda da Sharon'ın patolojik uca daha yakın olduğunu görürüz. Beşinci tanı kriterinin Sharon'a uyup uymadığı tartışmaya açıktır çünkü evdeki faaliyetleri yani Tom'un yemeğini zamanında hazır etmesi gibi şeyler, keyifle benimsediği basmakalıp ev kadını rolüne uyar. Yine de ilişkide sıkıntı baş gösterdiği dönemlerde evi temiz tutmak veya Tom'a özellikle lezzetli yemekler yapmak için kendi zamanından feragat ederek ekstra çaba gösterdiğini varsayabiliriz. Benzer şekilde Sharon'ın başkalarına duyduğu ihtiyaç da abartılıdır. Kendi başının çaresine bakmaktan korkar ve yakınlarda her zaman güvenilir biri bulunsun ister. Terapiye de okul müdürünün yönlendirmesiyle başvurmuştur. Tom sabahları onu işe bırakıp akşam da almak zorundadır. Tek başına geçirdiği zamanı bile yalnızlık olarak değil, tam da kaçınmak istediği şeyin rahatsız edici bir gölgesi gibi deneyimler. Başat bağlanma figürlerinden birinin hayatında fiziksel olarak her daim mevcut bulunmadığı bir senaryoyu hayal dahi edemez. Brandy'nin ölümünün ardından yeni bir ilişki arayışına girmiş gibi görünmese de, çaresizce Tom'a iyice yapışması yedinci kriterin izini taşımaktadır. Son olarak, Sharon Tom'un onu terk etmesinden ölesiye korkar ve tek başına ne yapacağını hayal dahi edemez. Hatta Brandy'yi bile, kaybının onun için ifade ettiği şeyden bağımsız düşünemez görünmektedir.

## Bağımlı Kişiliğin Çeşitleri

Bu bölümde verilen daha prototipik vakalara ek olarak, bağımlının bir de diğer kişiliklerle kombinasyonunu gösteren çeşitleri vardır. Şekil 8. 1'de bu alttiplerin bir özeti bulunabilir. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine uyabileceği gibi, uymayabilir de.

### Huzursuz Bağımlı

Bağımlı ve kaçıngan örüntülerin karışımından oluşan **huzursuz** bağımlının en uç haline, genellikle kronik ayakta tedavi hastalarına hizmet veren kurumlarda rastlanır. Bu kişiler parazit gibi yaşarlar ve bu varoluşlarını kurumsal




**ŞEKİL 8.1** Bağımlı Kişiliğin Çeşitleri

ödül ve koşullar sayesinde sürdürürler. İtaatkârlık, kendini arka planda tutma, başkalarından rehberlik ve güvence arama tüm bağımlılarda olsa da huzursuz bağımlılarda ayrıca altta yatan endişeli bir tutum vardır ve bu tutum onların inisiyatif almayışlarının, özerklikten kaygıyla kaçışlarının üstünü örter. Huzurları çabucak kaçar ve genel bir korkuya kapılırlar; içlerine kötü bir şey olacağı hissi doluverir. Ayrılık kaygısına karşı özellikle kırılgandırlar ve aldıkları desteği, bakımı kaybetmekten hayli korkarlar. Çoğu bağımlının aksine huzursuz bağımlılar bazen bu korkularını, doğrudan emniyet ve güvence ihtiyaçlarına karşılık vermeyen kişilere yönelik öfke patlamalarıyla ifade ederler.

Huzursuz bağımlılar genelde kurumsal veya çevresel bir yapıdan destek aldıklarından, sosyal etkileşimlerden kendilerini geri çektikleri bir örüntü geliştirmişlerdir. Yalnızlık ve soyutlanma bu kişilerde yaygın deneyimlerdir. Her ne kadar bu kişiler de diğer bağımlılar gibi insanların huyuna gitmeye, uyumlu görünmeye çalışsalar da bu görüntülerinin ardında gergin, hüzünlü ve suçlu hissederler. Dışarıdan bakıldığında zorluklar karşısında rahat ve sakin bir halleri olabilir ama içten içe terk edilme ve soyutlanma korkularıyla boğuşmaktadırlar. Halsizlik ve yorgunluk şikâyetleri altta yatan depresyonun işaretçisi olabilir. Başkaları onları sürekli tersleyince fiziksel açıdan çabucak tükenebilir, hasta

olabilirler. Bu koşullarda basit sorumluluklara yetecek enerjiyi bile toplamak güçleşir. Hayat boş ama ağır gelmeye başlar.

## Yardımsever Bağımlı

Yardımsever bağımlılar diğer alttiplere nazaran daha itaatkâr, uyumludurlar; yakınlığa, bakıma ve güvenliğe daha çok muhtaçtırlar. Terk edilme korkuları yüzünden karşı tarafa aşırı ölçüde boyun eğmeye, onun için elinden geleni ardına koymamaya meyillidirler. Bazıları çarpıcı davranışlar ortaya koyarak dikkati üstünde toplamaya, böylelikle sosyal ve albenili bir görüntü çizmeye çalışır. Bu özelliklerinden dolayı, bir sonraki bölümde anlatacağımız yatıştırıcı histrioniğe benzerler. İkisi de cana yakın, dostane, müşfiktirler; ilişkilerinde uyumludurlar, kendi değer ve inançlarından taviz vermek pahasına bile olsa çatışmadan kaçınmayı, uyum içinde olmayı tercih ederler. Ayrıca ikisi de dışarıdan onay almakla fazlasıyla meşgul olduklarından kendilerine, içkin özellikleri yerine başkalarıyla ilişkileri üzerinden değer biçebilirler, haliyle de gerçek bir içsel kimlikleri kalmayabilir. Başkalarının beceri ve meziyetlerinden kendilerine pay çıkardıkları, bunlar üzerinden var oldukları için bir müşterek yetkinlik yanılsamasına kapılır ve bu sayede kurulan bağın güçlü, koparılamaz olduğunu sanıp rahatlarlar. İkisinin de hayattaki sorunlara naif yaklaşımları vardır. Neşeli, pozitif ruh hallerini her daim korur, rahatsız edici duyguları yok sayar ve içsel çatışmalarını dikkatlerini başka şeylere vererek örtbas ederler. Eleştirel düşünme, onların güçlü yanlarından biri değildir. Hayatları boyunca işlerinin çoğunu başkalarına yaptırdıklarından, pek çok alanda bilgileri eksik veya çocuksu kalmıştır.

Gel gelelim yatıştıran histrioniklerden farklı olarak, yardımsever bağımlılar kendilerini feda etmeye meyillidirler, madun ve emir kulu pozisyonuna hemen yerleşirler. Partnerlerinin ihtiyaçlarına anlayışla yaklaşırlar, haliyle onlar da kendilerini daha güçlü, daha yetkin hissederler. Kendilerini ortaya koymaktan kaçınır, sorumluluklarını başkalarına devrederler. Oysa histrionikler daha aktif bir duruş benimser, pasifçe oturmaktansa hayatın koşullarını manipüle eder, onlara uygun manevralar geliştirirler. Yardımsever bağımlının fedakâr ve ikincil duruşu biraz da, 15. Bölüm'de anlatılacak olan mazoşist kişiliği çağrıştırır. Önemli olan tek şey başkalarının onları sevmesi, onlardan razı olması, güler yüzlerini ve iyi niyetlerini yeterli bulmasıdır.

Ne yazık ki yardımsever bağımlıların çoğunun böyle yardımsever olmalarının bir sebebi vardır: Yardımseverlik, başkalarının idareyi ele alıp onların yetersizliklerini telafi etmesini sağlama amaçlı bir teşviktir. Yüzleri hep güler, söyleyecek samimi sözleri hep vardır ama yetişkinlere özgü sorumluluklarını nadiren yerine getirirler. Hatta özerklik göstermeleri veya inisiyatif almaları gereken durum-

larda genellikle kendilerini çaresiz hissederler. Önemli bir destek veya özdeşim kaynağını kaybetmeleri, ağır bir depresyonu tetikleyebilir. Açık suçluluk, hastalık, kaygı ve depresyon ifadelerine yaygın olarak rastlanır ama bunların amacı eleştirileri savuşturmak, tenkit ve terk edilme tehditlerini destek ve sempatiye dönüştürmektir. Sharon'da yardımsever bağımlının çok sayıda özelliği mevcuttur.

## Çocuksu Bağımlı

Herkesin olgunlaşma hızı farklıdır. Dahası tek bir kişide bile olsa, örneğin matematik ve müzik becerileri dil becerilerinden daha erken gelişebilir (veya tam tersi olabilir). Gel gelelim bazı insanlar hayatın hiçbir anında vasat bir gelişim düzeyine dahi ulaşamaz. Çocuksu bir varoluşu benimser, çocuksu faaliyetlerden hoşlanır, en çok çocuklarla vakit geçirince tatmin olur ve yetişkinlerin faaliyet ve sorumluluklarının hiçbirinden hoşlanmazlar. Çocuksu görüntüleri ve başarı düzeyleriyle bu tür insanlar bağımlı olmakla kalmaz, bundan memnun da görünürler.

Ortalama bağımlının basit naifliğinin bir adım ötesine geçtiğimizdeyse yeterince gelişmemiş, deneyimsiz ve toy olan **çocuksu** türle karşılaşırız. Bazılarının sadece hevesi ve enerjisi yoktur; bu da yetişkinliğin taleplerini ezici, ürkütücü hale getirir. Kimileriyse aşırı pasiftir, her şeye ayak uydurur; belli ehliyetleri kazanmamış, kendi becerilerine güvenleri gelişmemiştir. Çoğu, güçlü bir toplumsal cinsiyet kimliğine sahip değildir ve yetişkin rollerini üstlenmeyi nispeten tatsız veya korkutucu bulur. Bu kişiler, yetişkince olmayan tercih ve faaliyetlerine izin verildiği müddetçe büyük oranda sempatik, sosyal tutumlar içinde olurlar. Gel gelelim kendilerinden daha fazlası beklendiğinde, büyüyüp kendi hayatlarının sorumluluğunu almaları istendiğinde geçimsiz karakterlere dönüşebilirler. Dertli ebeveynleri veya eşleri onları genellikle sorumsuz ve ihmalkâr bulur. En nihayetinde kendi başlarına hayatta kalmak için gereken becerileri geliştiremediklerinden, yetişkin sayılabilecek ölçüde olgunlaşma ihtimalleri tamamen ortadan kalkar. Sharon'da bu alttipin de özelliklerine rastlarız. Öğretmen yardımcılığının hem sorumluluğu azdır hem de bu sayede bütün gün çocuklarla iç içe bulunabilir. Belki de bu, porselen bebek muamelesi gördüğü kendi çocukluğunu ona anımsatan bir deneyimdir. Yaşından dolayı kendisinden beklenebilecek (araba kullanmak gibi) pek çok şeyi yapamamaktadır.

## Aciz Bağımlı

**Aciz** bağımlı, bağımlı ve şizoid örüntülerin bir araya gelmesiyle oluşur. İkisinde de genel bir cansızlık, enerjisizlik, çabuk yorulma, zayıf spontanlık ve ifade gücü söz konusudur. Şizoidlerde çoğu zaman anhedonik mizaç vardır; yani

güzel duyguları derinden hissedemezler. Ayrıca sosyal ilişkilerden -ki buna bir ailenin parçası olmak da dahildir- kaçarak hemen her zaman tek başlarına yapacakları faaliyetleri tercih ederler. Aciz bağımlıdaysa empati becerisi daha gelişkindir; bu kişiler başkalarının temel duygularını anlayabilirler. Buna ek olarak şizoidlerin özellikle de insan ilişkilerine dair düşünce süreçleri genellikle ya konuya odaklanamaz, ya konuyu teğet geçer ya da böyle bir süreç hiç yaşanmaz. İlişkilerin, çoğu şizoidin gözden kaçırdığı inceliklerini, yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmayan aciz bağımlılar anlayabilirler. Çocuksu bağımlılar gibi aciz türden olanlar da sorumluluklardan muaf tutulacakları, kafalarının rahat olacağı bir hayatın peşindedirler. Ne var ki bunun temel sebebi çocuksu doğalarından çok, dürtü eksikliğidir. Şizoid özelliklerinden dolayı hayatın taleplerini basitçe duymazdan gelirler. Gerçeklikle baş etmek istemediklerinden hayatın içinde uyurgezer gibi, yarı kopuk yarı bağımlı bir halleri vardır. Genellikle ne bir konuya müdahil olmayı ne de bir şeyi fazlaca düşünmeyi isterler. Pek çoğunda zorlukları görmezden gelmelerine imkân sağlayan türden bir kadercilik söz konusudur. Sırf çabalayarak hiçbir şeyin değişmeyeceğine inanır, kendi üstlerine düşeni yapmaya asla yeltenmez, böyle bir istek duymazlar. Sharon bu alttipe uymaz.

## Diğerkâm Bağımlı

**Diğerkâm** bağımlının ana meseleleri idealleştirme ve bütüncül özdeşimdir. Her bağımlı gibi onlar da başkalarının boyunduruğu altına girerler ama bunu çok daha aşırı biçimde yaparlar. Bu kişilerde bağlanma meselesi yepyeni bir boyuta ulaşır çünkü karşılarındaki kişiyle tamamen bütünleşir, bu uğurda kendi kimliklerinden vazgeçerler. Böylece kendi eşsiz kişisel potansiyelleri yok sayılmış, istemedikleri bağımsızlıklarının kalıntısı olarak çürümeye terk edilmiş olur. Başkasıyla birleşikliklerinden dolayı olağan tercihlerinden farklı değer ve tutumları benimseyebilirler. Bazen özgüvenli, kendinden emin görüntü sergileyebilirler ama bunun tek gerekçesi özdeşim kurdukları kişi veya kurumların niteliklerini benimsemiş olmalarıdır.

Kendi kimliğini kaybetse bile çoğu diğerkâm bağımlı, özverili yaşam tarzından memnun görünür. Bağımlıların hepsi itaatkârdır, kendilerinden daha güçlü kimselere bağlanıp onların değer ve inançlarını benimserler. Gel gelelim diğerkâm bağımlı kendisini uğruna feda ettiği kişiye göbekten bağlıdır. İdealleştirdikleri öteki ile bütünleştikçe duygusal açıdan iyice bağlanırlar ve bu, dünyada onların da önemli olduğu hissini güçlendirir. Başarılı çocuğu gösteriden gösteriye sürükleyip onun üzerinden tatmin sağlayan bunaltıcı anne ve kendisini tamamen eşinin hayatına ve kariyerine adamış kadın klişeleri, bunun tipik örneklerindendir.

Çoğu diğerkâm bağımlı ilişkileri üzerinden yaşadığını ve değerli olduğunu hissetse de, bazıları bir noktada kendinden çok şey yitirmiş olup olmadığı üzerine düşünmeye başlar. Kimliklerini dış kaynaklardan devşirerek kendilerini kayıplara karşı inanılmaz kırılgan hale getirmişlerdir. İlişkiler zora girince, diğerkâm bağımlılar diğer insanların hiç yaşamadığı kadar kaygı ve depresyon yaşarlar; bunların şiddetiyse ilişkideki bağın niteliğine göre değişir. İlişkisi sonlanan her bağımlı yıkılır ama diğerkâmlar neredeyse tamamen mahvolurlar çünkü aslında kendilerinden mahrum kalmışlardır. Bazen kaybın beklentisi bile kronik umutsuzluk içine düşmelerine yeter, ki bu da depresif kişiliğin özelliklerinden biridir.

## Tarihteki Öncüler

"Ahlaki delilik" imasından bağımsız bir antisosyal kişilik kavramı geliştirmek için gösterilen onca çabaya rağmen (Prichard, 1835), bu kavram kendisinden sonra ortaya çıkan başka kavramları da etkilemeye devam etmiştir. Bu tür insanların bir ahlaki yozlaşmanın nadir görülen bir türünün tezahüründen ibaret oldukları fikrinin tesirinde kalmış erken dönem bağımlı kişilik kavrayışı bu etkinin bir örneği sayılabilir.

Örneğin hem Kraepelin (1913) hem de Schneider bağımlının dış destek ihtiyacına pek atıfta bulunmamış, bunun yerine iradesinin dışarıya göre biçim alabilmesine ve rahatlıkla başkalarının etkisinde kalabilmesine dikkat çekmişlerdir. Schneider bağımlılarla ilgili olarak "Uysal doğalarının izin verdiği ölçüde olumlu etkilere açıktırlar, hatalarından pişman oldukları görülür ve iyi niyet ortaya koyarlar" diye belirtmiştir (s. 133). Kraepelin bu tiplerin, olgunlaşmalarındaki gecikmenin ürünü olduklarını düşünür ki bu şaşırtıcı ölçüde çağdaş bir yaklaşımdır. Gel gelelim erken dönemdeki bu kuramcılara göre "sünepe ve zayıf iradeli tipler" madde bağımlılığı ve hırsızlık gibi sosyal açıdan olumsuz davranışlara çabuk kapılırlar. Güçlü dış etkenlerin güdümünde olmadıkları takdirde bu tür sonuçlara bağımlı kişilerde tipik olarak rastlandığı söylenemez.

Sıradaki üç bölümde psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlardan yola çıkarak detaylı bir bağımlı kişilik tablosu ortaya koyacağız.

Bu alanların hepsi birbiriyle etkileşerek kişinin tamamını oluşturur. Bizler burada tarih ile tasviri birlikte vermeyi seçtik. Buradaki malzemeyi yalnızca "kim ne zaman ne yapmış" tarzı tarihsel bir ilerleme olarak ele alırsanız, her bir yazarın kavrama kattıklarını gözden kaçırırsınız. Bu bölümleri bitirdiğinizde bağımlı prototipini güzelce kavramış olacaksınız. Gelişimsel süreçlerden de, her ne kadar spekülatif ve müphem de olsalar bahsettik. Okurken yalnızca tarihsel bilgiler edinmeyi değil, her bir yazarın ortaya çıkardığı özellikleri ve bunların kişiliğin tamamı açısından taşıdığı önemi görmeyi amaçlayın.

## Odak Noktası: Toplumsal Cinsiyet

### Ölçümle İlgili Meseleler

**Bağımlılıkta Cinsiyet Farkları**

Bağımlı duygu, tutum ve davranışlarını kabul etme bakımından erkeklerle kadınlar arasında fark var mıdır? Kişinin kendi beyanına dayalı ölçümler kullanan araştırmalar, kadınlarda erkeklere kıyasla çok daha yüksek bağımlılık düzeyleri tespit etmiştir. Yetişkinler yerine okul çağındaki çocuklarla yapılan araştırmalarda da, farklı kültürlerden katılımcılarla yapılan araştırmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Beyana dayalı yöntemler yalnızca kişinin bilinç düzeyinde erişebildiklerini ölçtüğünden, Bornstein (1992) bilinçli farkındalık kapsamında olmayan, bilinçdışının sınırlarına giren, kişisel beyanda erişilemeyecek saikleri ölçmek için kullanılan projektif testler kullanıldığında kadınlarla erkekler arasında benzer bir fark bulunup bulunmayacağını merak etmiştir.

Bornstein bu doğrultuda yaptığı araştırmasında erkeklerde ve kadınlarda benzer bağımlılık düzeyleri bulmuş ve "Kadınlar, kişisel beyanları sorulduğunda erkeklerden daha yüksek düzeyde bağımlılık bildirmektedir fakat projektif ölçümler kadınlarda ve erkeklerde benzer bağımlılık skorları vermektedir" sonucuna varmıştır (1993, s. 47). Dolayısıyla kadınlar bağımlılıklarını kabul etmeye daha meyillidir; erkeklerse onlar kadar bağımlı oldukları halde bunu itiraf etmeye gönülsüzdür. Hatta, kullanılan ölçümün görünüş geçerliği ile bağımlılık ölçümlerinde bulunan cinsiyet farklarının oranı arasında tutarlı bir ilişki vardır. Görünüş geçerliği arttıkça, o ölçüm tekniğini kullanarak elde edilen cinsiyet farklarının çapı da büyümektedir (Bornstein, Rossner, Hill ve Stepanian, 1994).

Görünüş geçerliği büyük oranda, bir testin ne ölçtüğünün ne kadar kolay anlaşılabildiğine bağlıdır (Örneğin "Beni koruyacak biri olmadığında kendimi çaresiz hissederim" maddesi bağımlılık ölçümü açısından görünüş geçerliğine sahiptir.). Bundan dolayı kadınlarla erkekler arasındaki fark yalnızca kişinin kendisini nasıl göstermek istediğiyle, sosyal açıdan daha cazip cevaplar verme isteğiyle bağlantılı olabilir. Kullanılan testin bağımlılık ölçtüğünü anlamak kolaylaştıkça, erkekler bağımlılıktan kaynaklanan ihtiyaçlarını kabullenmeyi reddeder. Geleneksel olarak erkekler bağımlılıklarını daha dolaylı yoldan ifade etmeyi öğrenmiştir, kadınlarsa bunu daha doğrudan, açıkça ortaya koyabilir (Maccoby ve Jacklin, 1974; Mischel, 1970).

Bağımlı kişilikle ilgili ileride yapılacak olan çalışmalar, bahsi geçen bu kendini belli bir şekilde yansıtma ve sosyal açıdan cazip olanı söyleme arzusunun potansiyel maskeleyici etkilerini dikkate almalıdır. Cinsiyet rolleriyle bu kadar yakın ilişki içinde olan bir kişilik özelliğinin ölçümlerinin geçerli olabilmesi için, en azından erkekler açısından daha az bariz bir ölçüm yaklaşımı benimsenmelidir.

## Psikodinamik Yaklaşım

Klasik psikanalitik kurama göre bağımlı kişiliğin alametifarikası, psikoseksüel gelişimin ilk evresi olan oral evrede yaşanan takılmadır. Karakter tipleri saplanıp kaldıkları psikoseksüel evreye göre isimlendirildiğinden, klasik psikanalitik kuramda bağımlı kişilikten genellikle **oral karakter** diye bahsedilir (Abraham, 1927c). Yaşanan psikoseksüel takılmayla ardından ortaya çıkan karakter özellikleri arasındaki ilişki bazı karakter tiplerinde biraz müphem kalsa da oral karakterde bu ilişkinin nispeten net olduğu düşünülmektedir. Ağzın yetişkin yaşamında oynadığı rol onaylanmış ve kabul görmüş olduğundan oral özellikler, bunları maskeleyip kabul edilebilir hale getirecek büyük değişimlerden geçmeden de kolayca ifade edilebilir. Dolayısıyla oral karakterlerin yemek yemekten, konuşmaktan ve diğer oral stimülasyon biçimlerinden hoşlanacakları büyük oranda izahtan varestedir.

Psikoseksüel karakter oluşumunda her zaman geçerli olduğu üzere takılmanın sebebi ya aşırı müsamaha gösterilmesidir -ki sonucu oral alıcı özellikler olur- ya da mahrum bırakılmaktır -sonucu oral sadistik özellikler olur-. Anne her an bebeğini emzirmeye hazır olduğunda, çocuğun yaşayacağı yoğun doyumun kolay kolay sarsılmayan iyimser bir ruh haline yol açacağı varsayılıyordu. Gel gelelim bu durum bebekte, bir anne figürünün onun ihtiyaçlarını karşılamak için her daim hazır bulunacağı zımni inancında yansımasını bulan bir pasifliğe ve atalete sebep olabilir . Aslına bakarsanız bu tür çocuklar memeden hiç kesilmemiş yetişkinlere dönüşürler. Sembolik olarak annelerinin memesini verdikçe vermesini beklerler; süt kesildiğinde kendilerini çaresiz hissederler, hatta bu durum onları hayrete düşürür. Artık Tom'la ilişkisi risk altında olsa da, Sharon epey oral bir karaktere benzemektedir. Hayatının büyük kısmını iyimser beklentilerle, başka insanların onun ihtiyaçlarına her zaman koşacağı ve asla sütten kesilip bağımsız bir yetişkin olmaya mecbur kalmayacağı düşüncesiyle geçirmiştir.

Aksi yönde ise, oral evrede mahrum kalmanın açlık ile düşmancıllık arasında devamlı bir ikircikliğe yol açacağına inanılıyordu. Bu tür çocuklar emmekle ısırmak arasında kalırlar. Yetişkin olduklarındaysa hep daha fazlasını isterler ama ihtiyaçlarına karşılık verildiğinde bile düşmancıl tutumlarını sürdürürler. Psikanalitik oral takılma kavramı bu açıdan bağımlı kişilik ile negativist (pasif agresif) kişilik arasında bağ kurar. Sonradan gelen psikanalitik düşünürler Abraham'ın temel tezini meme ucunun ötesine taşıyarak genellemişlerdir. Örneğin Fenichel (1945) oral evrede yaşanan takılmanın bakım veren kişiyle özdeşim kurmaya yol açtığını, bunun sonucunda da kişinin kendi kendine bakamaz hale geldiğini, öte yandan bu takılmanın onda, başkalarına bakım veren bir tür anne figürüne dönüşme arzusu uyandırdığını öne sürmüştür.

Bağımlı kişiler iki savunma mekanizmasına ağırlık verirler. Çocuk kalma arzuları nedeniyle normal yetişkinlerin kullandıkları normal savunmalar onlarda gelişemez. İlk savunma mekanizması **içe atmadır**. Bu mekanizma, adı üstünde, bir şeyleri "içeri almak" demektir ve kendilerinden daha güçlü, daha becerikli kişilerle birleşme ihtiyaçlarından kaynaklanır. Bağımlılar kendi içlerine baktıklarında yetersizlik ve acziyetle karşılaşır, beceri ve bilgi eksikliklerini fark ederler. Böylesi içgörüler değersizlik hisleri uyandırmaya ek olarak, kendi başının çaresine bakmak zorunda kalma ihtimali karşısında kişinin varoluşsal bir dehşete kapılmasına yol açar. Sharon da şu an tam olarak böyle hissetmektedir.

Bu dehşetten kaçmak için bağımlılar kendilerinden daha güçlü bir figürün varlığını, gücünü, yetkinliklerini kendi bünyelerine katma peşindedirler. Kurulan bağ, ortalama bir ilişkiden çok daha fazlasıdır. İlk olarak, bağımlılar diğer kişinin kimliğini kendi içlerine alıp güçlüyle zayıfın, beceriyle yetersizliğin, değersizlikle özgüvenin bir alaşımını yapmaya çalışırlar. İlişki ekonomisinde bağımlı kişi karşı taraftan ödünç aldığı güce, beceriye ve özgüvene karşılık, onun hedeflerine hizmet etme isteği ortaya koyar. Böylelikle bağımlılar partnerlerine

## *Odak Noktası: Tarih*

**Karen Horney**

**Karşılıklı İlişkilerin Üç Modu**

Karen Horney'nin tasvirlerindeki zarafetin herhalde bir eşi daha yoktur ama hayattaki temel çatışmalara önerdiği başlıca çözümleri kısaca özetlemek de hayli güçtür. Başat yayınlarını çok kısa bir sürede yazmış olmasına rağmen bazen benzer kavramları anlatırken farklı terimler kullanmıştır.

Yaşamın güvencesiz yanlarını, barındırdığı kaçınılmaz mahrumiyetleri ele alan Horney, kabaca üç ilişkilenme üslubu tespit etmiştir: Başkalarına doğru hareket etmek, başkalarına karşı hareket etmek ve başkalarından uzaklaşmak. Başkalarına karşı hareket edenler saldırgan tiplerdir ve çözümlerinin bedeli ağır olur; kendilerini göklere çıkarır, zayıf veya yetersiz yanlarını istisnasız biçimde inkâr ederler. Başkalarından uzaklaşanlarsa hayattan soyutlanmışlardır; huzura erişirler ama bunu kendilerini belli bir amaca adayarak değil, ihtiyaç ve arzularının üstünü örterek başarırlar. Nevrotik çekilmeye başvurarak günlerini, dışarıdan izleyen seyirciler olarak geçirirler.

Başkalarına doğru hareket edenlerse bağımlı kişiliğin Horney'nin şemasındaki muadilidir; yumuşak başlıdırlar ve kendilerini geri planda tutarlar. Duygusal yakınlık ve onay ihtiyaçları belirgindir. Ayrıca kendilerini ortaya koymaktan da geri dururlar. Özgüvenleri başkalarının fikirlerine bağlı olduğundan kendi arzularını ikinci plana atarlar. Öyle ki bu bazen kendilerini suçlamaya, çaresizliğe, pasifliğe, kendilerini küçültmeye kadar varabilir. Onlara göre sevgi her sorunu çözer.

benzeme eğilimi gösterirler zira onların kimlik ve ihtiyaçlarını kendilerininki gibi benimserler.

İkinci olarak, bağımlılar partnerlerini idealleştirme eğilimindedirler. Partnerleri artık kendilerince güçlü yanları, kusurları, kırılganlıkları olan insanlar değildirler; onlar artık bağımlı kişiye, ona kimsenin dokunamayacağı güvenli bir liman yaratmak adına neredeyse tümgüçlülük düzeyinde bir kudrete sahip olan insanüstü koruyuculara dönüşmüşlerdir. Küçükken hepimiz ebeveynlerimizin güçlerinin her şeye yeteceğini, her şeyi bildiklerini sandığımız bir dönemden geçeriz. Onlar isterlerse kar yağdırır, isterse yağan karı durdururlar; doğum günlerimizde bize istediğimiz her şeyi alacak kadar paraları vardır. Ve her şeyi bildikleri ve bizi her zaman sevdikleri için, ne yaparlarsa yapsınlar en azından uzun vadede bunun bizim hayrımıza olduğundan şüphe etmeyiz. İlk vakada görüldüğü üzere Sharon da çocukluğunun geleneksel ve kusursuz olduğunu, tüm ailenin sırtını güçlü bir figür olan babasına dayadığını anlatır. Babasına hayran küçük bir kızken herhalde babası ona gücün ve becerinin vücut bulmuş hali gibi görünmüştür.

Bağlanma figürlerinin idealleştirilmesi, büyümenin normal bir parçasıdır. Ebeveynlerimizin sandığımız gibi yanılmaz kimseler olmadıklarını er ya da geç fark etsek de, idealleştirme romantik aşk biçiminde varlığını sürdürür. Kuşkusuz, kimse romantik partneriniz kadar mükemmel olamaz. Örneğin Sharon Tom'la tanıştığında onu babasına, yani eskiden güç prototipi olarak gördüğü kişiye benzetmişti. Nihayetinde çoğu insan idealleştirme fantezilerini aşıp kız arkadaşını veya erkek arkadaşını, eşini, sevgilisini gerçekçi bir gözle görmeye başlar. Bu noktada artık ilişki üzerinde çalışmak gerekir ki Tom ve Sharon da bunu keşfetmişti. Bağımlılarsa bu erken dönemdeki idealleştirmeyi zar zor aşarlar. Narsisist kişilerin kendilerini şişirmelerine pek benzer biçimde ve büyük oranda aynı amaç doğrultusunda, onlar da ebeveynlerini şişirmeye devam ederler. Bir açıdan, koruyucularına duydukları bu hayranlığın yapay biçimde geciktirilmiş gelişim süreçlerinin bir yan ürününden ibaret olduğunu söylemek mümkündür. Gel gelelim bu hayranlık aynı zamanda bağımlıya bir değer de katar, zira bu yarı tanrı, yani önemli ve değerli bulunan kişi bağımlıyı severse bu, onun da değerli olduğu anlamına gelir. Tom'la Sharon'ın ilişkisine uyarlarsak, Tom gibi şahane bir insanın Sharon'ı sevmesi Sharon'ın değerli olduğunu gösterir. Ne de olsa bu kadar önemli, bu kadar harika biri sevgisini, onu hak etmeyen biriyle asla çar çur etmez. Ayrıca bu yanılsama sayesinde bağımlıda, koruyucuları tarafından tehlikelerden uzak tutulacağı düşüncesi de güçlenir.

İlişkileri sonlandığında bağımlıların genelde bu kadar yıkılmalarının başlıca sebebi de budur. İşin aslı, görüşlerini sorgusuz sualsiz hakikat olarak kabul ettiği kişi bağımlıyı terk ettiğinde, bu onun hakkında verilmiş nihai hüküm gibi görülür. Evlilik yürümezse, Sharon boşanmayı yalnızca Tom'dan ayrılmak olarak

değil, aynı zamanda Tom'un temsil ettiği (babası da dahil) her şey tarafından terk edilmek olarak deneyimleyecektir. Burada onu asıl terk eden, kimliğinin önemli yapı taşlarından olan içe atılmış bir idealdir. Tom'la içselleştirdiği bu imgeyi terapi sürecinde Tom'dan ayırmayı başaramazsa ileride çok fena çakılabilir.

Sorunlu, düşmancıl dünyayla baş etmenin bir diğer yolu da dünyanın düşmancıl olduğu gerçeğini hepten yok saymaktır. İçe atma sayesinde ötekiyle güçlü bir ittifak kurulduğu veya bütünleşildiği hissi teselli verse de her tür kaygıyı ortadan kaldırmaya yetmez. Bu nedenle bağımlılar içe atmanın yetersiz kaldığı her tür felaket senaryosunu veya endişeyi etkisiz hale getirmek için yok sayma mekanizmasını bol bol kullanırlar. Aslında herkes ara sıra yok saymaya başvurur ama bağımlılar bunu nesnel zorluklarla aralarına set çekmek, dış dünyadaki taleplerin ve acı gerçeklerin erişemediği içsel ütopya yanılsamasını korumak için kullanırlar. Düşmancıl dünyadan kaçışı Sharon'da rahatlıkla görebiliriz; kendisi, çift terapisinde yaklaşık altı ayın ardından, perde arkasındaki pek çok sorunu idealleştirme yaparak gizlediğini fark etmiştir. Nesnel mücadelelerden azade bir evren yaratan bağımlıların naif, çocuksu, baldan tatlı kalmaları kolaylaşır.

Yok saymanın ikinci bir işlevi de bağımlıları, kendi düşmancıl dürtülerini kabul etmekten korumaktır. Bağımlılar öfkeyi son derece tehditkâr bulurlar. Öfke, öncelikle daha geniş çaptaki yetişkin dünyasının aslında büyük bir oyun sahasından ibaret olduğu görüşünün altını oyar. İkincisi, tatlı bağımlının öfkesini kabul etmesine izin verilirse şu soruların sorulması gerekir: "Başkaları neleri yapmaya muktedir?" ve "Onlar gerçekte nasıl hissediyorlar?" Bu tür soruların bilince çıkmasına izin verilemez çünkü bağımlının güvenlik ve korunma yanılsamasını açıkça yerle bir eder. Sharon'da bunu doğrudan görmesek de, Tom'a ifade etmeye çekindiği duygularını bastırarak epey bir öfke biriktirdiğini tahmin edebiliriz. Bu öfkenin düzeyi, terk edilme tehdidiyle birlikte yüzeye iyice yaklaşmıştır. Hatta Sharon'ın bir yanı, öfkeye ek olarak hayrete düşmüş de olabilir: "Benim kadar tatlı birini nasıl bırakırsın? Şu temiz kalbimi kullanıp attın ya, günyüzü görmeyesin!"

## Kişilerarası Yaklaşım

Harry Stack Sullivan (1947) yetersiz kişiliği, ebeveyn modellerinden çaresizliği öğrenmiş ve kararları daha güçlü birinin vermesine ihtiyaç duyan insanlar olarak tanımlar. Timothy Leary (1957) Sullivan'ın düşüncelerinin pek çok yanını sistemli hale getirmiştir. O ve çalışma arkadaşları, kişilerarası davranışları normalden anormale uzanan bir yelpaze halinde ortaya koyan Kişilerarası Daire'yi geliştirmişlerdir. Leary'nin uysal bağımlısı; daha uyumsal bir işlev düzeyine sahipse karşısındakine güvenerek riayet eder, ama eğer daha patolojik bir düzeydeyse çaresiz bir bağımlılık ortaya koyar.

Bağımlı kişinin arkadaşları onu genellikle cömert, düşünceli, haddinden fazla mahcup hatta yaltakçı biri olarak görürler. Komşuları onun bu kadar alçakgönüllü, içten, zarif olmasından etkilenebilirler. Başkalarıyla arasındaki farkları inkâr eden ve güç gösterilerinden kaçınan bağımlılar, karmaşık dünyanın ince kıvrımlarında dolaşabilmek için gereken yetenek veya deneyime yalnızca başkalarının sahip olduğu inancıyla kendi hayatlarının kontrolünden feragat ederler. Zayıf bir görüntü çizerek, kendilerinden duydukları şüpheyi ifade ederek, itaatkâr ve yumuşak başlı bir tutum ortaya koyarak bağımlılar karşı taraftan da buna uygun ilişkisel tepkiler almaya, yani onlara bakılmasını, koruma sağlanmasını, güç ve güven gösterileri yapılmasını sağlamaya çalışırlar.

Gel gör ki tüm bu sıcak ve arkadaş canlısı hallerinin ardında kabul görmek ve onaylanmak için girdikleri çaresiz arayış yer alır. Sharon'da da gördüğümüz üzere bu ihtiyaçları özellikle de stresli durumlarda belirginleşir. Böyle dönemlerde bağımlılar iyice yardıma muhtaç, yapışkan hale gelerek çevrelerindeki insanların verebilecekleri olası tepkilerin yelpazesini daraltırlar. Sürekli onlarla ilgilenilmesini, onlara yakınlık gösterilmesini garanti etmek için etkileyici ölçüde itaatkâr ve sadık olmaları gerekir. İlişkileri ciddi anlamda sıkıntıya girdiğindeyse ruh halleri depresifleşebilir, kendilerini daha da paspas edebilir, partnerlerine güçlü, yetkin, üstün hissettirmek için iyice ezik bir role bürünebilirler (Bu özellikler tam da bağımlıların partnerlerinde aradıkları özelliklerdir.). Psikodinamik terimlerle ifade edecek olursak bu özellikleri partnerlerine yansıtırlar. Bedenlerinin duruşu, sesleri ve üslupları düşen özgüvenlerini yansıtır. Bazen sesleri öyle az çıkar ki dediklerini zar zor duyarsınız. Yüz ifadelerindeyse belirgin bir uysallık ve kırılganlık söz konusudur; sanki sizden yardım ister gibidirler. Başkalarını kendi saflık ve masumiyetlerine çekebilmek için iyice çocuklaşabilirler.

Bağımlı kişiliğin gelişimine dair kişilerarası açıklamalar ebeveynlerin aşırı korumacı, aşırı kaygılı, aşırı ilgili olmasına ve özerkliğin önüne fiilen taş koyulmasına vurgu yapar. Yenidoğan biçaredir ve korunup beslenmek için yegâne dayanağı ona bakım verenlerdir. Yaşamın ilk birkaç ayında çocuklar onları besleyen ve (kirli bez gibi) zararlı uyaranları onlardan uzaklaştıran kişilere bağlanırlar. Yeterli bakımı gören çoğu çocuk, kendisine bakan kişiyle güçlü bir bağ kurar, ki bu bağ temel güven kapasitesini (Erikson, 1959) ve dünyanın onun temel biyolojik ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayacak güvenli bir yer olduğu hissini de barındırır. Nihayetinde emeklemeye başlamasıyla birlikte bu çocuklar kendi hür iradelerini geliştirmeye başlar, çevrelerindeki dünyayı hararetle merak ederler. Emeklemeyi öğrendikçe çevrelerine küçük keşif gezileri düzenler ve kendilerine bakım verenleri bu gezilerde ihtiyaç duymaları halinde kullanabilecekleri güvenli birer liman olarak kullanırlar. Duydukları merakın doğasındaki teşvik edici güç içlerinde kök saldıkça, çocuklar kendi uyarıcı potansiyellerini geliştirir

hale gelirler. Sonunda ebeveynlerinin otoritesine meydan okur ve bir ebeveynin işitebileceği en kötü sözcüklerden birini öğrenirler: "Hayır!"

Oysa bazı ebeveynler çocuklarının bağımsız gelişmesine izin vermez. Çocuklarının merakının ve hür iradesinin kendiliğinden açığa çıkmasına izin vermek yerine onun alışkanlık ve ihtiyaçlarını kendileri karşılar, biyolojik ritminin ve mizacının inceliklerini ezberler ve onu rahat ettirmek için dokuz doğururlar. Aslında yaptıkları, dünyayı çocuğun ayağına getirerek onun dünyayı keşfe çıkma ihtiyacını ortadan kaldırmaktır. Böyle çocuklar genelde o kadar şımartılırlar ki kendilerine bakım verenlerin yarattıkları mikrokozmosun ötesinde de geçerli olabilecek yetkinlikler geliştirmelerine gerek kalmaz. Öyle ki normal gelişim evreleri iyice sünüp zamana yayıldıkça, psikolojik olgunlukla eşzamanlı gelişen ince beceriler ortaya çıkamaz. Hatta konuşma bile gecikebilir. Duygusal durumlarının her nüansı ve her ihtiyacı sürekli mercek altında olan çocukların, edinmek veya uzaklaşmak istedikleri nesnelerin adını söylemelerini sağlayacak simgesel ve dilsel kapasiteleri geliştirmek için pek bir motivasyonları kalmaz. Neyse ki bazı çocuklar bir noktada bu korumacılıktaki örtük müdahaleciliğe kızmaya başlar ve bir tür ayrılma veya isyan vasıtasıyla kendi kimliklerini geliştirmeyi başarır.

Gel gelelim erken dönemdeki aşırı korumacılığı aşamayan ve kendilerinden güçlü figürlerin bakımına bağımlı kalan çocuklar da olur. Bu tür ebeveynler genellikle "bebeklerini kaybetmemek" adına onun bağımsızlaşmasına patolojik düzeyde engel olurlar. Çocuklarını nadiren gözlerinin önünden ayırır ve çocuğun gelişim sürecinde normal olarak karşılaşacağı zorlukların bile ona kalıcı hasar vermesinden endişe ederler; çocukları bisiklete biner veya parkta oynarsa bir yerini incitecek gibi gelir onlara. Bir musibetin bin nasihatten iyi olmasına izin vermektense, çocuğu artık yürüyebildiği halde kucaklarında taşımaya, ona yemeğini bizzat yedirmeye, onun bağımsızlık kazanmasına katkı sağlayacak her tür hareketine engel olmaya devam ederler. Çoğu çocuk bu yoğun bağlanma ve ilgiden keyif alır. Örneğin Sharon da çocukluğunun "mükemmel" olduğunu hatırlar .

Gelişim sürecinde şans da önemli bir rol oynar. Beklenmedik hastalıklar veya uzun süren sağlık sorunları normal ebeveynlerin aşırı kaygılanmalarına ve çocuklarına tıbben gerekenden fazla ilgi göstermelerine neden olabilir. Öte yandan aşırı tedirgin ve kaygılı bir ebeveyn normal çocuğun gerçek ihtiyaçlarına karşı teyakkuzda olabilir, bu da bebeklik çağında haddinden fazla ilgi ve şımartılma anlamına gelebilir, ileride doğal merak ve keşif sürecini kısıtlama çabasını doğurabilir. Bazen ebeveynlerden birinin savaşa gitmesi, kaza geçirmesi veya ölmesi gibi özel durumlardan dolayı ebeveynle çocuk duygusal bir simbiyoz ilişkisine girebilirler.

Ebeveynler bağımlı patolojiyi oluşturmada başat rol oynarlar fakat diğer aile üyelerinin ve akran gruplarındaki deneyimlerin de buna katkısı olur. Eğer çocuklardan biri fazla tahakkümcü veya saldırgansa, diğer çocuk daha uysal bir duruş benimsemeye ve kendisini korumaları için ebeveynlerine koşmaya mecbur kalabilir. Veyahut düşmancıl veya zor bir çocuğun kardeşi; her zaman anneciğinin tavsiyelerine kulak veren, o ne derse yapan, annesinin kendisine gösterdiği ilgi ve takdiri ona samimi ve sevgi dolu bir yaklaşım sergileyerek ödüllendiren "küçük bir melek" haline gelebilir. Bağımlı özellikleri olan çocuklar okula başlayıp o güne dek, yani tüm yaşamları boyunca onları koruyup kollamış olan ebeveynlerinden ayrılmak zorunda kalınca, bağımlılık duyguları iyice ön plana çıkabilir. Özellikle de ergenlikte baş gösteren çekici olmadığı, rekabette yetersiz kaldığı hisleri çocuğun sosyal açıdan küçük düşmesine ve kendinden şüphe etmesine yol açabilir, bu da onu telafi arayışıyla eski bağlarına döndürebilir.

Birkaç yıl önce Leary ve arkadaşlarının fikirlerini geliştiren Benjamin (1996) bağımlının hayata sıcak duygularla, bakım ve dikkat görerek başladığının, normal bir bağ kurduğunun altını çizer. Gel gelelim sonrasında bakım verenler ya bağımlı çocuğun sağladığı yakınlıktan keyif aldıklarından ya da ileride başka sorunlara yol açabilecek her tür mahrumiyetten korktuklarından çocuğun özerklik kazanmasına izin vermezler. İlk başta, bakım verenlerin koruması ve bakımı sayesinde normal güven gelişir. Ne yazık ki çocuk büyüdükçe bu koruma ve bakım düzeyi sabit kalır, nihayetinde kontrole veya Benjamin'in tabiriyle "amansız bakıma" dönüşür (s. 227). Hal böyle olunca kontrol karşısında itaat beklentisi oluşur ve ayrıca, özerkliği yeniden kazanma çabalarının hepsi suçlamalarla karşılanır. Sonuçsa kontrol edilmeyi normal bulan ve eski ilişkilerinin standartlarını ihlal eden bağımsızlığın kendisinde yoğun suçluluk uyandırdığı, itaatkâr bir çocuk olur. Akabinde de bu çocuk, başkalarının kendi kendine yetebildiği ama kendisinin asla bu düzeye gelemeyeceği inancını içselleştirir.

## Bilişsel Yaklaşım

Bağımlıların bakım ve koruma altına girmeyi temin edecek şekilde tasarlanmış ilişkisel stratejilerinin benlik imgeleri ve bilişsel gelişimleri açısından olumsuz sonuçları olur. Dışarıya karşı takındıkları çaresizlik maskesi nihayetinde benliklerinin parçası haline gelir. Ne de olsa çaresizmiş gibi yapabilmek için buna bir parça da olsa inanmanız gerekir. Bağımlılar genellikle kendilerini zayıf, kırılgan, yetersiz, beceriksiz, kifayetsiz kişiler olarak tasvir ederler. Beceriksizlikleri fazlaca ayyuka çıktığında kaygı ve paniğe kapılabilirler. Kırılganlığını kontrol altında tutmak için çoğu bağımlı kendi derinliklerine fazlaca bakmamayı, farkındalık alanını hayatın keyifli yanlarıyla sınırlı tutmayı, kötü şeylere gözünü

tamamen kapatıp sadece iyi olanları görmeyi yeğler. Zorlukların varlığını kabul etseler bile sıklıkla bardağın dolu tarafını görüp her şeyin sonunda yoluna gireceğini varsayarak, sorunu neredeyse yok düzeyine indirgemeyi başarırlar. Psikodinamik yaklaşımda tartıştığımız yok sayma, böylelikle yavaş yavaş daha geniş çaplı bir bilişsel tarza doğru evrilir.

Bağımlıların benlik şemalarında hem olumlu hem de olumsuz özellikler vardır. Olumlu tarafta, bağımlıların kendilerini ince fikirli, düşünceli, işbirliğine yatkın görmelerini sayabiliriz. Meşru başarılarını tanımamaları onların alçakgönüllü, kendini geri planda tutan kimseler olduğu imajını yaratır. İçten içe övülmeyi ve takdir görmeyi bekleyebilirler ama tabii bunların da fazlasından rahatsız olurlar çünkü ardından bağımsız olmaları ve kendi kendilerine yetmeleri gibi beklentilerin geleceğini bilirler. Gel gelelim bağımlılar, kendilerine atfettikleri olumlu özelliklerin karşısında çok sayıda patolojik nitelikte çekirdek, şarta tabi ve araçsal inanışa sahiptirler (Beck ve diğ., 1990, s. 45). Çekirdek düzeyde, bağımlıların "Tamamen çaresizim" ve "Yapayalnızım" gibi inanışları vardır. Bu çekirdek inanışlarla baş etmek için "Yalnızca yetkin birinden destek alarak işlevsel kalabilirim" veya "Terk edilirsem ölürüm" gibi koşulsal inanışlarını oluştururlar. Ardından çeşitli araçsal buyruklar devreye girer; örneğin "Sana bakım veren kişiyi kızdırma" veya "Olabildiğince yakın bir ilişki kur." Bunların hepsini daha önce farklı bağlamlarda görmüştük.

Bağımlıların bilişsel açıdan çok gelişkin oldukları söylenemez. Başkaları onları naif, çocuksu ve masum görür; onlar da bu imajlarını, kendi başarı ve becerilerini asgari düzeye çekip beceriksizlerini fazlaca ön plana çıkararak pekiştirirler. Beceriksiz insanlardan daha az şey beklenir. Başkaları her daim yardımlarına koştuğundan, bağımlılar temel yaşam becerilerinin ötesinde pek bir baş etme stratejisi geliştirmeyebilirler. Hatta bazen bu temel yaşam becerileri bile doğru düzgün çalışmaz. Kimisi çek defterinin gelir gider kontrolünü sağlamayı bile beceremez, becerse bile bunu ancak sürekli birine danışarak ve yönlendirmelerle başarabildiğinden en basit iş bile imkânsız hale gelir. Normallik sınırına daha yakın olan bağımlılarsa belli başlı alanlarda yetkin olabilirler ama bu becerikli halleri de genelde besleyici bir ilişkiyi korumaya yöneliktir. Burada "Bu ilişkinin sağladığı güven ve korumadan yararlanmak istiyorsam şunu şunu iyi yapmayı öğrenmem gerekiyor" düşüncesi oldukça uyumsal, ilave bir koşulsal inanış görevi görür. Böyle kişiler yaptıkları şeyi başkalarından onay almak için yaparlar ve kendilerini teşvik eden bir çerçeve dahilinde becerikli hale gelebilirler. Kocasının kariyerine katkı sağlamak için her gün saatlerce uğraşan bağımlı kadın buna örnektir.

Fleming, Beck ve diğ.'nin (1990) kitabındaki yazısında bu bozukluğu idame ettiren birkaç bilişsel çarpıtmadan bahseder. Bunlardan ikisi mühim görünür:

Birincisi, bağımlıların kendilerini "doğuştan yetersiz ve çaresiz" görmeleridir; ikincisiyse kendilerini yetersiz gördüklerinden, bu tehlikeli dünyada hayatın çıkardığı sorunlarla baş edebilecek birilerini bulmaları gerektiği sonucuna varmalarıdır. Buraya kadarki kısım halihazırda öğrendiklerimizin tekrarından ibarettir. Gel gelelim öncül düşünce ve varılan sonuç arasında, gerçekliği çarpıtan çok sayıda mantık hatası bulunur. Bunların en önemlisi de dünyayı iki kutba ayırıp arada gri bölgelere yer bırakmayan ikici düşünme tarzıdır. Bağımlılarla ilgilenen olmadığında, kendilerini bu dünyada yapayalnız hissederler. Benzer şekilde bir şeyin nasıl yapılacağını eksiksiz bilmiyorlarsa, bu mutlaka (en azından onların gözünde) aşılmaz bir sorundur.

İkici düşünme, kaçınılmaz olarak üçüncü bir bilişsel çarpıtmayı doğurur: Bağımlılar, özellikle de ilişkilerle ilgili her şeyi dramatikleştirmeye meyillidirler. Ayrılık herkesin canını yakar ama bağımlıları paramparça eder. Ayrılığı daha sağlıklı bir yerden yorumlayıp, ilişkinin sona ermesinde kendi payınızın ne olduğunu anlamak için bunu bir fırsat olarak yeniden çerçevelendirebilirsiniz. Böylelikle trajik bir durumu alıp, sizi büyüten bir deneyime dönüştürmüş olursunuz. Bağımlılardaysa böyle bir seçeneği düşünmek dahi mümkün değildir. Bunun yerine, kurdukları bağların niteliğinde yaşanan her tür dalgalanmaya felaket gözüyle bakar, büsbütün terk edilmiş gibi hisseder, bunu kendilerinin değersiz ve sevilemez olduğuna ilişkin bir karar olarak yorumlarlar. Hatta çekirdek inanışları kimliklerinin göbeğine yerleşmiş olduğundan, bu tür uyumsal düşüncelerin bilince erişmesi bile olası değildir. Genelde böyle düşünceler zaten hiç yoktur ve başka birinin, örneğin bir terapistin bu felaketi yatıştırması, kişinin idrak edemediği gri alanları yaratması gerekir. Mesela Sharon eğer biraz sakin olup ilişkisine başka bir açıdan bakabilse, Tom'un aslında ilişkilerini düzeltmek için elinden geleni yapmaya hazır olduğunu görebilse, en azından kendi kimliğinin temellerini atana kadar onu boğmayı bırakabilirdi.

Bağımlılar bu ikici ve dramatikleştirici tarzlarını nasıl geliştirip sürdürürler? Bunun cevabını onlara bakım verenlerin çekirdek inanışlarında bulabiliriz. Geleceğin bağımlısının değerlendirme süreçlerine model teşkil eden bu kişiler ona hayatı, belki son anda sıyrılabileceği bir krizler silsilesi olarak yansıtırlar. Çocuklarının her zaman büyük tehlike altında olduğuna inanan ebeveynler vardır; çocukları yatağında huzur içinde uyurken bile ölüm veya sakatlık riskinin kol gezdiği hissinden sıyrılamazlar. Çocuklar normal özerklik geliştirmeye başlayınca bu ebeveynler kafalarında olmadık felaket senaryoları yazarlar ve hepsinin anafikri mutlaka aynıdır: "Özgürlük güvenliğin düşmanıdır." Yanfikirler arasındaysa şunlar sayılabilir: "Çocukların kendilerine zarar vermeyeceğine asla güvenmemek gerekir", "Çocuğuma güvenirsem onun ölümüne davetiye çıkarmış olurum." Olgunlaşmayı çocuğun kendi düşüp kendi kalkmayı öğrenmesi,

tecrübelerinden ders çıkarması gereken bir süreç olarak gören karmaşık, dengeli bir bakış açısı fazla riskli bulunarak reddedilir. Geleceğin bağımlıları böylelikle ebeveynlerinin yansıttıkları aşırı korkuyu içselleştirirler. Öğrendikleri değerlendirme süreçleri mutlaka "Kendime güvenmek felakettir" ve "Başkaları beni kendimden kurtarmalı" sonucuna bağlanır. Bu tür bir açıklama, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar arasındaki etkileşimi gözler önüne serer.

Bağımlıların bilişlerinin ikinci bir boyutu da, genel ve yaygın kalma eğilimindeki düşünce örüntülerinden oluşan bilişsel tarzlarıdır. İçebakışçı kişiler sürekli kendi içlerini tararlar; kim olduklarına, kim olmak istediklerine, hayattan ne beklediklerine dair net fikirler oluştururlar. Bağımlılar nadiren içlerine baktıklarından, kimliklerine ve yönlerine dair düşünceleri illa ki müphemdir. Mesela Sharon'a nasıl bir hayat planı olduğu sorulduğunda "Tom'la birlikte mutlu bir hayat sürmeye devam etmek" diye düşünebilir. Bağımlının stratejisinin özünde tümgüçlü, mutlak koruyucu bir başkasına sırtını tamamen dayamak yer aldığından, ne kadar kurcalanırsa kurcalansın daha derinlikli bir yanıt almak mümkün olmayacaktır.

Bağımlıların bilişsel özelliklerini bütünlüklü olarak anlayabilmek için normal bilişsel gelişim örüntüsüne biraz aşina olmak gerekir. Piaget'ye (1954) göre bilişsel gelişimin son evresi biçimsel işlemlerin gelişimidir. Bu evrede çocuk, dünyayı soyut olarak temsil etme kapasitesi edinir. Gel gelelim daha yakın dönemdeki düşünürler biçimsel işlemlerin ardından muhakeme gelişimiyle ilgili bir düşünce evresinin daha geldiğini öne sürmüşlerdir. Soyut becerilerimizi dünyayı farklı şekillerde yapılandırmak için kullanınca, hiçbir hayat felsefesinin veya hiçbir yaşam biçiminin hayatın tamamına yetmediğini ister istemez fark ederiz. Zira dünya doğası gereği karmaşık bir yerdir; hatta öyle karmaşıktır ki tek bir felsefi sistem açısından ele alınması mümkün değildir. Tüm felsefeler ve bakış açıları dünyayı basite indirgemeye mecburdur; haliyle bazı şeyleri dışarıda bırakırlar. Herhangi bir bakış açısı soyut haliyle kulağa ne kadar iyi gelirse gelsin, nihayetinde somut düzlemde yetersiz kalır. Bu durumda neyi neden yapacağını bilmek bir muhakeme meselesidir ve alternatif olasılıkları, neyin neden başarılı veya başarısız olacağını, ilgili taraflar açısından getirebileceği fayda ve zararları bilmeyi gerektirir. En önemlisi de; sonuca dair şahsi veya umumi beklentileri olanların değerlendirmelerine açık, makul bir plan oluşturmak için kendine güvenin varlığının, sağlam muhakeme açısından zaruri olmasıdır.

Bebekliğinden bu yana yaşamının en ufak detayları bile yetkin otorite figürlerinin kontrolü altında olan çoğu bağımlıda, nitel açıdan gelişkin muhakemelerde bulunma potansiyeli hiç gelişmez. Diğer insanlarsa ya bağımlının beceriksiz olduğuna kanaat getirir ya da kontrolü kendiliğinden ele alıp her meselede en iyi sonucun ne olacağına ve oraya nasıl ulaşılacağına bizzat karar verirler. Her iki

durumda da bağımlılar kendilerini tekrar tekrar, bilişsel gelişimlerini faal biçimde engelleyen bir balonun içinde bulurlar. İcadın anası ihtiyaç olabilir ama ihtiyaç aynı zamanda bir dizi bilişsel becerinin, özellikle de plan yapma, farklı alternatifleri akılda bulundurma, başkaları ve kişinin kendisi açısından sonucun iyi olacağına işaret eden kriterleri tespit etme ve bir eylem planının başarılı olma olasılığını değerlendirme becerilerinin de anasıdır. Ve paradoksal olarak, tam da bu kesintisiz bakım alma yüzünden ihtiyaçlarının sorumluluğunu başkasına devretmiş olan bağımlılarda mevzubahis bilişsel beceriler asla tam manasıyla gelişemez.

Yine de bağımlı kişilerin topyekûn cahil veya eğitimsiz oldukları sanılmasın. Örneğin iyi not almak gibi somut beklentilerin öğretmen ve velilerden onay, övgü ve ilgi topladığı okul ortamına normal sınırdaki bağımlılar hemen uyum sağlayabilir, ortalamanın üstünde karneler alabilirler. Hatta bazıları öğretmenin gözdesi olur. Ama mutlaka değerlendirmeden geçecekleri ve nasıl bir yol izlemeleri gerektiğinin net olmadığı durumlarda, normal sınırlardaki bağımlılar bile kaygılanıp depresif hale gelebilirler. Tanı alacak düzeyde bozukluğu olanlarsa muhtemelen ya o ortamdan kaçacak ya da gözyaşlarına boğulacaklardır. Bilişsel açıdan yeterince gelişkin olmamaları, olasılıkları değerlendirmelerini ve ilişkili her birey açısından kâr-zarar hesabı yapmalarını engeller. Ayrıca başkalarını hayal kırıklığına uğratmaktan korktukları için buna teşebbüs dahi etmeyebilirler. Bunun yerine bağımlının biliş süreçlerinin kilit noktası; karmaşık değerlendirmelerden azade, basit ama çok daha idare edilebilir bir dünya inşa etmektir. Nasıl ki kompülsif iç dünyasında kontrol ve düzen arar, bilişsel açıdan bağımlının da ihtiyacı basitliktir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Kişilikle ilgili pek çok yaklaşım vardır; bütüncül bir kişilik yaklaşımının farklı kavramları tek bir bileşende toplaması gerekir. Histrionik, narsisist ve antisosyalle birlikte bağımlı kişilik, kişilerarası ilişkilerde dengesizlik yaşayan kişilik tarzlarındandır. Evrimsel kuramda (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) bağımlı kişiliğe pasif-bağımlı örüntü adı altında yer verilir. 2. Bölüm'den hatırlayacağınız üzere evrimsel bağlamda pasiflik çevreye uyum sağlama, yani çevrenin sunduklarını olabildiğince değerlendirebilme eğilimidir. Narsisist ve antisosyal kendi bencil istek ve arzularını doyurmanın peşindeyken, bağımlılar hayatlarını anlamlı kılmak için başkalarından yardım alır, sırtlarını dayadıkları kişilerden ayrılıp bağımsız hareket etmek zorunda kalmamak için kendi yeterliliklerini kasten küçümserler. Hayatlarını, çevrelerindeki kişilerin her an onlarla ilgilenip onlara rehberlik edebileceği şekilde düzenlerler. Elinden her şey gelen masalsı bir kahraman; yani onlara bakacak, onları hayatın rekabetçi mücadelelerinden

kurtaracak ve bu düşmancıl dünyada onlara zarar gelmesini engelleyecek birini ararlar. Bu strateji, dürtüsel ve yıkıcı bir tarzla da olsa çevreyi kendi ihtiyaçlarına uygun hale getirmeye çalışan faal kişiliklerin, özellikle de antisosyallerin kullandığı stratejinin tersidir.

Bağımlı kişiliğin buraya kadar ele alınan yaklaşımlarda tartışılan özellikleri, onun pasif doğasını destekler. Bu kişiler, çevreyi şu veya bu açıdan kendi ihtiyaçlarına belirgin biçimde uygun hale getirmelerine yardımcı olacak beceriler edinmekten kaçınırlar. Kendilerini yetersiz gördüklerinden; kullanabilecekleri vekiller, hiç de dost canlısı olmayan bir dünyaya onların adına çıkabilecek güçlü, deneyimli figürler ararlar. Kendilerine bakım veren kişilerle yakın bağ kurmak için hep tatlı ve naif bir yaklaşım benimserler. Dünyaları basit, karmaşıklıktan uzak kalır; gelişimleriyse çocukluğun sınırlarına erişinceye dek askıya alınır. Tablo 8. 1'de bağımlı kişilik, sekiz kişilik alanı bakımından özetlenmiştir. Kuram bazlı diğer kişilik yapılarıyla farklarını ise bir sonraki kısımda ele almaktayız.

Somut kanıtların yetersizliği ve öğrenmenin sorgulanmamış etkisi bir yana, sağduyumuz bize bireyin kalıtımsal biyolojik donanımının deneyimleri nasıl algılayacağı veya bunlara nasıl tepki vereceği konusunda belirleyici olabileceğini, bunun da onun pasif veya bağımlı davranış tarzını öğrenmesiyle sonuçlanabileceğini söyler. Bağımlılığın kendisi kalıtımsal değildir ama bazı genetik donanımların, "normal" yaşam deneyimlerinin etkisiyle bağımlı kişilik örüntüsüne dönüşme ihtimali hayli yüksektir.

Tüm bebekler yardıma muhtaçtır; onlara bakım verenlerin sağlayacağı korumadan, ilgiden başka seçenekleri yoktur. Yaşamın ilk birkaç ayında çocuklar çevrelerindeki nesneleri, rahatlıklarını ve doyumlarını ne kadar artırdığı üzerinden müphem biçimde algılar, bu nesnelere olumlu pekiştireç görevi gördüğü için "bağlanırlar". Bunların hepsi doğaldır. Gel gelelim kurdukları bu bağlar fazla kısıtlıysa veya kendi kendilerini teşvik edebilmelerini sağlayacak yetkinlikler geliştirmelerine engel olacak kadar derin köklere sahipse, zorluklar yaşanmaya başlar.

Yeterli düzeyde pekiştirici uyarılmaya maruz kalınmakla beraber bu uyarılmanın yalnız tek bir kaynaktan, genellikle de anneden geldiği durumlarda bebeklerin bağımlı özellikler geliştirmelerini beklemek makul olacaktır. Bu bebekler uyaran bakımından ne mahrum kalırlar ne de zenginleşirler. Ne var ki bu uyarılmalar alışılmadık ölçüde dar bir nesne yelpazesinden gelir. İşte bu çeşitsizlik yüzünden, bebek diğer tüm nesneleri dışlayarak tek bir nesneyle tek bir bağ kurar ki buna da saplantı (fiksasyon) denir.

Bu özel ve dışlayıcı bağın oluşumunda çok sayıda etken rol oynayabilir. Çocuğun geçirdiği olağandışı hastalıklar veya yaşadığı uzun süreli fiziksel sıkıntılar normal bir annenin bebeğine bu yaşta beklenenden daha fazla ilgi göstermesine neden olabilir. Öte yandan aşırı kaygılı bir anne de normal çocuğunun gerçekte

olan veya onun olduğunu hayal ettiği ihtiyaçlarına karşı teyakkuz halinde olabilir, bu da çocuğa haddinden fazla dikkat vermesine, onu fazlaca öpüp okşamasına vs. yol açabilir. Arada bir, aile yaşamında ortaya çıkan özel durumlar bebekle anneyi simbiyotik bir bağımlılığa sokabilir.

Yaşamın ilk evrelerinde annelerine çok yapışmayan çocuklarda da bağımlı örüntü gelişebilir; bağımlılık emaresi davranışların edinilmesini sağlayan deneyimler, ilk evredeki anneye özel bağlanma sürecinin dışında da yaşanabilir.

Çocuğun eksik bazı yetilerinin ve mizaç yatkınlığının olması, örneğin fiziksel yetersizliklerinin bulunması, yeni zorluklarla karşılaşmaktan korkması, tek başına kaldığında ıstırap çekmesi de hiç ender rastlanan bir durum değildir. Bazı çocuklar fıtri mizaçları veya erken dönemde öğrendikleri dolayısıyla başkalarında korumacı davranışlar uyandırır; çocuk onları buna "zorladığı" için ebeveynleri istemeden de olsa aşırı korumacı alışkanlıklar edinmiş olabilirler. Benzer şekilde, uzun dönemli hastalık geçirmiş çocuklar fiziksel kısıtlılıklarından veya haklı olarak endişeli ebeveynlerinin eylemlerinden dolayı olgunlaşma kapasitelerini faaliyete geçirmekten mahrum kalmış olabilirler.

Yapısal yatkınlıkların ve fiziksel kusurların işleyişini izale eden ortalama bir çocuk, bu evrede kendi büyüme kapasitesini ortaya koyar ve kendisi için daha fazla şey yapmak için çırpınır. Kendi kendine yetme ve çevresine hâkim olma noktasına doğru bu normal ilerleyişe ebeveynlerin aşırı kaygısı veya başka zararlı davranışları ket vurabilir; örneğin bazı ebeveynler "bebeklerini" kaybetmekten korktuklarından çocuklarının bağımsızlığa engel olabilir, çocuklarını daha fazla özerklik kazanmaktan alıkoymak için önlerine sayısız bariyer çekebilir, dikkatlerini dağıtacak cazibelerden faydalanabilir. Bu ebeveynler çocuklarının ev dışındaki keşif serüvenlerini sınırlandırır, olur da kendilerini fazla zorlar veya incitirlerse diye endişelenir, anneyi dinledikleri sürece onlara istedikleri her tür rahatı ve ödülü sağlarlar. Düşe kalka yeni beceriler öğrenmelerine izin vermektense, ebeveynleri her şeyi onların yerine yaparlar; işlerini kolaylaştırırlar, artık rahat rahat yürüyor olsalar bile onları kucakta taşırlar, 3 yaşına kadar yemeklerini bizzat yedirirler, 10 yaşına kadar ayakkabılarını bağlarlar, vesaire. Tekrar tekrar, çocukların "kendi başlarına halletme" dürtülerine set çekilir.

Nihayetinde salt ebeveynlerine yaslanarak rahatlıkla doyum elde edebilen çocuklar beyhude bağımsızlık çabalarından vazgeçerler ve hayatın vaat ettiği ödülleri elde etmek için ne yapmaları gerektiğini, teşvikleri hak etmek için kendiliğinden harekete geçmeyi asla öğrenemezler; yapmaları gereken tek şey pasifçe arkalarına yaslanıp her şeyi "anneye bırakmaktır".

Kişinin akran grubundaki deneyimleri de benzer şekilde bağımlılığa zemin hazırlayan zorluklar yaratabilir. Özellikle de ergenlikte kişinin çekici olmadığını ve rekabette geride kaldığını düşünmesi sosyal açıdan küçük düştüğünü hisset-

TABLO 8. 1 Bağımlı Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Yetersiz*<br>Yetişkinliğin getirdiği sorumluluklardan kaçmak için yardıma muhtaç taklidi yapar ve başkalarının onunla ilgilenmesini sağlamaya çalışır. Uysal ve pasiftir, işlevsel yeterliğe sahip değildir, kendi isteklerini ön plana çıkarmaktan kaçınır. | **Benlik İmgesi** | *Beceriksiz*<br>Kendisini zayıf, kırılgan ve yetersiz bulur. Kendi tutum ve yetkinliklerini küçümseyerek özgüven eksikliğini ortaya koyar; dolayısıyla kendisini bağımsız hareket edemeyecek kadar aciz görür. |
| Kişilerarası Davranışlar | *İtaatkâr*<br>Aşırı miktarda tavsiye ve güvencenin yanı sıra, yokluğunda kendisini kaygı verici düzeyde yalnız ve çaresiz hissedeceği güçlü, ona bakabilecek bir figüre kendini adamaya ihtiyaç duyar. | **Nesne Temsilleri** | *Çocuksu*<br>İçselleştirilmiş temsilleri başkalarına dair çocuksu izlenimlerden, güdük kalmış fikirlerden, eksik anılardan, iptidai dürtülerden, çocuksu muharriklerden/itkilerden oluşur ve stres kaynaklarını yönetip bunlara çözüm getirme becerisi minimum düzeydedir. |
| Bilişsel Tarz | *Naif*<br>Başkalarına nadiren karşı çıkar ve çok çabuk ikna olur. Şüpheci değildir, hemen kanar. Kişilerarası zorluklarda pollyannacı bir tavrı vardır, nesnel sorunları sulandırır ve rahatsız edici olayları yumuşatır. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Gelişmemiş*<br>Yetişkinlere özgü görevlerini ve ihtiyaçlarını giderme sorumluluğunu başkalarına havale ettiğinden, hem morfolojik yapısı kusurludur hem de içsel düzenleyici kontrol mekanizmaları eksiktir; haliyle uyum sağlama becerilerinin çoğu yeterince gelişmemiş, çeşitlenmemiştir ve bağımsız hareket etmesini sağlayacak temel bir sistemden de mahrumdur. |
| Düzenleyici Mekanizma | *İçe Atma*<br>Derinlerdeki karşıt ve yasak duyguların yüz seksen derece tersi olan olumlu düşünceleri ve sosyal açıdan cazip davranışları tekrar tekrar sergiler; başkalarını öfkelendiren veya yıldıran durumlar karşısında makul ve olgun bir tavır takınır. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Pasif*<br>Sıcak, nazik karakterlidir, rekabete girmez. Sosyal gerilimden ve kişilerarası çatışmalardan kaçınmak için elinden geleni yapar. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

mesine ve kendinden şüpheye düşmesine yol açabilir. Gel gelelim bu gençler kaçıngan ergenlere kıyasla daha şanslıdırlar çünkü en azından sevgi ve kabul görecekleri evlerine çekilebilirler; kaçıngan gençlerse ailelerinden pek az teselli ve destek görürler. Evdeki cari sevgi ve sığınma imkânını hafife almamak gerekir ama uzun vadede bu durum çocukların zararına olabilir çünkü bir noktada

kendi ayaklarının üstünde durmayı öğrenmeleri şarttır. Ebeveynlerin aşırı korumacılığı, onların kendi başlarının çaresine bakamayacaklarına dair zımni bir mesaj taşır. Şımartılan çocuklar kendilerini ebeveynlerinin gözünden (yetersiz, çıtkırıldım, aşırı hassas vs. oldukları için sürekli özel bakım ve gözetim gerektiren insanlar olarak) görmeye meyillidirler. Benlik imgeleri, ebeveynlerinin gözündeki zayıf ve aşağı imajın yansımasıdır.

Dış dünyaya açılmak zorunda kaldıklarında bu aşağılık hislerinin doğrulandığını, kendi yaşıtlarından nesnel açıdan çok daha yetersiz ve çocuksu olduklarını fark ederler. Kimliklerine dair tereddütler taşıyan ve kendilerini zayıf, yetersiz gören bu çocukların; erken dönemdeki örüntülerine sığınarak hayatlarını başkalarının idare etmesine, onlara başkalarının bakmasına yönelmekten başka pek bir seçenekleri kalmaz.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Bağımlının diğer kişilik bozukluklarıyla, özellikle de histrionik, kaçıngan, mazoşist ve sınırda kişiliklerle çok sayıda ortak noktası vardır.

Histrionik ve bağımlı kişilikleri birbirinden ayırmak genellikle kolaydır ama bazı ortak özellikleri de mevcuttur. Hem bağımlılar hem de histrionikler sosyal onaya ve sevgiye açtırlar. İkisi de bağlı oldukları kişileri memnun etmek ister ve sevgi arayışları yüzünden ikisi de partnerlerinin hoşnut olmayacağı duygu ve düşüncelerini yok sayar. İkisi de kendi kimliklerini ortaya koymaktan kaçınır çünkü bunu yaparlarsa diğer insanlara nahoş bulabilecekleri somut bir şey sunmuş olurlar. Son olarak, ikisi de kınanmaya karşı aşırı hassastır ve her tür ilgisizliği veya eleştiriyi yıkıcı bir şey olarak deneyimleyebilirler.

Bağımlı ve histrionik kişilikler arasındaki kilit fark, başkalarını hayatlarının merkezine koyarken kullandıkları ilişkisel stratejilerdir. Bağımlılar sırtlarını pasifçe başkalarına dayayarak onlardan koruma, bakım, güvenlik, rehberlik alırlar. Çaresiz tutumlarıyla diğer insanları faal biçimde duruma müdahil olup onların hayatını düzenlemeye, yönetmeye teşvik ederler. Histrionikler ise aktiftirler. Kenarda oturmaktansa inisiyatif alıp, özellikle de o çok ihtiyaç duydukları dikkat ve onayı temin etmek için hayat koşullarını gerektiği şekilde değiştirirler. Başkalarının yeti ve becerilerinin kendi hayatlarını şekillendirmesini pasifçe beklemezler. Bunun yerine, histrionikler ilgiyi oluk oluk akıtacak şeyler yaparak ilişkilerinin sağlam olduğuna kendilerini ikna ederler. Başkaları onlardan sıkılmadığı, onlara olan ilgisini kaybetmediği müddetçe histrionikler bağlarının sağlam olduğunu bilirler. Bağımlı da başkalarının dikkatini üstüne çeker ama histrionik bunu özellikle kışkırtır. Dolayısıyla bağımlılar boyun eğen, kendini geri planda tutan, uysal kişilerdir; histrionikler ise sosyal, cezbedici, baştan çıkarıcıdırlar.

İlgiyi üzerine toplayamayan histrionik surat asabilir, öfkelenebilir; bağımlı ise kendisine bakım verenlere duyduğu öfkeyi belli etmekten korkar.

Kaçıngan ile bağımlı arasındaki farkı, en azından yüzeysel davranışlara bakarak görmek biraz daha zordur. Gerek bağımlılar gerekse kaçınganlar utangaç, özgüvensiz, eleştiriden korkan bir görünüm sergileyebilirler. Ayrıca ikisinin de korunma ve ilgi görme ihtiyaçları çok güçlüdür. Gel gelelim bağımlılar genellikle utangaç ve masum taklidi yaparak diğer insanları, sınırları ihlal edip kontrolü ele geçirmeye teşvik ederler. İtaatkârlıkları otomatik olarak tahakkümü kendine çeker. Bağımlılar eğer diğer insanları özünde güvenilir bulmasalar, böyle bir taktiği benimseyemezlerdi. Peşlerinden gelinmesi için kaçarlar; amaçları hayat boyu onlara çobanlık edecek, onların sadakatlerini onları koruyarak ve onlara nazik davranarak ödüllendirecek aydınlanmış despotlar bulmaktır. Dolayısıyla bağımlı kişi özü itibariyle kişilerarası tekliflere açıktır. Kaçıngan ise reddedilmekten ve küçük düşmekten korkarak insanlardan uzaklaşır. Diğer insanlara güvenmez çünkü onu mikroskobun altına koyup her tür kusurunu alenen inceleyeceklerine inanır. Ayrıca bağımlılar kendi adlarına inisiyatif alma konusunda genelde acizken, kaçınganlar sosyal açıdan yargılanmalarının mümkün olmayacağı koşullarda kendi potansiyellerini geliştirip özerklik kazanabilmeyi her şeyden çok isterler.

Benzer şekilde hem bağımlılar hem de mazoşistler genellikle kendilerini geri planda tutma ve itaat etme eğilimindedirler fakat gerekçeleri farklıdır. Bağımlılar, onları yaşamın zorluklarından koruyacak güçlü ittifaklar kurarak kendilerini güvenceye alma peşindedirler. Biçarelikleri sanki başarı olasılıklarını ortadan kaldırıyormuş gibi görünebilir ama aslında başkalarını kullanma gibi daha büyük bir amaca hizmet eder. Mazoşistler ise kendi çıkarlarına hizmet edecek şekilde davranırlar ama hemen ardından elde edecekleri başarıdan suçluluk duyarak veya korkarak kendi fırsatlarını baltalarlar. Bağımlılar pasif kaldıkları için başarısız olurlar, mazoşistler ise başarısız olmak için aktif çaba gösterirler.

Son olarak, bağımlılar ve sınırda kişiliklerin de terk edilme korkusu başta olmak üzere bazı ortak noktaları vardır. Sınırda kişilikler ilaveten, kendileriyle başkaları arasındaki sınırları bulanıklaştırma eğilimindedirler ve sıklıkla ilişkinin başında partnerlerini idealleştirirler. Gel gelelim sınırda kişilikler öfkelerini ve sık değişen duygularını hemen ifade edebilir, yoğun duygularıyla başkalarının gözünü korkutabilirlerken bağımlıların böyle bir etki gücü genelde yoktur. Benzer şekilde sınırda kişilikler terk edilmemek uğruna partnerlerini kontrol etmeye çalışabilirler; bağımlılar ise pasifçe oturup başlarına gelecekleri bekler ve sonucun iyi olacağına inanmak isterler. Ayrıca bağımlılar kendilerine bakım veren kişilerden sevgi ve rehberlik gördükleri müddetçe iyi işlev gösterebilirler. Oysa sınırda kişiliklerin sürekli değişen duyguları çok daha şiddetli bir psikolojik dağılmaya işaret eder. Yoğun stres altında oldukları dönemlerde sınırda kişiliklerin

gerçeklikle bağlantıları geçici olarak kopabilir. Bağımlılardaysa panik atakların veya diğer kaygı bozukluklarının görülmeye başlaması daha muhtemeldir.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Bağımlıların çok çeşitli klinik sendroma doğal yatkınlıkları vardır. Elbette herkesin kendine özgü bazı özellikleri olduğundan herkeste farklı bozukluklar oraya çıkabilir ama her halükârda, kişilik bozukluğuyla onu takip eden sendrom arasındaki mantık ilişkisi kolaylıkla görülebilir. Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın. Bağımlı özelliklerle diğer patolojilerin gelişimi arasındaki bağlantıya dair bilgimiz daha fazla olduğundan, burada bu konuya diğer bölümlerdekine nazaran daha fazla yer ayırdık.

### *Kaygı*

Bağımlılar kaygı bozukluklarına, özellikle de panik bozukluğu ve agorafobiye son derece yatkındırlar (Marshall, 1996; J. Reich, 1987; Starcevic, 1992). Yaygın kaygı bozukluğu olanlar sürekli endişe içinde yaşarlar. Bu endişelerinin çoğu terk edilmekle, baş edememekle ve hatta hayatta kalamamakla ilgilidir. Veyahut, özellikle de yetişkin sorumlulukları üstlenmeleri için baskı altında olduklarında, zayıf becerilerinden dolayı yoğun performans kaygısı yaşayabilirler. Böyle kişiler huzursuz veya gergin hissedebilir, kolay yorulabilir, uyku sorunları yaşayabilirler. Örneğin yatakta saatlerce gözlerini kırpmadan, eşleriyle aralarında geçen konuşmaları kafalarında tekrar tekrar çevirip onları gücendirecek, ilişkilerini riske atacak bir şey söyleyip söylemediklerini kontrol edebilirler. Bir kısırdöngü meydana gelebilir; kaygı, bağımlıda zaten bulunmayan sorun çözme becerilerini iyice baltalayabilir ve bu da daha çok kaygı yaratabilir (Turkat ve Carlson, 1984). Güvenliklerine yönelik tehditlerin çapı daha dar olduğunda özgül fobiler ortaya çıkabilir. Bunlar yalnızca kaygıları somut tehditlere demirlemekle kalmaz, aynı zamanda diğer insanlara bağımlıların ne gibi uyaranlardan uzak durmak istedikleri konusunda çok nesnel bilgiler vermiş olur.

Çoğu bağımlı için terk edilme veya çaresiz kalma beklentisi bazen o kadar gerçek hale gelir ki birden felaket düşüncelerinin altında ezildiğini fark eder ve dört başı mamur bir panik atağı geçirir. Bazıları bu atakları; ilkin, sorumluluk almalarına engel bir rahatsızlıkları bulunduğunun somut kanıtı, ikincileyin, diğer insanları onlarla ilgilenmesini, sempati ve desteğini esirgememesini sağlamak için, manipülatif amaçlarla kullanırlar. O halde, kişinin hastalıktan çıkarına işaret eden ikincil kazançların etkisi bağımlılarda katmerlenir. Bekle-

neceği üzere bağımlıların panik ataklarına sıklıkla agorafobi, yani kaçmanın mümkün olmadığı koşullarda yalnız veya çaresiz kalma korkusu eşlik eder. Bağımlılık göstergeleri ne kadar çoksa, iyileşme de o kadar zorlaşır (Hoffart ve Hedley, 1997). Evden uzak bir yere gitmek, sırada veya kalabalıkta beklemek, yabancılarla otobüse veya trene binmek gibi durumlarda eğer kişiye ona güven veren biri eşlik ederse, korkuya tahammül etmek kolaylaşır. Psikanalitik açıdan bakıldığında, bu eşlikçi bebeksi bağımlılığın uyandırdığı fobik kaygıyı yatıştıran koruyucu bir anne figürü görevi görür (Kleiner ve Marshall, 1985).

### *Depresyon*

Depresyon ile bağımlılık arasındaki ilişki çokça araştırılmıştır. Hatta bu ikisi öyle sık birbiriyle bağdaştırılır ki ayrı ayrı ölçülmesinin mümkün olup olmadığını araştıranlar bile olmuştur (Overholser, 1991). Bilişsel kuramcılar, depresyonun iki temel bileşeni olarak umutsuzluk ve çaresizliği ön plana çıkarırlar. Aradaki bağlantı barizdir: En azından öznel olarak; umutsuz kişilerin gelecekten beklentisi, çaresiz kişilerinse hayatlarını yola koyma imkânları yoktur. İki özellik de bağımlı kişilikle yakından ilişkilidir. Bağımlılar pek az beceriye sahip olduklarından ellerinde tek tük gergin ilişki ve derin çaresizlik hissinden başka bir şey olmayabilir. Benzer şekilde yaşamın karmaşıklığının üstesinden kendi başlarına gelmeyi öğrenme ihtimalleri olmadığından çabucak umutsuzluğa kapılırlar. Gerçekten terk edilen bir bağımlı güvence görmek, desteklenmek için yalvarır hale gelebilir. Hem karşı tarafta sempati uyandırmak hem de eski koruyuculardan gelebilecek yeni eleştirilerin önünü kesmek için abartılı suçluluk duyguları ve kendi kendini hırpalama da sıkça kullanılır.

Kişi depresyona girdiğinde, bağımlılık iyileşme sürecini karmaşıklaştırır. Hayatın olağan akışında herkesin başına kötü şeyler gelir ama yaşanan olumsuzluklar; baş etme kaynakları ve motivasyonu halihazırda sekteye uğramış olan depresifler için bilhassa yıkıcıdır. Normal sıkıntılarla baş etme çoğu zaman psikoterapide ele alınan ana başlıklardan biridir çünkü zor olaylar yaşayan kişilerde depresyonun nüksetme ihtimali daha fazladır. Ayrıca bu olaylar hayatın çok değer verilen kısımlarını etkiliyorsa nüksetme ihtimali daha da artar: İyileşme sürecindeki bir depresifin halihazırda hazin bulduğu yaşantısında ona güç veya haz veren tek tük şeyden birini ortadan kaldırmak, felakete zemin hazırlar. Öte yandan her bireyin bağımlılık düzeyini göz önünde bulundurarak kimlerin durumunun kaç haftanın ardından tekrar kötüleşeceğine dair öngörüde bulunmak konusunda gelişme kaydetmek mümkündür (Lam, Green, Power ve Checkley, 1996). Yaşanan sıkıntının düzeyi aynı kalsa bile, iyileşme sürecindeki depresiflerden bağımlılık düzeyi yüksek olanlarda nüksetme daha erken yaşanabilir. Bağımlılıkla majör depresyonun

nüksetmesi arasındaki ilişki, katılımcılarda ilk araştırmanın üstünden altı yıl geçtikten sonra bile tekrar gösterilebilmiştir (Alneas ve Torgersen, 1997).

### *Yeme Bozuklukları*

Bağımlılarda yeme bozukluklarının beklenenden yüksek oranda görüldüğüne ilişkin bulgular da mevcuttur (Tisdale, Pendeliton ve Marler, 1990; Wonderlich, Swift, Slotnick ve Goodman, 1990). Borstein (2001) kişilerarası bağımlılıkla yeme bozukluğu arasındaki ilişkiye dair yürüttüğü meta analizde, hem anoreksiya hem de bulimiada aradaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu bulmuştur. Gel gelelim yeme bozukluklarında bağımlı kişilik de dahil diğer kişilik bozukluklarının belirtileri de görülür. Ayrıca yeme bozukluğu semptomları hafiflediğinde, bağımlılık düzeyi de düşer. Yani aradaki ilişki belirgin olmakla beraber nispeten mütevazı düzeydedir ve özgül bir yapısı yoktur.

### *Fiziksel Semptomlar*

Bağımlılar hayatlarının kontrolünü ele alıp doğrudan koşullarını değiştirerek baş edemediklerinden, bunun daha dolaylı bir yolunu bulmaları gerekir. Teoride, hem onları sorumluluktan kurtarmaya hem de koruyucularını onlara daha yakından bağlamaya hizmet edecek sendromlar geliştirmeleri gerekir; böylelikle ikincil kazanç namına bir taşla iki kuş vurmuş olurlar. Fobik bozukluklar bir yoldur, fiziksel bozukluklarsa başka bir yoldur. İşlevsel açıdan hemen hemen eşit gibidirler ama önemli bir farkla: Kaygı bozukluğu, bağımlıyı çok zayıf olduğu veya yetişkin gibi davranmayı kabul etmediği gerekçesiyle suçlanma ve alay edilme ihtimaline karşı savunmasız bırakır.

Bağımlılık ile fiziksel bozukluk arasındaki bağlantıysa daha az belirgindir, daha kolay inkâr edilebilir ve başkalarında daha çabuk sempati ve sadakat uyandırır (Öyle ki bağımlı kişi kadar tatlı ve masum birine bile zulmeden bu amansız dünyadan yakınılabilir.). Bu tür hastalıklar dikkati sıkıntının asıl kaynağından, yani başkalarının ilgisinin kaybedilmekte olduğu ve ilişkilerdeki bağların bir şekilde gerildiği ya da zayıfladığı hissinden uzaklaştırır. Bir diğer ihtimal de bazı bağımlılarda sahte hastalıkların; bu kadar nesnel ölçüde çaresiz ve beceriksiz oldukları için kendilerine yönelttikleri, bedensel ağrı ve fiziksel yorgunluk kisvesi altına gizlenmiş bir saldırı olmasıdır. Çoğu zaman bağımlılık ile fiziksel rahatsızlık arasındaki ilişki bilinçdışı düzeyde gerçekleşir. Öte yandan, özellikle ağır vakaların hasta rolüne bürünmelerini ve bu sayede fiziksel semptomlarını kullanarak gerekli ilgi ve talebi görmelerini garanti edecek fiziksel semptomları bilinçli olarak üretmeleri mümkündür.

Jack vakasını ele alalım. Kendisi şu an işsiz ve aynı Sharon gibi boşanma aşamasındadır (bkz. Vaka 8. 2). Jack'in bağımlı bir kişiliğe sahip olduğu aşikârdır. Hiç gerçek bir işi olmamıştır; babasının muhasebe firmasında çalışır, orada da ancak ara sıra diğer elemanlara kahve, sigara veya o tür şeyler getirir. Naif ve çocuksu yaklaşımından ötürü insanlarla ters düşmekte zorlanır. Kronik sırt ağrıları sorulduğunda Jack ne diyeceğinden emin olamayarak sürekli karısı Joan'a bakar. Ev işleriyle ve bütçesiyle başından beri Joan ilgilenmektedir. Başka bir erkek olsa ailesini geçindiremediği için kendisini kötü hissedebilir ama Jack bu başarısızlıktan hiç rahatsız değildir; aksine, hayatında ona bakacak birilerinin olmasından son derece memnundur. Joan da bu saadet zincirinin son halkasından ibarettir. Somatizasyonu olan hastaların çoğu gibi Jack'in de sorunları biraz fazla kullanışlı görünmektedir. Bedensel engelli raporu alma noktasına varmış birinden beklenecek ölçüde sıkıntı yaşamaz. Ağrısının aniden, tam da boşanma davasının açıldığı gün ortaya çıkmış olması, bu semptomların gerçekten çok işlevsel olduğunu düşündürür.

## Terapi

Bağımlı kişilikle psikoterapinin prognozu genelde iyidir fakat sosyal destek sistemleri sağlam olan çoğu bağımlı terapiye başvurmaz; korunma, bakım görme, yönlendirilme ihtiyaçları nasılsa başkaları tarafından karşılanıyordur. Terapiye başvurduklarında da bunun sebebi çoğu zaman, tıpkı Sharon ve Jack örneklerindeki gibi sosyal dünyalarında yaşanan bir bozulmadır. Antisosyal ve narsisist gibi benmerkezci kişilikler genelde terapiyi vaktinden önce bırakma eğilimindeyken, bağımlıların devam etme motivasyonları hayli yüksektir. Terapi ilişkisi onlara tam da günlük yaşamlarında eksik olduğunu hissettikleri kaynakları kendiliğinden sağlar. Hatta terapist; kendilerine doğal olarak yükledikleri eleştirileri, suçlamaları ve suçluluk duygularını dengeleyecek şekilde onları dikkatle dinleyen, kabul eden, onlara güven ve empati sunan bir tür ikame bakım verene dönüşür. Terapistin gücü ve otoritesi rahatlatıcıdır, teskin edicidir ve bağımlıların yardıma muhtaç oldukları anlarda aradıkları idealleştirilmiş tümgüçlü figürü karşılar. Ayrıca bağımlılar güvenmeye ve konuşmaya çoğunlukla hazırdırlar, keza terapist de dinlemeye hazırdır. Bu kişilerle terapinin hemen her zaman olumlu bir başlangıcı olur, hızla ve kesin suretle ilerleme kaydedileceği izlenimi yaratır.

### Terapideki Tuzaklar

Bağımlının terapisti memnun etmeye hazır olması ve hızlı ilerleme vaadi, etkin psikoterapinin önündeki başat engellerdir. Bağımlı, konuşması gerektiği

34 yaşında işsiz bir erkek olan Jack'i terapiye aile hekimi yönlendirmişti. Jack tüm randevularına eşi Joan'la birlikte geliyordu. 22 senedir çalıştığı işten yakın zamanda çıkarılmıştı. Joan, Jack'in halsizlikten ve onu iş göremez hale getiren sırt ağrılarından mustarip olduğu konusunda son derece ısrarcıydı ama Jack neden bir uzmana görünmesi gerektiğini anlamamış gibiydi ve sorulan sorulara her defasında karısının yanıt vermesini bekliyordu. Joan, Jack'in ciddi ölçüde fiziksel engeli olduğunu ve engelli maaşı alması gerektiğini savunuyordu. Ağrısı için herhangi bir fiziksel gerekçe bulunamayınca psikolojik değerlendirmeye sevk edilmişti.

Jack altı çocuklu bir ailenin en küçük çocuğu ve tek oğluydu. Annesi ona gözü gibi bakmış, sorumluluklarını az tutmuş ve kendine zarar verir korkusuyla dışarıda yapabileceği faaliyetleri sınırlandırmıştı. Çocukluğu ve ergenliği boyunca Jack'in ablaları ve ebeveynleri onu o kadar koruma altına almışlardı ki ihtiyaç duyduğu en önemli beceriyi ya hiç edinmemiş ya da geç edinmişti. Doğası gereği iddiasız bir hali olduğundan Jack de kendisine biçilen bu rahat rolü benimsemişti. Jack "ergenlikteki o isyankâr dönemden" hiç geçmediğini söylüyordu.

Lisede Jack'in sosyal hayatını annesi ve ablaları yönetmiş, hatta mezuniyet balosunda kavalyelik edeceği kızı bile onlar bulmuşlardı. Seçmeli derslerine, okul dışı faaliyetlerine hep onlar karar vermişlerdi. Jack 20 yaşındayken annesi çöpçatanlığa girişip onu bir aile dostunun kızı olan Joan'la tanıştırmıştı. Joan, Jack'ten beş yaş büyüktü ve ona bakmaya gayet hevesliydi. Altı ay sonra evlenmişlerdi. Joan evi başarıyla çekip çeviriyor, faturalarla ve ev idaresiyle ilgili her sorumluluğu üstleniyordu.

Jack uzun yıllar boyunca babasının muhasebe bürosunda asistan olarak çalışmıştı. Babası onun şirkette yönetim düzeyinde sorumluluk almasını umuyordu ama Jack en basit bilgisayar veya yönetim becerileri i bile kazanamamıştı. Hal böyle olunca büronun odacısı haline gelmiş, diğer çalışanların kahvelerini, mektuplarını getirip götürür olmuştu. Kimseyle ters düşmek istemeyen yumuşak başlı biri olarak biliniyordu ama kapalı kapılar ardında sıkça alay konusu oluyordu. Günlük sorumlulukları giderek artmış, ofis çalışanlarına sandviç, kahve, sigara almaya kadar varmıştı. Joan, Jack'in bu hırs yoksunluğu ve yetersizliğiyle sık sık dalga geçiyordu.

Yıllar boyunca Jack başkalarının ona bakmasından hep memnuniyet duymuştu. Başkalarının onun için belirlediği hedeflere ulaşamadığının farkındaydı ama bu durum canını sıkmıyordu. Aslında bu hırstan azade hali hemen her alanda geçerliydi; sadece "uyum sağlamak" istiyordu, öncülük etme gibi bir derdi yoktu. Büroda kendisine verilen tek bir projeyi bile tamamlayamamıştı. Çocuksu, naif bir hali vardı. Yüzünde öyle bir ifade vardı ki, sanki "Herkes niye bu kadar tantana yapıyor, anlamıyorum!" der gibiydi.

Halihazırda maddi darboğazda olduklarından Joan'la Jack arasındaki gerilim tırmanmıştı. Joan defalarca onu terk etme tehditleri savurmuştu. Her seferinde Jack gönülsüzce işe asılır gibi yapmış ama nihayetinde eski haline dönmüş, Joan'a onsuz bir hiç olacağını söyleyerek kendisi i terk etmemesi için yalvarmıştı. Boşanma davasının açılacağı gün Jack'i elden ayaktan düşüren, kendi ini yatağa Joan'u da onun başucunda beklemeye mecbur kılan bir sırt ağrısı peyda olmuştu. Joan da Jack iyileşene kadar evliliği sürdürmeye razı gelmişti.

**Bağımlı Kişilik Bozukluğu**

*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; teslimiyetçi ve yapışkan davranışlara, ayrılma korkusuna yol açacak biçimde sürekli ve aşırı ölçüde bakım görme ihtiyacı duyulduğu göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1 (1) Başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almadığı takdirde gündelik kararlarını vermekte güçlük çekmek.

(2) Yaşamının önemli alanlarının çoğunda sorumluluğu başkasının almasına gereksinim duymak.

2 (3) Desteğini yitireceği ya da kabul görmeyeceği korkusuyla başkalarıyla aynı görüşü paylaşmadığını söylemekte zorluk çekmek (Not: Gerçekçi misilleme korkuları buna girmez.).

3 (4) Kendi başına projelere girişmekte ya da işleri kendi kendine halletmekte zorluk çekmek (Bunun sebebi motivasyon veya enerji eksikliğinden çok, kendi muhakeme yeteneğine ve becerilerine güvenmemektir.).

5 2 (5) Başkalarından bakım ve destek görebilmek adına nahoş şeyler yapmaya gönüllü olacak kadar ileri gitmek.

4 (6) Kendine bakamayacağına dair abartılı korkular sebebiyle, yalnız kaldığında da kendisini rahatsız ya da çaresiz hissetmek.

(7) Yakın bir ilişkisi sonlandığında, bakım ve destek kaynağı olarak derhal başka ilişki arayışına girmek.

6 (8) Kendi kendine bakma durumunda kalacağına ilişkin korkularına gerçekçi olmayan biçimde kafa yormak.

zaman konuşur. Bağımlı, dinlemesi istendiği zaman dinler. Bağımlı her talimata uyar, her tür övgü ve onay emaresinden keyif alır.

Bekleneceği üzere serkeş sınırda kişiliklerle ve tahammülü zor narsisistlerle muhatap olan yolun başındaki terapistlerin çoğu, bağımlıyla karşılaştığında hayallerinin danışanını nihayet bulduğunu düşünür. Terapist tecrübeli bile olsa, narsisist ve analık ihtiyaçları güçlüyse o da benzer bir yanılgıya düşmeye meyillidir. Daha narsisist terapistler ipleri ellerine alıp daha yönlendirici olma isteği duyabilirler, bağımlının zımni "Yardım et bana, ne dersen yapacağım. Seni memnun edeceğim. Senin zekâna, gücüne, cesaretine hayran olacak, hatta tapınacağım" mesajına karşılık verebilirler. Böyle zımni mesajlar terapiste güçlü hissettirir. Bağımlı kişi sonucun sorumluluğunu üstünden atıp terapistle giderek daha da yakın bir bağ kurarken, terapist sorumlulukları üstlenir, bağımlıyı faal olarak tedavi ettiği sanrısına kapılır, her şeye muktedir olduğu ve her şeyi bildiği yönündeki tanrılaştırıcı yansıtmaların etkisiyle böbürlenir.

Bu tür terapi ilişkileri patolojiktir, danışanın daha geniş çaplı kişilerarası bağımlılık örüntüsünü terapi ofisinin mikrokozmosu içinde tekrar etmekten başka bir işe yaramaz ve kaçınılmaz olarak, danışanın yaşamında belirleyici olmuş, terapiye gelmesiyle sonuçlanmış kısırdöngülerin aynısına kapılır. Analık ihtiyaçları güçlü olan terapistlerde de benzer bir tablo ortaya çıkması olasıdır çünkü bu kişiler ilişkilerde normalden daha destekleyici olmaya meyillidirler. Burada bağımlının amacı aslında, kimsesiz bir öksüz olmaktan çıkıp evlatlık çocuk olmaya geçmektir.

## Stratejiler ve Teknikler

Bağımlılarla çalışırken belirlenen stratejik hedefler, diğer kişilikler için belirlenenlerle aynıdır. Danışanlar ancak kendilerinin daha işlevsel versiyonları haline gelebilirler; bambaşka şeylere dönüşmeleri mümkün değildir. Tatlı, masum, muhtaç bağımlı, hiçbir zaman acımasız bir yönetici veya yeni maceralara atılan gözüpek bir kaşif olmayacaktır; ondan bu tür beklentiler içine girmek patolojiktir. Bunun yerine tüm kişiliklerde aslolan, kendi güçlü yanlarını ön plana çıkarmayı ve zayıflıklarını minimum düzeye indirmeyi öğrenmektir. Bunu yapabilmek için hem bu zayıflıkları iyi tanımak hem de elini taşın altına koyup kısırdöngüleri oluşturan eski ilişkilenme ve algılama biçimlerini değiştirmek gerekir. Bunların hiçbiri temel kişilik örüntüsünü değiştirmez ama normal işlevsellik sınırlarına çeker, buradan da gerek terapi sırasında gerekse sonrasında daha uyum sağlamaya yönelik olasılıklar ortaya çıkabilir. Kişilik bozukluklarında hep olduğu üzere burada da kilit nokta kişilik patolojisini aynı anda çok çeşitli düzeylerde hedef almaktır ancak bu tekniklerin nasıl kombinasyonlar halinde ve hangi sırayla uygulanacağı kişiden kişiye değişir.

## *Odak Noktası: Araştırma*

### Çocukluk Sendromları

**Ayrılma Kaygısı ve Bağımlı Kişilik**

Çocuklarda çok sayıda kişilik bozukluğu paralel tanı alır. İlk olarak *DSM-III*'te (1980) yer alan ve ardından *DSM-IV*'te geliştirilen ayrılma kaygısı bozukluğu, evden veya önemli bağlanma figürlerinden ayrıldıklarında yoğun kaygı yaşayan çocuklara verilen bir tanıdır. Kendisine bakım veren kişiden ayrılan çoğu çocuk korkar, yetişkinin mutlaka geri döneceği konusunda sık sık telkin edilmek ister. Ayrılık, bakım veren kişinin veya çocuğun korkunç bir kaza veya hastalık geçireceğine, dolayısıyla da asla geri dönmeyeceğine ilişkin ürkütücü fantezilere yol açabilir. Daha küçük çocuklar kaybolmaktan, bir daha evin yolunu bulamamaktan veya ebeveynlerini görememekten korkabilirler. Uç durumlarda; kâbuslar görür, ebeveynlerinin dibinden nadiren ayrılır ve ebeveynlerden biri olmadan odada tek başlarına kalamayabilirler. Bu çocukların çoğu arkadaşlarına yatıya gidemez; okula giderken hatta akrabalarına bırakılacakları zaman bile ayak direrler.

Ayrılma kaygısı bir bağlanma patolojisini yansıtsa da, kuramcılar yine de bağlanma ile bağımlılığı birbirinden ayırırlar (Ainsworth, 1969, 1972; Bowlby, 1973; Sears, 1972). **Bağlanma** genellikle daha olumlu görülür ve kişinin kendisinden daha güçlü veya bilge bir kişiye yakın olmaya çalıştığı özel bir ilişkiye istinaden kullanılır. Bu yakınlık, bağlanan kişinin kendini güvende hissetmesine katkı sağlar. **Bağımlılık** ise belli birini hedef almayan, genel olarak destek, rehberlik, onay alma amacı taşıyan davranışlardır (Hirschfeld ve diğ., 1977).

Bağımlı kişiliğe ilişkin güncel kavramsallaştırmalarda hem bağlanmadan hem de bağımlılıktan parçalar görmek mümkündür. Altıncı tanı kriteri "yalnız kaldığında kendisini rahatsız ya da çaresiz hisseder", yedinci kriter "yakın bir ilişkisi sonlandığında (...) derhal başka ilişki arayışı içine girer", sekizinci kriterse "kendi kendine bakma durumunda kalacağına ilişkin korkularına gerçekçi olmayan biçimde kafa yorar" şeklindedir. Livesley, Schroeder ve Jackson (1990) *DSM-III-R*'deki bağımlı kişilik kriterleri üzerine çalışırlarken iki faktör tespit etmişlerdir. Bunlardan birinin temel özelliği özgüvensizlik veya kişinin kendisine, becerilerine itimadının olmamasıdır. Bu faktörde yüksek puan alanlar muhtemelen "kolay etkilenen, başkalarının tavsiye ve yönlendirmelerine bağımlı, itaatkâr ilişkiler kurmaya müsait" kimselerdi (s. 138). Güvensiz bağlanmayı betimleyen ikinci faktörse "bağımsız hareket edemeyen, kendini güvende hissetmek için bağlanma figürlerinin mevcudiyetine ihtiyaç duyan" kişilerle ilişkiliydi (s. 138).

Bu doğrultuda bağımlı kişilik tanısı iki farklı şekilde verilebilir, ya güvensiz bağlanmanın etkilerinden mustarip kişiler ya da kendi içlerinde özgüven ve güvence eksikliği yaşayanlar bu tanıyı alabilirlerdi. Bu ikilik, bazı araştırmalardaki ayrılma kaygısı bozukluğu olan çok sayıda yetişkin hastanın bağımlı kişilik bozukluğu tanısı almadığı bulgusunu açıklamaya yardımcı olabilir (Manicavasagar, Silove ve Curtis, 1997). Örneğin bazı insanlar güvenli bağlanmıştır ama özgüvenleri yoktur. Bazılarıysa bir miktar özgüven geliştirmiş olmasına rağmen güvensiz bağlanma yaşar. Bu kişiler muhtemelen, çocukken ayrılma kaygısıyla ilgili sıkıntılar yaşamışlardır.

## *Odak Noktası: Yaşam Süresi*

### Bağımlı Kişilik ve Partnerin Hastalanması

#### Ayrılma Kaygısı ve Bağımlı Kişilik

Yaşlanma, depresyon ve bağımlılık arasındaki bağlantı, araştırmacıların giderek daha çok ilgisini çekmektedir. Yaşlanmakta olan nice bağımlı kişinin yaşam kalitesi, hep (hatta çoğu durumda hayatları boyunca) güvendikleri partnerlerinin sağlığıyla ilgili gelişmeler nedeniyle zora girer. Bağımlılar, zalim ve müphem dünyayla yüzleşebilecek, hayatlarıyla ilgili başlıca kararları onların yerine verebilecek kişileri seçerler. Seçtikleri bu koruyucu, ki genelde eşleridir ama bazen anne veya babaları da olabilir, bağımlıları sorumluluklardan koruyacak düzeni ve kaynakları temin eder. Bağımlılar bir anlamda sadece sürücünün yanındaki koltukta oturmakla yetinirler. Zaten istedikleri de tam olarak budur.

Peki bu tümgüçlü koruyucuda yaşlanmanın etkileri ortaya çıktığında bağımlı ne yapar? Yaş ve istikrar el ele gittiği için, koruyucu kişinin halihazırda bağımlıdan çok daha büyük olması sık rastlanan bir durumdur. Nihayetinde koruyucu kişi evde sürekli bakıma muhtaç hale gelebilir hatta Alzheimer gibi bunamaya neden olan bir hastalığa yakalanıp karar mercii rolünden çekilebilir. Çoğu ailenin gücü devamlı hemşire tutmaya yetmediğinden, yük genelde bağımlı kişiye geçer. Bağımlının ailenin kontrolünü eline almasını, maddi ve yasal işleri üstlenmesini gerektiren bir rol değişimi yaşanabilir. Ayrıca bağımlı kişiler düzenli olarak ilaç vermek ya da hasta partnerlerinin faaliyetlerini yakından izlemek, günlerini planlamak, rutin bir program dahilinde bir dizi tıbbi angaryayı yerine getirmek zorunda kalabilirler. Hastalık ilerledikçe, bir zamanlar kendi hayatlarının kontrolünden feragat etmek için uğraşan bağımlıların bu defa iki hayatı birden çekip çevirmeleri gerekir. Kişilikle bakım verme arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada, Alzheimer hastalarına bakan stresli kişilerde bağımlı kişilik özelliklerinin görülme olasılığının altı kat fazla olduğu bulunmuştur (J. T. Olin, Schneider ve Kaser-Boyd, 1996). ABD nüfusu yaşlanmaya devam ettikçe, bağımlı özellikleri olan kişilerin sağlık sistemindeki mevcut krizi daha da derinleştirmeleri beklenebilir.

Kişilerarası açıdan, bağımlıların itaatten ziyade bireyleşmeyi teşvik edecek etkileşimler kurmayı öğrenmeleri gerekir. Başarının anahtarı, bağımlılığa müsamaha göstermeden ondan yararlanmaktır. Bağımlı kişi terapisti sığınabileceği güvenli bir liman olarak kullanabilir ama iki taraf da en başından, asıl sorunun bağımlılık olduğu ve terapinin amacının terapi ilişkisine ihtiyaç duymayacak bir noktaya gelmek olduğu konusunda hemfikir olmalıdır. Terapist sosyal bir tepki vermekle yükümlüdür (Kiesler, 1996); yani terapi ilişkisinin duygusal nüanslarına (psikoterapistlerin **aktarım** ve **karşıaktarım** adını verdikleri noktalara) duyarlı olmalı ve bağımlıyla onun özerkliğini ortaya çıkaracak şekilde bir ilişki kurmalıdır. Araçsal ve iddialı davranışlar, uyandırdığı kaygı bakımından hiyerarşik olarak

listelenebilir ve kademeli olarak uygulamaya geçilebilir. Rol yapma egzersizleri ve modellemeyle bağımlı kişi, bağımsız yaşam becerilerinin ve yeni ilişki kurma biçimlerinin provasını terapi odasının güvenli sınırları içinde yapma imkânı bulur. Boyun eğme davranışına istinaden, bu tür davranışlar seans odasında ortaya çıktıkça girişkenlik eğitiminden yararlanılabilir. Grup terapisi de özellikle faydalı olabilir. Çoğu grup doğal olarak kucak açan bir yapıdadır ve kıdemli grup üyeleri genelde uyumsuz ilişki kurma biçimlerini tespit etme konusunda mahirdirler. Grup terapilerinde bağımlı kişinin güvenebileceği birden fazla terapist olduğundan, terk edilmekle ilgili meseleler burada daha az yoğun yaşanabilir.

Kişilerarası tekniklerin etkisi, bağımlı kişiyi siyah beyaz düşünceleriyle yüzleştirmeye yardımcı olacak bilişsel tekniklerle birleştirilebilir. Hatta bilişsel teknikler en çok da terapinin başında etkili olur çünkü dünyayı siyah beyaz gören çoğu bağımlı terapideki değişimi ya batma ya da çıkma üzerinden düşünür, uyum sağlama becerilerinin yavaş yavaş gelişeceğini anlamaz. Danışanlara hafta boyunca algı ve duygularını bir günlüğe kaydetmeleri söylenebilir. Ardından seansta bu günlüğün içeriği kullanılarak danışanları itaatkâr role sokan otomatik düşünceler aydınlatılabilir. Partnerleriyle etkileşimleri ayrı bir önem taşır. Hangi bilişsel teknik kullanılırsa kullanılsın, amaç her zaman bağımlıların hayatı tamamen biçare ve soyutlanmış olarak deneyimlemelerine engel olacak ve daha yetkin benlik imgesi geliştirmelerine katkı sağlayacak daha aktif bir sorun çözme yöntemi kullanmaya teşvik etmektir. Ayrıca bağımlılar seans içinde terapisti deneme tahtası olarak kullanabilir, otomatik düşüncelerinin ne kadar gerçekçi olduğunu onun üzerinden ölçebilirler.

Kişilerarası ve bilişsel teknikler daha ziyade kişinin mevcut işleyişi içindeki patolojik örüntüleri anlamasına yardımcı olması bakımından kullanışlıdır ama bu örüntülerin nasıl bir gelişim süreci içinde ortaya çıktığını açıklamaz. Bu tür kaynakların kökenini anlamak için psikodinamik keşiften yararlanılabilir ama içgörü tek başına kişilik değişimi yaratma bakımından muhtemelen yetersiz kalacaktır. Eğer bağımlıların kendi yaşamlarının ilk yıllarında onlara bakım veren kişilerin oynadıkları rolleri anlamaları sağlanabilirse, duruma bilinçli olarak müdahale etmedikleri müddetçe geleceklerinin de bu geçmişin güdümünde olacağını kavrayabilirler. Biraz ilerleme kat ettikten sonra içe atma ve idealleştirmenin bugün oynadığı rolü görmeleri, patolojik ilişki kurma örüntülerinin tekrardan ortaya çıkmasını engelleme bakımından önem taşır. Başkalarına dair nispeten daha az idealleştirilmiş bir imaj oluştururken, ebeveynlerin ve eşin mükemmel olmadığını gösteren daha gerçekçi imgelerin yaratacağı yoğun suçluluk duygularıyla yüzleşmek kaçınılmazdır. Gel gelelim suçluluğun boyun eğme davranışını nasıl tetiklediğini ve özgüveni nasıl düşürdüğünü anlamak gerekir; aksi takdirde arka planda durdukça, özerklik namına her tür kazanımı aşındırmaya devam edecektir.

Bağımlılar hızlı ilerleme gösterseler de, her bireyde ve her terapide kazanımların ne kadar sağlam olduğu terapi sonlandırılırken anlaşılır. Bağımlı kişi için terapinin sonlanması, terapistle kurduğu bağı kaybetmesi anlamına gelir ve yalnızlık, biçarelik duyguları geri dönebilir. Ne de olsa koltuk değneği artık yoktur. Terapist gelecekten bahsetmeye başladığında fobik belirtiler ve depresif duygular aniden yükselebilir. Eğer terapistle danışan arasında bağımlı örüntüyü sürdürmeye yönelik zımni bir işbirliği kurulduysa, bu olayların manasını kavramaya çok ama çok sayıda seans ayırabilirler. Ne var ki bu, tekrardan terapiyi sonlandırma girişiminde bulununca yaşanacak olan bir diğer nüksetme haline kadar durumu idare etmekten başka işe yaramaz. Çoğu terapist bu kısırdöngüye kapılır ve nihayetinde bu durum büyük kısmını çileden çıkarır. Gel gelelim vakaların çoğunda mutlu sona erişilmesi muhtemeldir.

## Özet

Bağımlılar yaşamlarını çevrelerinden sürekli bakım ve rehberlik alabilecek şekilde düzenlerler. Bu kişileri kendini geri planda tutan, yaltakçı, yumuşak başlı, sokulgan kimseler olarak tasvir edebiliriz. Çoğu; ona bakacak, onu hayatın rekabetçi mücadelelerinden kurtaracak, her tür tehlikeye karşı koruyacak tümgüçlü, masalsı bir kahraman arar. Kendilerine ilgi gösteren, anlayışlı bir partner bulan bağımlılar genelde hayatlarını rahatlıkla, sosyal, sıcak, cana yakın, cömert bir tutum içinde sürdürürler. Bağımlının normal türlerinden biri, Oldham ve Morris'in (1995) bahsettikleri fedakâr tarzdır. Bu kişiler başkalarının ihtiyaçlarını kendilerininkinin önüne koyarlar. Bir diğeriyse Millon'ın (Millon ve diğ., 1994) fedakâr tarzıdır. Bu kişilerse işbirliğine yatkın, dost canlısı kimselerdir. Sağlıklı bir bağımlı başkalarıyla gerçek anlamda empati kurabilir ve koşulsuz sevme kapasitesine sahiptir. Daha patolojik türlerdeyse kişinin kimliği başkalarınınkiyle birleşir, artık ayrılması mümkün olmayan biçimde iç içe geçer.

Bağımlı kişiliğin yetişkinlerde çok sayıda alttürü vardır. Bu yetişkin alttürleri arasında; kaçıngan ve bağımlı kişiliklerin karışımını sergileyen huzursuz bağımlı, ilgi ve sevgi açlığı hiç dinmeyen ve çoğu zaman histrionikle ortak özellikler taşıyan yardımsever bağımlı, hiçbir yetkinlik geliştirmeyip hep çocuk kalan çocuksu bağımlı, şizoid ve bağımlı özelliklerin bir arada görüldüğü aciz bağımlı ve idealleştirmesiyle, eksiksiz özdeşleşimiyle bilinen diğerkâm bağımlı sayılabilir.

Psikodinamik açıdan, bağımlı kişinin oral gelişim evresinde takıldığı söylenebilir. Bağımlı için bu takılmanın oral evrede mahrum kalmaktan değil, bilakis fazla müsamaha görmekten kaynaklandığı düşünülmektedir. Savunma mekanizması olarak daha çok, içe atmayı ve (özellikle de partnerlerini) idealleştirmeyi

kullanırlar. Ayrıca içe atmanın ortadan kaldıramadığı kaygı duygularından kaçınmak için yok saymaya da başvururlar.

Kişilerarası alanda bağımlılar genellikle cömert, düşünceli, her kusuru kendinde bulmaya fazlasıyla meyilli ve hatta yaltakçı kimseler olarak görülürler. Oysa o sıcak ve dost canlısı tutumlarının ardında ciddi bir kabul ve onay arayışı vardır. İlişkisel hedeflerine ulaşmak için başkalarına bağlanır, kendi bireyselliklerini bastırır, aralarında fark yokmuş gibi davranır, güç gösterilerinden kaçınırlar. Bağımlı kişiliğin gelişimine ilişkin kişilerarası çerçevedeki açıklamalarda temel gelişim kanalları olarak ebeveynlerin aşırı korumacılığı, aşırı kaygısı, aşırı ilgisi ve özerkliği faal biçimde baltalamaları öne çıkmaktadır. Bazı ebeveynler çocuklarının bağımsız gelişmesine hiç izin vermez. Aslına bakarsanız, çocuk dünyayı keşfe çıkma ihtiyacı duymasın diye dünyayı çocuğun ayağına getirirler. Diğer aile üyeleri ve akran grubu deneyimleri de bağımlı kişiliğin gelişimine katkıda bulunabilir.

Bilişsel yaklaşım, bağımlıların dışarıya karşı takındıkları biçare tavrın sonunda benlik kavrayışlarının parçası haline geldiğini öne sürer. Bu doğrultuda bağımlıların benlik şemaları hem olumlu hem de olumsuz özellikler barındırır. Bağımlıların kendilerini ince fikirli, düşünceli, uyumlu görmeleri olumlu özelliklerdendir; olumsuz taraftaysa kendilerine sık sık bu dünyada ne kadar çaresiz ve yapayalnız olduklarını söylemeleri yer alır. Bu kusurlarını gidermek için bağımlılar genellikle şarta tabi inanışlar oluştururlar. Örneğin yalnızca birinin koruması altında oldukları takdirde hayatta kalabileceklerine veya yalnız kalırlarsa öleceklerine inanırlar. Bağımlılar bilişsel açıdan olgunlaşmamışlardır. İç dünyalarına nadiren dönüp bakarlar, kendi kimliklerine ve yönelimlerine dair ancak müphem fikirlere sahiptirler.

Evrimsel gelişim yaklaşımı bağımlıların hayatlarını çevrelerinden sürekli bakım görecek şekilde düzenlediklerini ama bunu pasif biçimde yaptıklarını savunur. Çevrelerine aktif olarak uyum sağlamalarına izin verecek yetkinlikler geliştirmekten kaçınırlar.

Bağımlı kişilik bozukluğu aralarında histrionik, kaçıngan ve mazoşistin de yer aldığı çok sayıda başka kişilik bozukluğuyla ilişkilidir. Bağımlılar yaygın kaygı bozukluğu, fobiler, agorafobi ve panik atakları gibi kaygı bozukluklarına aşırı derecede yatkındırlar. Ayrıca bağımlılarda depresyon ve dissosiyatif tepkiler sıkça görülür, "hasta rolüne" bürünmeleri gibi fiziksel semptomlar ortaya çıkabilir.

Psikoterapi bağımlı kişiliğin tedavisinde etkili olabilecek bir yöntemdir. Çoğu bağımlının terapide kalma motivasyonu yüksektir, zira günlük yaşamlarında eksikliğini hissettikleri kaynakları terapi ilişkisi doğal olarak temin eder. Terapistin gücü ve otoritesi onları rahatlatır, onlara güvence verir ve ihtiyaç anında

kendilerini kurtarmasını bekledikleri idealleştirilmiş tümgüçlü figürü temin eder. Ayrıca bağımlılar terapiste güvenmeye ve onunla konuşmaya genellikle hazırdırlar. Siyah beyaz düşünme eğilimlerine meydan okumak için bilişsel tekniklerden yararlanılabilir. Burada amaç bağımlıları, hayatı tamamen çaresiz oldukları bir varoluş biçiminde deneyimlemelerine tezat teşkil edecek ve daha yetkin benlik imgesi oluşturmalarına yardımcı olacak aktif bir sorun çözme faaliyeti içine girmeye teşvik etmektir. Psikodinamik keşif de bağımlıların, bu uyumsuz örüntülerin nasıl bir gelişimsel zemini olduğunu anlamalarına yardımcı olabilir fakat içgörünün tek başına kişiliği değiştirmekte yetersiz kalması muhtemeldir.

# IX
# Histrionik Kişilik

## Amaçlar

Histrionik kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Dramatik ve dışadönük kişilikler histrioniğin normal çeşitleridir. Bunların özelliklerini tarif etmek ve *DSM-IV*'ün bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek nasıl histrionik kişiliğin alttürlerini oluşturduğunu anlatmak.
Histerinin tarihsel önemi nedir ve histrionik kişiliğin gelişimine ne gibi bir katkısı olmuştur?
Modern psikodinamik kuramcılar histerik kişiliği histrionik kişilikten ayırır. Bu ayrımı açıklamak.
Savunma mekanizmaları olan bastırma, cinselleştirme, dissosiyasyon ve yansıtmanın histrionik kişilikteki rolü nedir?
Histrionikler iyi birer cinsel partner olmaya meyilli midir?
"Histrioniklerin izlenimci bilişsel tarzları vardır" cümlesinde kastedilenin ne olduğunu açıklamak.
Erken aile dinamiklerinin histrionik kişiliğin gelişimindeki rolünü açıklamak.
Histrionik ve antisosyal kişilik bozukluklarının etiyolojisi ortak mıdır?
Histrioniklerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özellikleri vardır. Bu bozuklukların hangileri olduğunu saymak ve her biriyle histrionik arasındaki ilişkiyi açıklamak.
Histrionik kişilik için terapötik hedefleri sıralamak.

Akademik kariyerinizin bir noktasında, ilgiyi her zaman üstünde toplayan bir iki sınıf arkadaşınız olmuştur. Tipik olarak dramatik ve çoğu zaman baştan çıkarıcı olan bu kişiler hocayı ve sınıf arkadaşlarını sözleri ve imalı davranışlarıyla etkilemek için her tür girişimde bulunurlar. Diğer sınıf arkadaşlarıyla kurdukları ilişkilerde de bu kişilerin, tartışmalarda sık sık araya girdikleri veya çerçeveyi değiştirdikleri, böylelikle odak noktasında kalmaya devam etmeye çalıştıkları dikkatinizi çekmiş olabilir. Başkalarında hayranlık veya saygı uyandırmayan her şey onları kaçınılmaz biçimde gücendirir, içlerinde depresif duygular uyandırır. Öte yandan bu onay beklentileri daha makul bir duygulanıma yol açtığında bu olumsuz duygudurumları geçici olur. Ayrıca ne kadar çabuk etki altında kaldıkları da dikkatinizi çekmiş olabilir; özellikle de etkileşime girdikleri kişilere uyum sağlamak için fikir ve davranışlarını çabucak değiştirdiklerini fark etmiş olabilirsiniz. Diyalog esnasında hep gösterişli manşetler atmış, bu uğurda önemli detayları harcamışlardır. Bu atılgan ifade tarzları bazen fiziksel görünümleriyle (saç modelleri, makyajları, giysileri veya bunların hatırdan çıkmayacak kombinasyonları) de desteklenmiştir. Nihayetinde bu insanların "düğünün kamberi" olduklarını hissetmişsinizdir.

Bu kişilerin sergiledikleri örüntünün adı **histrionik kişiliktir**. Yvonne (bkz. Vaka 9. 1) bu örüntünün net bir örneğidir. "Olmadan yaşayamayacağı" bir şeydir ilgi, insanların dikkati onda adeta uyuşturucu etkisi yaratır (bkz. 1. kriter). Böylelikle değerli olduğunu hissettiğinde Yvonne ona ilgi gösteren kişilerle hemen etkileşime geçebilir. İlgi görmediğinde kendisini vasat hisseder, ilgiyi yeniden üstünde toplamak için elinden geleni yapar. Yıllar yılı, insanların ilgi çekici ve cazip bulduğu nitelik ve davranışlara karşı hassasiyet geliştirerek bunu başarmanın dahice yollarını keşfetmiştir. Hatta Yvonne'un kullandığı stratejilerin çoğu baştan çıkarıcı veya cinsel açıdan kışkırtıcıdır (bkz. 2. kriter); bu davranış repertuarı egzotik dansçılık kariyerine de katkı sağlar. Bu tür davranışlar mesleğine uygundur ve o çevre içinde patolojik olarak değerlendirilmez. Gel gelelim iş dışında sürekli baştan çıkarıcı davranışlarda bulunması uygunsuz ve yersiz karşılanır. Örneğin klinik görüşmede çift anlamlı sözler sarf eder ama bu konuda üstüne gelindiği takdirde hemen masum yoruma sığınır. Oysa görüşmedeki amacı karşısındaki uzmanı baştan çıkarmak veya etkilemek değil, kendi deneyimini aktarmak olmalıdır. Bu bir yana, Yvonne'un sadece içinden geldiği gibi davrandığı söylenebilir.

Antisosyal kişiliğin klişe karşılığı erkekler ise, histrionik kişiliğinki de kadınlardır. Pek çok açıdan Yvonne kadınlara dair kalıpyargıların en üst düzeyde vücut bulmuş halidir. Her şeye aşırı duygu yükleme eğilimi mantığına gölge düşürür; bilinç akışı ve ona denk düşen sansürsüz duygusal ifadeleri sürekli değişir (bkz. 3. kriter). Duygusal yaşamı derin tuzaklarla doludur ve dışarıdan son de-

**VAKA 9. 1**

Yvonne, psikolojik açıdan değerlendirilmek üzere jinekoloğu tarafından yönlendirilmiş olan 23 yaşında bekâr bir kadındı. Dışadönük ve coşkuluydu, çarpıcı bir giyim tarzı vardı ama yaşadığı zorlukların doğasını paylaşma konusunda cilveli bir tereddüt ortaya koyuyordu. Doğrudan sorulduğunda tartışmadan kaçıyor ve kimi üzücü kimi neşeli sayısız konuda serbest çağrışımlarını dile getiriyordu. Gel gelelim bunların hepsi klinik görüşmeyle büyük oranda ilgisiz konulardı. Çok konuşuyor fakat pek az şey söylüyordu. Örneğin doktoruyla senli benli olduklarını, dans etmeye daha küçük bir kızken başladığını, ona bu kadar çok dost "bahşedildiği" için kendisini şanslı hissettiğini anlatıyordu.

Bir süre dosdoğru sorularla üstelendiğinde Yvonne yaklaşık altı aydır onu elden ayaktan düşüren ağrılardan mustarip olduğunu itiraf etmişti. "Yatakta öylece yatıyorum, bu defa kesinlikle ölecekmişim gibi geliyor!" diye anlatmıştı coşkulu bir dille, ardından da gözlerini kapatıp kafasını öne düşürerek ölü taklidi yapmıştı. Yapılan kapsamlı tıbbi tahlillerde bu şikâyeti için somut bir zemin bulunamamıştı.

Klinik görüşme sırasında Yvonne'un sözel olmayan çok sayıda hal ve tavrı gözlenebiliyordu. Kafası hafif aşağı eğikti, gözleri davetkârca açılmıştı. Ağzından çıkan sözcüklerin anlamını daha da belirginleştirmek için kullandığı mimikleri normal insanlarınkinden çok daha abartılıydı. Konudan konuya çabucak atlayıveriyordu. Teatral bir doğası vardı; seyircisinin tepkilerini ölçüp performansını ona göre ayarlıyordu. Sık sık imalı sözler söylüyor ama insanlar bu imalarına göre hareket etmeye başladıklarında daha güvenli, masum anlama sığınıyordu. Bazen terapi danışanı rolüne en uygununu bulana kadar bir dizi farklı karaktere büründüğü oluyordu.

Yvonne'un kişilerarası ilişkilerdeki bu belirgin tarzı bir yana, öyküsünde dikkat çekici pek bir şey yok gibiydi. Mutlu, uyumlu bir ailede büyüdüğünü anlatıyordu ama annesiyle bazen çekiştiklerini de itiraf ediyordu. Kendisinden çok daha büyük olan iki ağabeyi ona bebek muamelesi yapıyordu. Ebeveynleriyle, özellikle de babasıyla çok yakındı; hemen her gün evi arıyordu. Şu an ciddi bir ilişkisi yoktu ama kıkırdayarak "Çoğu erkek beni çekici bulur" diyordu. Gel gelelim aşkta şanssız olduğu kanısındaydı ve çoğu erkeğin onu "bedeni için istediğini" açıkça kabul ediyordu. "İnsanları daha yakından tanımakta hiç zorlanmıyorum, sanırım bu nedenle herkesten bu kadar çabuk sıkılıyorum" diyordu. Bunun yerine, yeni deneyimlerin verdiği heyecanı tercih ediyor ve ara sıra sarhoş olduğunu, madde kullandığını anlatıyordu.

Şu sıralar Yvonne yetişkinlere hizmet veren bir kulüpte dansçı olarak çalışıyordu ama diğer kızlardan farklı olduğunu, ekmeğini kazanmaya çalışan bir sanatçı olduğunu söylüyordu. Onu bu ifade biçimine çekenin ne olduğu sorulduğunda, "yokluğunda yaşayamayacağı iki şey" olan ilgi ve paradan hoşlandığı yanıtını vermişti. Diğer dansçıların müşterilerle mesai dışı faaliyetlerinden tiksindiğini ifade ediyordu. Ailesi onun bale öğretmeni olduğunu sanıyordu. Ağrısının kaynağıysa hâlâ belirsizdi.

4 — 3 — 5 — 6 — 6 — 2 — 8 — 4 — 1

**Histrionik Kişilik Bozukluğu** *DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; aşırı duygusallık ve ilgi görme isteği göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. İlgi odağı olmadığı durumlarda rahatsız olur.
2. Başkalarıyla iletişiminde çoğu zaman uygunsuz şekilde, cinsel yönden ayartıcı veya provokatif davranışlar belirgindir.
3. Duygu ifadeleri çabuk değişir ve yüzeyseldir.
4. İlgi çekmek için sürekli fiziksel görünümünü kullanır.
5. Aşırı biçimde dışavurumcu ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimi vardır.
6. Gösteriş yapar, teatral davranır ve duygularını aşırı abartıyla gösterir.
7. Telkine yatkındır; yani başkalarından veya koşullardan kolay etkilenir.
8. İlişkilerini olduğundan daha yakın zanneder.

rece canlı görünür ama yakından bakıldığında otantiklikten uzaktır. Hep biraz abartılı ve teatral (bkz. 6. kriter) olan Yvonne'un duygusal geçişleri bazen öyle hızlı ve yapay görünür ki dışarıdan bakan kişi duygularının sahiciliğinden şüpheye düşebilir veya duygulanımının yarattığı sonsuz kaleydoskop etkisi altında gizlenen çatışma ve güvensizlikleri merak edebilir. Düşününce, Yvonne kendi evreniyle fazlaca meşgul gibidir. Serbestçe konuşur ama ciddi konulardan büyük oranda kaçınır, bu da sözlerinin fazlaca genel olmasına ve ağırlık taşımamasına yol açar (bkz. 5. kriter).

Çoğu histrionik gibi Yvonne da ilgiyi üstüne toplamak için fiziksel görünümünü kullanır (bkz. 4. kriter). Vakada giysilerinden çok jestlerine ve konuşma tarzına odaklanılmış olsa da, mesleği olan egzotik dansçılığın bu özelliklerin abartılı bir versiyonu olduğu söylenebilir. Sosyal açıdan fırsatlarla dolu herhangi bir günde Yvonne muhtemelen herkesten daha çarpıcı, seksi, renkli görünmeye çalışır zira kendisine yeni arkadaşlar kazandıracak, insanları etkileyecek özelliklerin bunlar olduğuna inanır. Yvonne bu konuda bazen haklı çıksa da, kişilerarası ilişkilerdeki bu varsayımının ciddi bir bedeli olur. Kendisi kadar başkalarına dair de pek az içgörüsü olduğundan, birisine çekim duymakla yakınlık duymayı birbirine karıştırma eğilimindedir (bkz. 8. kriter). Açıkça "Çoğu erkek beni bedenim için istiyor" diye ifade eder ama aynı zamanda "İnsanları daha yakından tanımakta hiç zorlanmıyorum, sanırım bu nedenle herkesten bu kadar çabuk sıkılıyorum" diye de ekler. Yaşadığı bu sıkıntı, detaylara ilgisizliğinden ve manşetleri yeğlemesinden kaynaklanır. Zira nasıl ki gerçek hayatta manşetler gelip geçiciyse, ilişkilerinin raf ömrü de öyledir. Aslına bakarsanız Yvonne başkalarıyla bağlantı kurmasını sağlayacak cevheri pek az olduğundan böyle sıkılmaktadır. Bu bakımdan, art arda sergilediği abartılı duygular kendi deneyiminin boşluğunu örtbas etmeyi amaçlar.

Yvonne'la tanıştığımıza göre artık bu bölümün planında yer alan diğer meselelere geçebiliriz. İlk olarak, normallik ile anormallik arasındaki farka bakacak ve ardından temel histrionik temanın çeşitlerini ele alacağız. Daha sonra biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımların histrionik kişiliğe dair söylediklerinden bahsedeceğiz. Bu bölümler, kişiliğin bilimsel yanının çekirdeğini oluşturur. Yvonne gibi karakterlerde gözlemlediklerimizi açıklamaya çalışırken amacımız edebi anlatıları aşıp kuram sahasına girmek olacak. Her zaman olduğu gibi burada da tarihi ve tasviri yan yana verecek, her biri bozukluğun farklı bir yanına odaklanan eski düşünürlerin yaptıkları katkıları not düşeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama bunların tüm kişilik bozukluklarında kesinlikten henüz uzak olduğunu belirtmekte fayda vardır. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşımlar" bölümünde kişilik bozukluğunun varlığının evrimin kanunundan kaynaklandığı gösterilecek. Histrionik kişilik ile

kuram bazlı diğer kişilik yapıları da karşılaştırılacak ve histrionik kişilerde I. Eksen bozukluklarının görülme eğilimi ele alınacak. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini araştıracak ve bunu yaparken elimizdeki malzemeyi yine alandaki klasik (kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik) yaklaşımları kullanarak aktaracağız.

## Normallikten Anormalliğe

Okurların çoğu kendi kişiliklerinde histrionikten izler bulacaktır. Özellikle de Amerikan kültüründe arkadaş canlısı, kendini ifade eden, sosyal insanlar ödüllendirilir. Histrionik kişiliğin normal sınırlarda yer alan ve her biri küçük değişikliklerle farklı bir özelliği ön plana çıkaran çok sayıda çeşidi olduğu öne sürülmüştür. **Dramatik tarz**da (Oldham ve Morris, 1990) duygu, renk ve ilgi ön plandadır. Bu kişiler dünyalarını etkili biçimde işlemler, duyguların etkisine değer verir ve duygularını açıkça, rahatlıkla gösterebilirler. Hayatı duyumlar ve romans üzerinden deneyimler, kendilerini fiziksel açıdan çekici kılmaya çalışır, karşı cins için giyinir ve "sahneye çıktığında" ilgi çekici, cezbedici, hatta baştan çıkarıcı hale gelirler. Çoğunun sezgileri güçlüdür, nelerden bahsetmeleri gerektiğini ve başkalarının ne duymaktan hoşlanacağını hemen sezerler. Yine büyük kısmı insanlara çabuk güvenir ve ilişkilere hızla atılırlar.

**Dışadönük** tarzda (Millon ve diğ., 1994) teatrallikten çok sosyallik belirgindir. Etki ve cazibelerine çok güvenen bu kişiler popüler olmak için elinden geleni ardına koymaz, başkalarına kendilerini nasıl sevdirebileceklerini doğal olarak bilirler. Genellikle sıcak, canlı, etkileyici, enerjik, kışkırtıcı kişiler olarak tasvir edilirler. Çoğu kendisini neşeli ve iyimser bulur. Hayata dair neşeleri bulaşıcıdır, başkalarında da benzer bir coşku uyandırırlar. Orta ve hatta ileri yaşlarda bile ergen gibidirler. Çoğu yeni olasılıklara açıktır ve yeni deneyimlerden muazzam keyif alır.

*DSM-IV* kriterlerindeki bozukluk emaresi özelliklerden yola çıkıp adım adım geri giderek normal sınırlardaki histrioniğin ana hatlarını çıkarmak mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Histrionik kişilik bozukluğu olan kişiler ilgi merkezi olmadıklarında genellikle öfkelenir, depresifleşir, hatta kıskançlaşırlar. Dışadönük tarzı olanlarsa iltifattan, övgüden hoşlanırlar ama bunlara göbekten bağlı değildirler. Ayrıca dışadönükler de insanları eğlendirmekten hoşlanırlar ama yeri geldiğinde sahneyi başkalarına bırakıp izleyicilerin arasına karışabilirler.

Kişilerarası açıdan, histrionikler her zaman cinsel cazibelerinden yararlanırlar. Dışadönüklerinse daha makul dozda bir ilgi çekicilikleri vardır, bunu karşı tarafın gözüne sokmadan yaparlar. Duygusal açıdan histrionikler fazlaca değişkendirler, her an farklı bir duyguduruma geçiş yapabilirler. Dışadönüklerse duy-

gularına daha hâkimdirler. Bir diğer fark tarz, moda, tasarım ürünü gibi şeylerle fiziksel açıdan dikkatleri üzerlerine toplamanın histrionikler için büyük önem taşıması, dışadönüklerdeyse benzer ilgiler bulunmakla birlikte bunun bozukluk düzeyinde bir takıntıya varmamasıdır.

Yvonne'un bahsettiğimiz bu farkların her birinde patolojik tarafa daha yakın düştüğü söylenebilir. İltifat ve övgü yeterli değildir; kendisinin de kabul ettiği üzere ilgi her zaman onun üstünde olmalıdır. Ayrıca hal ve tavırları, imalı sözleri düşünüldüğünde Yvonne'un zımni bir tarzı olmadığı, bilakis cinsel açıdan provokatif olduğu anlaşılmaktadır. Görüşme esnasında duyguları çabucak, çoğu zaman da kendi serbest çağrışımları doğrultusunda değişir. Son olarak, giysileri klinik görüşmeye uygun değildir. Psikolojik değerlendirmeden çok gece kulübüne gider gibi giyinmiş olan Yvonne'un kendisini fiziksel açıdan çekici göstermeye çalıştığı açıktır.

Kalan tanı kriterleri de normallikle bir süreklilik ilişkisi içinde değerlendirilebilir (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olanlar bilişsel açıdan fazla genel, dağınık ve izlenimci kalırlar; histrionik tarzı olanlarsa duygularının otantikliği doğrultusunda, değerlendirmelerini nitelendirip detaylandırma konusunda daha yapıcıdırlar (Kernberg, 1992). Bozukluğu olan kişiler sürekli çarpıcı, teatral ifadeler ortaya koyarlarken, histrionik tarzı olanlar sahne ışıklarına o kadar düşkün olmadıklarından aynı oranda dikkat çekecek şekilde davranmazlar. Bozukluğu olanlar başkalarından kolayca etkilenirler, tarzı olanlarsa sonunda ilgi ve onayı kaybetmelerine yol açacak olsa bile kendi kararlarını kendileri verebilirler. Son olarak, bozukluğu olanlar ilişkilerini olduğundan daha dostane ve yakın zannederler; tarzı olanlarınsa benlik duyumları daha sağlam olduğundan zaman boyu devamlılık hisleri daha güçlüdür ve kişisel ilişkilerinin doğasını daha iyi kavrarlar.

Yvonne normalden çok, patolojik sınırlara girer. Görüşmenin başında bir konuyu seçip derinlemesine ele alamaz bir hali vardır; bunun yerine yüzeysel kalarak konudan konuya atlamayı tercih eder ve bunu belki de çatışmadan veya nahoş duygulardan kaçınmak için biraz da kasti olarak yapar. Örneğin doktoruyla senli benlidir, küçüklüğünden beri dans etmektedir vs. Çektiği fiziksel ağrıyı anlatırken, karşısındakini etkileme amacı taşıdığı çok bariz olan teatral bir performans da ortaya koyarak bire bin katar, duygularını ifade etmek için olağan iletişimde gerek duyulmayacak ölçüde abartılı mimikler kullanır. Son olarak, başkalarını olduğu gibi kabul etmektense onları çok çabuk tanıdığını ve onlardan hemen sıkıldığını iddia eder.

Devam etmeden önce, bu bölümde önemli bir basitleştirici varsayımda bulunduğumuza dikkatinizi çekmemiz gerekir. Benzer tüm varsayımlar gibi bu da eldeki malzemeyi anlamayı kolaylaştırmakla beraber gerçeği biraz çarpıtmaktadır. Nasıl ki antisosyal bölümünde antisosyallerin büyük çoğunluğunun erkek

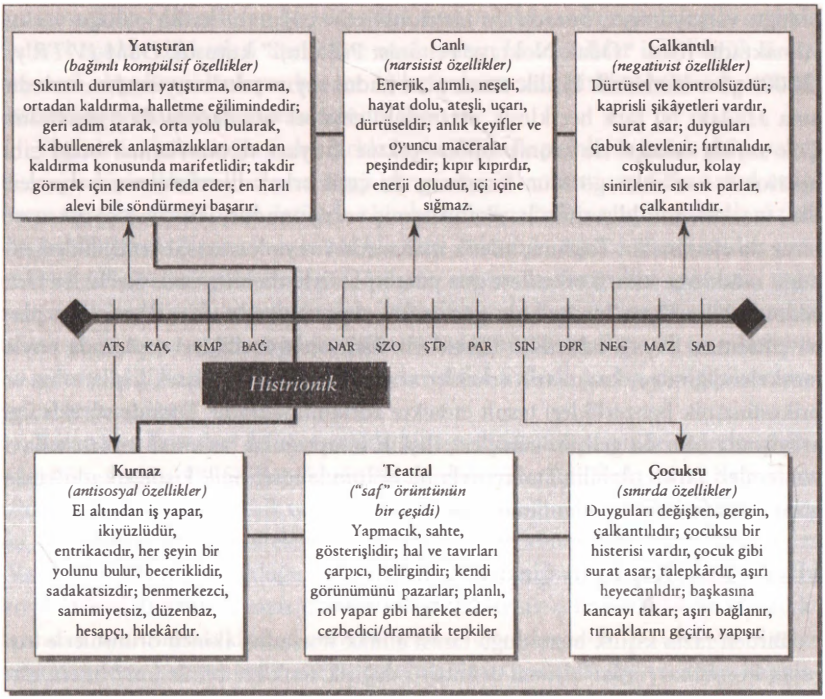
olduğu varsayılmıştı, burada da histrioniklerin çoğunun kadın olduğu varsayılmaktadır (bkz. "Odak Noktası: Feminist Psikoloji" kutusu). *DSM-IV-TR*'ye (2000) göre histrionik kişilik tanısı alan kadın sayısı erkek sayısından fazladır ama aradaki bu fark her klinik ortamdaki cinsiyet oranlarıyla da uyumludur. Çok sayıda erkekte de kronik dikkat çekme ihtiyacı ve onaylanma isteği gibi histrionik özellikler görülür. Kernberg iki çeşit erkek histrionikten bahseder: İlki, maskülenlik klişesinin karikatürleşmiş versiyonudur; ikinciyse çocuksu ve biraz da efeminedir. Toplum, atletik maharetleri veya kurumsal yetkinlikleri olduğu müddetçe kibirli erkeklere göz yumar; haliyle de histrionik özellikler fark edilmeyebilir. Oysa bir kadının görkemini veya dayanılmaz cazibesini ön plana çıkarması bayağı addedilir. Erkeklerin histrionik özellikleri toplumda böyle maskelendiğinden, kadınlarla erkekler arasındaki gerçek bilişsel, kişilerarası ve psikodinamik benzerlikleri tespit etmekte zorlanılmaktadır. İkisi de sürekli ilgi arayışında olsa da gelişim süreçleri, ilişkili semptomlar ve tercih edilen tedavi yöntemleri farklı olabilir. Dolayısıyla bu bölümde histrionik kişiliğe kadınlarda görüldüğü haliyle odaklanılmaktadır.

## Histrionik Kişiliğin Çeşitleri

Birden fazla kişilik bozukluğu tanısı almak normdur. İkincil örüntülerle kurulan kombinasyonlar birincil örüntüyü değişik renklere bürür ama bazen alttipler ana özelliklerin kombinasyonundan ibaret bir görüntü de verebilir. Histrionik kişiliğin sık görülen alttipleri aşağıdaki bölümlerde açıklanmaktadır ve Şekil 9. 1'de özetlenmiştir. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.

### Teatral Histrionik

Özellikle dramatik, romantik ve dikkat çekme arayışında olan teatral histrionik, temel histrionik örüntünün özünü oluşturur. Fromm'un "pazarlama yönelimi" olarak tarif ettiği durumu sergileyen bu kişiler aslında birer meta gibi yaşar, kendilerini sosyal talebe göre renk değiştiren bukalemunlar gibi pazarlayıp karşılarındaki seyirci kitlesinin veya içinde bulundukları durumun gerektirdiği özellikleri sergilerler. Onlar için doğuştan gelen hiçbir şey yoktur. Bunun yerine, benlikleri sosyal ekonominin gerektirdiklerine tabidir; elde bulunan, piyasa talebine hitap edecek şekilde dönüştürülür, sentezlenir, üretilir, paketlenir. Stil özden daha değerli görülmekle kalmaz, özü dışlayacak kadar değerli görülür. Hal böyle olunca da teatral histrionik büyük oranda derinlikten uzak bir hayat sürer, içsel kimliğin potansiyel manevralarını sınırlandırdığına inanır. Oysa




**ŞEKİL 9. 1** Histrionik Kişilik Çeşitleri

onun başlıca meşgaleleri başkalarının saiklerini sezmek ve onlara çekici, cazip, baştan çıkarıcı buldukları şeyleri yansıtmaktır.

Teatral alttipin de farklı görünümleri vardır. Kadınlar arasındaki bu tür histrionikler kendilerini parlak, seksi giysiler ve mücevherlerle donatarak kadın cinsiyetini cisimleştirirler. İyi bir kompozisyon oluşturmayı başaranlar moda kataloglarından çıkmış gibidirler; kalanlarıysa çıfıt çarşısına benzerler; sanki ne kadar küpe ve bilezik takılırsa o kadar çekici olunurmuş gibi, akla sığmayacak miktarda aksesuar takarlar. Erkekler arasındaki teatral histrioniklere örnekse aşırı iktidar sahibi olduklarına işaret eden bir görünüme bürünerek erkek cinsiyet rollerini cisimleştiren kimi vücut geliştirmeciler ve "süslü çocukların" çoğudur. Bu kadar bariz olmasa da, entelektüel veya maddi başarı sergileyenler ve mal mülklerini insanların gözüne sokanlar da yine bu teatral alt alttipe dahildirler. İster erkek olsun ister kadın, teatral histrionikler her zaman (en azından sembolik olarak) birileriyle eşleşme halindedirler. Yvonne ise bu alttipi karşılayacak kadar abartılı olmayabilir.

## Çocuksu Histrionik

Kernberg'in (1967) çocuksu kişiliğine benzeyen **çocuksu** histrionik, hem histrionik hem de sınırda kişiliklerin özelliklerini taşır. Daha önce belirtildiği üzere çoğu histrionikte bağımlılık meseleleri belirgindir. İlişkilerine cinselliği vaktinden erken katarak ve güçlü kimseleri yörüngelerine çekerek kendilerini daha çok şımartır, daha az hüsran yaşarlar. Dolayısıyla doğası gereği hayal kırıklığı yaratan bir şey olan hayatla baş etmek için genel bir ruhsal aygıta; egoya ihtiyaç olduğunun farkına varılmasıyla yani analistlerin gerçeklik ilkesi dedikleri şeyle birlikte oluşmaya başlayan güçlü kimlik duygusuna, bu kişilerin hiç ihtiyaçları yoktur. Haliyle histrioniğin hayatı ilginin merkezinde olma ihtiyacının, sürekli heyecan arayışının, fanteziye ilkel çekilmelerin güdümünde olmaya devam eder ki bunların hepsi de haz ilkesine hizmet etmektedir.

Daha ilkel bir örgütlenmesi olan çocuksu histrionikte bu özellikler daha da ağır bir tablo oluşturur. Kimlik oluşumları gerçekleşmediğinden, partnerlerine karşı oldukça bağımlı ve talepkârdırlar. Çoğu istikrarı sağlamak için sürekli teminat talep eder ve onay alamadığı zamanlarda aşırı uyumlulukla, belirgin depresyon arasında salınır. Temel dürtülerine tampon görevi görecek veya onları yumuşatacak benlik duyguları olmadığından, tutkulu aşktan tutun da yoğun öfkeye ve suçluluğa varıncaya kadar çok çeşitli duygulara kapılırlar. Bu duygular arasındaki geçişler hızlı, kolay ve öngörülemez olur; hatta bazen farklı duyguların hepsi aynı anda ifade edilebilir. Nispeten keyifli zamanlarında çocuksu uyum ve hayranlık sergileyebilir, derken birden surat asıp dudak bükebilirler. Çoğu ya sevilmediğinden ya da haksızlığa uğradığından şikâyetçidir; itiraz eden biri çıktığı takdirde bu tutumları çabucak öfke patlamasına dönüşür.

## Canlı Histrionik

**Canlı** histrionik, histrioniklerin baştan çıkarcılığını hipomaniye özgü enerji seviyesiyle birleştirir. Bunun sonucunda ortaya çekici, cezbedici, oyuncu, canlı, yoğun bir tablo çıkar. Sadece bıcır bıcır veya havai olmanın da ötesinde, canlı histrionikler ilişkilerinde neşeli, iyimser ve spontandırlar. Dürtüsel olarak dışavurumcudurlar; öyle ki çoğu zaman ileride doğabilecek sonuçları göz önüne almazlar. Heyecan ve uyarılma ihtiyacıyla hareket ettiklerinden, çoğu kolayca âşık olur; daldan dalaya atlayarak hep yeni birilerine bağlanır. Davranışsal açıdan hareketleri çevik ve canlıdır. Ortama girişleri de çıkışları da tantanalıdır. Yalnızca yüzeysel düşünürler olmalarına rağmen fikirleri öyle hızlı ve rahat akar ki bu heyecanları başkalarına da bulaşır. Daha normal olanları etrafta koşuşturur, işleri halleder, yeni projelere atılır, onları doğal birer satıcı kılan arkadaş canlısı

tutumları ve enerjileriyle başkalarını da kendilerine katılmaya ikna ederler. Diğerleriyse anlık heveslerin peşinden gider ve pek az işin sonunu görür; geride tutulmamış sözler, boş cüzdanlar ve perişan ortaklar bırakır. Beklenebileceği üzere çoğu canlı histrionikte narsisist özellikler görülür.

## Yatıştıran Histrionik

**Yatıştıran** alttip histrionik, bağımlı ve kompülsif özellikleri bir araya getirir. Hayattaki tek amaçları onay almaktır: Onları sevmek, onların arkadaşı olmak zorundasınızdır. Bu amaca ulaşmak için sizi durmadan över, onurlandırır, takdir eder, iltifatlara boğar, size ne isteseniz yapacakları izlenimini verirler: "Ne kadar yeteneklisin! Harika bir iş çıkarmışsın! Çok güzel görünüyorsun! Sana nasıl yardımcı olabilirim?" Sizin kayıtsız kaldığınızı hissettiklerinde hemen vites artırarak değerlendirmelerini daha da olumlu hale getirirler. Aslında tamamen iyi niyetle hareket ediyormuş, insanları takdir etmek onlar için ahlaki bir zorunlulukmuş gibi davranırlar. Arada anlaşmazlıklar çıktığındaysa hemen ortalığı yatıştırmak için harekete geçer, bu uğurda gerekirse kendilerinden taviz verir, arzularını bir kenara bırakır veya önemli noktalardan geri adım atabilirler. Karşı tarafı yatıştıramadıkları zamanlarda ona misliyle karşılık vermektense acı çekmeyi tercih eder, kendilerini zalim dünyanın pençesine düşmüş masum kurbanlar, kaderin amansız oklarının hedefi olmuş şehitler olarak yansıtır, diğer insanlarda sempati ve acı uyandırmayı amaçlarlar.

Böylesi uzlaşmacı bir yaşam tarzı, ciddi bir boşluğu telafi etme amacı taşır. Sıcak gülücüklerinin ardında histrioniğin boşluğu, kompülsifin suçluluğu, bağımlılığın ezikliği ve çaresizliği yatar. Çoğu kendini sevilmeyen veya yetersiz, sorunlu bir tip olarak görür. Hal böyle olunca da herkesi aşırı memnun etmeye uğraşan kişilere dönüşür, takdir veya onay vaadi barındıran en ufak fırsata karşı tetikte kalırlar. Gelişimsel açıdan sıradan histrionikten daha ileri noktada olan bu kişiler, ebeveynlerinin eleştiri ve sitem yağdıran seslerini içselleştirmişlerdir. Kompülsifler de aşırı uyumlu olma eğilimindedirler ama bu kişiler kendilerine eziyet edenlerin huyuna gider, ihtiyaçlarını önceden kestirir, onlar ne kadar öfkeli veya düşmanca davranırlarsa davransınlar karşılığında hep iyi niyetle, nezaketle yanıt verirler. Özetle, o kadar tatlı ve iyi insanlara dönüşürler ki en sadist süperego bile onlara kötü davrandığına pişman olur.

## Çalkantılı Histrionik

**Çalkantılı** tür, histrionik ve negativist kişiliğin özelliklerini bir araya getirir. Bu kişileri tarif etmenin en iyi yolu, ruh hallerinin ve duygularının son derece değişken olduğunu söylemek olacaktır.

Nispeten iyi dönemlerde ağırlıklı olarak histrionik özelliklerini eyleme döker, dışarıya çekici bir görüntü verir, yüzeysel bir samimiyet ve sosyallik sergiler, insanları sohbete katar ve karşılığında da kendi duygularını serbestçe ifade ederler. Teatral histrionikler gibi onlar da çabuk sıkılırlar; aşırı dramatiktirler; dışarıdan gelen uyaranlara abartılı tepkiler verirler ve dürtüsel heyecan arayışları vardır. Sınırda kişilik özellikleriyle birleştiğinde ortaya duygusal bir hız treni çıkar. Tıpkı sınırda kişiler gibi çalkantılı histrionik de eleştiriye aşırı duyarlıdır, hayal kırıklığına tahammül edemez, sosyal açıdan çocuksudur; yani güneşli günlerin fazla uzun sürmeyeceğini garanti eden her özellik onda mevcuttur. Çoğu aşırı duygusal uyarılmayla, dürtüsel eyleme dökme dönemleri arasında gidip gelir; bu dönemlerin ardından yaşanan öfke krizleri de uyku ve yeme düzeninde değişimler, yorgunluk gibi depresif belirtilere dönüşür.

Normal insanlar temel dürtülerinin üstünü örten, onları gizleyen ve duygularını da düzenleyen güçlü birer benlik kimliği geliştirirken, çalkantılı histrioniklerin örtüsü temel histrionik örüntüye göre çok daha ince olmanın yanı sıra sınırda kişilerdeki gibi biraz da parçalıdır. Dolayısıyla bu kişiler sürekli değişen ham duygularını filtrelemeden göstermeye çok daha yatkındırlar. Düğmelerine basıldığında zıvanadan çıkar, en ufak kışkırtmaya bile esip gürleyerek, yakıp yıkarak karşılık verirler. İlgiden mahrum kalınca çevrelerinden onay almak için çılgınca bir çabaya girer, umduklarını hemen bulamazlarsa kavgacı, keyifsiz, umutsuz bir ruh haline bürünebilirler. Zamanla, bu kişiler giderek daha az histrionikleşip insanlara karşı daha huysuz olmaya, onları daha çok eleştirmeye, onların hayatlarındaki iyi giden şeylere hasetle bakmaya başlayabilirler. Ayrıca bedenleriyle ve sağlıklarıyla fazlaca meşgul hale gelebilir, kaybettikleri ilgi ve desteği geri kazanmak için hastalıklarını abartarak anlatabilir, en ufak kırgınlıkta bile durmadan şikâyet edebilirler.

## Kurnaz Histrionik

**Kurnaz** alttipte histrionik ve antisosyal özellikler bir aradadır. Histrionik ve antisosyal özelliklerin nispi etkisine göre farklı tablolar ortaya çıkabilir. İlk başta iyi bir ilk izlenim yaratırlar; öylesine sosyal, içten, spontan, cezbedici görünürler ki karşılarındaki insanlar kalkanlarını hemen indiriverir. Gel gelelim histrionik ve antisosyal özelliklerin bileşimi, bu kurnaz alttipi temel histrionik örüntüden daha manipülatif kılar; üstelik burada amaç yalnızca ilgi toplamak veya onay almak da değildir. Bazıları için sahip oldukları histrionik özellikler, önemli kişilerle bağlantı kurmalarına, bazı kapıları açmalarına yardım edecek elverişli araçlardır. Gel gelelim bu özellikler antisosyalliğin temelini oluşturan diğer özellikleri geçici olarak gizler, ki bunların arasında sosyal kaideleri çiğne-

me, verilmiş sözleri tutmama, sadakatsizliğe meyilli olma; sorumsuz davranışlar; yer yer öfke patlamaları ve fiziksel müdahaleler yer alır. Bazılarında görülen antisosyal etki adi suç kapsamına girebilecek özelliklere kadar uzanır ancak bu noktada son bulur.

Bazılarındaysa histrionik özellikler daha psikopatik özelliklerle birleşir. Bu kişiler histrioniğin daha uyumlu sosyal becerilerinden, cazibesinden, karşı tarafın saik ve arzularını kendi kötü emellerine alet etme yeteneğinden yararlanırlar. Elbette bu alttür temel histrionik örüntüye kıyasla daha benmerkezcidir, kasten daha samimiyetsizdir ve muhtemelen manipülatif davranışlarının daha farkındadır. Çoğu zaman çatışmadan hoşlanır bir halleri vardır; çatışmanın doğurduğu heyecan ve gerilim onları tatmin edip keyiflendirir. Antisosyaller genelde nezaketi zayıflık olarak gördükleri için, sahip oldukları dostane histrionik özellikler yüzünden bazen başkalarının da onları böyle görmesinden korkarlar. Eğer bu korkularında haklı olduklarını sezerlerse, bu yanlış izlenimi tersine çevirmek için özellikle habis bir moda girebilirler.

## Tarihteki Öncüler

Histrionik kişilik ilk olarak, 1980'de yayımlanan *DSM-III*'te resmen tanınmış, psikanalitik ekoldeki eski, cinsiyet temelli **histerik kişiliğin** yerini almıştır. Artık resmi geçerliliği kalmamış olmasına rağmen histeri terimi hâlâ yaygın olarak kullanılmaktadır. Histeri sözcüğüyle karşılanan muhtelif anlamlardan bazıları arasında yoğun duygusal aşırı uyarılma, bu tür durumlara yol açtığı varsayılan bir nevroz, duygusal çatışmaların fiziksel semptomlara dönüştürülmesi (diğer adıyla konversiyon histerisi) sayılabilir. Psikodinamik düşüncede bunların hepsi birbiriyle yakından ilişkilidir. Tarihe baktığımızda Freud'un bilinçdışını keşfine yol açan şeyin Charcot'nun hipnoz kullanarak histerik konversiyon semptomlarını hafifletmesi olduğunu görürüz. İronik şekilde, histeriyle ilgili ilk fikirlerin gelişim süreci psikanalizin evrimiyle bir miktar benzerlik taşır. Başlangıçta hem erken analizdeki psikoseksüel evreler hem de Yunanların histerisi Freud tarafından doğrudan cinsel organların işleyişiyle bağlantılandırılmıştı. Gel gelelim sonunda ikisi de daha geniş kapsamlı yorumlanmıştır. Histeri kendisini rahimden koparıp bir nitelik ve semptom kümesine doğru gelişmiştir. Klasik psikanaliz de kendisini psikoseksüel evrelerden ve libidonun belirlenimciliğinden koparmış, ego psikolojisine ve nesne ilişkilerine doğru gelişmiştir.

Meşhur Yunan hekim Hippokrates histerinin bedende dolaşıp sonunda beyne yerleşen ve menstrüasyon döneminde sinir bezlerini uyaran, yer değiştiren bir dölyatağından kaynaklandığına inanıyordu. Daha sofistike görüşlerin ortaya çıkmasıysa 19. yüzyılın ikinci yarısını bulmuştur. Ernst von Feuchtersleben

(1847) histerik semptomları olan kadınları cinsel açıdan uyarılmış, bencil, "yediği önünde yemediği arkasında, sıkılmış" kişiler olarak tasvir etmiştir. Bu tür özellikleri kadının aldığı eğitimin doğasına atfeden Feuchtersleben bozukluğun "duyarlığı artıran, spontanlığı zayıflatan, cinsel zemini güçlendiren, bununla ilişkili duygu ve dürtülere izin veren her şeyi bir araya getirdiğini" iddia etmiştir. Griesinger (1845/1867) histerikleri havai mizaçlarından; anlamsız kaprislerinden; aldatma, kaçamak cevaplar verme, kıskanma, fesatlık eğilimlerinden tanıyabileceğimizi öne sürmüştür. Briquet (1859) üzüntü, kıskançlık, korku ve hatta sıkıntı, hayal kırıklığı da dahil çok sayıda can yakıcı duygunun bu bozukluğa yol açabileceğini yazmıştır (Stone, 1993). 1875 yılında Charcot, hipnozun histeriye bağlı fiziksel sorunları hafifletmede etkili olduğunu ortaya koymuştur.

1900'lerin başındaki meşhur tasvirci psikiyatristler histerik sendromların da varlığını kayda geçirmişlerdir. Örneğin Kraepelin (1904, s. 253) böyle kişilerin yenilikten, coşkudan, canlı hayal gücünden, çabuk heyecanlanabilmekten, hızlı değişen ruh hallerinden, romantik meşguliyetlerden, kapristen, dürtüsellikten beslendiklerini ve "çevrenin tüm dikkatini üzerlerinde toplamak için acımasızca" uğraştıklarını belirtmiştir. Histerikten histrioniğe geçişi sezen Schneider (1923/1950) bu tür kişiler için "dikkat çekmeye çalışan" tabirini kullanmış, histerik teriminin fazla geniş ve müphem olduğunu, ayrıca ahlaki yargı iması barındırdığını iddia etmiştir. Schneider'in açıklamaları histrioniklerin kendilerini başkalarının gözünde daha ilginç ve çekici kılmak için kullandıkları abartma ve patolojik yalan söyleme eğilimine dikkat çekmiştir. Son olarak Kretschmer (1926, s. 26) çağdaş görüşleri güçlü bir sesle dile getirerek bu kişilerin teatralliği, "abartılı ve canlı" olmayı tercih ettiklerini ama bir yandan da insanları manipüle etmek için intihar tehditleri savurmaya bir o kadar meyilli olduklarını söylemiştir. Bu psikiyatristlerin üçü de daha genç olmakla beraber, yavaş yavaş ortaya çıkmaya başlamış olan psikanalitik hareketle aynı çağda yaşamıştır.

## Biyolojik Yaklaşım

Biyolojik yaklaşım, tamamen fiziksel olan faktörler ile çeşitli kişilik özellikleri arasında sıklıkla güçlü ilişki olduğunu kabul eder. Tekil boyutlar halinde değil, birlikte görülen özelliklerin oluşturduğu kümeler halinde var olan kişilik bozukluklarının bu yapısı, biyolojinin kişiliğin kökenlerini ortaya çıkarma açısından değerini çetrefilli hale getirir.

Ayrıca biyolojinin genetik ve kalıtımsallık, mizaç, nörotransmitter profilleri, beyin morfolojisi ve düzensizlikleri, uyanan potansiyeller, bünye, doğum komplikasyonları gibi çeşitli boyutları incelenebilir. Biyolojik açıdan yakın veya uzak bu tür muhtelif etkenlerin birbiriyle nasıl etkileştiği ve gelişimde nasıl bir rol

## *Odak Noktası: Feminist Psikoloji*

### Neden Gezgin Penis Diye Bir Şey Yok?

**Psikoloji Alanının Tek Cinsiyetin Egemenliğinde Olmasının Etkileri**

Histerinin kökenleri hem tarihin hem de insan doğasının derinlerine uzanır. Tüm kadınların ve çoğu erkeğin bildiği üzere erkekler kadınları anlamaz. Daha da kötüsü erkekler kadınları neden anlamadığını da anlamaz. Bu uğurda uğraşmaya devam etmektense, kadın davranışının onların kafasını en çok karıştıran kısımlarını barındıran tanı kategorileri oluşturmuşlardır. İnsanlığın tarihi bu şekilde erkek egemenliğinde olduğundan, ilk tartışılan ruhsal rahatsızlıklardan birinin histeri olması belki de şaşırtıcı değildir. Antik Yunan'da histerinin sebebi; bulunduğu yerden kopup bedeni turlayan ve sonunda beyne yerleşen, böylelikle vahşice duygular ve kadın şehveti gibi çoğu erkeği korkutan abartılı davranışları ortaya çıkaran, gezgin bir rahimdir. Histeri bu yönüyle tüm kadınların deli olduğu veya en azından olmadık bir yorum veya bir dikkatsizlik sonucunda kolayca çıldırabileceği şeklindeki erkek inancının bir yansımasıdır. Kadınların "saçlarını bir türlü güzel yapamadığı" günlerde daha huysuz olduğu düşüncesi de bunun en belirgin örneklerinden biridir.

Sonunda Antik Yunan ve Roma'nın görkemi sona erdi. Ortaçağlarda dünyaya dini paradigmalarla bakılıyordu. İnsanlığın karşı karşıya olduğu kitlesel kıtlık, hastalık, veba ve savaş gibi zorluklar Tanrı inancıyla dengelenmeye çalışılıyordu. Bazı tahminlere göre Kara Ölüm tek başına Avrupa'daki nüfusun üçte birinin yitirilmesine neden olmuştu. Haliyle de insanlar bu tür paradoksal felaketlere bir açıklama getirme ihtiyacı duyuyordu. Tanrı adil ve sevgi doluysa, bu tür korkunç şeyler neden yaşanıyordu? Yine suç kadınlarda bulunmuştu. Sosyal standartlara uymayan kadınlar doğrudan günah keçisi ilan edilmiş, o dönemin standartlarına göre cadı "teşhisi almış" ve Şeytan'la aynı kefeye konmuşlardı. Bu kadınlar yaptıkları büyülerle kıtlığa, salgına, kötü şansa ve en fenası da iktidarsızlığa sebep olabiliyorlardı. Bu yaygın cadı tehdidi 1496'da iki Alman keşişin yazdığı *Malleus Maleficarumi* yani *Cadı Çekici* ile birlikte dini açıdan da tasdiklenmişti; modern *DSM*'nin Stephen King versiyonu diyebileceğimiz bu kitapta verilen terapi önerisi bu kadınları kazığa geçirip yakmaktı.

Cadı avları bir noktada sonlanmış olsa da, görünüşe göre her dönemde kadınları risk altında bırakan yeni sendromlar ortaya çıkmıştır. Günümüzde de kadınların doğal döngülerinin onlarda ister istemez psikolojik sorunlara yol açtığını öne süren premenstrüel disforik bozukluk bunun modern paraleli olarak görülebilir. Çoğu kadın âdet döngüleriyle ilişkili duygusal ve davranışsal değişimler yaşadığını kabul edecektir fakat bu değişimlerin ayda yalnızca birkaç günlüğüne geçerli olduğunu, oysa penisin çoğu zaman davranışları kötü yönde etkilediğini de öne sürebilir. Halbuki ne ilginçtir ki tarihte bulunduğu yerden kopup, beyne yerleşip algıyı bozan ve erkeklerdeki antisosyal davranışları açıklamak için kullanılan bu tür bir gezgin uzva dair hiç kayıt yoktur.

## *Odak Noktası: Etiyoloji*

### Histrionik ve Antisosyal Kişilik Bozukluklarının Ortak Bir Etiyolojileri Olabilir mi?

#### Benzer Öyküler Farklı Sonuçlar Doğurabilir mi?

Hamburger ve diğ. (1996), literatürde histrionik ve antisosyal kişilikler arasında beklenenin üstünde komorbidite görüldüğüne, histrionik erkeklerin yüksek oranda antisosyal davranış gösterdiğine dikkat çekerek benzer öykülerin farklı sonuçlara yol açtığını iddia ederler (Lilienfeld, Van Valkenburg, Larntz ve Akiskal, 1986; Luisada, Peele ve Pittard, 1974). Ayrıca iki kişilikte de cinsiyet ve yaygınlık oranı arasında etkileşim söz konusudur; histrionik kişilik kadınlarda, antisosyal kişilikse erkeklerde daha sık tespit edilir (APA, 1994; Ford ve Widiger, 1989; Kass ve diğ., 1983). Bu bozuklukların (dürtü kontrolünün bulunmaması, heyecan arama davranışı ve işlevsiz vicdan gibi) bir dizi ortak özelliği olduğundan, bu yazarlara göre bu iki kişilik altta yatan aynı sorunun, yani psikopatinin farklı dışavurumlarıdır. Eğer gerçekten böyleyse psikopati genleri olan kadınlar histrionik kişilik, erkekler ise antisosyal kişilik geliştirmeye daha meyilli olmalıdır.

Bu spekülasyonu test etmek amacıyla Hamburger ve diğ. (1996) üç hipotez oluşturmuşlardır. İlk olarak; yüksek düzey psikopatisi olan kişilerde, düşük düzeye sahip olanlara kıyasla daha fazla histrionik ve antisosyal kişilik özelliği görülmelidir. İkincisi, psikopatik erkeklerde daha fazla antisosyal özellik ve psikopatik kadınlarda daha fazla histrionik özellik görülmelidir. Üçüncüsü, aradaki bu ilişkiye sosyal cinsiyet rollerine uyum düzeyi aracılık etmelidir. Bu hipotezler 180 üniversite öğrencisi üzerinde araştırılmıştır. Beklendiği üzere psikopati puanı ne kadar yüksek olursa, katılımcılarda histrionik ve antisosyal özellikler görülme ihtimali de o kadar artmıştır. Ardından, yol analizi denen bir teknikle psikopatiyle cinsiyet arasındaki ilişki incelenmiş ve ikinci hipotez de desteklenmiştir.

oynadığı büyük oranda bilinmemektedir. Çoğu faktör araştırılmaz, araştırılsa bile diğerlerinden soyutlanarak ele alınır.

Bugünkü davranışlarımızı milyonlarca yıllık evrimin sonunda şekillendiren uzak etkenler olan genetik unsurların rolüne ilişkin kimi araştırmalar yapılmıştır. Bazı kişilik bozukluklarının kalıtımsallığı daha net olmakla beraber bunun nasıl yollardan gerçekleştiği henüz spekülasyona açıktır. Kalıtım çalışmaları, antisosyal çocukların babalarında (çocuk doğar doğmaz evlatlık verilmiş, böylelikle antisosyal ebeveynle büyümesinin olası etkileri ortadan kalkmış olsa bile) antisosyal davranışların ve suç davranışlarının çok daha yaygın olduğunu göstermiştir (Cadoret, Troughton, Bagford ve Woodworth, 1990). İster birlikte büyümüş olsunlar ister ayrı, tek veya çift yumurta ikizlerinden birinde antisosyal davranışlar görülmesi diğerinde de görülme ihtimalini artırmaktadır. Nasıl ki

antisosyal kişilik bozukluğu dramatik bir erkek karikatürü gibi görülebilirse ve histrionik kişilik bozukluğunu kadınlığın dramatik bir karikatürü olarak düşünürsek, iki bozukluğun da altında yatan şeyin aynı genetik yapının yansıması olduğu yönünde bir tahmin geliştirebiliriz.

Cloninger ve Guze de (1975) aslında bunu savunmuşlar, babanın sosyopat olduğu ailelerde histerinin yaygın olarak görüldüğünü göstermişlerdir. Cloninger (1978, s. 199) "Histeri, sosyopatiye yol açan sürecin daha yaygın ve daha az sapkın bir dışavurumudur" sonucuna varmıştır. Gel gelelim onların histeri tanımında hastalıkla ilgili belirgin bir parça vardır ki biz bugün bu parçayı somatizasyon bozuklukları başlığı altında sınıflandırmaktayız. Hamburger ve diğ. (1996), antisosyal ve histrionik kişiliklerin aynı genetik örüntünün farklı dışavurumları olduğu görüşünü tekrar gözden geçirerek başlıca antisosyal, psikopatik ve histrionik kişilik özelliklerini geleneksel cinsiyet rolleriyle beraber değerlendirmişlerdir. Psikopatiyle antisosyal ve histrionik kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye aracılık edenin biyolojik cinsiyet değil, toplumsal cinsiyet rolleri olduğunu bulmuşlardır. Bu doğrultuda antisosyal ve histrionik kişilik bozukluklarının özünde tek olduğunu ancak cinsiyete göre farklı şekillerde dışavurulduğunu savunmuşlardır.

Yakın zamanda Cale ve Lilienfeld (2002), bahsi geçen Hamburger ve diğ. nin (1996) çalışmasından yola çıkarak histrionik ve antisosyal kişilik bozukluklarını birbirinden ayıran cinsiyet temelli davranışların aslında psikopatolojinin farklı cinsiyetlerdeki çeşitleri olduğunu göstermeye çalışmışlardır. Daha spesifik biçimde ifade edecek olursak kadınlar histrionik kişilik bozukluğuyla ilişkilendirilen psikopatik özellikleri, erkekler ise antisosyal kişilik bozukluğuyla ilişkilendirilenleri daha fazla gösterme eğiliminde olmalıdır. Gel gelelim bulguları bu hipotez bağlamında "zayıf" ve "tutarsız" kalmıştır. Psikopatik kadınların histrionik özellikler, psikopatik erkeklerinse antisosyal özellikler sergilediğine ilişkin bulgulara erişseler de, bu sonuçlar istatistiksel açıdan hipotezlerini destekleyecek kadar tutarlı olmamıştır. Çalışmanın kısıtlı yanları göz önünde bulundurulduğunda, çıkan sonuçların iki kişilik bozukluğu arasındaki biyolojik cinsiyet temelli farkları desteklemenin yanı sıra iki kişiliğin ortak özelliğinin dürtüsellik olduğunu da doğruladığı söylenebilir. Kişilik bozukluklarının biyolojik temellerini belirleme çabasındaki, doğru bir yol izlediği aşikâr olan bu tür araştırmalara oldukça ihtiyaç vardır. Ayrıca histrionik ve antisosyal kişilikler arasındaki benzerliklere de daha fazla açıklama getirmek gerekir.

Antisosyal ve histrionik kişilik bozuklukları arasındaki bağlantıyı seçimli bir eşleşme olarak düşünebiliriz. Pek çok hayvan türünde karşı cinsin çekici bulduğu özellikler nesiller boyunca ön plana çıkarılır; bu çekici özelliklerden sizde ne kadar varsa, kendinize eş ararken o kadar seçeneğiniz olur. Gel gelelim bazılarında bu özelliklerden o kadar fazla sayıda bulunur ki daha doğuştan kendi biyolojik

cinsiyetlerinin birer karikatürü gibi olma eğilimi taşırlar. Bu açıdan bakıldığında histrionik ve antisosyal kişilikler evrimsel açıdan birbirlerinin kaderine yazılmıştır diyebiliriz. Histrionik, aşırı maskülen antisosyale çekim duyar; onun güçlü, özgüvenli, risk alan görüntüsü histrionik kadının doğal olarak çekici bulduğu tüm maskülen emareleri taşır. Buna karşılık antisosyal erkek de histrioniğin çocuksu hiperseksüelliğine ve dürtüsel heyecan arayışına doğal çekim duyar.

## Psikodinamik Yaklaşım

Buraya kadarki katkıların modern görüşü andıran yanları olsa da, en önemlisi olduğu söylenebilecek tarihsel gelişme; 1895'te Breuer ve Freud'un meşhur Anna O. vakasından yola çıkarak yayımladıkları, histerinin bilinçdışı mekanizmalarıyla ilgili makaledir. İkisi de hipnoz kullanmayı çok seviyordu ve Anna'nın (babasına karşı olumsuz hisleri ve sonunda vakayı Freud'a bırakmak zorunda kalan Breuer'e duyduğu sevgi gibi) bilinçdışı çatışmalarına dair daha fazla içgörü edinmek için bu yöntemden yararlanmışlardı. Nihayetinde bu iki isim histerik semptomların erken yaşlarda maruz kalınan cinsel tacizden kaynaklandığına, bu deneyimin, geride bıraktığı anıların çok can sıkıcı olması sebebiyle bilinçli olarak unutulduğuna ve ancak hipnoz altında tam olarak hatırlanabileceğine dair bir kuram ortaya koydular. Freud, bu semptomların tamamen bilinçli hale getirildiğinde kaybolduğunu ve tekrar ortaya çıkmadığını keşfetmiştir. Bu bulgular önemli bir gelişmeye, her nevrotik çatışmanın altında unutulmuş bir çocukluk travması yattığını öne süren ilk nevroz kuramına temel oluşturmuştur. Bu tür deneyimlerin bastırılmış olduğu söylenir. Bilinçdışını bilince taşımak hâlâ psikoterapinin birincil amaçlarından biridir. Zihnin aslında bildiği şeyleri bir şekilde unutabileceği düşüncesi, o günden bu yana psikologları hem aydınlatmış hem de şaşırtmıştır.

Bir süre sonra Freud bir keşifte daha bulundu; üstelik bu, ilkinden de önemliydi. Freud, histerik hastalarının hipnoz altında hatırladıklarının güvenilir olmadığını, aksine bunların; belleğin bir araya getirdiği, bilinçdışı arzuların varlığına delalet eden fanteziler olduğunu keşfetmiştir. Histerik semptomlar artık çocukluk travmalarının sonucu olarak değil, bilinç düzeyine çıkma tehdidi barındıran bilinçdışı içgüdülerin birer yansıması olarak görülmeye başlanmıştır. Bunun da psikanalitik kuram üzerindeki etkisi geniş çaplı ve dönüştürücü olmuştur. Histerik arzuların erken gelişim dönemlerinde karşı cinsten ebeveynle ilişkilenirken oluştuğu bariz hale gelince, çocukluk cinselliğinin, onu takiben psikoseksüel evrelerin gelişiminin ve onlarla ilintili karakter tiplerinin keşfi ufukta belirmiştir. Aslına bakarsanız bu içgörü olmasa, kişilik bozuklukları diye bir alan olmayabilirdi zira kişilik bozukluklarının, içinden doğma imkânı bulduğu karakteroloji

çalışmaları da olmazdı. Nihayetinde arzuların önemi Freud'u "bilinçdışına uzanan kral yolu" olan rüyalara ve psikanalizi uygulamalı bilimler arasına sokacak serbest çağrışım tekniğini kullanmaya götürmüştür. 1950'lere gelindiğinde bile analitik kuramcılar konversiyon histerisini, klasik psikanalizin üstüne inşa edildiği bir yapıtaşı olarak görmeye devam ederler (Fenichel, 1945).

*DSM*'nin farklı versiyonlarında görüldüğü üzere modern psikodinamik kuramcılar histerik karakter ile histrionik kişiliği birbirinden ayırmaya çalışırlar. Çoğu analist bu ikisinin aynı yelpazede yer aldığı ama şiddetlerinin farklı olduğu görüşündedir. Örneğin Kernberg (1992) histerik kişiliği işlevsellik bakımından daha yüksek bir düzeye, histrionik kişiliğiyse daha alçak, daha çocuksu düzeyde işlev gören düzeye yerleştirir. "Daha yüksek düzeydeki histerik" der Kernberg, "sosyal açıdan daha uyumludur ve duyguları daha sahici, otantik, öngörülebilirdir." Ona göre duygusal kontrol ancak, yoğun cinsel veya rekabetçi çatışmalar yaşanan diğer insanlarla ilişki kurulduğunda kaybedilir. Gabbard da (1994, s. 559-560) benzer bir tablo çizer: Histrionikler daha gösterişli, dengesiz, dürtüsel, cinsellik yüklü ve baştan çıkarıcıdırlar; histerik kişiliği olanlarsa teşhirciliklerini daha üstü kapalı yaşar ve cinselliklerini daha cilveli veya sempatik biçimde ifade ederler. "Histerik kişilikler işte başarılı hatta hırslı bile olabilirken" der Gabbard, "histrionikler amaçsızlıklarından, çaresizliklerinden ve bağımlılıklarından ötürü başarısız olurlar." Son olarak histerik kişiler sevgi nesnelerinden ayrılmaya tahammül edebilirler ama ayrılma kaygısı histrionik hastaları ezip geçer. Yvonne'u bu yelpazenin normal ve patolojik uçlarıyla kıyaslamıştık. Burada da yine patolojik tarafa daha yakın olduğunu görüyoruz.

Bu kişiliklere dair analitik açıklamalar gelişmeye devam etmekle beraber, yetişkinlerde görülen özellikler tarihteki pek çok eserde kendine yer bulmuştur. Freud (1931/1950) sevgi arzusu ve olası sevgi kaybının kilit temalar olduğu erotik karakter kavramını ortaya atmıştır. W. Reich (1933, s. 204-205) daha detaylı bir tasvir yaparak kadınların "yürüyüşünde, bakışında veya konuşmasındaki naza", erkeklerdeki "yumuşaklığa, aşırı nezakete" ve feminenliğe de yer vermiştir. Reich'ın tespit ettiği diğer özellikler arasında değişkenlik, kolay ikna olma, duygularını çabuk ve beklenmedik şekilde değiştirme eğilimi, bir an heyecanlıyken ardından hayal kırıklığı içine düşme ve fanteziyi gerçeklikle karıştırmaya meyilli olma sayılabilir. Savunmalar bakımından histrioniklerin yalnızca ince zırhlarının olduğunu, pek çok açıdan histrioniğin kuramsal açıdan tersi gördüğü kompülsifteki yüceltme ve karşıt tepki oluşturmalardan pek azının onlarda bulunduğunu düşünmüştür. Fenichel (1945, s. 528) Reich'ın kavramsallaştırmalarını genişleterek histerik karakterlerin tüm ilişkilerine cinsellik kattıklarını ve "kendi gündüz düşlerine başkalarını da katmak için" sanki bir seyirci kitlesine performans sergiliyormuş gibi davrandıklarını belirtir.

Psikanalitik düşünce ekolü tarihsel olarak histrionik kişiliğin çerçevesini kadınlara dair kalıpyargılara göre şekillendirmiştir; burada ve ileriki paragraflarda bol miktarda kadınsı tasvirlere yer verilmesinin sebebi de budur. Gel gelelim aralarında psikanalizin de bulunduğu modern düşünce ekolleri histrionik kişilik örüntülerinin hem erkeklerde hem de kadınlarda görüldüğünü kabul eder. Bununla birlikte psikoloji bilimi öncülerinin eserleri üzerine inşa olmaya devam ettiğinden, varılan bu eşitlikçi zemin memnuniyetle karşılanmaktadır.

Histrionik kişinin savunmacı tarzı, özellikle de psikodinamik soruşturma bakımından verimli bir alandır. Onlarca yıl boyunca psikodinamik kuramcılar bu kişilerin, Freud'un bilinç bölünmesi olarak adlandırdığı geniş çaplı bastırma pratiklerinden tekrar tekrar etkilenmişlerdir. Histrionikler olgulara dayanan, detaylı, isabetli ne varsa hepsini faal biçimde bilinçli farkındalıklarının dışında bırakmakta ustadırlar (bkz. Shapiro, 1965). Bunun yerine her şeyi basit tutma ihtiyacı içindedirler; onlara göre şeytan gerçekten de ayrıntıda gizlidir. Farkları ve benzerlikleri ayrıştıran, ufak noktalara takılan ve olasılıklara sonunda kararsız kalacak kadar çok takılan kompülsiflerin aksine, histrionikler yalnızca genel duygusal tona duyarlıdırlar; sinyaller alır, sinyaller verirler ama kalan her şey, değerlendirilemeyecek kadar tehlikeli olduğu gerekçesiyle farkındalık dışı bırakılır. Bunu, gerçek sorunlarını bildirmekte zorlanan Yvonne'da daha görüşmenin başında fark etmiştik.

Bu bastırma ihtiyacından dolayı histrionikler normalde sizi soyut güçleriyle veya birbirinden farklı görünen çeşitli fenomenler arasındaki ilginç bağlantıları görme becerileriyle şaşırtan insanlar değildirler. Bunun yerine kendileriyle dünya arasına bir bariyer koyarak mantıklı ve makul olan ne varsa filtreler, ancak duygusal yükü olanları içeri alırlar. Çoğumuzun hayli yüzeysel bulacağı bir tarzdır bu. Kendi hedefleri, tutumları ve kimlikleri üzerine düşünmeyi reddeden histrionikler böylelikle endişelenmekten kurtulur, hepimizin tahammül etmek zorunda olduğu varoluş belasından muaf kalırlar. Histrionikler dışarıya pazarladıkları benliklerinin boşluğunu, cinsellik yüklenmiş ilişkilerinin başkalarında yarattığı çatışmaları ve hatta kendi doyurulmamış arzularını dahi bastırırlar. İşin aslı, yoğun kişisel büyüme için gereken şevk onlarda yoktur.

Bastırmaya ek olarak histerik kişilikler cinselleştirme, (ayrı bir bölümde ele aldığımız) dissosiyasyon ve yansıtmadan da yararlanırlar. Özellikle de cinselleştirmenin uyum sağlamaya ve savunmaya hizmet eden karmaşık amaçları vardır. Hatta W. Reich (1933) hipercinselliğin bu kişilerin alametifarikası olduğunu düşünmüş, baştan çıkarmayı maskülen saldırganlık tehdidine veya korkusuna karşı bir savunma olarak kullandıklarını öne sürmüştür. Başka bir deyişle şiddet olasılığından korkan histrionik kişi, saldırgandaki başka bir dürtüyü devreye sokar; düşmancıllığın yerine çekimi koyar. Bu durum davranışlarındaki şu ilginç

paradoksu kısmen açıklar: Histrionikler dışarıya cinsel potansiyel yayarlar ama aynı zamanda gerçek cinsel faaliyetten son derece korkar ve tiksinirler (Easser ve Lesser, 1965).

Gerçekte histrionik kişiler provokatif cinsel mesajlarıyla yüzleştirildiklerinde çoğu zaman şoke olurlar. Anlaşılan bedenin bir araç olarak kullanıldığının bilinçli olarak farkında olmak, çizdikleri tatlı ve masum imajla tamamen uyumsuzdur ki bu da büyük bir bastırma emaresidir. Histrioniklerin rolleri değiştirip kendilerine ithamlarda bulunan kişiye hiperseksüel ilgiyi yansıtmaları ve böylelikle dikkati kendi üstlerinden uzaklaştırmaları muhtemeldir. Haklı olarak gücenmiş bir görüntü çizerek, böyle bir imanın kendilerini ne kadar incittiğini anlatmalarının dahi mümkün olmayacağını söyleyebilir ve böylelikle muhtemel taliplerinde öfke, kafa karışıklığı, hatta hayranlık uyandırabilirler. Yvonne'da bu eğilimi belki "diğer kızlar gibi olmadığı" konusundaki ısrarında görebiliriz; kendisinin bir sanatçı olduğunun şiddetle altını çizer, dolayısıyla estetik amaçlar doğrultusunda bu işi icra ettiği çıkarımında bulunabiliriz. Histrionikler cinselleştirmeyi ayrıca kendi dikkatlerini kaygı veya boşluk duygularından uzaklaştırmak ya da erkek egemen bir dünyada kadınların güçsüz olduğu algısını telafi etmek için de kullanabilirler. Karşı tarafta cinsel arzu uyandırarak talep yaratıp bu talebe nadiren karşılık verirler ve böylece kişilerarası oyun sahasını kendilerine göre düzenlerler. Sebebi ne olursa olsun cinselliği bu kadar yaygın kullanmaları çoğu analitik yazarın bu kişiliklerde sahte bir olgunluk, hatta sahte bir benlik sunumu olduğu tespitinde bulunmasına yol açmıştır. Histrionikler yetişkinlerin dünyasına katılmaktansa çocuksu kalır, baştan çıkarıcı cilvelerini gizlemek için yüzeysel bir çaba sergilerler.

Psikodinamik çevrelerde histerik karakterin gelişimi hâlâ tartışma konusudur. Freud karşı cinsten ebeveyni merkez alan saplanmalardan bahsetmiştir. Bu doktrini Fenichel (1945) desteklese de sonraları çok sayıda yazar sorgulamıştır (Marmor, 1953; Sperling, 1973). Ne ironiktir ki psikodinamik düşünürler tam da psikanalizin temelinde yer alan meseleyi tartışmaya devam etmektedirler. Mevcut görüşe göre düşük işlevselliği olan histeriklerde ağırlıklı olarak oral meseleler görülür, yüksek işlevselliği olanlardaysa gelişmekte olan cinsellik duyumunun karşı cinsten ebeveyne bilinçdışı bir arzu uyandırdığı Oidipal gelişim evresiyle ilgili meseleler ağırlıktadır. Bu doğrultuda *DSM-IV*'ün daha ilkel histrionik kişiliği, oral bağımlılığın yanı sıra nesne ilişkilerinde ve kişilerarası davranışlarda belirgin sorunlardan mustarip olmalıdır. Buna karşılık histerik kişilikler nispeten daha sağlam olmalı ve çoğu işlevsellik alanında genel olarak daha başarılı bir performans ortaya koymalıdırlar (Blacker ve Tubin, 1991). Aradaki fark derece meselesidir: Analistler Oidipal saplanma yaşayan "iyi histerikten"; daha ilkel, oral saplanmalar yaşayan "kötü histeriğe" uzanan bir yelpazeden bahsederler (Zetzel, 1968).

Oral ve Oidipal histeriği karşılaştırırken (Blacker ve Tubin, 1991; Easser ve Lesser, 1965; McWilliams, 1994) yapılacak en önemli iş, büyük çaplı bastırmayı ve aşırı bağımlılığı açıklamaktır. Bakım verenlerin geleceğin bağımlı kişiliğine verdikleri mesaj "Senin yerine biz yapıyoruz çünkü sen beceremezsin" iken, analitik yaklaşım geleceğin histrioniklerinin aldıkları bakımın da çoğu zaman en az bu kadar yetersiz, soğuk ve kayıtsız olduğunu düşünür. Endişelenen, soyutlanmış hisseden, kendini güvende görmeyen, takdir edilmediğini düşünen küçük kız kendisine asıl bakım veren kişinin haricindeki farklı kaynaklardan da bakım alma arayışına girmek zorunda kalır. Sonunda anneyi değersizleştirip güçlü biçimde babaya yönelir, böylelikle normal kadınsı özdeşimi reddetmiş olur. Erkekler güçlü ve heyecan vericidir, kendisinin de dahil olduğu kadınlar ise güçsüz ve talepkâr görülmeye başlanır. Yeterli bir kadın rol modeli mevcut olduğu takdirde, kişiliğinin gerçek anlamda bütünlüklü ve kadınsı bir benlik geliştirmiş olabilecek parçasıysa böylelikle atıl bırakılır (McWilliams, 1994). Gerçekçi bir çapa olma-

## *Odak Noktası: Cinsellik*

### Histrionik Kişilik ve Seks

**Kişilik ve Cinsel Esenlik**

Histrionik kişilikler, toplumumuzun teşvik ettiği ve hayranlık duyduğu özellikler olan popülerlik, dışadönüklük, çekicilik ve sosyalliğin hafif karikatürize edilmiş hallerini sergilerler. Kişilerarası açıdan, muhtaç oldukları ilgiyi çekmek için baştan çıkarıcı manevralar kullanırlar.

Peki bu yarattıkları ilk izlenimi sürdürür, devamını getirirler mi? İyi âşıklar mıdırlar? Görünüşe göre hayır. Apt ve Hurlbert (1994) MCMI-II kriterlerine göre histrionik tanısı almış bir grup kadını, onlarla benzer özellikler taşıyan fakat histrionik olmayan diğer bir grup kadınla çeşitli cinsel davranış ve tutumlar bakımından karşılaştırmışlardır. Histrionik kadınların cinsel girişkenliklerinin belirgin oranda daha düşük, sekse yönelik erotofobik tutumlarının daha güçlü olduğu ve evliliklerinde daha fazla doyumsuzluk yaşadıkları bulunmuştur. Ayrıca cinsellikle ilgili düşüncelerle daha fazla meşgul oldukları, cinsel arzularının daha düşük olduğu ve cinsellikten daha çok sıkıldıkları görülmüştür. Bunlara ek olarak, histrionik kadınlarda orgazm bozukluğu daha sık görülmekte ve bu da evlilik dışı ilişkiler yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bu tür olumsuz bulgulara rağmen histrioniklerde daha yüksek cinsel özgüven düzeyleri bildirmiştir.

Söz konusu araştırmanın sonuçları histrionik kadınlara özel olsa da, histrionik erkeklerin de cinsel anlamda onlardan farklı olması için sebep yoktur. Aslına bakarsanız erkeklerde de benzer bir yüksek cinsel özgüven ve cinsel sıkıntılar örüntüsü tespit eden, bunu cinsel narsisizm olarak adlandıran yazarlar olmuştur (Hurlbert ve Apt, 1991).

dığında kendiliğin bu parçası, erkek arzusunu nelerin uyandırdığına ilişkin sosyal kalıpyargılara uygun dağınık bir davranış kümesi halinde karikatürleşir (Blacker ve Tubin, 1991). Yvonne'un annesiyle arasındaki kendisinin de kabul ettiği çatışma, babasına olan yakınlığıyla birlikte düşünüldüğünde bu örüntüye uyabilir ama kesin bir şey söylemeden önce bunu daha derinlemesine araştırmak gerekir.

Küçük kız babasına yönelirken, onun onayını kazanmak için gösterdiği çabaya bir miktar baştan çıkarıcı unsur eklerse bunun daha etkili olduğunu keşfeder. Zımni cinsel imalar böylelikle ilişkilerde katalizör görevi görmeye başlar. Bu çekimin farkına varmak hem baba hem de kız için karşılıklı tehditkâr olacağından güçlü biçimde bastırılması gerekir ama küçük kızın güzelliğine, tatlılığına, masumiyetine ilişkin yorumlar yapmak serbesttir (McWilliams, 1994). Hal böyle olunca ortaya bastırılmış bir cinsel arzu ve cinsel manipülasyon örüntüsü çıkar ve bu örüntü ömür boyu devam eder. Doğal olarak bu durum anneyle kız arasında da çatışma yaratır; anne değersizleştirilir. İşin aslı geleceğin histrioniği veya histeriği -ki artık "babasının tatlı kızıdır"- kendisini, aşırı cinselleşmişliğin sahte olgunluğuyla erkeklerin kollarına atmayı öğrenir ama aynı zamanda yeterli bir kadın rol modelinin eksikliğini ortaya çıkarırcasına sığ veya yüzeysel bir benlik duygusu geliştirir. Mesela Yvonne'un terapinin başındaki "Annemle hiç yakın olmadık" ifadesinin, ileride "Annem, babamla ilişkimden korkan soğuk bir insandı"ya dönüşmesi gayet olasıdır.

Psikanalizin temel ilkelerine dönerek bu tür bir dinamiğin sonuçlarını rahatça görebiliriz. Hatırlarsanız normal gelişimde zihinsel yaşam önce idin egemenliğindedir ki o da haz ilkesi doğrultusunda çalışır: İsterim de isterim, hemen isterim. İdin talepleri hemen her zaman hüsrana uğradığından, onun taleplerini dış dünyanın kısıtlamalarıyla uzlaştırmak amacıyla ego sahneye çıkar. Gerçeklik ilkesi doğrultusunda hareket eden ego, kişiliğin yönetici birimi gibidir. İlk başta ego doyuma uzanan her tür yolu değerlendirmekte serbesttir. Oysa zamanla ebeveyn figürleri ve diğer rol modelleri bazı eylemleri yasaklar, bazılarını da idealleştirir. Böylelikle vicdandan ve ego idealinden, yani insanın ne olması/yapması veya ne olmaması/yapmaması gerektiğinden müteşekkil süperego gelişir. Gelişimsel zamanda donmuş olan histrioniklerde güçlü süperego gelişmez çünkü sözlerini tutmamak veya çevrelerindekileri manipüle etmek onların vicdanlarını nadiren rahatsız eder.

Monique'i (Vaka 9. 2) ele alalım; her şeyi vardır ama bir türlü tekeşli kalamaz. Yvonne gibi onun da sürekli uyarana ihtiyacı var gibidir. Yeni ilişkiler onu heyecanlandırır ama öyle çabucak sıkılır ki "sürekli partilere katılıp içme" ihtiyacı duyar. Yazar olan kocası artık köşesine çekilmiş olduğundan, Monique daha önce iki kez boşanmasına yol açan örüntüye dönerek gizli, heyecan verici bir yasak aşk yaşama isteğiyle yanıp tutuşmaktadır. Terapiye geldiğinde kla-

Çekici ve hayat dolu bir kadın olan Monique, üçüncü evliliğinin dağılmasını engelleme umuduyla terapiye başvurmuştu. Sorununu anlatırken, duyguları kahkahadan gözyaşına geniş bir yelpazede salınıyordu. Ne zaman bir ilişkiye başlasa, bir noktada "sıkılıp" (gülerek söylüyor) "daha heyecan verici erkeklere" yöneliyor, nihayetinde de sürekli partilere katılıp içmeye dönüyordu. Sahte bir masumiyet takınarak, oyuncu bir tavırla, görüşmeyi yapan kişiye "Beni c-i-n-s-e-l-l-i-k içeren bir yasak ilişkide düşünebiliyor musunuz?" diye sormuştu. Tedavi sürecindeki bir alkolik olan Monique "uçurumun eşiğinde" olabileceğini seziyordu ama ilk evliliğinden olan kızı Jacqueline'le güzel bir bağ kurmuş olan sevecen kocasıyla evliliğini mahvetmeden önce son bir kez dönüp aynaya bakmak istiyordu.

Monique'in öyküsü mevcut durumunun sinyalleriyle doluydu. Tek kız kardeşinden dört yaş büyüktü. Zengin bir işadamı ve yetenekli bir pazarlamacı olan babası, kızlarını "vitrin mankenleri" gibi görüyor, insanlar bu başarılı aile babasına hayran olsun diye onları sosyal etkinliklere sürüklüyordu. Annesi duygusal ama cezbedici bir kadındı, çocuklarının "güzel ve yetenekli" yetişmeleri için büyük zahmetlere girmişti. İki kız da çocuk güzellik yarışmalarına ve yetenek şovlarına katılmışlardı. Monique'in en sevdiği anısı, 8 yaşındayken bu yarışmalardan birini kazandığında koşup babasına sarılmasıydı.

Ergenlik yıllarında Monique hayli popülerdi; sık sık sevgili değiştiren, karşı cinsten hiç ilgi eksikliği yaşamayan bir sosyal kelebekti. Kendisini çok sayıda okul dışı faaliyetle, mesela okul korosunda görev alarak ve okul gazetesinin çizimlerini yaparak oyalıyordu. Üçüncü ve son sınıftayken okulun en iyi ponpon kız takımına girmişti. Bu yıllardan bahsederken yüzü aydınlanıyor, bunun "insanın yaşayabileceği en harika, heyecan verici, uyarıcı zaman dilimi" olduğunu söylüyordu. Gel gelelim en yakın kız arkadaşı balo kraliçesi seçildiğinde depresifleşmiş, günlerce yataktan çıkmamıştı. "Benim yarım kadar bile güzel değildi" diyordu Monique kararlılıkla.

Liseden sonra Monique sıradan bir üniversiteye gitmektense konservatuvara gitmeye karar vermişti. Birinci sınıftayken yine kendisi gibi öğrenci olan, dersleri iyi olmakla birlikte hep problem çıkarmasıyla bilinen, kendisinden üç yaş büyük yakışıklı bir çocukla evlenmişti. Birbirlerini henüz üç haftadır tanımalarına rağmen "Sanki hayatımız boyunca birbirimizi tanıyormuş gibiydik... Birbirimiz için yaratıldığımızı anlamıştım!" diyordu. Ardından yaşananlarıysa adeta pembe dizi anlatır gibi anlatıyor, yeri geldikçe dramatik sessizlikler bırakmayı da ihmal etmiyordu. İkisi de heyecan arayışındaydı, bu nedenle açık evlilik yaşamaya karar vermişlerdi. Jacqueline'in babasının, ilk kocası olduğundan hâlâ emin değildi. Yedi ay sonra boşanmışlardı. Üç yıl sonra anne-kıza "rahat bir ev, bol bol sevgi ve ilgi veren" kırklı yaşlarında bir adamla evlenmişti. Ne var ki sonunda yine sıkılmış ve çok sayıda ilişki yaşamaya başlamış, ancak kocasının öğrenmesi korkusuyla hepsini bitirmişti. Adam sonunda haberdar olunca da boşanmışlardı. Sonraki dört seneyi partiden partiye koşarak, uyuşturucu kullanarak ve bol bol içerek geçirmişti. Jacqueline'e annesi ve kız kardeşi bakmışlardı.

Yetenekli bir yazar olan şimdiki kocasıyla tanışmasıyla birlikte bu çılgın günleri sona ermişti. Ama artık durulan Monique bir kez daha ya sadakatsizlik etme ya da alkol yüzünden ilişkisi i mahvetme riskinin eşiğinde olduğunu hissediyordu.

**Histrionik Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri**

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; aşırı duygusallık ve ilgi görme isteği göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. İlgi odağı olmadığı durumlarda rahatsız olur.
2. Başkalarıyla iletişiminde çoğu zaman uygunsuz şekilde, cinsel yönden ayartıcı veya provokatif davranışlar belirgindir.
3. Duygu ifadeleri çabuk değişir ve yüzeyseldir.
4. İlgi çekmek için sürekli fiziksel görünümünü kullanır.
5. Aşırı biçimde dışavurumcu ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimi vardır.
6. Gösteriş yapar, teatral davranır ve duygularını aşırı abartıyla gösterir.
7. Telkine yatkındır; yani başkalarından veya koşullardan kolay etkilenir.
8. İlişkilerini olduğundan daha yakın zanneder.

3 → Histrionik Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri
1 → Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; aşırı duygusallık ve ilgi görme isteği göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:
2 → 1. İlgi odağı olmadığı durumlarda rahatsız olur.
2. Başkalarıyla iletişiminde çoğu zaman uygunsuz şekilde, cinsel yönden ayartıcı veya provokatif davranışlar belirgindir.
3. Duygu ifadeleri çabuk değişir ve yüzeyseldir.
4. İlgi çekmek için sürekli fiziksel görünümünü kullanır.
6 → 5. Aşırı biçimde dışavurumcu ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimi vardır.
5 → 6. Gösteriş yapar, teatral davranır ve duygularını aşırı abartıyla gösterir.
1 → 7. Telkine yatkındır; yani başkalarından veya koşullardan kolay etkilenir.
8 → 8. İlişkilerini olduğundan daha yakın zanneder.

sik semptomların çoğuna sahiptir. Duyguları kahkahadan gözyaşına kadar tüm yelpazeye yayılmıştır. Kasten ortaya attığı cinsel imgeler dolayısıyla görüşmeyi yapan kişiyle etkileşimini cinsel açıdan yüklü hale getirir. İlgi görme ihtiyacı kişisel geçmişindeki sosyal kelebeklik ve ponpon kızlıkla da tutarlıdır; kız arkadaşı balo kraliçesi seçildiğinde ve kendisi yine evlilik dışı ilişkilere yöneldiğinde bu ihtiyaç patolojik boyut kazanmıştır. Histrioniklerin izlenimci bilişsel tarzı, lise yıllarına dair anlatımında belirgindir; ayrıca buna eşlik eden dramatik jestlerinde teatral, abartılı bir duygusallık göze çarpmaktadır. Son olarak, ilişkilerini olduğundan daha yakın görme eğiliminde olduğu anlaşılmaktadır. İlk kocasıyla, tanıştıktan sadece üç hafta sonra evlenmiştir ama ona kalsa "Sanki hayatımız boyunca birbirimizi tanıyormuş gibiydik" der. Muhtemelen âşıkları için de aynısını hissetmektedir ki bu da onun gözünde evlilik dışı ilişkilerini meşrulaştıran ve başlangıcına katkıda bulunan bir unsurdur.

Monique'in süperego gelişimi daha güçlü olsaydı bu tür arzular ya ketlenir ya da bilince hiç ulaşmazdı. Ayrıca ego kimliği daha sağlam temellenmiş olsaydı, dünyadaki yerini daha fazla tanımlayacak ve varlığına anlam katacak hedefleri çok önceden belirlemiş olur ve muhtemelen alışılmışın dışında seçimler yapmaz, alkol kötüye kullanımı sergilemezdi. Diğer histrionikler gibi Monique de doğal gelişim sürecinde kısa devre yapmıştır. İlişkilerine vaktinden önce cinsellik yükleyen histrionikler güçlü kişileri kendilerine çekerek yollarını açmalarını, arzularını ödüllendirmelerini ve hayal kırıklıklarını gidermelerini sağlamaya çalışırlar. Diğer histrionikler gibi Monique'in de derin, sabit, sağlam bir kimlik geliştirme isteği yoktur. Dolayısıyla W. Reich'ın (1933) da belirttiği üzere histrioniklerin "zırhları ince kalır"; dürtülerinin ve çocuksu idlerine ait bağımlılıkların üstünü ancak ince bir benlik tabakası örter. Hal böyle olunca haz ilkesinin tahakkümünde kalırlar. Bunu ilgi odağı olma ihtiyaçlarında; sürekli olarak uyaranlara bağlı, heyecan arayan davranışlarında; dramatik, teatral gösterilerinde; hatta (birincil süreç düşünme olarak bilinen) fanteziye ilkel çekilmelerinde görebiliriz. Kaygı tehdidi baş gösterdiğinde cılız benlikleri dağılma veya baskı altında dissosiye olma eğilimi gösterir; ilkel fanteziye doğru geriler veya stresi somatik olarak bedene yönlendirir. Böylelikle stres meşru bir tıbbi rahatsızlıkla açıklanamayan semptomlar halinde tekrar ortaya çıkar ki Yvonne'da da benzer bir durum söz konusu olabilir.

İşlevsellikleri daha yüksek histeriklerin gelişimleri de, ikisinin de oral bağımlılıkla ilgili meseleleri olması bakımından histrioniklerinkine benzer. Gel gelelim histerik, ağırlıklı olarak Oidipal dönemde yani gelişim sürecinde yeni yeni filizlenmekte olan cinselliğin, karşı cinsten ebeveyne bilinçdışı bir arzu yarattığı noktada zorluk yaşar. Bu evrede çocuklar normalde hemcins ebeveynleriyle rekabete girer, onu rakip olarak görmeye başlarlar. Ne var ki bu dinamiğin şidde-

tini artırmak ve kalıcı kişilik özellikleri ortaya çıkarmak için sıradışı bir duruma ihtiyaç vardır. Örneğin Zetzel (1968) histerik hastaların çoğunun bu dönemde karşı cins ebeveynlerinden gerçekten ayrıldığını veya onları kaybettiğini bulmuştur; bu durumun ebeveyn-sevgiliye sahip olmaya yönelik bilinçdışı arzuyu güçlendirdiği ve böylelikle çatışmanın çözümlenmesini zora soktuğu varsayılabilir. Bu da histerik kişiliğin gelişimine uzanan ikinci bir yol açar.

Yeterli annelik görmüş kişilerde oral meseleler yoktur ve nesne ilişkileri görece sağlamdır. Diğer bir deyişle yeterli annelik güvene ve görece sağlam bir ego gelişimine yol açar. Bu tür histeriklerin sağlam bir kadın rol modeli vardır ve anneyi değersizleştirmez, ergen cinselliğinin gelişiminden hemen önce bakım almak için babaya yönelmezler. Dolayısıyla da yetişkinlikteki ilişkilerine o kadar alenen cinsellik yüklemezler. Bunun yerine daha incelikli hareket ederler; cinselliği dışavurum tarzları daha yapıcıdır ve stres altında daha az psikolojik semptom sergilerler. İlk yoldan gidenler gelişim sürecinde çifte dezavantaj yaşarlar: Babalarını halihazırda idealleştirdiklerinden ve özdeşleşip filizlenen cinselliklerini yüceltebilecekleri bir kadın rol modeli olmadığından, babaya sahip olma arzusu çok daha rahat ön plana çıkar. Önceleri ağırlıklı olarak pekiştirme ve şekillendirme yoluyla cinsellik yüklenen iletişimler, sonrasında bilinçsiz olarak gerçek cinsel güçle beslenir hale gelir.

## Kişilerarası Yaklaşım

Her ne kadar Sullivan kişilerarası yaklaşımın babası olarak görülse de, sonraki düşünürler ondan çok daha sistemli bir yol izlemişlerdir. Mesela Leary (1957) kişilerarası döngünün potansiyelini ilk gerçekleştiren isimdir. Leary'nin işbirlikçi-aşırı geleneksel kişiliği günümüz histrioniğine oldukça yakın düşer. Böyle kişiler dışadönük, arkadaş canlısı, sosyal yapılarıyla, sevilme ve kabul görme açlıklarıyla tanınırlar. Leary'e göre bu kişilerin olumlu yanı, biraz fazla yumuşak başlı da olsalar iyimserliklerini hiç kaybetmemeleri ve "başkalarını memnun etmeye, onlardan kabul görmeye, onlarla olumlu ilişkiler kurmaya uğraşıp durmalarıdır" (s. 304). Olumsuz yanlarıysa eleştiriye tahammülsüz olmaları, kendilerini her tür suçluluk duygusundan arındırmaya çalışmaları ve kendi davranışlarını düşmanca veya gücü istismar eden cinsten görmemeleridir.

Leary'den sonraki araştırmacılar, daha gelişkin istatistik yöntemler kullanarak orijinal kişilerarası döngünün geometrisini daha incelikli hale getirmişlerdir. Özellikle incelikli bir analiz yapan Kiesler (1983, 1996) döngüyü iki farklı işlevsellik seviyesi (normal ve patolojik seviye) üzerinden tarif edilen 16 parçaya bölmüştür. Çoğu kişilik bozukluğunda kişilerarası modele tam olarak oturmayan özellikler bulunsa da, histrionikleri iki ana parça üzerinden özetlemek mümkündür. Normal

yelpazede, Kiesler (1996, s. 14-15) *ketlenmemiş, dramatik, havai, dostane, cana yakın* ve *ilgili* sıfatlarını kullanmıştır. Patolojik uçtaysa bunlar *ölçüsüz, melodramatik, frapan, her zaman yeni bir ilişkiye açık* ve *işgalci*ye dönüşür.

Histrioniklerde ayırt edici nice kişilerarası özellik vardır. Bunların başında benlik imgeleri ve başkalarında bıraktıkları izlenim gelir. En azından bilinç düzeyinde kendilerini genellikle çekici, arkadaş canlısı, birlikte vakit geçirmesi eğlenceli kimseler olarak görürler. Başlangıçta oldukça cezbedici gelebilirler. Kendilerini kolaylıkla açmaları, duygularını serbestçe ifade edebilmeleri canlı, ferahlatıcı bir yakınlığın çabucak kurulmasını sağlar ki bunlar bile başlı başına çekici niteliklerdir. Gel gelelim daha ağır histrionikler kaçınılmaz olarak dengesiz, kışkırtıcı, teatral, yayılımcı hal alırlar. Birebir ilişkilerdeki bu cazibeleri manşette yer almalarını, sosyal grubun tamamı tarafından tanınmalarını sağlayan bir yeteneğe dönüşür. Histrionik kişi partinin neşesi olmasa bile hiç değilse, yüzünde gülümsemeyle onunla göz teması kurmak için sabırsızlanan çevresi mutlaka hazırdır. Kendilerini daha çekici kılmak adına naif, masum bir kimsesiz rolü ve feleğin çemberinden geçmiş biri rolü arasında gidip gelebilir, seyircilerin arzusuna göre sergiledikleri şovu şekillendirebilirler. Antenlerinin bu tür sinyallere açık olması sayesinde; yarattıkları kişilerarası izlenimleri çabucak değiştirebilir, böylelikle reddedilmelerine veya kendilerine kayıtsız kalınmasına ilişkin her tür riski minimuma indirebilir, bir yandan da mevcut ilgiyi koruyup çok sayıda potansiyel talibi, ayrıca onların kaynaklarını ve yardımlarını kendilerine çekebilirler. Dramatik jestleri, çekici saç stilleri, uçarı sözleri ve insanları şoke eden giysilerinin hepsi, Vaka 9. 3'te de görüldüğü üzere ilgi uyandırmak ve dikkat çekmek için tasarlanmıştır.

Histrionikler genellikle ilk başta çekici gelseler de yakın ilişkileri çoğu zaman yüzeysel kalabilir. Çoğu sürekli ilgi görmeye ve uyarılmaya ihtiyaç duyduğundan, partnerleri bu talepkârlıkları karşısında köle gibi hissetmeye başlayabilir, bu yükten bunalabilir, duygusal açıdan kendilerini geri çekebilirler ve histrioniklerin ölesiye sıkılmalarına, alternatif arayışına girmelerine yol açabilirler. Daha patolojik olan bireyler, duygusal yoğunluk ve salınımlarından tükenen arkadaş ve partnerlerini daha sık değiştirirler. Beklenebileceği üzere çoğu histrionik narsisistlerdeki özgüveni epey çekici bulur. Biri ne kadar doluysa, diğeri de o kadar boştur. Bu tür ilişkiler pek tatminkâr olmasa bile iki taraf da üstüne düşeni yaptığı müddetçe devam edecektir. Erkek statü merdivenlerini tırmanmaya devam etmeli, kadın ise olabildiğince çekici kalmalı ve yaşlanmanın etkilerine karşı zarif bir mücadele yürütmelidir. Bu kadınların kendi fiziksel görünümlerini başarı ölçütü olarak almaları talihsiz bir gerçek olmakla beraber Darwin'in en iyi uyum sağlayanın (veya bu örnekte en güzel olanın) sağ kalması prensibinin uzantısıdır. Kaçınılmaz olarak daha genç ve daha güzel rakipler ortaya çıkar ve bu da artık yaşlanmış acuzeyi büyük strese sokar.

Sheila üniversitenin danışmanlık merkezini gece yarısını biraz geçe aramıştı. Telesekretere usul usul konuşarak bıraktığı mesajından, gözyaşlarını tutmakta zorlandığı anlaşılıyordu. "Şey, kendimi çok kötü hissediyorum ve tanıdığım herkese çok kızgınım ve beni umursayacak biriyle konuşmaya ihtiyacım var, yoksa kendimi şuracıkta öldüreceğim ve kesinlikle ciddiyim!" Telefon numarasını bırakmış olmasına rağmen nöbetçi terapist ona bir türlü ulaşamamıştı. Ev arkadaşına göre Sheila yine "rutin ziyaretlerini" yapmak üzere dışarı çıkmıştı. Ertesi sabah ikinci kez arandığında değerlendirme görüşmesi için merkeze gelmeyi kabul etmişti.

Sheila görüşmeye 30 dakika geç geldi. Ağzında sakız, üstünde insanı rahatsız edecek kadar kısa bir elbise vardı. Erkek görüşmeci onu görür görmez duraksayınca, "Bu tarzım şu anki duygularımın yansıması. Hoşunuza gitti mi?" diye sormuştu. Saçlarını eşarpla kapamış; parmaklarını, kulaklarını ve boynunu siyah taşlarla donatmıştı. Tüm bu kombinasyon bariz biçimde insanları şoke etmek için yapılmıştı. İlk hedef intihar riskinin değerlendirilmesiydi ama Sheila dediklerinde ciddi olduğunu inkâr ediyordu. "Ciddi olsam" demişti dramatik bir tavırla, "şimdi burada olmazdım sonuçta, öyle değil mi?" "Bu yalnızca dikkat çekmek için etkili bir yöntem (...) Görmezden gelinmeyi sevmiyorum (...) özellikle de ebeveynler üzerinde hep işe yarıyor. Yeterince uğraşırsanız neler yaptırabileceğinizi bir bilseniz!" O esnada sakızından kocaman bir balon patlatmış ve görüşmeciyle göz temasını hiç kesmeden içindeki havayı birden içine çekmişti.

Sheila hayatının pek çok alanında sorunlar yaşadığını bildirmişti. İlk olarak, dersleri kötü gidiyordu ve notlarını yükseltemezse atılacağından korkuyordu. Zaten şimdiden üniversitenin atılma riski taşıyan öğrenciler listesine girmişti. Derslere devam durumu sorulduğunda, genellikle derslere pek gidemediğini çünkü çoğunun sabah olduğunu, sosyal faaliyetlerinin ise gece yarısından sonra başladığını itiraf etmişti. Öte yandan "Sınıftaki oğlanların çoğu benim yerime not tutmayı teklif etti" diye de eklemişti. İkinci olarak, Sheila ve ev arkadaşları dönem başından beri geçinemiyorlardı. Sheila'nın onlardan bir şeyler "ödünç almasından", gece eve geç gelmesinden, sık sık erkek misafirler getirmesinden ve kafası çeşitli sebeplerden güzel olan bu misafirlerin gece onlarda kalmasından rahatsızlıklarını dile getiriyorlardı. Son olarak, aşırı ve mantıksız ölçüde kıskanç bulduğu erkek arkadaşı, birlikte oldukları bir aylık süreçte kendisine tamamen sadık kaldığına yemin etmesine rağmen ondan ayrılmak istiyor, flörtöz davranışlarına isyan ediyordu. Sheila "dünyada (ona) en yakın olan insanın böyle birden sırt çevirmesi" ile baş etmekte zorlanıyordu. Danışmanlık merkezini aramasına neden olanın da bu durum olduğunu belirtmişti.

Sheila yaşadığı büyük sıkıntı ve depresyondan söz etse de, davranışları bu sözlerini yalancı çıkarır nitelikteydi. Hayat dolu, duygularını rahatça açığa vuran, hatta biraz manik bir hali vardı. Konudan konuya, duygudan duyguya atlıyor; aradaki geçişlerse doğru düzgün belli olmuyor ve ancak asgari düzeyde içgörü barındırıyordu. Sheila "çok meşgul" olduğu için ikinci bir randevu ayarlanamamıştı. Hâlâ intihara meyilli olduğunu inkâr ediyordu. Ertesi hafta devam etmek isteyip istemediği sorulduğunda, kışkırtıcı bir tavırla "Ben size dönerim" demiş, yine sakızını patlatmış, çıkarıp koltuğun altına yapıştırmış ve ardından odadan çıkmıştı.

Histrionik Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; aşırı duygusallık ve ilgi görme isteği göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. İlgi odağı olmadığı durumlarda rahatsız olur. (4)
2. Başkalarıyla iletişiminde çoğu zaman uygunsuz şekilde, cinsel yönden ayartıcı veya provokatif davranışlar belirgindir. (6)
3. Duygu ifadeleri çabuk değişir ve yüzeyseldir. (1)
4. İlgi çekmek için sürekli fiziksel görünümünü kullanır. (2)
5. Aşırı biçimde dışavurumcu ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimi vardır.
6. Gösteriş yapar, teatral davranır ve duygularını aşırı abartıyla gösterir. (6)
7. Telkine yatkındır; yani başkalarından veya koşullardan kolay etkilenir. (5)
8. İlişkilerini olduğundan daha yakın zanneder. (3)

Yüzeysel ilişkilerin örneklerinden birini Sheila vakasında görürüz. Değerlendirilmek ve terapiye devam etmek üzere başvurduğunda, histrionik kişiliğin (özellikle de çocuksu alttipin) klasik özelliklerinin çoğunu taşımaktadır. Danışmanlık merkezine bıraktığı mesajda Sheila intihar tehdidinde bulunmuştur ama ciddiye alınmayacağını sanmış olacak ki bu tehdidin ardından "Ciddiyim" diye ekleme ihtiyacı duymuş, böylelikle kendisine yanıt verilmesini garanti etmek istemiştir. Görüşmede, bu tür intihar teşebbüslerini manipülatif amaçlı kullandığını itiraf etmiş ve bu sayede ilgi çekebildiğini, "özellikle de ebeveynler üzerinde bunun hep işe yaradığını" belirtmiştir. Muhtemelen dürüst davranıyor olsa da Sheila'nın, mesajının yaratacağı etkinin boyutunu doğru kestirememiş olmaktan korkuyor ve bilinçli olarak manipülatif bir harekette bulunduğunu söyleyerek hastane yatışı gibi hiç arzu etmeyeceği müdahalelere engel olmaya çalışıyor olması da ihtimal dahilindedir. Ayrıca erkek görüşmeciye karşı imalı ve uygunsuz davranışlar sergilemiştir ve kendisinin de kabul ettiği depresyonuyla, canlı tavırları arasında tuhaf bir uçurum görülmüştür. Sorulara verdiği cevaplar aşırı duygusal ve ayrıntıdan yoksundur; duygusal durumları arasındaki geçişler de genellikle belirsizdir.

Muhtemelen abartılı da olsa Sheila'nın mesajından ilk edindiğimiz izlenim bazen kendisini hemen herkesten soyutlanmış hissettiğidir. Eşyalarını izinsiz aldığı, geç saatlere kadar partilerde takıldığı ve eve sarhoş misafirler getirdiği için dönemin başından beri ev arkadaşlarıyla kavgalıdır. Erkek arkadaşı "aşırı ve mantıksız düzeyde kıskançtır", ki bunun da nedeni erkeklerin ilgisini çekmek için faal olarak kullandığı baştan çıkarıcı tavrını inkâr etmesi olabilir. "Beni çekici buluyorlarsa ben ne yapayım?" dediğini duyar gibiyizdir. Yaşadıkları sorunlar bir yana, Sheila erkek arkadaşını "bu dünyada en yakın olduğum insan" diye nitelendirir, ki bu da histrionik bireylerin ilişkilerini olduğundan yakın görme eğilimleriyle uyumludur. Erkek arkadaşının ona "aniden ithamlarda bulunması" işleri daha da kötüleştirmiş, danışmanlık merkezini aramasına da bu yol açmıştır. Hemen her ilişkide sorunlar vardır ama Sheila'nın ilişkisindeki sorunların çok daha kronik olduğunu, kriz ve ihanet temalarının tekrar tekrar gündeme geldiğini tahmin edebiliriz. Hatta bu sorunlar kişilik bozukluğunun alametifarikalarındandır.

Histrioniklerin kişilerarası tarzının gelişimini, psikanalizin nispeten karmaşık jargonuna ve ilişkili psikoseksüel varsayımlara hiç girmeden, doğrudan sosyal öğrenme çerçevesinden anlayabiliriz (Millon, 1969, 1981). Bu bağlamda, geleceğin histrioniklerinin ebeveynleri çocuklarını nadiren eleştirir veya cezalandırırlar. Bunun yerine kendilerinin onayladığı davranışları teşvik eder ama bunu değişken bir düzende yaparlar. Yani aynı davranış bazen ödüllendirilir bazen de ödüllendirilmez. Yaptıkları hiçbir şey istikrarlı olarak işe yaramayın-

ca, bu çocuklar ebeveynlerinin ilgisini çekmekte sıkıntı yaşar ve onlardan iltifat alabilmek, yakınlık görebilmek için kendi toplumsal cinsiyetlerine yakıştırılan klişe davranışları abartılı olarak sergilemeye başlarlar. Aksi takdirde görmezden gelinirler. Örneğin giyinip süslendiklerinde bir gün olumlu sözler duyarken ertesi gün duymayabilirler. Nihayetinde, yalnızca karikatür düzeyinde abartılı davranışlar eşiği aşıp ebeveynlerinin onları fark etmelerini ve onaylayıcı yorumlarda bulunmalarını sağlar. Yetkinlik gösteren davranışlar veya toplumsal cinsiyet klişeleriyle tutarsız başarı hedefleriyse fark edilmez.

Ebeveynler bu dinamiği tespit etmeyi başaramadıklarında, aynı ilgi ve bakım düzeyini koruyabilmek için çok daha vahim ve abartılı bir çaba göstermek zorunda kalacakları kısırdöngüyü tetiklemiş olurlar. Böyle çocuklar ergenliğe girdiklerinde neredeyse dinmek bilmez bir ilgi ve sevgi açlığı duyarlar. Doğal olarak, aradıkları bu ilgi ve sevgiyi, kendi filizlenmekte olan cinselliklerini istismar ederek bulurlar; eskiden hiçbir şeyi ellerinde tutamazken şimdi birden, sürekli cinsel arzuyu çeken birer mıknatıs haline gelirler. Babanın küçük sevimli kızı olmak bazen işleri yoluna koymuştur oysa bu yeni strateji her zaman, üstelik gayet de iyi işe yaramaktadır. Ergenlik öncesi dönemde karşı cinsten ebeveynin ilgisini çekmek için geliştirdikleri taktikleri, gelişmekte olan libidonun biyolojik saikli cazibesiyle birleştirdiklerinde; mahrum histrionikler sürekli görmezden gelinme cenderesinden sıyrılıp sosyal hayatın merkezinde olmanın coşkusuna kapılırlar ki bu yeni rollerini de kolay kolay bırakmayacaklardır. Gelişim süreçlerinde art arda yaşanan bu iki olumsuzluk, psikodinamik yaklaşımın oral ve Oidipal meselelere yaptığı vurguya benzer; sadece kullanılan diller farklıdır.

Bu tür erken kişilerarası dinamiklerin başka psikolojik sonuçları da olur. İlk olarak histrionik kişiyi kötü bir kimlik gelişimi yoluna sokar. Sosyal etkileşimciler kişilerarası ekolün geleceğindeki gelişimleri öngörmüş, benliğin başkalarının onayıyla geliştiğini öne sürmüşlerdir ve bu da çağdaş nesne ilişkilerininkinden çok da farklı bir duruş değildir. İşin özü kim olduğumuzu, gerek bilinçli gerekse bilinçdışı düzeyde başkalarındaki yansımalarımızdan öğreniriz. Bu yansımaları içselleştirdikçe benliğimizin içeriği oluşur. Ebeveyn figürleri histrionikleri genelde görmezden geldiğinden, içselleştirecek yansımaları çok daha azdır; olduğu kadarı da klişeleşmiş cinsiyet rollerinin abartılmış hallerini merkez alır. Monique vakasında bunun bariz bir örneğini görürüz. Babası kendisini iki güzel kızı olan başarılı bir aile adamı olarak pazarlama çabasındadır, annesiyse güzellik yarışmalarını kazanan iki yetenekli kız yetiştirmek için elinden geleni yapmıştır. Monique'in birey olarak özgün potansiyelini geliştirmek, ebeveynlerin ikisinin de ilgisini çekmemiştir.

Böyle bir geçmişin sonucunda histrioniklerde temel duygularını örtmek ve dürtülerini kapsamak veya dönüştürmek için ancak ince bir benlik tabakası olu-

şur. Bu da, yoğun kaygı ve stres altında benliklerinin parçalanması ve dissosiyasyon riskini artırır. Burada da örnek olarak Sheila'yı verebiliriz. Histrionikler bazen boş hissetmekle kalmaz, zaten (en azından ortalama bir insana kıyasla) boşturlar. Histrioniklerin içselleştirdikleri kişilerarası mesaj yıkıcı ölçüde düşük bir özgüvene yol açar. Gelişimsel mantraları özünde şöyledir: "Bunu hak ettiğin için, daha fazlasına layık olmadığın için görmezden geliniyorsun. Daha fazlasına layık olmak istiyorsan çok ama çok çabalaman gerekecek." Bir durumda onay getiren davranışlar bir sonrakinde işe yaramayabildiğinden, histrionikler kendi benlik değerlerinden asla emin olamazlar. Bu bakımdan, ilişkilere cinsel ton yükleyen davranışları; sırtlarını dayadıkları kişileri kontrol etmek ve böylelikle beslenme kaynaklarını daha güvenilir ve daha az değişken hale getirmek amacıyla kullandıkları bir telafi yöntemidir. Bu bölümdeki vakaların her biri benzer bir yol izlemiş gibi görünmektedir.

SASB modelinden yola çıkan Benjamin de (1996) benzer bir tablo çizer. Çoğu açıklama gibi Benjamin'inkinde de vurgu klasik baba-kız dinamiğindedir; aile sistemi içindeki değerin "güzel görünmeye ve eğlenceli olmaya" dayandığı kaydedilir (s. 168). Küçük kız babanın yeni sevgilisi haline gelirken, anne sembolik olarak evlilik ilişkisinden dışlanır. Baba kızına çok düşkün olsa, onun her ihtiyacını karşılasa da aslında bu, kadın rolüne uygun tüm davranışları değil, yalnızca güzelliği ve tatlılığı ödüllendiren sahte bir bakımdır. Hal böyle olunca, Benjamin'in belirttiği üzere küçük kız güzel, cezbedici ve eğlenceli olduğu takdirde kalenin anahtarını ele geçirebileceğini, bu özellikleri insanları zorla kontrol etmek için kullanabileceğini öğrenir. Geleceğin histrioniği böylelikle başkalarına aktif biçimde bağımlı olmaya itilir (Millon,1969) zira kendi başının çaresine bakmayı öğrenmesi gerekmez. Yüzeydeki davranışlar SASB'deki "dostane güvene" denk düşer ama görünenin ardına bakıldığında asıl amacın, cinsiyet rollerini abartarak başkalarının dikkat, bakım ve sevgisini vampir gibi emmek olduğu anlaşılır.

Benjamin ayrıca aile dinamiklerindeki ayırt edici başka nüanslara da dikkat çeker. W. Reich'ın (1933) görüşlerini yankılar biçimde geleceğin histrioniğinin, baştan çıkaran cazibesi sayesinde genelde şiddet gösteren, anneyi ve diğer kardeşleri tehdit eden ve belki alkolik de olan babaya karşı elini güçlendirdiğini belirtir. Burada maksat, potansiyel şiddet tehdidinin karşısına masum bir bağımlılık ve diğer hassas duyguları koyarak aileyi korumak ve dengesiz durumu ortadan kaldırmaktır. Bu tür dinamikler, gerek olumlu gerekse olumsuz özellikleriyle kendi kendini idame ettirmeye meyillidir. Ailenin güvenliği küçük kızın başarısına bağlıdır ama öfkeli bakım verenin başarıyla sakinleştirilip sakinleştirilemeyeceğinin de garantisi yoktur. "Haliyle ufuktaki şiddet nöbetlerinin emareleri" der Benjamin, "kaygı ve panikle bağdaştırılır." Yavaş yavaş bu emareler gelecekteki bakım verenlerde görülen her tür kusura genellenebilir; böylelikle dikkat ve

onay düzeyleri sürdürülebilirlik çizgisinin altına düşer düşmez kaygı ve panik doğmaya başlayabilir. Son olarak Benjamin histrionik kişilikte hastalıklı, nazlı bir alttipten bahseder. Bu kişiler görünürdeki yetersizliklerini kullanarak zorla dikkat çeker, karşı tarafı istismar eden bir bağımlılık kurarlar.

## Bilişsel Yaklaşım

Histrionik kişilikte biliş ve savunma bir araya gelerek tek bir koruyucu amaca hizmet eder (bkz. Shapiro, 1965). Çevrelerindeki dünyaya ilişkin bellek ve tasvirleri tamamen isabetli, hayli detaylı, teknik ve hatta ansiklopedik olan kompülsiflerden farklı olarak histrioniklerin bilişi müphemliği, dağınıklığı, genelliği, izlenimlerden kolay etkilenişi, uçuculuğuyla meşhurdur. Bir konunun muhtelif yanlarını aydınlatmak için farklı yaklaşımları karşılaştırmak yerine, histrionikler bilişsel karmaşıklığı mümkün mertebe asgari düzeye çekme çabasındadırlar. Hatta histrioniklerin hiçbir şeyi doğru düzgün kavradıkları söylenemez çünkü kavrayış için farklı boyutları bilinçli olarak değerlendirebilmek gerekir. Histrioniklerin bilişsel savunma filtreleri onları fazlaca net, olgusal, somut, soyut, mantığa dayalı, makul, sistemli, felsefi veya varoluşsal her şeyden korur. Olgusal veya somut olan, fazla sıkıcıdır. Soyut veya akla uygun olan, fazla zahmetlidir. Felsefi olan, uzun ve sıkıcıdır. Varoluşsal olansa fazla derin ve tehditkârdır.

Bunun yerine histrionikler dünyayı kendi renkli ve çarpıcı ama bir o kadar da isabetsiz olan aşırı duygusal izlenimleri üzerinden tek boyutlu algılarlar. Mesela bir şeyi tasvir etmeleri istendiğinde "Bayıldım!", "Çok şeker değil mi?", "Ona tahammül edemiyorum!", "Ölüyorum sandım!" gibi abartılı duygu ifadeleri kullanabilirler (Shapiro, 1965). Dikkatleri duyumsal uyaranlar ve içlerindeki dağınık çağrışımlar doğrultusunda uçuşup durur. Odak noktalarını işgal eden ne varsa yalnızca geçici bir iz, pek az anı bırakır. Bir şeyin belirgin derinlikte işlemlendiği nadirdir. Dolayısıyla dünyayı sınıflandırmak veya düzenlemek için veya gelecekteki olasılıkları geçmiş deneyimlerle kıyaslamak için kullanabilecekleri gelişkin şemaların sayısı sınırlıdır. Yvonne'un ağrısını anlatırken kullandığı dil, klasik histrionik örüntüye uyar. Tüm gün yataktan çıkmadığını söyler ama ne hikmetse dans etmeye vakit bulur. "Bu defa kesin ölecekmişim gibi geliyor!" der ama her nasılsa partilere katılacak kadar hayatta kalmayı başarır.

Aslına bakarsanız histrionikler kafa yormaz, odaklanmaz, uzun uzun düşünmez, fikir yürütmez, kontrollü deneyler yapmaz, bilgece tavsiyeler vermezler. Hatta çoğu zaman çevrelerine karşı temel bir merakları dahi yok gibidir. Bunun yerine ince ayrımları görmezden gelmeyi ve dünyayı kapsamlı, aşırı genellenmiş, sınırları esnek kategorilere ayırmayı tercih ederler. Bu kaprisli halleri kısmen, yıkıcı olma potansiyeli taşıyan bilinçdışı imge ve dürtülerden; özellikle de derin-

lere gizlenmiş bağımlılık ihtiyaçlarını ve cinsel manipülasyonlarını bilince taşıyacak olanlardan kaçındıklarını gösterir. İçinde yaşadıkları dünyanın ve ilişkilerinin detaylarını görmezden geldiklerinde bastırma mekanizmasını pekiştirmiş olurlar. Bilişsel yapılarının esnek, büyük oranda biçimsiz kalmasına izin vererek yalnızca hayat fazla can sıkıcı hal aldığında kendilerine biraz kafa dağıtma payı bırakmış olmakla kalmazlar, aynı zamanda daha yoğun stres altında olduklarında savunmacı biçimde dissosiye olma eğilimlerini de desteklemiş olurlar.

Histrioniklerin bilişsel özellikleri günlük yaşamda kolayca gözlemlenebilir ve bazen klasik zekâ testlerinde de kendini belli eder. Zor bir sorunla karşılaştığımızda çoğumuz birkaç strateji belirler ve sorunu çözene kadar, başarısız olan her teşebbüsümüzden bir şeyler öğreniriz. Eğer yanıtı halihazırda biliyorsak, yanıttan yola çıkarak çözümü yapılandırmamız bile mümkündür. Büyük sorunlar küçük parçalara ayrılabilir, her biri tek tek ele alınabilir. Daha zor sorunlar için kâğıt kalem, başkalarına danışmak, hatta kütüphaneye gitmek gerekebilir. Asıl çözüm yolu her ne olursa olsun normalde insanlar çeşitli yaklaşımları dener ve sorunun kökenini yavaş yavaş açığa çıkarırlar.

Halbuki histrionikler hemen pes edip "Çok zormuş bu" diyerek işin içinden çıkarlar. Bir dizi bulmacayla karşı karşıya kaldıklarında gerilebilir, bıkkınlık ifade edebilirler. Konsantrasyon onlara zahmetli, sıkıcı, benlik imgeleriyle uyumsuz gelebilir. Kişisel tarihleri onlara sorun çözmelerine gerek olmadığını öğretmiştir; onların alıştığı çalışma yöntemi, başkalarından yardım alarak kendilerini bu tür zahmetlerden kurtarmaktır. Yeterli bilgiye sahip olmadıkları için de pes edebilirler. İzlenimci tarzlarından dolayı çevrelerine dair belli bir olgu havuzu oluşturmayı genellikle başaramazlar. Dünyaya dair hiçbir derinlik algıları olmadığından, olgular arasında bağlantı kuramadıklarından ve dünyaya dair pek az kati şey depoladıklarından (Shapiro, 1965) "kristalleşmiş zekâları" (Cattell, 1971) diğer insanlara kıyasla daha yavaş gelişir. Bu doğrultuda, ciddi ölçüde bilgi birikimi gerektiren durumlardan kaçınarak önemli entelektüel zorluklara maruz kalma ihtimallerini kısıtlarlar.

İzlenimci bilişsel tarzın son sonucu da kendi kimliklerine dair bilgisizlikleridir. Çoğu insan kendini bir madde gibi görür. Her insanın ruhu olduğu inancı da bu görüşün izlerini taşır zira ruh dediğimiz şeyin insanın zamansız özünü barındırdığı varsayılır. Gel gelelim sosyal psikologlara göre kendimize dair inançlarımız, dış dünyaya dair olanlarla aşağı yukarı aynı biçimde oluşur. Biliminsanları gibi bizler de kuramlar oluşturur, çeşitli fikirler arasında bağlantı kurar ve bazı sonuçlara varırız. Bu inançların bazıları ortaktır, bazılarıysa tamamen şahsidir (Kelly, 1955). Mesela tekrar tekrar hemcinslerine çekim duyan bir insan nihayetinde homoseksüel olduğu sonucuna varabilir. Dolayısıyla benlik de tıpkı diğer bilimsel yapılar gibi bir yapıdır ve benliğin gelişim süreci seçim kadar keşif de

barındıran bir süreçtir. Diğer tüm yapılarda olduğu üzere, benliğin kuramı ve onu açıklayan veya tanımlayan deneyimler arasında sıkı ya da seyrek bir bağ olabilir. Mesela bazı insanlar kendilerini kesin olarak tanır, bazılarınınsa kendilerine dair daha zayıf fikirleri vardır.

Histrioniklerin izlenimci, odak noktası olmayan, genellemeci tarzları onları kötü birer biliminsanı yaptığından, uzun vadeli hedefleri ve detaylı bir hayat planı olan, güzelce biçimlenmiş, yetkin, prensipli bir kimlik duygusunu nadiren geliştirebilirler. Bunun yerine kendilerine dair izlenimleri, çevrelerine dair izlenimlerini andırır; genel, anlamsız, yüzeysel kalır. Yvonne'un veya Monique'in aynı anda hem kendine dair kapsamlı ve isabetli bir açıklama getirmesini hem anne babasıyla fark ve benzerliklerini anlatmasını hem de ebeveynlerinin, hayatta yaptığı seçimler ve kendine koyduğu hedefler üzerindeki etkisinden ve önümüzdeki beş yıl içinde kişisel gelişimine ve kimliğine ilişkin ne tür zorluklarla karşılaşmayı beklediğinden bahsedebilmesini beklemeyiz.

Çağdaş bilişsel terapi bilişin içeriği (özellikle de her bir kişilik bozukluğunun merkezi inanışları) kadar bilişsel tarza da ağırlık verir. Beck ve diğ.'nde yer alan makalesinde Fleming (1990, s. 215) tıpkı bağımlı ve depresif kişilikler gibi histrioniklerin de "Yetersizim ve hayatı tek başıma sırtlayabilecek güçte değilim" inancında olduklarını vurgular. Ne var ki kendi kişisel yetersizlikleriyle boğuşan depresiflerden veya kullanabilecekleri ikame figür arayan bağımlılardan farklı olarak, histrionikler başkalarını bakıma ikna edebilmek için aktif çaba ortaya koyarlar. Bağımlılar gibi histrionikler de yaşam kalitelerinin anahtarının başkalarında olduğuna inanırlar. Gel gelelim biçare bağımlı dış güçlerin insafına kalmıştır; histrionikler ise inisiyatif alır, kendilerine bakabilecek adayları daha yakına çekebilme amacıyla dikkati üzerlerinde toplar, karşı tarafa methiyeler düzerler. Hayatlarının kontrolünü doğrudan ele almaktansa, onların kaderlerini kontrol eden kişileri kontrol etmeye çalışırlar. Fleming'in ayrıca belirttiği üzere bu stratejinin kendince bazı sonuçları olur. Histrionikler kendilerini cazip kılmak için çırpınır ve arzulanmadıkları veya basitçe görmezden gelindikleri takdirde yıkılırlar. Ne de olsa çok çalıştığınız halde başarısız olmanın, pek çaba göstermeden başarısız olmaktan çok daha büyük anlamları vardır.

Aynı kitaptaki farklı bir makalede Beck ve diğ. de (1990) benzer bir tablo çizerler. Beck'e göre histrionikler kendilerini ihtişamlı ve etkileyici bulurlar. Hal böyle olunca da dikkatlerin üzerlerinde toplanmasını makul bulur ve onları şımartan, hayran kitlesi rolünü iyi oynayan herkesle güçlü bağlar kurarlar. Aynı durum narsisistler için de geçerlidir ama histrionikler başkalarına karşı kayıtsız veya üstün konum benimsemezler; aksine doğrudan ilişki kurarak övgü ve takdir akışını kesintisiz hale getirirler. Çoğu kişilik bozukluğundaki gibi histrioniklerin de çekirdek inanışları ağırlıklı olarak olumsuzdur. Hatta bu şemaları doğrultusun-

da oluşan telafi edici inanışları onları, can sıkıcı hakikat olarak gördükleri şeyden tam manasıyla soyutlar. Histrioniklerin çekirdek inanışları "Esasen hiç çekici değilim" ve "Mutlu olmak için başkalarının bana hayranlık duymasına ihtiyacım var" minvalindedir. Telafi edici inanışlarına örnek olarak da şunlar verilebilir: "Son derece sevilesi, eğlenceli, ilginç bir insanım" ve "İnsanlar bana hayran olmak ve emirlerimi yerime getirmek için var." (s. 50) Koşullu inanışlar çekirdek inanışlardan doğar ve "İnsanları cezp etmezsem, bir hiç olurum", "İnsanları cezp edemezsem beni terk edeceklerdir" ve "İnsanları cezp edemezsem çaresiz kalırım" gibi düşünceler barındırır (s. 50). Beck ve diğ. ayrıca histrioniklerin bilişsel içeriklerini coşkulu duygusal dışavurumlarıyla ilişkilendiren önemli bir araçsal inanışa daha dikkat çekerler: "Duygularıma göre hareket edebilirim." (s. 51) Dolayısıyla histrionikler, oturup sakin kafayla düşünmenin daha hayırlı olduğu zamanlarda bile duygularını ifade etmeyi ertelemek yerine onları eyleme dökmeyi tercih ederler; üzüldüklerinde ağlar ve öfkelendiklerinde sinir krizi geçirirler.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Şu ana kadarki yaklaşımlar değerli olmakla beraber hikâyenin ancak bir bölümünü anlatır. Evrimsel kuramda histrionik kişilik aktif ve başkası odaklı olarak geçer; bağımlı kişilikse pasif ve başkası odaklıdır. Her ikisi de kendisini çaresiz hisseder ve başkalarını hayatının merkezine koyar. Bağımlılar işlerine yarayacak bir vekil, çaresizlik ve yetersizlik duygularını telafi edebilecek birini ararlar. Başkalarını kendilerine bağlamak için tatlı, masum, pasif, çocuksu bir imaj yaratırlar. Bu imajı kusursuz hale getirerek, onları terk etmeye kalkışacakların kendilerini suçlu hissetmelerini sağlarlar.

Oysa histrionikler, yaratmaya çalıştıkları imajla diğer insanların zihinlerini ele geçirecek kadar cezbedici olmaya çalışır ve bunu yaparken de tek bir arzu taşırlar: Bana yaklaş! İdeal ilişki simbiyotikse, bağımlı kişi parazite, histrionik ise karadula benzetilebilir. Bağımlının kurduğu ilişki ömürlüktür, histrionik ise duyumlarının sunduğu her kanaldan gizlice ve simgesel bir ilişki kurar, olabildiğince fazla adayı kendine çekmeyi amaçlar. Bağımlı tüm yatırımını tek bir ilişkiye yapar, histrionik ise farklı seçenekler yedekleyerek riski bölüştürmeyi tercih eder. Bağımlı tek bir tümgüçlü ötekiyle tamamen birleşir, histrionik ise içinde gizli tuttuğu bu tümgüçlü âşık arzusunu öyle güçlü yansıtır ki başkaları da bu fantezi ağına çabucak kapılıverir. Tablo 9. 1'de histrionik kişilik sekiz klinik alan üzerinden özetlenmekte, kısmen buraya kadar tartışılan yaklaşımlardan yapılan soyutlamalarla açıklanmaktadır.

Buradaki önemli soru ise şudur: Histrionik kişilik nasıl evrilir? Evrimsel yaklaşıma göre bir kişiliğin olduğu hale gelebilmesi için hayatta kalması, uyum sağ-

laması ve çoğalması gerekir. Nasıl ki biliminsanları evrim sürecini keşfedebilmek için insanın kökenlerini araştırdılarsa, biz de aynı şekilde histrionik kişiliğin kökenlerini inceleyeceğiz.

Histrionik örüntünün biyolojik kökenlerini ararken karşımıza ilk olarak nörogelişimin rolü çıkar. Duyuların tetikte olması veya otonomik ya da duygusal tepkisellik gibi eğilimlerin sinirsel ve kimyasal altyapısının izini mantıken genetik etkenlere doğru sürebiliriz. Bu özelliklerde kalıtımın etkisinin yüksek olduğunu gösteren bulgular; ortada fizyolojik birtakım ortaklıklar bulunduğunu düşündürmekle beraber, deneyim ve öğrenme üzerinden de açıklanabilir. Hem genetik yükün gerçekten olup olmadığını tespit etmek hem de bu tür olası genetik faktörlerin nasıl faal hale gelip psikolojik özelliklere dönüştüğünü anlamak için bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerektiği aşikârdır.

Gel gelelim yeni doğmuş bir kişiliğe katkıda bulunması, bunu şekillendirmesi kaçınılmaz olan çevresel deneyimler de genetik etkenler kadar etkilidir. Yapısı gereği çevresel uyanlara karşı her daim tetikte olan ve bunlara tepki veren bir bebek, çevresinin daha az farkında olan veya çevresel etkenlere daha az açık olan bir bebeğe kıyasla hayatının ilk birkaç ayında daha yoğun ve çeşitli uyarılmalara maruz kalacaktır. Erken dönemde yaşanan bu uyaran doyumlarının sonucu olarak ödül almak için kendi içine değil, bilakis dışarıya, dış dünyaya yönelme eğilimi pekişir. Benzer şekilde dış uyaranlara yönelik farkındalığı normal düzeyde olan bebekler de, eğer kendilerine bakım verenler onları hayatlarının ilk dönemlerinde (duyumsal açıdan fazla şımartarak ve oyuncu bir tavır benimseyerek) aşırı uyarılmaya maruz bırakırlarsa dışarıya duyarlı bir tutum geliştirebilirler.

Histrionikler kısa süreli, oldukça yüklü ve düzensiz çok sayıda uyaran pekiştirecine maruz kalmış gibi görünmektedirler. Örneğin histrionik kişiye bebekliğinde çok sayıda farklı kişi (ebeveynler, kardeşler, anneanneler babaanneler, üvey ebeveynler) bakmış olabilir. Bu kişiler onlara, düzensiz veya rasgele aralıklarla yoğun ve kısa süreli tatminler sağlamış olabilirler. Bu tür deneyimler, kendini idame ettirebilmek için düzenli olarak "beslenmeye" ihtiyaç duyan yüksek düzeyde bir duyum kapasitesi geliştirmekle kalmayıp, aynı zamanda farklı kaynaklardan kısa ve yoğun ataklar halinde uyaranlar geleceği beklentisiyle bebeği koşullamıştır (Düzensiz pekiştirme aralıkları tükenmeye karşı hayli dirençli, kökleşmiş alışkanlıklar oluşturur.). Dolayısıyla histrionik kişiliğin ısrarcı ama dengesiz bağımlılık davranışları, erken dönemdeki bağlanma sürecinde öğrenilenlerle ilişkili oldukça yüklü, değişken, düzensiz uyaran pekiştireçlerinden kaynaklanan yoğun uyaran arayışının aldığı patolojik bir hal olarak görülebilir. Bu bağlamda bir doyum kaynağından diğerine atlama, yeni uyaran maceralarının peşinden koşma, heyecan yaratma eğilimi, sıkıntıya ve rutine tahammül edememe gibi belirtilerin hepsi bu sıradışı erken deneyimlerin yansıması olabilir.

## TABLO 9. 1 Histrionik Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| | *Dramatik* | **Benlik İmgesi** | *Sosyal Kelebek* |
| Dışa Vuran Davranışlar | Aşırı tepkisel, havai, kışkırtıcıdır; merak uyandırır, atalete tahammülü yoktur, bu da onun dürtüsel, hayli duygusal ve teatral tepkiler vermesine sebep olur; anlık heyecanlara, gelip geçici serüvenlere, kısa vadeli hedonizme yönelik bir tercih ortaya koyar. | | Kendisini sosyal, ilham verici, cezbedici görür; fiziksel görüntüsüyle ve sürdürdüğü hareketli, haz odaklı yaşamıyla tanıdıklarını kendine çeken imajından hoşnuttur. |
| Kişilerarası Davranışlar | *İlgi Arayan* | **Nesne Temsilleri** | *Sığ* |
| | Aktif biçimde övülmeyi talep eder ve ihtiyaç uyduğu teminatı, ilgiyi, onayı edinmek için insanları manipüle eder; talepkârdır, flörtözdür, gösterişçidir ve özellikle de ilgi odağı olmak istediğinde bastan çıkarıcı biçimde teşhircidir. | | İçselleştirdiği temsilleri büyük oranda geçmiş ilişkilere dair yüzeysel anılardan, geçici ve ayrık duygulanım ve çatışmaların dağınık bir koleksiyonundan, güçsüz dürtü ve mekanizmalardan müteşekkildir. |
| Bilişsel Tarz | *Aklı Havada* | **Morfolojik Örgütlenme** | *Dağınık* |
| | Kendi içine bakarak düşünmekten kaçınır, telkine aşırı yatkındır, anlık dışsal olaylara karşı dikkatlidir ve konuşurken izlenimci genellemeler yapar; deneyimlerini doğru düzgün bütünleştiremez, bu da dağınık bir öğrenme sürecine ve düşüncesiz muhakemelere yol açar. | | İçindeki düzen ve kontrol süreçlerinin dağınık olduğu, bütünlük arz etmediği, gevşek, alelade birleştirilmiş morfolojik bir yapı vardır; dürtüleri kısıtlamak, savunmaları koordine etmek ve çatışmaları çözümlemek için günü kurtaran yöntemler kullanılır, bu da ruhsal bütünlük ve istikrarı sürdürmek için geniş ve kapsamlı olması gerektiği halde, başarılı olduğunda bile ancak düşünce ve duyguları daha da soyutlayıp birbirinden koparmaya yarayan mekanizmalara yol açar. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Dissosiyasyon* | **Duygudurum/ Mizaç** | *Hercai* |
| | Sosyal açıdan cazip ama değişken bir dizi maske yaratabilmek için benlik sunumlarını düzenli olarak değiştirir ve yeniden düzenler; nahoş duygu ve düşünceleri üzerine düşünmekten, bunları bütünleştirmekten kaçmak için kafasını başka şeylerle meşgul eder. İlişkileri etkilemek için bunlara cinsellik yükler, bu etkisini inkâr etmek içinde yansıtmadan yararlanır. İkisi de büyük çaplı bastırma örnekleridir. | | Sık sık değişen sığ duygular sergiler; hayat doludur, canlıdır, coşkuludur, kolayca heyecanlanmaya olduğu kadar kolayca öfkelenmeye veya sıkılmaya da meyillidir. |

*Not:* **Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.**

Diğer bir deyişle ebeveynleri ileride histrionik olacak çocukları nadiren cezalandırır ve yalnızca onayladıkları, takdir ettikleri şeyler için ödüllendirirler, çocuk makul davranışlar sergilediğinde bu ödülleri ondan genelde esirgerler. Bu tür davranışların kişilik üzerinde bazı etkileri olur: Ödül almak için geliştirilmiş stratejiler, ancak başkaları performansını takdir ettiğinde kendini yetkin ve kabul görmüş hissetme ve sırf onay almış olmak için onay almaya çalışma gibi. Bu özelliklerin üçü de histrionik kişilikte belirleyicidir. Şimdi bunların nasıl geliştiğine daha yakından bakacağız.

Pek az cezalandırılan ancak bolca ödüllendirilen çocuklar, başkalarıyla ilişki kurmaya yönelik güçlü fakat ikircikli bir yatkınlık taşırlar. Ödüllere erişmek için insanların beklenti ve arzularını yerine getirmek zorunda olduklarını öğrenince, başkalarını memnun etmek ve böylelikle bu ödülleri kazanmak için kullanacakları bir dizi davranış geliştirirler. Gel gelelim bu stratejiler başarıya her zaman değil, bazen ulaşırsa (yani yalnızca arada sırada pekiştirilirse) bu çocuklar akla ne kadar aykırı da olsa bunları ısrarla, başarıya ulaşana kadar kullanmaya devam edeceklerdir. Bu durumda da zaten er ya da geç başarı gelecektir. Düzensiz olarak pekiştirilen hemen her şey gibi bu araçsal davranışlar da çoğu zaman başarısızlıkla sonuçlansa bile kolay kolay sönümlenmeyecektir.

Bu deneyim örüntüsünün bir sonucu olarak çocuklar diğer insanlarla ilişkilerinde pasiften çok, aktif bir yönelim benimserler. Ayrıca ödülleri kendilerinde değil başkalarında aramayı öğrenirler zira onların en fazla giriş düzeyinde kalan davranışları teşvik görmek için yetersizdir; bir defasında kendilerine ödül kazandıran bir davranışı daha sonra tekrar sergilediklerinde elleri boş kalmaktadır. Sürekli olarak insanları memnun etme ve onlar için bir performans ortaya koyma gayesi içinde olmalarına rağmen ödülü alıp almayacaklarını, alacaklarsa ne zaman alacaklarını belirleyen hep başkalarıdır. Çabalarının onlara takdir ve onay getirip getirmeyeceğini görmek için başkalarının kanaatini bekler dururlar; dolayısıyla davranışlarının yeterliğini belirleyen başkalarıdır; yani ne kadar yetkin olduklarını belirleyen kendi çaba ve davranışları değil, başkalarının onlara verdiği tepkilerdir.

Çocukların bilinçsizce, maruz kaldıklarını taklit etmeyi öğrendiklerine pek şüphe yoktur. Aile üyelerinin yaygın tutum ve duyguları, rastlantısal gündelik davranışları birer model görevi görür; büyüme çağındaki çocuklar daha neyi neden yaptıklarını anlayacak noktaya gelmeden bunları taklit edip benimserler. Bu dolaylı öğrenme süreci özellikle de ebeveynlerin duygu ve davranışlarının sıradışı ölçüde abartılı veya çarpıcı olduğu durumlarda kolaylaşır. Bu gibi durumlarda ebeveynler dikkati kendilerine çekme veya çocuklarında duygusal tepkiler uyandırma çabasına girdiklerinde, çocuklar insanların nasıl hissedip davrandıklarını mecburen gayet net öğrenirler. Bu nedenle çok sayıda kadın histrionik "tıpkı"

annesi gibi duygusal açıdan kırılgan, "ev hayatının rutininden ölesiye sıkılan", erkeklerle flört eden, "insanlarla ilişkilerinde akıllıca ve temkinli davranan" bir kadın olduğunu söyler. Duygu ve tutumlarını görece dramatik biçimde sergileyen histrionik bir ebeveynin varlığı, onlara dolaylı ve taklitle öğrenmeye dayalı son derece net bir model temin eder.

Kardeş rekabetinin yarattığı koşullarda ebeveynlerinin ilgi ve sevgisi için uzun süre yoğun mücadele vermek zorunda kalmış çocuklar sıklıkla, onları dönemsel olarak başarıya ulaştıran araçları bu rekabet sonlandıktan çok sonra bile kullanmaya devam ederler. İleride tekrar ilgi arayışına girdiklerinde bu davranışlar tekrar faaliyete geçmekle kalmaz, bu kişiler masum durumları yanlış algılar (algısal çarpıtma) ve rekabet durumlarını geçmişte öğrendikleri stratejileri kullanmalarına vesile olacak şekilde tekrar canlandırırlar (tekrar zorlantısı). Eğer çocuk, ebeveynlerinin ilgisini teminat altına almak için tatlı, çekici ve baştan çıkarıcı olmayı bir strateji olarak kullanmayı öğrenmişse, bu kişilerarası davranışlar kalıcı olabilir, yaşam boyu sürecek bir histrionik örüntüye dönüşebilir.

Estetik açıdan çekici kızlar ve sevimli ya da atletik çocuklar ilgi ve onayı üzerlerinde toplamak için pek çaba göstermek zorunda kalmazlar; başkalarını kendilerine çekmek için sadece var olmaları dahi yeterlidir. Bu deneyimler yüksek bir özgüven oluşturma bakımından ne kadar kıymetli de olsa, bazı olumsuz sonuçları da yok değildir. Bu insanlar başkalarına aşırı bağlanırlar çünkü onay almaya çok alışıktırlar ve ilginin her an onlar üzerinde toplanmasını beklemeyi öğrenmişlerdir. Dolayısıyla bekledikleri ilgi somutlaşmadığında ciddi sıkıntı yaşarlar. Bu ödüllerin gelmeye devam etmesi ve böylelikle sıkıntıdan kaçınabilmek için çekiciliklerini ön plana çıkarmayı öğrenirler. Örneğin eskinin tatlı genç kızı yaş aldıkça, gençliğinde kendisine altın tepside sunulan ilgi ve onayı tekrar alabilmek için kendini parçalar; benzer şekilde eskinin başarılı genç sporcusu orta yaşa doğru ilerlerken kaslı ve fit vücut yapısını korumaya çalışır. Bu çekici bireylerin her ikisi de gençlikte daha elle tutulur beceriler edinememiş olabilir çünkü sosyal ödüller için böyle bir şeye hiç ihtiyaç duymamıştır. O halde bu kişilerin yaşamlarının ileriki dönemlerinde gördüğümüz şey çocuksu bir teşhircilik ve ergenlere özgü, flörtöz, baştan çıkarıcı bir ilişkilenme tarzıdır ki tüm bunlar da histrionik kişilik alametidir.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Dramatik ve teatral özellikleri bakımından histrionik kişilik bozukluğu en rahat tespit edilebilen kişilik bozukluklarından biridir. Bağımlı kişilikle benzerliklerine ek olarak histrionikler başka bozukluklarla da çokça ortak noktaya sahiptirler. Genel olarak, narsisist veya antisosyal gibi benmerkezci kişilikler

yoğun veya uzun süre stres altında kaldıklarında paranoid özellikler geliştirme eğilimindedirler; bağımlı ve histrionik gibi başkası odaklı kişiliklerdeyse daha sınırda özellikler görülür. Bu doğrultuda, önemli özelliklerinden biri bakım verenlerle kaynaşma fantezileri olan bağımlı ve histrionik kişilerde kimlik dağılması veya dissosiyasyonla ilişkili semptomlar ortaya çıkabilir. Sınırda kişiliklerdeyse bu tablo daha ağırdır. Benzer şekilde hem sınırda kişiliklerin hem de histrioniklerin duyguları sıklıkla değişir ve her ikisi de derin bir boşluk duygusu yaşar. İkisi de intihara meyilli hareketlerle insanları manipüle etmeye çalışabilir. Gel gelelim kendini kesme gibi kendine zarar vermeye yönelik gerçek davranışlar sınırda kişiliklerde daha sık görülür. Bu farklar bir yana, iki bozukluk da yer yer birbirine karışır zira histrioniklerde sınırda özellikler ortaya çıkabilir. Gelişimsel açıdan, histrioniklerin karşı cinsten ebeveynleriyle gerçek anlamda ensest düzeyine varmayan özel bir ilişkileri vardır ve bu tür yasak arzuların bilince çıkmasını engellemek için bastırma mekanizmasını kullanmaya başlarlar. Oysa ensest veya başka türlü cinsel istismarlar genellikle sınırda kişiliklerin gerçeğidir.

Hem histrionikler hem de narsisistler teşhircidir, ilginin tam merkezinde olma arzuları ortaktır ama bunun için gerekçeleri farklıdır. Belirtildiği üzere histrionikler ilgi uyandırmak, çekici hale gelebilmek için ellerinde ne var ne yoksa ortaya koyar ve diğer insanların arzularını tespit ederler. Narsisistlerinse bu tür kaygıları yoktur, onlar zaten oldukları haliyle arzulanmaları gerektiğine inanırlar; imajlarını karşılarındaki kişiye göre şekillendirmek aşırı kırılganlık emaresidir. Histrionikler dünyaya cinsel içgüdünün egemen olduğuna inanır, başkalarında böyle arzular uyandırma konusunda uzmanlaşırlar; ancak bu arzuları doyuracaklarının garantisi yoktur. Narsisistlerse dünyaya kendilerinin egemen olduğuna inanırlar. Sınırsız kudret, başarı ve üstünlük sahibi olma gibi büyüklenmeci arzularını gerçekleştirmenin peşindedirler. Histrionikler arzu uyandırmak için kendilerini başkalarına teşhir ederler. Oysa narsisistler kendilerini hayranlık uyandırmak için teşhir ederler; başkalarından gördükleri ilgi kadar kendilerini ilahlaştırmak da onlara keyif verir. Histrionikler furya ve âdetlerin peşine takılır, insanları tekrardan kendilerine çekmek için kırılgan ve muhtaçmış gibi davranırlar. Narsisistlerse kendilerini, kişisel karizmalarını alelade grup normlarına tabi kılan faaliyetlerin üstünde görür, bağımlılığa burun kıvırırlar. Bu nedenle narsisist kendisini her şeyin dışında tutup sakin ve tasasız kalırken; histrionik sığ, dengesiz ve hatta bazen zavallı görünen duygusal tepkiler ortaya koyar.

Son olarak antisosyal ve histrionik kişiliklere tekrar dönelim. İkisi de dürtüsel, manipülatif, uyaranlara bağlı ve davranışlarının sonuçlarını öngöremeyen kimselerdir. Gel gelelim histrionikler genellikle ilgi ve bakım görmek için kullandıkları dramatik, aşırı duygusal davranışlarından dolayı dürtüsel görünürler. Veya bu görüntünün sebebi bilişsel tarzları da olabilir. Histrionikler hem aşırı

duygusal olduklarından hem de dikkatleri kolayca dağıldığından, bir uyarandan diğerine atlıyormuş, her birinde ayrı ayrı abartılı duygusal tepkiler veriyormuş gibi durabilirler. Haliyle histrioniklerin açıkça suç teşkil eden davranışlarda bulunmalarına daha nadiren şahit oluruz. Bunun tek istisnası uyuşturucu kullanımıdır. Öte yandan antisosyallerin dürtüsellikleri, özellikle de saldırgan dürtülerin söz konusu olduğu durumlarda doyumu erteleyememelerinden kaynaklanır. Antisosyaller dürtülerinin güdümündedirler; bilinçleri anlık ödül olasılığının tahakkümüne girdiğinden ileriyi düşünemezler. Halbuki histrioniklerin ileriyi düşünememe sebebi, minimum düzeyde bilişsel efor sarf etmek istemeleridir; geleceğe dair farkındalık, yapılan seçimlerin sorumluluğunu almayı gerektirir ve histrionikler bu külfetten kaçınırlar. Çeşitli alternatifleri uzun uzadıya düşünüp dikkatlice değerlendirmek zorunda kalmamak için dikkati hemen dağılabilen, izlenimci bir tarz oluşturmuşlardır.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Her kişilik tarzı kendine has bir yoldan işlev bozukluğu gösterir. Her bir vakada dışa vurulan semptomlarla, doğrudan söz konusu kişinin kişiliği, gelişimi ve koşulları arasında bağlantı kuran bir mantık yürütmek mümkündür. Genellikle semptomların dışa vurulma derecesi hem bozukluğun ne kadar ağır olduğuyla hem de mevcut stres kaynaklarının yoğunluğuyla alakalıdır. Dolayısıyla bozukluk tanısı almış bir kişi, hayatında stresli meseleler olmadığı takdirde semptomlarından kolayca kurtulabilir. Oysa normalde işlevselliği yüksek biri ağır stres altına girdiğinde I. Eksen bozukluklarından birine yakalanabilir. Sıradaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı kurmaya çalışın.

### *Somatoform Bozukluklar*

Tarihsel olarak psikodinamik yaklaşım hastalıkla ilişkili semptomları, özellikle de konversiyon semptomlarını her zaman histerik kişiliğin bir parçası olarak görmüştür. Bugün bu tür semptomlar histerik kişilikle bağlantısından bağımsız olarak, ilişkili kişilik özelliklerinden ayrılıp I. Eksen bozuklukları altında sınıflandırılmaktadır. Dolayısıyla diğer pek çok kişilikte de (özellikle de bağımlı kişilikte) somatik semptomlar gözlemlemekteyiz. Hueston, Mainous ve Schilling (1996) tıbbi yardıma, tüm kişilik bozuklukları arasında en çok histrionik ve bağımlı kişilik bozukluğu tehdidi altındaki kişilerin başvurduklarını ortaya koymuşlardır. Bu bulgu, görünürde herhangi bir sebebi olmayan ağrılardan aylarca çeken dansçımız Yvonne'la da uyumlu bir bulgudur.

Histrionikler hipokondriak endişelerini (hastalık hastalığını) ve somatizasyon bozukluğunu (temellendirilemeyen fiziksel şikâyetleri) ilgi çekmek, teskin edilmek, bakım görmek için birer araç olarak kullanırlar. Histrionik kişi kendisini boş, soyutlanmış veya sıkkın hissettiğinde ikincil kazançlar daha da cezbedici hale gelir, haliyle de yaşadıkları sıkıntı daha da şiddetlenmiş görünür. Son olarak, Benjamin'in (1996) belirttiği üzere sık sık hastalıktan şikâyet etmek genellikle kadınların cinsiyet rolüyle bağdaştırılır; Freud'un çığır açan çalışmalarındaki hastalarda da benzer durum söz konusudur. Benjamin'e göre bu somatik özellikler öyle önemlidir ki histrionik kişiliğin ayrı bir alttipini oluşturur.

### *Dissosiyatif Bozukluklar*

Psikodinamik açıdan bakıldığında, somatik belirtiler gibi dissosiyasyonun da histerik kişilikle tarihsel bir ilişkisi vardır. Freud'un bilinçdışını keşfetmesini sağlayan orijinal muamma, histerik bir fenomen olan doğru olduğunu bildiği şeyi unutma, yani güdülü amneziydi. Mesela Breuer ve Freud meşhur hastaları Anna O.'da iki ayrı bilinç hali tespit etmişlerdi. Histrioniklerde dissosiyasyon aynı anda hem savunma hem de semptomdur. Bastırmayı bolca kullandıklarından, çeşitli deneyimlerini tek bir bütünlüklü benlik kavramı altında birleştiremezler. Hal böyle olunca da zihinsel mimarileri, stresli dönemlerde kimlik dağılımı ve diğer dissosiyasyon biçimlerine karşı devamlı kırılgan olur.

Gel gelelim dissosiyasyon ayrıca koruyucu bir görev de taşır. Gerçek benliklerini dünyaya sundukları teatral tutumdan ayırıp koparan histrionikler, ıstıraplı deneyimlerinin derinlemesine işlemlenmesini engellemiş olurlar. Aslında her tür acı, keder veya kaygı olduğu gibi bilince taşınamasın diye bütünleşik bir benliğin varlığı, fırtına dininceye dek askıya alınır. Dissosiyatif semptomlar çocukluktaki istismar deneyimleriyle sıkça ilişkilendirildiğinden, klinisyenlerin bu semptomlarla karşılaşmaları halinde böyle bir olasılığı göz önünde bulundurmaları gerekir.

### *Kaygı Bozuklukları*

Gerek bağımlılar gerekse histrionikler ayrılma kaygısı yaşamaya yatkındırlar ama gerekçeleri farklıdır. Histrionikler farklı kaynaklardan destek ve uyarılma arama eğilimleriyle kaygı potansiyellerini artırırlar. Eski bağ ve heyecanlarından çabucak sıkıldıklarından, ilişkileri asla gerçek anlamda güçlenemez. Haliyle kendi kendilerini, hep soyutlanmış ve yalnız hissedecekleri bir noktaya sürüklerler. Sınırda kişiler gibi onlar da yana yakıla ilgi çekmeye, onay almaya çalışırken birden yeni bir romans veya heyecana kapılıp gidebilirler. Yaşadıkları sıkıntı

öznel açıdan gerçektir ama ilgi çekmek, destek almak amacıyla abartılmıştır. Agorafobi muhtemelen histrioniklerde bağımlılara kıyasla daha nadir görülür çünkü histrionikler sahne ışıklarına teşnedirler ve sosyal ortamlarda ilgiyi üzerlerinde toplarlar. Benzer şekilde fobiler de (histrioniğin yansıtmak istediği imaja uygun düştükleri durumlar haricinde) muhtemelen daha ender görülür.

### *Duygudurum Bozuklukları*

Histrionik kişilikte majör depresyonun kökeninde genellikle boşluk, sıkılma gibi duygular veya muhtemel ilişki sorunları dolayısıyla, başkasına bağımlı güvenlik duygusunun kaybı yer alır. İntihara meyilli ikinci sınıf öğrencisi Sheila vakasında bunu görmüştük. Histrioniklerin karakteristik olarak sansasyon heveslisi oldukları düşünüldüğünde, en sıklıkla ajite semptomlar görülür; bunlara terk edilmeye ve çaresizliğe ilişkin dramatik anlatımlar eşlik eder. Ne var ki ajitasyonları, negativist veya obsesif kompülsif kişiliklerdeki gibi içsel bir mücadeleyi yansıtmaz. Bunun yerine duygularının doğrudan ama muhtemelen abartılı biçimde dışa vurulmuş halidir. Histrionikler yuvarlak düşünme eğiliminde olduklarından "inanılmaz korkunç" veya "kötü" hissettiklerini söyleyebilir, duygularını fazlaca detaylandırmayıp yalnızca şiddetini ön plana çıkarabilirler. Coşkulu sosyal tarzlarıyla da uyumlu olarak manik veya hipomanik bozukluklara yatkın olabilirler. Şiddetli ayrılma kaygısı veya sosyal onayın kaybı ihtimaliyle karşılaştıklarında bazı histrionikler alışkanlık edindikleri davranışların dozunu iyice artırabilir, abartılı düzeyde sempatik veya hiperaktif bir hale bürünebilirler. Sheila da bu kategoriye girebilir.

### *Madde Kullanımı*

Histrionikler bazen madde bağımlılığına bulaşırlar. Örneğin alkol onların halihazırda dramatik olan eğilimlerini iyice serbest bırakırken, aynı zamanda histrioniklerde tipik olarak bastırılan içgörüleri hepten susturur. Madde kullanımının amacı bu kişilerde farklılık gösterebilir. Yvonne'un madde kullanımı partiden partiye yaşam tarzıyla uyumluydu; uyarılma ve heyecan dozunu artırmaya yarıyordu. Monique'in de madde kullanımı ikinci boşanmadan sonra benzer şekilde başlamıştı belki ama alkol, dikkatini hayatındaki daha büyük sorunlardan uzaklaştırması bakımından önemli görünüyordu. Uyarıcı maddeler de boşluk duygularından kaçmak için kullanılabilir, kişinin doğal heyecan arayışını teşvik ederken ona canlı ve enerjik hissettirebilir. Histrionikler genellikle fiziksel görünümleriyle meşgul olduklarından, uyarıcı maddeler aynı zamanda hızla kilo vermelerini ve çekici hale bürünmelerini sağlar. Bol miktarda nevrotik kaygısı

olanlar kendi kendilerini yatıştırmak için eroin veya metadon kullanabilirler. Güçlü içsel kontrol mekanizmaları olmadığından, madde kullanan histrionikle-rin prognozları olasılıkla kötü olur.

## Terapi

Histrionikler çeşitli nedenlerden ötürü terapiye nadiren başvururlar. İlk ola-rak, toplumumuz görünüşle özü birbirine karıştırdığından, işlevselliği yüksek olan histerik kişiler güzellikleri ve cazibeleriyle hemen ödüle kavuşuverirler. İs-ter alenen ister zımnen olsun mutlaka ödül kaynakları vardır. Ayrıca duyguları daha otantik olduğundan, histeriklerin dört başı mamur depresif dönemlerden çok, hayatta bir şeylerin eksik olduğuna dair belli belirsiz ama onları hep ra-hatsız eden bir duygu taşıma olasılıkları daha yüksektir. Asli ilişkileri sağlam kalırsa, kendilerini aslında yanlış giden hiçbir şey olmadığına ikna edebilirler. Sonuçta ev, araba, çocuklar gibi teknik göstergelerin hepsi bu kadar iyi durum-dayken işler nasıl ters gidebilir ki? İkincisi, somatizasyonun daha ağır görül-düğü tür kendi ailelerinden ve tıp camiasından uygun bakım ve ilgiyi alabilir. Somatizasyon bilinçdışı bir mekanizma olduğundan bu alttür doğrudan terapiye başvurmaz ama başarısız şekilde yönlendirilmesi mümkündür. Ayrılıkların ar-dından bu kişileri çoğu zaman acillerde, birtakım gizemli semptom veya ağrı-lardan şikâyet ederken bulursunuz. Tekrar barıştıklarında semptomlar ortadan kaybolur. Üçüncüsü, terapiye başvuran histrionikler bunu genellikle kaygı veya depresyonlarını hemen hafifletme umuduyla yaparlar. Terapi içebakış ve nesnel-lik gerektirir; oysa bunların her ikisi de histrioniklere tehditkâr veya sıkıcı ge-lir. Bu doğrultuda, semptomları bir nebze hafiflediğinde terapiyi bırakırlar. Son olarak, psikoterapide etkili olan demografik trendler histrioniklerin normalde tercih ettikleri ilgi ve destek kaynaklarına ters düşer. Kadın psikologların sayısı artıkça, terapiden cayan histrionik kadın sayısı da artmaktadır çünkü bu kişiler diğer kadınları hem küçümser hem de kendilerininkine benzer motivasyonları olan rakipler olarak görürler. Düşmanından yardım talep etmek istemeyen ka-dın histrionik, haliyle erkek terapistlere yönelir.

### Terapideki Tuzaklar

Terapi her zaman öngörülemeyen sorunlara gebedir. Histrioniklerde sıkıntı yaratabilecek özellikle iki unsura dikkat etmek gerekir. İlk olarak, histrionikler karşılarındaki kişiyi cezp edip eğlendirerek dikkat çekmeye, onay almaya çalı-şırlar. Başlangıçta duygularını açıyormuş gibi görünseler bile, bu sahte yakınlık manevraları aslında kendilerine bakacak birini bulma arzularını açığa vurur.

Aynı örüntü terapide de kendini gösterebilir. Histrionikler müstakbel partnerlerine tümgüçlülük yansıttıklarından, durumdan bihaber terapistler özellikle risk altındadırlar. Çoğu terapist destekleyici bir çalışma yürütmekte zorlanmaz ve bu tarz bir çalışma, hastanın histrionik kişiliği tespit edildiğinde iyi bir başlangıç noktası oluşturur.

Gel gelelim hasta açısından bakıldığında bu tür bir desteğin patolojik muhtaçlığa önayak olması işten bile değildir. Burada terapist refleks olarak duygusal kaynaklarını dağıtıp histrioniğin kurduğu tuzaklara düşerken, danışanın meselelerini gözden kaçırabilir. Nihayetinde de ilgi, destek ve bakım vermekten tükendiğini hisseder ki bu beklenen bir durumdur çünkü çoğu insanın histrioniğe dair nihai deneyimi böyledir. Haliyle de terapinin değiştirmesi gereken örüntü de budur; aksi takdirde terapinin sonlandırılması konusu gündeme geldiğinde histrionikler talepkâr bağımlılıktan uzaklaşıp, hastalık belirtileri ve intihara meyilli manipülatif hareketler barındıran aciz bağımlılığa geçiş yapabilirler. Danışan çocuksulaştıkça, terapist elinde sihirli değnek olan kurtarıcı rolüne daha fazla girer.

Durumu karmaşıklaştıran ilk unsur ağırlıklı olarak ilişkiseldir, ikincisiyse histrioniğin yetersizlik duygularından kaynaklanan birbiriyle bağlantılı iki tema barındırır. Normal gelişim sürecinde çoğu kişi yetişkinlikte hayatta kalmasını sağlayacak beceriler edinir. Oysa histrioniklerin değerli beceriler kazanmaları değil, çekici olmaları teşvik edilmiştir. Haliyle histrionik kadınların kadın rolüne dair çarpık bir algıları vardır; en büyük korkuları daha az feminen olmak veya çekici bulunmamaktadır (ve dış görünüşleri haricindeki özellikleriyle ön plana çıkan kadınlara dair algıları da kaçınılmaz olarak çarpıktır). Bu bağlamda, bağımsız kapasite kişinin kendisini ona bakım verenlerden ayrıştırabilmesi anlamına gelir ve bu da ayrılık demektir. Terapide, iyileşmenin terapiyi bir şekilde düşmancıl bir sona sürükleyeceği iması mevcuttur. Eğer durumları düzelirse terapistlerinin onlara kızacağına veya onları terk edeceğine inanırlar. Bundan biraz farklı olansa terapinin histrioniğe odaklanması koşuludur. Çoğu terapist, hastalarına hedefler koymaya çalışır; ne var ki histrionikler çekici olarak algılanmak istedikleri için, terapistin ilgisini cezp edeceğini düşündükleri hedefler önerebilirler (Flemming, 1990). Neyse ki bu hedefler, müphemliği ve terapinin medyadaki imajını yansıtması dolayısıyla çoğu zaman rahatlıkla fark edilir.

## Stratejiler ve Teknikler

İlgi ve onay ihtiyacı, kişilerarası ilişkilere yüklenen uygunsuz cinsellikle birlikte terapide kendini gösterebilir. Terapi bir şekilde, histrioniklerin her sosyal etkileşimi yönetmelerine yol açan manipülatiflik, talepkârlık ve aciz bağımlılıktan vazgeçmelerine yardımcı olmak zorundadır. Eğer danışanlara peşinen yetişkin

becerileri öğretilebilse veya özgüvenleri hokus pokusla yükseltilebilseydi, sorun son derece tedavi edilebilir olurdu. Gel gelelim kişilik bozukluklarının hepsinde olduğu üzere, kişiliğin hepsi aynı amaca hizmet eden farklı yanlarının iç içe geçmiş yapısı terapinin görevini zora sokar. Mesela histrionikteki dağınık, izlenimci, dikkati dağılmaya müsait bilişsel yapı, en vahim kırılganlıklarının dışarıya yansıması ihtimalinden kendini koruma ihtiyacıyla birleşir. Yüzeysel olan, aynı zamanda koruyucudur. Olur da bu pasif algılamama biçimi başarıya erişmezse, zaten bastırma her zaman kenarda hazır beklemektedir. Bu doğrultuda, terapinin bilinçdışını bilince çıkarmak ve derin düzeltici duygusal deneyim yaratmak gibi olağan hedefleri, histrionik tarzın ihtiyaçlarıyla karşı karşıya gelir.

Bilişsel yaklaşımla yazan Fleming (1990) histrioniklerin ilk önce dikkatlerini belli bir noktaya toplamayı öğrenmeleri gerektiğini öne sürer. Uçuşan düşünce örüntüleri nedeniyle detaylı bir gündem belirlenmesi, gerek uzun vadeli hedeflerini yapılandırmak gerekse her bir seansa düzen getirmek açısından bir hayli değerli olabilir. Aksi takdirde hasta ve terapist yüzeysel temalara takılıp hiçbir sorunu derinlemesine çözemez, her şeyden bahseder ama hiçbir şey yapmazlar. Onların tarzı budur işte. Çoğu histrionik seans saatini, seanslar arasındaki her duygusal nüansını gözden geçirerek doldurmaktan hoşnut kalacaktır. Fleming'e göre gerektiği takdirde buna da kısa bir vakit ayrılması gerekir.

Flemming ayrıca, belirlenen hedeflerin hasta için de cazip olması gerektiğini, aksi takdirde hastanın kendisini tehdit altında hissedebileceğini, sıkılabileceğini veya terapiyi bırakabileceğini belirtir. Ancak hedefler aynı zamanda terapinin maksadına uygun olmalıdır. Daha anlık doyumlar vaat eden hedefler, hastaların hem terapide kalmalarını hem de her defasında tek bir şeye odaklanmalarını sağlayabilir. Daha önce belirtildiği üzere histrionikler terapistlerini memnun etmek isterler. Dolayısıyla kendi hedeflerini koymalarını önemlidir. Genel başlıklar, söz konusu hedefe nasıl ulaşılabileceği hastaya sorularak alt hedeflere ayrılabilir. İçebakışı ödülle ilişkilendirmek için hastaya bu hedefe ulaştıklarında ne gibi bir değişim yaşayacakları ve neden başka bir hedefi değil de bunu seçtikleri sorulabilir. Hedefler üzerine düşünmek, hedefler koymak kimlik gelişiminin önünü açar. Odaklanmak ayrıca, histrioniklerin otomatik düşüncelerini tespit etmelerine ve dürtüsel eğilimleriyle yüzleşmelerine yardımcı olsa da, zihinsel geviş getirmeye doğal yatkınlığı olan hastaların aksine histrionikler tekrar tekrar telkin edilip örneklendirilmediği sürece düşüncelerini günlüğe kaydetmeye meyletmeyeceklerdir. Bu kayıt süreci onlara sıkıcı gelebileceğinden, histrionikler çarpıcı bir dille yazmaya ve işlevsiz düşüncelere karşı dramatik bir savaş açmaya teşvik edilebilir.

Kişilerarası açıdan, histrionikler kendilerini bağlı oldukları kişiler üzerinden tanımlama eğilimindedirler. Benjamin'de (1996) belirtildiği üzere, ilişkileri aşan kişisel bir kimliğin gelişmesi temel hedeflerden biridir. Güvenli davranış

eğitimleriyle, hastaların başka insanları baştan çıkarıp kendi sorunlarını onlara çözdürmek yerine düşünce ve gündemlerini yapıcı biçimde ortaya koymalarına yardımcı olunabilir. Hastanın diğer insanların duygularına daha fazla dikkat etmesini sağlamak için aktif dinleme becerileri, anlatılanları özetleme, üzerine düşünme gibi alanlarda verilecek eğitimden fayda sağlanabilir (Turkat, 1990). Aralarında ergenlikteki temel kimlik seçimlerinin de bulunduğu (Benjamin, 1996) bu tür daha önce hiç ele alınmamış konulara odaklanmak çoğu zaman geçmiş deneyimleri bütünleştirmeye yardımcı olur ve mükerrer örüntüleri, bunların yol açtığı beyhude sonuçları görmeye zemin hazırlar. Örneğin çoğu histrionik aslında çok arzuladığı güvenlik hissini doğru düzgün oturtamadan bir ilişkiden diğerine atlar. İlişki örüntülerine dair içgörü geliştirmeleri halindeyse daha az çocuksu baş etme davranışlarının yanı sıra daha büyük ölçüde kişisel bağımsızlık ortaya koyabilirler.

Bunlara ek olarak, özellikle de sosyal grup ortamlarında kendini gösteren teatral ve cinsellik yükleyen tarzlarının altta yatan yoğun bir çaresizliğin işaretçisi olduğunu hastaların anlaması gerekir (Benjamin, 1996). Eğer ki hasta bu bağlantıyı kurabilirse, dramatik davranışları egodistonik hale gelir, değişme motivasyonu ve dolayısıyla da bu değişimin sağlanabileceği kadar uzun süre boyunca terapiye devam etme ihtimali artar. Çoğu histrionik, ilgi odağından çıkıp olan biteni kontrol edemez hale geldiğinde kaygı yaşar. Kişilerarası ve davranışsal alanları birleştirip kademeli maruz bırakmadan yararlanarak, hastanın sosyal sahneyi ele geçirme dürtülerini eyleme dökmeyi ertelemesi ve dikkatin başkalarının üstünde olmasına giderek daha uzun süre tahammül edebilmesi sağlanabilir. Bu hedeflerin makul olup olmadığı ve başarıya ulaşıp ulaşmayacağıysa hastanın içgörü düzeyine, o da nesne ilişkileri patolojisinin düzeyine bağlıdır. Daha çocuksu kişiler daha dürtüsel, daha benmerkezci olur, kendilerini bağlama oturtmakta daha çok zorlanırlar, dolayısıyla da kendi problemlerini nasıl idame ettirdiklerini daha az anlayabilirler. Bu tür vakalarda terapistin danışanla birlikte onun uyumsuz davranış örüntülerine karşı ittifak kurması neredeyse imkânsızdır. Sözgelimi Benjamin terapinin sıcaklık ve destekle başladığını ama muhtaçlığı teşvik etmediğini öne sürer. Terapistin desteklediği şey değişimdir, eski sorunları sürdüren örüntülere karşı hastayla kurulacak ittifaktır.

Son olarak, psikodinamik yaklaşım sorunların kökeninin erken aile dinamiklerine dayandığını varsayar. Yine burada da aşırı bağımlılık, çözümlenmemiş bilinçdışı olarak görülür. Neyse ki bilinçdışı ilişki kurma örüntüleri aktarım ilişkisinde de tekrarlanır ve bu ilişki bağlamında hastanın dikkatine sunulabilir, çocukluk dinamikleriyle bağdaştırılabilir. Eğer ki terapi ilişkisinde de cinsel yük söz konusuysa; seans içindeki terapisti baştan çıkarmaya yönelik manevralarla, hastanın genel olarak partner adaylarıyla ilişkisi arasında bağlantı kurulabilir.

Eğer terapi ilişkisi cinsel rekabet barındıran türdense terapisti hor gören tutumla, histrioniklerin genel olarak benzer diğer kişilere yönelik bu tür tutumları arasında bir ilişki ortaya konabilir. Bu tür girişimlerin herhangi birinin içgörü oluşturması için önce terapist ile danışan arasında sağlam bir ilişki kurulması gerekir. Kurulsa bile çoğu terapist histrioniğin sahte içgörülerinden veya birden her şeyi anladığını, büyük resmi gördüğünü iddia ettiği (ama ne hikmetse bir sonraki seansa kadar unuttuğu) abartılı çıkışlarından dolayı hüsrana uğrar. Her seansın başında kısaca daha önce yapılanları gözden geçirmek, süreç içinde devamlılık hissini oluşturmaya ve dikkat dağınıklığı, kimlik dağılması ve özellikle de önceki kazanımların bastırılması gibi eğilimleri bertaraf etmeye yardımcı olur. Psikodinamik çocukluk örüntülerinin tam tersi yönde hareket ederek kendi ayaklarının üstünde durmaya yönelik adımlar attıklarında ve cinsellik barındırmayan hareketlerde bulunduklarında histrioniklerin bolca takdir edilmeleri gerekir.

## Özet

Histrionikleri baştan çıkarıcı, kararsız, aşırı duygusal, duygularını gizlemeyen, ilgi isteyen kişiler olarak tasvir edebiliriz ama karakterlerinin kökünde temel bir çaresizlik hissi ve başkalarını hayatlarının merkezine koyma ihtiyacı yer alır. Histrionikler enerjilerinin büyük kısmını çok sayıda yüzeysel ilişki kurmaya ayırır, yalnızca cinsel partnerleriyle değil herhangi biriyle ilişkilerinde de vefa ve sadakat göstermezler. Histrionik özelliklere kültürümüzde değer verilir. Dost canlısı, kendini ifade edebilen, sosyal kişiler genellikle partilerin aranan isimleridir (Bölümün başındaki sınıf arkadaşı örneğini hatırlayın.). Oldham ve Morris (1995) dramatik tarzı; hayatlarını duyum ve romans üzerinden, neredeyse teatral biçimde yaşayan kişiler olarak betimler. Dışadönük tarz (Millon'ın tarif ettiği üzere) cezbedicidir ve bulaşıcı bir yaşam coşkusu vardır. Gel gelelim bozukluğu olan kişiler özgüven bakımından eksiktirler, bilişleri genel ve dağınıktır, ayrıca bu kişiler cinsel kışkırtıcılığı uygunsuz biçimde kullanırlar.

Histrioniğin çok sayıda çeşidi vardır. Teatral histrionikler bukalemun gibidirler, her yeni duruma uyum sağlamak için kendilerini değiştirirler. Çocuksu histrionik sıkça değişen duyguları dolayısıyla sınırda kişilikten izler taşır. Canlı histrionik çok sayıda narsisist özelliğin aşırı yüksek bir enerji seviyesiyle birleşmesinden oluşur. Yatıştıran histrionik bağımlı ve kompülsif özelliklerin kombinasyonudur; vıcık vıcık bir tatlılığı ve iyiliği vardır. Çalkantılı histrionik sınırda kişiliğin çok sayıda özelliğini bünyesinde barındırır; duyguları aşırı dengesizdir ve histrionikler arasında özkimliği en az gelişmiş olandır. Kurnaz histrionik antisosyal özellikler taşır; manipülatif ve intikamcıdır.

Günümüzün histrionik kişiliği, izi Antik Yunan'a kadar sürülebilecek olmakla beraber asıl olarak psikanalitik hareketin köşetaşı olan histerik kişiliğin uzun tarihçesinden doğmuştur. 1890'larda Breuer ve Freud, meşhur histerik hastaları Anna O.'da ne gibi bilinçdışı mekanizmaların faaliyette olduğuna dair çeşitli hipotezler geliştirmişlerdir. Nihayetinde Freud bastırma mekanizmasını keşfetmiş ve daha da önemlisi histerik semptomların, bilince sızma tehdidi taşıyan bilinçdışı içgüdülerin sonucu olduğunu öne sürmüştür. Gizli isteklere ve bilinçdışı arzulara dair bu keşfi psikanalizdeki en temel gelişmelerin önünü açmıştır. Çeşitli histrionik karakter türleri üzerine yazan, aralarında Kernberg, Reich, Fromm gibi isimlerin de bulunduğu çok sayıda analist, histrionik tipi idame ettiren başat kişilik parçalarından biri olarak savunma mekanizmalarına (bastırma, cinselleştirme ve dissosiyasyona) işaret etmiştir. Histerik karakterin gelişimi hâlâ hararetle tartışılmaktadır. Freud kilit noktanın Oidipal saplantılar olduğuna inanmıştır ama modern analitik düşünürler işlevselliği düşük olan histeriklerin oral meseleleri olduğu, işlevselliği yüksek olanlarınsa Freud'un söylediği gibi Oidipal gelişim evresiyle ilgili sıkıntılar yaşadıkları kanısındadırlar.

Bilişler ve savunma mekanizmaları histrioniklerde birbiriyle oldukça yakından ilişkilidir. Bu kişilerin bilişleri parçalı, dağınık, genel ve fazlasıyla basite indirgeyen türdendir. Fazla detaylı, felsefi veya somut her tür fikri dışarıda bırakan bir filtreleri vardır. Dünyayı netlikten uzak, aşırı duygusal merceklerinden görürler. Dikkatleri son derece kısıtlıdır; dolayısıyla karmaşık dünyamızı anlamlandırmak için kullanabilecekleri pek az şemaları vardır ve aşırı genelleme yapmaya meyillidirler. Histrionik ayrıca, iyi yapılandırılmış bir kimlik duygusu geliştirmeyi de başaramaz, asla kendine hedefler koymaz veya hayatı için plan çizmez. Histrioniklerin aslında kendilerini yetersiz hissettikleri ve hayatla baş edemedikleri, haliyle de kendilerini çekici veya cazip kılarak başkalarından yardım almaya çalıştıkları kanısı yaygındır. Gel gelelim başkaları onlara ne kadar hayran olursa olsun onlar en derinde, yoğun olumsuz inanışlar taşımayı sürdürürler.

İlk bakışta histrionikler kişilerarası alanda çekici, cezbedici gelebilir ama muhtaç ve sığ yapıları bir noktada çoğu insanı bezdirecektir. Dolayısıyla histrioniklerin, arkadaşlıklarındaki ve ilişkilerindeki devir oranları yüksektir. Sosyal öğrenme açısından bakıldığında histrionik kişinin gelişim sürecini anlamak hayli kolaydır. Arzu ettikleri davranışları değişken bir tarifeyle ödüllendiren ebeveynler çocuklarının, ihtiyaç duydukları ilgi ve bakımı alabilmek adına giderek daha uç ve abartılı davranışlar sergilemesine neden olurlar. Bu davranışlar çocuğun ergenliğe girmesiyle beraber diğer sosyal etkileşimlere de sıçrar ve böylece bu ergenler, başkalarının ilgisini çekebilmek için henüz filizlenmekte olan cinselliklerinden faydalanmayı öğrenirler.

Histrionik kişiliğin gelişiminde biyolojinin de pay sahibi olabileceğine işaret eden bazı bulgular mevcuttur. Bu bulguların çoğu sosyopati çalışmalarından ve histrionik kişiliğin, aslında antisosyal kişiliğin kadındaki tezahürü olduğu yönündeki kuramsal varsayımdan kaynaklanır. Sınıflandırıcı çiftleşme kuramına göre, karşı cinsin çekici bulduğu özellikler nesiller boyunca ön plana çıkarılır ve histrionikler bu özellikleri bol bol barındırırlar.

Evrimsel nörogelişim yaklaşımındaysa histrioniklerden aktif ve öteki odaklı kişilik olarak bahsedilir. Histrionikler başkalarını kendilerine bağlamak için faal çaba gösterirler ama tek hedefleri sevgi arzını belli seviyede tutabilmek için ellerinde yedek seçenekler bulundurmaktır.

Dramatik ve teatral yapılarından dolayı histrionikleri tespit etmek kolay olsa da, bağımlı ve sınırda kişilerin yanı sıra narsisist ve antisosyal kişilerle de ortak özellikleri vardır. Histrionikler somatoform bozukluklar, dissosiyatif bozukluklar, kaygı bozuklukları, duygudurum bozuklukları, alkol ve madde kötüye kullanımı gibi bazı I. Eksen bozukluklarına yatkındırlar.

Histrionikler nadiren terapiye başvururlar. Yine de histrioniklerin tedavisinde kullanılabilecek çok sayıda teknik vardır. Terapist, histrioniğin manipülasyonuna gelip onun sonsuz ilgi görme ihtiyacına karşılık vermemeye dikkat etmelidir. Ayrıca danışan kendine hedefler koyma konusunda zorlanabilir zira kendini geliştirmek terapinin maksadına ters düşebilir. Bilişsel açıdan, histrionikler dikkatlerini belli bir yere odaklamayı ve terapi için hedefler belirlemeyi öğrenmek zorundadırlar. Kişilerarası açıdan, kendi kimliklerini geliştirmeye çalışmaları gerekir. Terapide danışana güvenli davranış eğitimi verme ve eski etkileşim örüntülerini değiştirmeye yönelik aktif dinleme becerileri kazandırma, özellikle faydalı olabilir.

# X
# Narsisist Kişilik

## Amaçlar

Narsisist kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Narsisizm kolektivist kültürlerde nasıl ifade bulur?
Özgüvenli ve girişken kişilikler narsisist kişiliğin normal çeşitleridir. Bunların özelliklerini anlatmak ve *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek narsisist kişiliğin her bir alttipini nasıl oluşturduğunu açıklamak.
Fallik narsisistler ve telafici narsisistler arasında ne gibi farklılıklar vardır?
Narsisistler büyüklenmeciliği, rasyonalizasyonu ve fanteziyi savunma mekanizması olarak nasıl kullanırlar?
Narsisist kişilik bozukluğu psikodinamik yaklaşıma göre nasıl gelişir?
Narsisistlerin her şeyi kendilerine hak görmeleri ilişkilerine nasıl yansır?
Narsisizmin kaynağı erken dönemdeki mahrumiyetlere karşı bir savunma mıdır, yoksa narsisizm aşırı değer görmenin bir sonucu mudur?
Yaygın bilişsel tarzda fantezinin rolünü açıklamak.
Narsisistlerin çekirdek inanışları nelerdir?
Narsisistlerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak noktaları vardır. Bu bozuklukları sıralamak ve her birinin narsisistten farkını açıklamak.
Narsisistler evlilik dışı ilişki yaşamaya daha mı yatkındırlar?
Narsisistlerin travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve majör depresyona karşı kırılganlıklarını açıklamak.
Narsisizm ve madde kullanımı arasında nasıl bir ilişki vardır?
Narsisist kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

Kendisini hep başkalarından üstün gören, çoğu zaman burnundan katiyen kıl aldırmayan kişilerle hepimiz tanışmışızdır. Kendilerini abartılı biçimde yansıtır, ilahi bir kudretleri, sınırsız zenginlikleri, büyük bir dehaları veya eşi görülmemiş bir şöhretleri olduğuna dair kendi kendilerine kapıldıkları fantezilerde kaybolmuş gibidirler. Kendilerini başkalarından daha iyi bulmakla da kalmayıp bir de onları aşağı oldukları, hatta vasat oldukları için suçlarlar. Kendi kendilerini yıldız ilan etmişlerdir, bize de onları hayran hayran izlemek düşmüştür. Onlara göre biz faniler basit birer işçi arıdan ibaretizdir, olsa olsa onların emirlerini yerine getirmeye yararız; bırakın kendi plan ve arzularımızla bağımsız bir hayat sürmeyi, tek bir orijinal düşüncemiz bile olamaz. Bizimle muhatap oldukları için duyduğumuz minnettarlığı bir nebze dengeleyebilmek adına onların her ihtiyacını önceden kestirmemiz, onları her tür angaryadan kurtarmamız, bir yandan da görkemlerini açığa çıkarabilmeleri için dur durak bilmeden çalışmamız gerekir. Hayatlarındaki diğer insanlar kendilerini sıkça bu kişilerin malı gibi hissederler, sanki arsızca kullanılıp sömürülmek için dünyaya gelmiş muamelesi gördüklerini düşünürler. Bu benmerkezcilikleri onları diğer insanların haklarına ve refahına, ayrıca bazen de toplumun kanunlarına karşı kayıtsız kılar. Eylemlerini meşru kılmak için bıkkınlık verecek ölçüde rasyonalizasyona girişir, ortaya makul gerekçeler atarak düşüncesizliklerinin mazur görülmesini bekler, böylelikle zeytinyağı gibi üste çıkarlar. Karşı tarafın bastırdığı veya onlarla yüzleştiği durumlardaysa iyice mağrur, baştan savmacı hatta hiddetli bir tavır benimserler.

Bu tür kişiler *DSM-IV*'ün **narsisist kişilik** örüntüsüne örnek teşkil ederler. Onlarla etkileşim kurmak zorunda olanlar açısından bu, en zor kişilik bozukluklarından biridir. Kendini dahi gören Gerald'ı (bkz. Vaka 10. 1) ele alalım. Gerald'ın kendisine büyüklenmeci bir önem atfettiği açıktır (bkz. 1. kriter). "Tıpkı benim gibi, zamanının ilerisinde olduğu için asilce acı çekmek zorunda kalmış" diye nitelendirdiği Einstein ve Salk ile kendisini özdeşleştirir. Kuşkusuz bu davranışlarının çoğunun kaynağı Gerald'ın büyüklenmeciliğidir. Kibri ona yaşadığı sorunların kendisinden değil şirketten kaynaklandığını söyletir ve hem ast hem de üstleriyle ilişkilerinin gerile gerile kopma noktasına vardığı gerçeğini görmezden gelmesine sebep olur. Başka biri aynı durumda olsa, çok sayıda kişiden hep aynı şeyleri duyması neticesinde muhtemelen oturup kendi davranışlarını gözden geçirecek, şirket hiyerarşisinde hem altında hem de üstünde yer alanlardan gelen olumsuz bildirimlere rağmen bildiğini okumaya devam etme ahmaklığına düşmeyecektir.

Gerald'ın kendisine böyle bir önem atfetmesinin sebebi, başkalarının cehaleti olarak gördüğü duruma tahammül edebilmektir. Büyüklenmeciliği, dizginlenemeyen deha ve başarısının gerçekleştiği fantezi dünyasını besler (bkz. 2. kriter). Mesela onun fikirlerini uygulayacak yeni bir şirketin başına geçtiğini hayal ettiğinden, kısa sürede başarıya ulaşacağından hiç kuşkusu olmadığından söz eder.

**VAKA 10. 1**

Gerald müdürünün ofisinden hışımla çıktı, işten atılmak üzere olması onu hiddetlendirmişti. Psikolojik danışmanlık alması yönündeki ısrarlara inatla direniyor, sorunun kendisinde değil şirkette olduğunu öne sürüyordu.

Öncelikli mesele, ofisteki müdürü ve astlarıyla gergin ilişkileriydi. İş için donanımları dört dörtlük olsa da, diğer çalışanları düşünmeden sürekli icat ettiği yeni prosedürler standart rutinleri etkiliyordu. Herkesten onun bu kaprislerine otomatik uyum sağlamasını bekliyordu. Bazen bu yeni icatlar işe yarıyor bazen de yaramıyordu. Buna rağmen çalışanlar kendi mesailerine ve iş tanımlarına bu tür dayatmalarda bulunulmasından rahatsızdı. İyi bir sonuç elde edildiği zamanlarda ise Gerald iş arkadaşlarının hakkını ancak yarım ağızla teslim ediyordu.

Daha da fenası Gerald hiçbir fikrinden caymıyordu. Kendi fikirleri in "eski usulden" üstün olduğuna, "çalışanlar kafalarını kumdan çıkarıp büyük resmi görebilseler ve daha iyi olan seçeneğe uyum sağlayabilseler" bu fikirlerin işe yarayacağına emindi. "Kendi bulduğum yöntemlerin ne kadar muazzam olduğunu herkesin görememesine şaşıyorum" diyordu. Kendisini beş yıl sonra nerede gördüğü sorulduğunda, "Olumlu düşünme taraftarıyım. Büyük oranda, bizi bu eski usuller geri bırakıyor. Nereye gidersem gideyim hep yeni yollar, verimliliği artıracak yeni yöntemler buldum ki bunların bir kısmı insanı hayrete düşürecek cinstendi. Zamanla olağanüstü bir başarıya erişeceğimi görebiliyorum. Bu benim alın yazım" diye yanıtlıyordu.

Aslında Gerald diğer şirketlerden de tıpkı şimdikinde olduğu gibi sorun yarattığı ve hayatı zorlaştırdığı gerekçesiyle çıkarılmıştı. "Diğerleri" diyordu yüksek sesle, "ya yeteneğimi kabul etmiyorlar ya da etseler de bana hasetle bakıyorlar." Ofis çalışanlarıyla yaşanan sorunların kıskançlıktan kaynaklandığına inanıyordu. "Onları kötü göstermeyeyim diye beni kovdurmak istiyorlar. Hatta bence bir kısmı beni kasten sabote ediyor olabilir." Aynısının müdürü için de geçerli olabileceği kanısındaydı.

Gerald ayrıca birlikte çalışmak zorunda kaldığı "gerzeklerden", onların yetersizlikleri yüzünden kendi projelerini bir türlü tamamlayamamaktan ve en yeni fikirlerini hayata geçirememekten yakınıyordu. Hayatı boyunca hep kendisinden aşağı kişilerle ilişkilenmek zorunda kaldığından, tedavisini bir psikiyatristin üstlenmiş olmasına sevinmişti çünkü bir tıp doktorunun onu anlaması ve onun haline sempatiyle yaklaşması daha olasıydı. Arasında bağ hissettiği insanlar sorulduğunda Einstein ve Salk'ın isimlerini saymış, onları "tıpkı kendisi gibi, zamanının ilerisinde olduğu için asilce acı çekmek zorunda kalmış kişiler" olarak nitelendirmişti.

Gerald dul bir annenin tek çocuğu, "gururu ve neşesi" idi. Gerald kendini bildi bileli, ona önemli şeyler yapacağını söylerdi. Hep başkalarını düşünürmüş gibi, Gerald annesi "çok yalnız" hissetmesin diye onun yan dairesinde kalıyordu. İdeal bir düzendi bu: Kira ödemiyordu, annesi onun çamaşırlarını yıkıyor ve yemeğini hazırlıyordu, ayrıca hep ihtiyaç duyduğu mahremiyete de sahipti. Esasında herkesten de benzer bir muamele bekler hale gelmişti.

7 5 6 9 2 8 9 3 1 6

**Narsisist Kişilik Bozukluğu** *DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan, birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; üstünlük duygusu, (fantezilerde ya da davranışlarda) beğenilme ihtiyacı ve empati yoksunluğu belirgindir; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur :

(1) Kendisinin çok önemli olduğu duygusunu taşır (Başarılarını ve yeteneklerini abartır, orantılı bir başarı göstermeden de üstün biri olarak tanınmayı bekler.).

(2) Sınırsız başarı, güç, zekâ güzellik ya da kusursuz sevgi fantezileri üzerine kafa yorar.

(3) "Özel" ve eşi bulunmaz biri olduğuna ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) ona anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesi gerektiğine inanır.

(4) Abartılı bir hayran olunma beklentisi vardır.

(5) Bazı ekstra şeylere hakkı olduğu duygusuna sahiptir: Özellikle kayırılacağı bir tedavi biçiminin uygulanacağı beklentisindedir ya da kendi beklentilerine otomatik olarak uyum gösterilmesi gerektiğini düşünür.

(6) Kişilerarası ilişkileri çıkarı için kullanır: Amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanır.

(7) Empati yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp tanımlama konusunda isteksizdir.

(8) Çoğu zaman başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığına inanır.

(9) Küstah, kendini beğenmiş davranış ve tutumlar sergiler.

Gerald yüksek ihtimalle, vasat üstü ama yine de sönük bir gerçekliğin kendini dayatmasına karşı üstün imajını korumak ve desteklemek için bu fantezilere ihtiyaç duymaktadır. Elbette üstünlük ihtiyacı annesinin ona tapan yaklaşımıyla ilişkili olarak gelişmiştir; annesi onun birgün önemli şeyler yapacağını söyleyip durmuş, bir şekilde insanlığa katkıda bulunarak meşhur olacağını ima etmiştir.

Aksi takdirde yıllar önce bitmesi beklenecek kariyerinden de anlaşılacağı üzere Gerald'ın zeki olduğu aşikâr olsa da bu durum, algısının kendi kabiliyetini abartacak şekilde çarpık olduğu gerçeğini değiştirmez. Becerilerine dair tahminleri ve başkalarının onun her kaprisine ayak uyduracağı beklentisi, abartılı benlik imgesinin gerçeklikten ne kadar farklı olduğunu gözler önüne serer. Kendisinin özel olduğuna inanır ve tedavisini bir psikiyatristin üstlenmiş olmasından memnuniyet duyar zira onun durumunu ancak tıp diploması olan biri (o da belki) anlayabilir (bkz. 3. kriter). Ayrıca kendisini o kadar özel bulur ki şirketin işleyişini bozma pahasına işleri kendi bildiği gibi yapma hakkına sahip olduğunu düşünür, bunun diğer insanların hayatlarını nasıl etkileyeceğini umursamaz (bkz. 7. kriter). Gerald astlarına sempati göstermek yerine onlardan, entelektüel mandasının bilgeliğini kabul edip buna riayet etmelerini bekler (bkz. 5. kriter). Eğer hayatlarından zaman ayırmaları, fazladan çaba sarf etmeleri gerekecekse bile Gerald'a göre bunlar incir çekirdeğini doldurmayacak meselelerdir, üstüne düşünmeye bile değmez. Her şeyi kendisine bu denli hak gördüğü için, Gerald çevresindekileri ancak sömürebilir (bkz. 6. kriter) ve bunu hiç utanç duymadan tekrar tekrar yapar (bkz. 7. kriter).

Gerald ayrıca, hayatlarını cehenneme çevirdiği insanların hoşnutsuzluklarıyla baş etmek için de kusursuz bir taktik geliştirmiştir: Onların kendisini kıskandıklarına inanır. Yine burada da sorun Gerald'da değildir. Ona kalırsa herkes onun olağanüstü becerilerinin, başarı ve refaha uzanan yolda ilerlediğinin farkındadır. Haliyle kendilerinin ne kadar değersiz olduklarını görüp, hasetlerinden onun önüne engeller çıkarmaktadırlar (bkz. 8. kriter). Gerald'a kıyasla, bu kişiler anca bir şeylerin hayalini kurabilir ancak asla arzularına erişemezler; başarı Gerald'ın aksine onların kaderinde yoktur.

Bu bölümde ilk olarak normallikle anormalliği kıyaslayacak, ardından temel narsisist temanın çeşitlerine geçeceğiz. Daha sonra narsisist kişiliğe psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımları anlatacağız. Bu bölümler kişiliğin bilimsel yanının çekirdeğini oluşturur. Gerald gibi karakter eskizlerinde gözlemlediklerimizi açıklamaya çalışırken amacımız edebi anlatıların ötesine geçip kuram sahasına girmektir. Her zaman olduğu gibi burada da tarihi ve tasviri yan yana verecek, her biri bozukluğun farklı yanına odaklanan eski düşünürlerin yaptıkları katkıları not düşeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama bunların tüm kişilik bozukluklarında kesinlikten henüz uzak olduğu-

nu belirtmekte fayda vardır. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşımlar" bölümünde kişilik bozukluğunun varlığının evrim kanunundan kaynaklandığı gösterilecek. Narsisist kişilikle, kuram bazlı diğer kişilik yapıları da karşılaştırılacak ve narsisist kişilerde I. Eksen bozukluklarının görülme eğilimi ele alınacak. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini araştıracak ve bunu yaparken elimizdeki malzemeyi yine alandaki klasik (kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik) yaklaşımları kullanarak aktaracağız.

## Normallikten Anormalliğe

Tarih boyunca dünyanın dört bir yanında soylular ve zenginler arasında görülmüş olsa da, narsisist kişiliğin şöhrete kavuşması 20. yüzyılın sonlarını bulmuştur. Narsisizm farklı kültürlerde farklı şekillerde görülebilir (Warren ve Capponi, 1995); bizim deneyimimiz ise Amerika'daki daha avantajlı orta ve üst sınıfa dayanmaktadır. *DSM-IV*'ün uluslararası dengi olan *Uluslararası Hastalık Sınıflandırması*'nda [International Classification of Diseases] bu bozukluk yer

### Odak Noktası: Kültür

**Kültür ve Narsisizm**

**Narsisizm Kolektivist Kültürlerde Nasıl Farklılık Gösterir?**

Bireyci kültürler kişinin kimliğini grup kimliğinden üstün tuttuğundan, patolojik narsisizm bu kültürel atmosfere cuk oturur. Peki kolektivist toplumlarda nasıl ortaya çıkıp ifade bulabilir? Bireyci bir kültürde narsisist "Tanrı'nın dünyaya hediyesidir". Kolektivist kültürdeyse narsisist "Tanrı'nın topluma hediyesidir". Bu özel statüsünden dolayı kolektivist narsisist grup içinde genellikle başkalarına tanınmayan ayrıcalıklardan yararlanır. Örneğin 15. yüzyılda kolektivist bir kültür olan İspanya'da ilk doğan erkek çocuk hidalgo (birebir anlamıyla "bir şeyin oğlu") addediliyor ve ailenin tüm malvarlığının mirasçısı oluyordu. Ardından doğan erkek kardeşleriyse segundones (yani "ikinciler") olarak anılıyor ve ailedeki düşük statülerinden dolayı kendi servetlerini kendileri yapmaya zorlanıyorlardı. Beklenebileceği üzere, servet peşinde Yeni Dünya'ya gelen İspanyol istilacıların çoğu segundone idi.

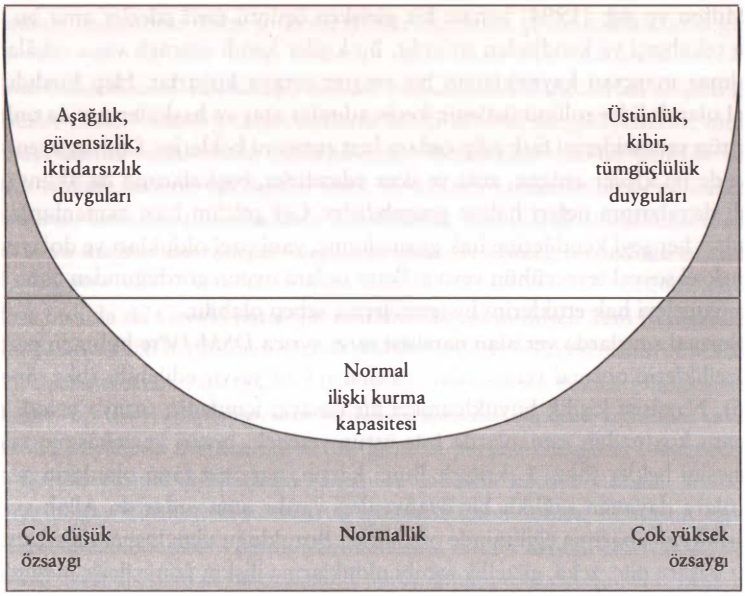
Benlik kültürel örüntülere göre geliştiğinden, farklı toplumlarda farklı benlik biçimlerinin oluşması beklenebilir. Roland (1992) daha çok kolektivist kültürlere özgü olan ailevi veya ben-benlikten ve bireyci kültürlerde daha sık görülen bireyleşmiş veya biz-benlikten bahseder. Bireyci bir toplum olan ABD'de içsel benlik temsili, bireyselliği ve sınırları görece geçirgen olmayan bir benliği ön plana çıkarır. Bu doğrultuda "biz-benliğin narsisist suretleri (...) ailenin, grubun ve hiyerarşik ilişkilerdeki diğer insanların itibar ve onuruyla güçlü bir özdeşim kurarak kazanılan özgüvene delalettir" (s. 80).

almaz. Bu da, daha çok Amerikalılara özgü olan ifade biçimine diğer ülkelerde sık rastlanmadığı anlamına gelir.

Bunun yerine, narsisizm Abraham Maslow'un (1968) ihtiyaç hiyerarşisindeki daha üst düzey ihtiyaçlarla ilişkili olabilir. Dezavantajlı ülkelerde yaşayan bireyler hastalık ve kıtlık gibi musibetlerle boğuşmak zorundadırlar; güvenlik ve sağ kalma ihtiyaçlarıyla öyle meşguldürler ki oturup dünyanın nimetlerinin onların ayaklarına serilmesini bekleyecekleri pasif bir varoluş onlar için fazla lüks kaçar. Gel gelelim temel sağkalım ihtiyaçları karşılandığında kendini gerçekleştirme yolculuğu ön plana çıkar hatta bazen buna, bu yolculuğun en uç biçimleriyle ilişkili patolojiler de eşlik eder ki narsisist kişilik bozukluğu da bunlardan biridir. Aslında kolektivist kültürlerde risk muhtemelen çok daha düşük olacaktır. ABD gibi çoğu Batı toplumu bireyciliğe ve toplumun zararına da olsa kendi arzularının peşinden gitmeye ağırlık verir. Ayrıca bu bozukluk genellikle hukuk, tıp, bilim gibi saygı duyulan alanlarda çalışanlarda ve medya, spor, siyaset gibi alanlarda şöhret kazanmış kişilerde daha yaygındır. Çoğumuzun ilk izlenimi narsisist kişilik bozukluğunun kadınlardan çok, erkeklerde görüldüğü yönündedir (Rienzi ve diğ., 1995) bunun sebebi belki de erkeklerin genellikle sömürüye ve kendilerinde hak görmeye daha meyilli olduğunun düşünülmesidir. (Tschanz, Morf ve Turner, 1998).

Bozukluk olan narsisizm ile uyum sağlama arasındaki ilişki diğer kişilik bozukluklarındakiler kadar net ve doğrudan olmadığı için, bu kişilik tarzı sıradışıdır. Çoğu kişilik tarzında olduğu üzere burada da normallikle patoloji (normal özgüven ile yapay olarak şişirilmiş bir özsaygı) arasında ince bir çizgi vardır. Öte yandan narsisizm özsaygıyla yakından ilişkili olduğundan, azı da çoğu kadar patolojiktir. Yetersiz özsaygı genellikle yetersizlik, etkisizlik, değersizlik ve aşağılık duygularının işaretçisidir. Aşırı özsaygıysa üstünlük, kibir, büyüklenmecilik ve başkalarına karşı empati yoksunluğunu gösterir. Kimse kendine duyduğu azıcık saygıyı da riske atmak istemeyeceğinden, düşük özsaygının insanın elini kolunu bağlayan bir etkisi olabilir. En ufak başarısızlık olasılığı, yeni bir yenilgi vesilesi olarak görülür. Oysa abartılı özsaygısı olan bireyler her şeyi başarabilecekleri veya başarılarının, katkılarının gerçekte olduğundan çok daha fazla değer taşıdığı yanılgısına kapılabilirler. Aşırı güven, onları bağlamadığını düşünerek gerçekçi riskleri göz ardı etmelerine sebep olur.

Özsaygı ve patoloji arasındaki ilişki *U* harfine benzer. İyi kötü bir özgüven sahibi olmak sizi sosyal ve kendinden emin gösterebilir ama fazla özgüven, kibirli ve insanları kullanmaya meyilli olduğunuz izlenimi yaratacaktır. Ortada bir yerde olanlarsa (sözüm ona "sağlıklı narsisistler") sosyal açıdan ilgili ve ilişkilerinde empati sahibidirler, başkalarının duygu ve düşüncelerine samimi bir merakla yaklaşırlar ve sorun yaşandığında kendi paylarını kabul etme eğilimi gösterirler (bkz. Şekil 10. 1).




**ŞEKİL 10. 1 Narsisizm, Özsaygı, Normallik ve Patoloji**

Narsisist tarzın normal sınırlarda yer alan çok sayıda çeşidi öne sürülmüştür; bunların her biri, bütün örüntünün birazcık farklı bir tarafı merkez alınarak şekillendirilmiştir. Toplumumuz genellikle narsisist özelliklere değer atfettiğinden (Lasch, 1978) bu kısa tasvirlerde kendinizden de parçalar bulabilirsiniz. **Özgüvenli** tarzı olanlar (Oldham ve Morris, 1995) kendilerinden çok şey beklerler; özel, istisnai, hatta büyük şeylere yazgılı olduklarına inanırlar. Çoğunun kendisine dair güçlü bir vizyonu vardır; kendilerini kahraman, fatih veya uzman olarak görürler. Sıklıkla hedeflerini gerçekleştirme konusundaki hırslarını açıkça ortaya koyarlar. Hevesleri ve doğal liderlikleri genelde öyle bir hava yaratır ki başkalarını da kendi hedeflerine ortak etmekte zorlanmazlar. Çoğu çıtayı yükseğe koyar ve başarılı olmak için mücadele vermekten keyif alır. İşlerini en iyi şekilde ortaya koymaktan, kendi alan veya mesleklerinin zirvesinde olmaktan hoşlanırlar ama kendilerinden daha başarılı olanlara da haset beslerler. Güçlü yanlarının her daim farkında olduklarından, kendilerinden şüphe ederek soğukkanlılıklarına gölge düşürmezler. Başkalarının da onların ne kadar özel olduğunu görmesini, onlara saygı ve hatta hayranlıkla yaklaşmasını beklerler. Bazen birileri onlara karşı geldiğinde veya onları önemsemediğinde öfkelerini gösterebilirler.

Millon ve diğ. (1994) benzer bir girişken örüntü tarif ederler ama bu tarz daha rekabetçi ve kendinden emindir. Bu kişiler kendi yetenek veya zekâlarına sarsılmaz inançtan kaynaklanan bir cesaret ortaya koyarlar. Hep hırslıdırlar; doğal olarak lider rolünü üstlenir, kesin adımlar atar ve başkalarının da onların bu üstün yeteneklerini fark edip onlara biat etmesini beklerler. Salt özgüvenin de ötesinde bu kişiler atılgan, zeki ve ikna edicidirler, başkalarının da aklını çelip kendi davalarının neferi haline getirebilirler. Gel gelelim bazı zamanlarda özsaygıları her şeyi kendilerine hak görmelerine, yani özel oldukları ve dolayısıyla geleneksel sosyal teveccühün veya rollerin onlara uygun gördüğünden daha özel bir muameleyi hak ettiklerini hissetmelerine sebep olabilir.

Normal sınırlarda yer alan narsisist tarz, ayrıca *DSM-IV*'te bulunan patolojik özelliklerin normal versiyonları incelenerek de tasvir edilebilir (bkz. Sperry, 1995). Narsisist kişilik büyüklenmeci bir özsaygı içindedir; ortaya yeterli performans koymadığı zamanlarda bile üstün yetenek, beceri ve zekâsının takdir edilmesini bekler (bkz. 1. kriter). Buna karşın, narsisist tarzı olanların gerçek başarılara dayanan sağlıklı bir özgüvenleri vardır ama onlar da Allah vergisi yeteneklerini abartma eğiliminde olabilirler. Bozukluğu olan kişiler neredeyse sınırsız başarı, güç, zekâ, güzellik sahibi olduklarına ilişkin fantezilerle meşgulken (bkz. 2. kriter), narsisist tarzı olanlar tümgüçlülük yerine özgüven ortaya koyarlar ve hedeflerine ulaşmak için daha sağlam planları vardır. Bozukluğu olanlar kendilerinin özel olduklarını düşünür ve yalnızca kendileri gibi özel kimselerle ilişki kurarlar (bkz. 3 kriter); tarzı olanlarsa yetenekli kişilerle vakit geçirmeyi yeğleseler de benzer şekilde parlak olmayan kişileri çok da hor görmezler. Bozukluğu olanlar faal olarak takdir edilmeyi isterler ve başkalarında beğeni emareleri uyandırmaya çalışırlar (bkz. 4. kriter), tarzı olanlarsa iltifat ve övgüleri nezaketle kabul ederler ancak egoları aşırı şişmez.

Bu zıtlıkların her birinde Gerald patolojik tarafa daha yakın düşer. Kendi becerilerine gerçekçi sınırlar dahilindeki en uç değeri vermektense, kendisini Einstein ve Salk ile kıyaslar. Aslında öyküsüne baktığımızda pek az başarıyla karşılaşırız; sonuçta girdiği hemen her işten atılmıştır. Gerald özgüvenli bir duruş sergilemek yerine, olağanüstü düzeyde başarılı olma ihtiyacı duyar. Hatta bunun, yazgısı olduğunu düşünür. Yetenekli insanlarla vakit geçirmekten keyif almak şöyle dursun, temas ettiği kişilerin onunla "aynı seviyede" olmasını şart koşar. Onun kendisine dair bu büyüklük hissine ters düşen kim varsa aşağı görülür, bu kişinin Gerald'ı layıkıyla takdir edecek becerilere sahip olmadığına kanaat getirilir.

Diğer tanı kriterleri de normallik yelpazesi üzerine yerleştirilebilir. Bozukluğu olanlar özel muamele görmeyi hak ettiklerine inanırlar (bkz. 5. kriter), tarzı olanlarsa alçakgönüllülüğü ortadan kaldırmayıp tersine önlerini açan bir özgüvene ve duruşa sahiptirler. Bozukluğu olanlar başkalarını kendi amaçları doğ-

rultusunda kullanırlar (bkz. 6. kriter), tarzı olanlarsa çevrelerindekilerin güçlü yanlarından yararlanırlar ancak onlardan aşırı zaman veya çaba gerektirecek taleplerde bulunmazlar. Bozukluğu olanlar başkalarının duygularına empati gösteremezler (bkz. 7. kriter), tarzı olanlarsa kendi zihinsel meşguliyetlerine mesafe alıp başkalarına hassasiyetle yaklaşabilirler. Bozukluğu olanlar genelde daha başarılı kişilere hasetle yaklaşırlar (bkz. 8. kriter), tarzı olanlarsa başkalarına hayranlıkla, birer rol model olarak bakabilirler. Son olarak bozukluğu olanlar kibirli veya mağrur davranışlar sergilerler (bkz. 9. kriter), bozukluğu olanlarsa sadece özgüvenlidirler ve cömertlikten veya diğerkamlıktan aciz değildirler.

Yine burada da Gerald patolojik tarafa daha yakın düşer. Yeni fikirlerini uygulamaya koyarken herkesin otomatik olarak bunların hakkını teslim etmesini ve gerekli düzenlemeleri yaparak ona ayrıcalıklı davranması bekler. Narsisist tarz, çalışanları bir araya toplayıp yeni fikirlerini güvenle sunarak onlardan tavsiye isteyebilir, böylelikle herkese büyük bir görevin parçası olduğunu hissettirebilir. Oysa Gerald altında çalışanların zaman ve çabasını kötüye kullanır, sonra da başarıya ulaşan fikirlerdeki katkılarını içtenlikle kabul etmez. Kendisini yaptıklarından etkilenen kişilerin yerine koymaktansa, onlara arsızca emrivakide bulunur. Hem başarıda hem de başarısızlıkta sorumluluğu üstleneceği yerde başarıları kendisine, başarısızlığıysa onu sabote etmek için gizli kapaklı çalışan insanların hasedine mal eder. Son olarak narsisist tarz, sosyal veya entelektüel statüleri ne olursa olsun insanlarla ahbaplık, arkadaşlık kurabilirken, Gerald yalnızca kendisi gibi yetenekli veya yetkin gördükleriyle ilişki kurmakta ısrarcıdır.

## Narsisist Kişiliğin Çeşitleri

Gerçek hayatta soyut bir psikolojik idealin vücut bulmuş hali olan pek az insan vardır. Bunun yerine çoğu kişi iki veya daha fazla kişilik tarzını birleştirir; gerçi bazı kombinasyonlar diğerlerinden daha yaygındır. Bir önceki bölümde konuyu daha iyi açıklayabilmek amacıyla çeşitli prototipler arasındaki farkı keskinleştirmiştik. Bu bölümdeyse bozukluğun diğer kişiliklere doğru kaymaya başladığı noktalarda konumlanan narsisist türevleri betimleyeceğiz (özet için bkz. Şekil 10. 2). Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine karşılık gelebilir veya gelmeyebilir.

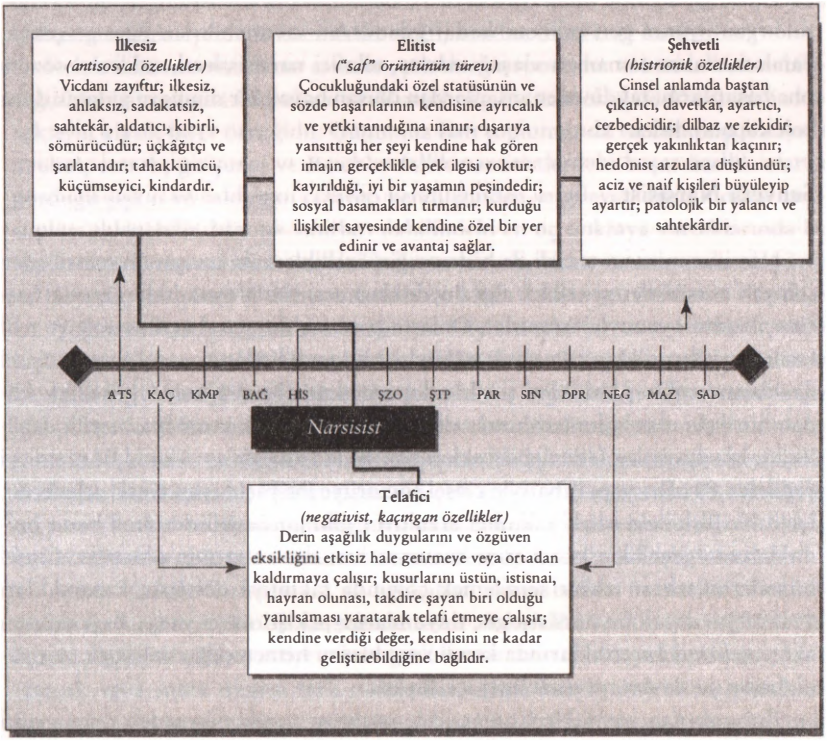
### İlkesiz Narsisist

**İlkesiz** narsisistler narsisistin özgüveni ile antisosyal kişilik örüntülerinin mükerrer sapkın davranışlarını bir araya getirirler. Bu kişilerin çoğu, yasal sınırları hukuksuzluk raddesine kadar istismar ederek toplumda başarıya ulaşır. Bir kıs-

mını uyuşturucu rehabilitasyon programlarında, çocuk suçlular için kurulmuş merkezlerde, nezarethanelerde ve hapishanelerde bulmak mümkündür. Bir kısmıysa fırsatçılardan ve dolandırıcılardan oluşur, kişisel çıkarları için insanları kullanır. Bu tarzları birleştiren bir örüntü sergileyen çoğu insan kindardır ve kurbanlarını küçük görür. Pek çok narsisistin normal bir süperego gelişimi vardır fakat ilkesiz narsisistler sosyal etki bakımından maharetli olsalar da içselleştirdikleri ahlaki yasak sayısı bir hayli azdır. Diğer insanlar onları vicdansız, ahlaksız, aldatıcı kişiler olarak tanırlar. Sadece sadakatsiz ve istismarcı olmanın da ötesinde, bu narsisistler başkalarının refahını alenen önemsemez, olası zararlara rağmen riske girmekten çekinmez, tehditler ve cezai yaptırımlar karşısında korkusuz tavır sergilerler. Başka insanları aşağılayarak ve onlar üzerinde tahakküm kurarak kindar bir tatmin yaşarlar. Neşelenmek içinse önce insanların güvenlerini kazanır, ardından da onları oyuna getirir veya dolandırırlar. Onlara göre, birinden nemalanabiliyorsanız bunu hak etmiş demektir.

Kendi çıkarlarına odaklandıklarından, ilkesiz narsisistler hakikate kayıtsızdırlar. Kendileriyle yüzleşilmesi halinde son derece masummuş gibi davranmaları, muazzam bir kibarlık ve medeniyet kisvesi altında davranışlarını inkâr etmeleri muhtemeldir. Eğer bariz biçimde suçlularsa gayet umursamaz ve soğukkanlı tavır takınabilir, sanki asıl suçlu bunu daha önce fark etmemiş olan kurbanmış gibi davranabilirler. Onlara kalırsa, bir şeyleri nihayetine erdirmedeki kusurlarını ve sosyal sorumsuzluklarını pahalı fantezileriyle ve düpedüz yalan söyleyerek meşru hale getirebilirler. Daha fazla antisosyal özellik gösterenler dışarıya sert, kibirli, korkusuz bir görüntü verebilir, habis eğilimlerini eyleme dökebilir ve ailelerine sık sık sorun yaratıp ara sıra da yasayla başlarını derde sokabilirler. İlişkiler ancak narsisistin bir çıkarı varsa varlığını sürdürür. Temel benmerkezcilikleri ve başkalarından faydalanma arzuları öyle güçlüdür ki insanları, yaşayacakları acıyı veya hayatlarının nasıl etkileneceğini umursamadan çöpe atabilirler. İlkesiz narsisist pek çok açıdan kurnaz histrioniği andırır (histrionik ve antisosyal örüntülerin karışımı olan histrionik türü, bkz. 9. Bölüm). İlkesiz narsisist zayıf ve kırılgan kişileri avlar, onların keder ve öfkelerinden keyif alır. Diğer yandaysa kurnaz histrionik, sevgi ve takdir arayışında başından savdığı kişilerin saygı ve sevgisini kaybetmemeye çalışır.

**Telafici** çeşit özü itibariyle narsisist kişiliğe dair (bu bölümün ileriki bir kısmında tartışılan) psikanalitik yaklaşımı yansıtır. Telafici narsisistlerin erken deneyimleri *kaçıngan* veya negativist kişiliklerinkinden çok da farklı değildir. Hepsi hayatlarının ilk yıllarında "yara" almıştır. Gel gelelim kaçınganın yaptığı gibi ezikliğin yükünün altında kalıp insanların gözünün önünden çekilmek veya negativistin yaptığı gibi sadakat ile öfke arasında gidip gelmek yerine telafici narsisist bir üstünlük yanılsaması geliştirir. Böylelikle hayat statü, tanınma,




**ŞEKİL 10. 2** Narsisist Kişiliğin Çeşitleri

prestij gibi hayallerini gerçekleştirebileceği bir arayışa dönüşür. Örneğin aldığı en ufak sertifika veya plaketi hemen ofisinin duvarına asar. Kimi zaman da özgeçmişini en ufacık başarı ve muvaffakiyetlerine kadar her tür detayıyla aktararak insanları sıkar.

Kaçıngan kişiler gibi telafici narsisistler de başkalarının tepkilerine aşırı hassastırlar, en ufak eleştirel yaklaşımı ve her ayıplama ifadesinin barındırdığı duyguyu fark ederler. Gel gelelim kaçınganlardan farklı olarak onlar başkalarından üstün oldukları imajını yaratarak derin yetersizlik hislerini hem kendilerinden hem de başkalarından saklama amacı güderler. İşlevselliklerine dair çoğu zaman bir miktar içgörü sahibi olsalar da, yine de kişisel zafer ve başarılarıyla ilgili büyüklenmeci fantezilere kendilerini kaptırmaktan geri durmazlar. Bazıları değerlendirilme korkusuyla elle tutulur hiçbir şey yapmayıp işlerini hep erteler. Kendi hayatlarını yaşamak yerine sıkça, gerçek dünyayla ilişkisi olmayan sahte veya hayali bir tiyatroda başrol oynamanın peşinde koşarlar. Gerçeklik onları tehdit

eder hale geldiğinde daha da kibirli ve baştan savan bir tutum benimseyerek, saldırgan uyaran geri çekilene kadar kendilerini savunabilirler. Eğer gerçeklik, yanılsamalarını tamamen alaşağı ederse, telafici narsisistler kendilerini sözüm ona başarılarını takdir eden insanlardan oluşan hayali bir dünyaya giderek daha çok kapatabilirler.

## Şehvetli Narsisist

Narsisist mizacın temeli ile histrioniğin özelliklerinin karışımını temsil eden **şehvetli** narsisistler genellikle ilgi duydukları nesnelerle oynadıkları erotik baştan çıkarma oyunuyla tanınırlar. Onların becerisi, duygusal açıdan aciz ve naif kişileri ayartıp yoldan çıkarmak ve böylelikle kendi hedonist arzularını ve cinsel iştahlarını uygun gördükleri şekilde doyurmaktır. Oyun planları genellikle kapalı bir ilişki olasılığını barındırsa da, sahici bir içtenlik kurmaya meyilli değillerdir; bunun yerine fethedebilecekleri çok sayıda kaleyle aynı anda flört etmeyi yeğlerler. Bazıları yapı itibariyle cinsel sömürüye ihtiyaç duyan cinsel atletlerdir. İçten bir ilişkideki sıcak yakınlığı arzuluyor gibi görünebilirler ama bunu bulduklarında genellikle kendilerini huzursuz hisseder ve tatmin olmazlar. Cinsel hünerlerini tekrar tekrar sergilemek çoğunda takıntıya dönüşür, kazandıkları "zafer" ise ancak bu narsisist güç duyumlarını pekiştirmeye yarar. Başkalarının aklını çelmeyi başardıklarında kendi sevgililerini hemen değersizleştirir ve oyuna başka yerde devam etme ihtiyacı duyarlar.

Çoğu zaman partnerleri onlar için, sıkıntıya yenik düşmeden önce geçici süreliğine sömürebilecekleri sıcak bir bedenden ibarettir. Hal böyle olunca da şehvetli narsisistler bir patolojik ilişkiden diğerine geçerlerken arkalarında cinsel aşırılıklardan ve karmaşık yalanlardan oluşan bir iz bırakırlar. Yüzleşme, eleştiri ve ceza, huylarından vazgeçmeleri için muhtemelen yeterli olmayacaktır. Narsisist bu tür şikâyetleri, kendisini kıskanan aşağılık kişilerin ürünü addedip hemen başından savar. Şehvetli narsisistler ayrıca çoğu kişiden daha fazla *beden narsisizmi* sergileyerek fiziksel görünüme, giysilere ve diğer dış özelliklere ihtimam göstermeye meyillidirler.

## Elitist Narsisist

**Elitist** narsisist, biraz Wilhelm Reich'ın (1933) "fallik-narsisist karakterini" andırır. Bu kişiler kendilerinden emin, kibirli, enerjiktirler, "dışarıdan bakınca (...) etkileyici görünürler" ve "alt kademedeki pozisyonlara tabi olmaya uygun değildirler" (W. Reich, 1949, s. 217-218). Telafici tür gibi bu kişiler de dışarıya karşı sahte bir görüntü oluştururlar ama bu görüntü derin aşağılık duygularını

telafi eden değil, halihazırda üstün olan benlik imgelerini iyice ön plana çıkaran cinstendir. Onlar yetersiz kalmaktan değil, sıradan olmaktan korkarlar.

Reich fallik narsisistlerin askerler, pilotlar ve sporcular arasında bulunabileceğini öne sürmüştür. Napolyon ve Mussolini gibi tarihteki gerçek isimler bu karakterin klasik birer örneğidir. Günümüz Batı toplumunda bu listeye çok sayıda avukat, cerrah, girişimci ve Reich'ın fallik-narsisistlerdeki başat özellik olarak gördüğü şişkin ve saldırgan cesareti kendiliğinden sergileyen diğer meslek mensupları eklenebilir. Mantık sınırları dahilindeki en uç noktaya vardıklarında bu kişiler kendilerini sıradan insanlardan ayrı bir ırk, birer yarı tanrı olarak görür ve bir avuç rakipleriyle dünya sahnesinde kıran kırana yarıştıklarını düşünürler. Çoğunun sıradan insanlara karşı öyle küçümseyici bir tavrı vardır ki sadist kişilikten de bazı özellikler taşıdıkları söylenebilir. Gel gelelim elitist narsisist kavramı Reich'ın fallik-narsisistinden biraz daha kapsamlıdır. Elitist narsisistler güç gösterilerinden müthiş zevk alırlar fakat kendilerini kabaca ortaya atmalarındaki teşhircilik entelektüel beceri veya maddi ayrıcalık merkezli de olabilir; saldırgan bir özgüvenle dolup taşmanın çok çeşitli yolları vardır. Bu tür kişiler en prestijli okul ve akademilere gider, sadece seçkin kişilerin alındığı birliklere katılır ve yalnızca kendi sosyal sınıflarına mensup insanlarla ilişki kurarlar.

Ayrıca elitistler kendi statü ve başarılarının sembolleri üzerinden caka satmalarıyla meşhurdurlar. Çoğu şöhrete tapar ve kendini tanıtmaya yoğun mesai harcar. İlgilerini çeken faaliyet alanı artık her ne ise o alanda reklamlarını yapar, (gerçek veya sahte olması fark etmeksizin) başarılarıyla övünür ve yaptıkları her şeyin şahane ve etkileyici görünmesini sağlarlar. "1 Numara" olma yolunda rakip tanımayan çoğu elitist kendisi ile başkaları arasında kıyaslamalar yapar, kişisel ilişkileri alenen rekabete ve yarışa dönüştürür. Kendileri hakkında abartılı iddialar ortaya atarak gerçek benlikleri ile benlik sunumları arasında ciddi bir mesafe olduğunu gösterirler. Diğer narsisist kişilik türlerinin çoğu kendine dair bu tür eşitsizliklerin farkındadır ama elitistler kendi büyüklüklerine olan inançlarından asla şüphe duymazlar. Kendilerine kayıtsız kalındığı durumlarda geri adım atmak, geriye çekilmek veya utanmak yerine çabalarının dozunu artırır, saygınlık emaresi eylem ve mükafatları biraz da rasgele ve giderek şiddetlenen biçimde sergilemeye başlarlar. Güçleri ve gelecekteki konumlarıyla ilgili büyüklenmeci yanılsamalar ortaya koyabilir, kısıtlı başarılarını abartabilir, gerçekte onları çoktan gölgede bırakmış kişilerle ahmakça bir rekabete girebilirler. Bu tür kendini korumaya yönelik davranışlar sergileyen elitistler sıklıkla çevrelerindekileri kendilerinden uzaklaştırır, son derece muhtaç oldukları ilgi ve takdirden kendilerini mahrum bırakır, böylelikle kendi sorunlarını daha da pekiştirirler.

Leonardo vakası (bkz. Vaka 10. 2) iki çeşide de örnek teşkil eder. Leonardo'yu elitist ve şehvetli alttürlerin karışımı olarak niteleyebiliriz. Kendisinin nar-

**VAKA 10. 2**

Leonardo psikiyatri departmanında ikinci senesindeki bir asistan hekimdi. Yakışıklıydı, açık tenliydi, parıltılı mavi gözleri ve sarı saçları vardı. Ailesi İspanya'daki pek çok bankanın sahibiydi. İki ebeveyni de yardım kuruluşlarının mütevelli heyetlerinde yaptıkları çalışmalarla tanınıyordu. "Ailem İspanya'nın en zenginlerindendir" diyordu Leonardo. "Babam o ulusun kaderini derinden etkiledi, ki ben de öyle yapacağım, keza benden sonra oğullarım da bunu yapacak." (1)

Leonardo'dan bir terapistle görüşmesi in talep edilmesinin nedeni psikoterapi eğitimini saçma bulmasıydı. Görünüşe göre, bir savunma manevrası yaparak "Hiç kuşkusuz narsisist bir kişiliğim var. Herkesin bir kişiliği vardır ve uyum sağlamaya en çok hizmet eden narsisist kişiliktir. Bozukluk sınırlarına giriyor olsaydım buna dair bir içgörüm olmazdı" diyerek olası bir tanıyı savuşturmaya çalışıyordu. Bu sonuca nasıl vardığı sorulduğunda Leonardo "Pek çok açıdan eşsizim. Yakışıklı olduğumun farkındayım. Gerçekten istediğim her kadında başarıya ulaştım" yanıtını vermişti. Kravatını düzeltip duruşunu hemen üstün bir kişiye yakışır hale getirmiş, terapisti de onun esiri olmuş bir seyirci konumuna yerleştirmişti. "Tıp fakültesi kolaydı" diye sürdürmüştü sözlerini, "Kadere inanırım ve bence benim kaderimde yaptığım her şeyde başarılı olmak var. Ayrıca IQ'm çok yüksek ve üstesinden gelemeyeceğim herhangi bir şey olduğunu sanmıyorum." (2) (1)

Herhalde terapist erkek olduğu için Leonardo seansı gerçekten gurur duyduğu bir şeyden, "fetihlerinden" bahsetmek için kullanmaya başlamıştı. (4)
Buram buram gurur kokan bir tavırla "yatağa attığı" kadınlardan böbürlenerek bahsetmiş, onların performanslarının detaylarını paylaşmış ve hepsine dış görünüşü ve performansı baz alarak 1 ile 10 arasında puan vermişti. (6)
Seviştikten sonra kadınları içerideki kanepede yatırdığını söylüyor ve bunu "Yatağın tamamı bana ait olmazsa sabaha dinlenmiş kalkamıyorum" diye açıklıyordu. (7)

Terapi sürecindeki çok sayıda seans boyunca Leonardo "narsisist tarzının" ilişkilerinde ne gibi sorunlar yaratabileceğine dair en ufak bir kavrayış ortaya koymadı. Bunun yerine "gerçeklikle temas etmek için üstünlüğümü kabul etmem şart. Aksi takdirde bu bir hezeyan olur" görüşünü korudu. (7)
Ayrıca ölümsüz aşk vaatleriyle baştan çıkarıp iyi niyetini suiistimal ettiği kişilerin yaşadıkları acılara ilişkin de hiçbir içgörüsü olmadı. Bu noktanın üstüne gidildiğinde öfkeleniyor, dış görünüşünün ve cazibesinin ona bu tür yaramazlıklar yapma hakkı tanıdığına inanıyordu. (5)
Seanstan bir afra tafrayla çıkarken "Siz de keşke Leonardo gibi olsaydım diyorsunuz" ithamında bulunmuştu.

**Narsisist Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri**

Genç erişkinlik döneminde başlayan, birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; üstünlük duygusu, (fantezilerde ya da davranışlarda) beğenilme ihtiyacı ve empati yoksunluğu belirgindir; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur :

(1) Kendisinin çok önemli olduğu duygusunu taşır (Başarılarını ve yeteneklerini abartır, orantılı bir başarı göstermeden de üstün biri olarak tanınmayı bekler.).

(2) Sınırsız başarı, güç, zekâ güzellik ya da kusursuz sevgi fantezileri üzerine kafa yorar.

(3) "Özel" ve eşi bulunmaz biri olduğuna ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) ona anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesi gerektiğine inanır.

(4) Abartılı bir hayran olunma beklentisi vardır.

(5) Bazı ekstra şeylere hakkı olduğu duygusuna sahiptir: Özellikle kayırılacağı bir tedavi biçiminin uygulanacağı beklentisindedir ya da kendi beklentilerine otomatik olarak uyum gösterilmesi gerektiğini düşünür.

(6) Kişilerarası ilişkileri çıkarı için kullanır: Amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanır.

(7) Empati yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp tanımlama konusunda isteksizdir.

(8) Çoğu zaman başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığına inanır.

(9) Küstah, kendini beğenmiş davranış ve tutumlar sergiler.

sisist olduğunu söyler ama bir yandan da normal sınırlar içinde olduğunu iddia eder. Ayrıca özgüveninin narsisist tarza örnek sayılabileceğini çünkü bozukluğu olan birinin bu denli içgörüsünün olmayacağını öne sürer. Ne yazık ki Leonardo büyük oranda haklıdır. Paradoksal biçimde, kişilik tarzındaki uç noktaların onun açısından sıkıntı yaratmayacağı konusunda terapistini ikna ederek, şişkin ve içi boş bir özgüveni koruma çabasını açığa vurur. Bu iddialarının savunma amacı taşıdığı düşünüldüğünde içgörü eksikliği de beklenen bir şeydir ve bu tanıyı destekler.

Leonardo'nun ortaya koyduğu tablonun diğer yanları narsisist kişilik bozukluğuyla, özellikle de elitist ve şehvetli alttürlerle oldukça uyumludur. Ailesinin gerçekten de "İspanya'nın en zenginlerinden" olması mümkündür elbette ama babasının "ulusun kaderini derinden etkilemiş" olması meselesini muhtemelen hayli abartmakta ve böylelikle kibrini, her şeyi kendine hak görmesini bir şekilde meşrulaştıracak etkileyici bir arka plana sahip olduğu izlenimi yaratmaktadır. Fallik-narsisistin tipik şişkin saldırgan cesareti Leonardo'da yoktur ama buna rağmen kendi üstünlüğünde, özellikle de yakışıklılığı ve kendi kendine teşhis ettiği yüksek IQ'su konusunda ısrarcı olması ve ne yaparsa yapsın kaderinde başarılı olmak olduğuna ilişkin inancı ona ilişkisel açıdan zorba bir boyut kazandırmaktadır. Diğer elitist narsisistler gibi onun da inançları mutlaktır.

Leonardo ayrıca şehvetli alttipten de özellikler taşır. Baştan çıkarma konusundaki başarılarının aşırı cinselleşmiş maskülen bir benlik imgesinin temelini oluşturduğu açıktır. Asıl amacının seks olduğu bariz olduğu halde gerçek bir duygusal yakınlık illüzyonu yaratır. Tipik olarak her fethin ardından ilgisini çabucak kaybeder, huzursuzlanmaya başlar ve gönül eğlendirebileceği yeni bir kadın bedeni aramaya çıkar. Terapiste böbürlenmesi ve kadınları puanlandırması da empati yoksunluğunun ve çevresindekileri istismar etmeye meylinin kanıtlarındandır. Leonardo yüksek ihtimalle, etkileyici aile geçmişinin ve üstün yeteneklerinin ona çoğu kadınla alelade cinsel deneyimler yaşama hakkı tanıdığına ve muhtemelen abarttığı cinsel başarılarla bezeli otobiyografisinin de bu üstünlüğü ispatladığına inanmaktadır.

## Tarihteki Öncüler

Dünya çapında bildirilen narsisist kişilik bozukluğu vakalarında görülen kıtlık bir yana anlaşılan o ki, kendine aşırı güvenin istemsizce kendi kendine zarar verme olasılığı farklı kültürlerde ve farklı dönemlerde açıkça fark edilmiştir. Antik Yunan mitolojisi bize (kabaca "tevazu sahibi olmama" diye tercüme edilebilecek) aşırı *hubris*in zararlarını Narkissos efsanesinde anlatır. Yakışıklı bir genç adam olan Narkissos'u herkes sever ama o kimsenin sevgisine karşılık vermez. Bu du-

rum nihayetinde Tanrıça Aphrodite'nin dikkatini çeker ve Narkissos lanetlenir. İronik şekilde, Narkissos bir havuzun suyuna bakarken kendi yansımasına âşık olur. Her günü kendi yansımasıyla baş başa geçirir, sahip olamadığı bu suretin hasretini çeker. Âşık olduğu görüntünün kendisine ait olduğunun farkında olmadığından, kendi kendine yücelttiği bu imgeyle "bir" olmaya çalışır ve oracıkta boğuluverir. Bu efsane, narsisistlerin kendilerine duydukları sevginin ne kadar yoğun olduğundan ve başkalarının yaşamlarını nasıl etkilediğinden bihaber olduklarını, ayrıca kişinin bilmeden kendi kendisinin sevgilisi olmasının çaresizlik ve yalnızlıkla sonuçlanacağını söyler gibidir. Leonardo ihtisas programından atılacak olursa, yani bir anlamda kendisini tahammülü imkânsız bir noktaya kadar şişirmesinin sonucunda boğulursa, bu efsanenin çağdaş bir versiyonu olarak ele alınabilir.

Aynı temanın bir diğer versiyonu da narsisizmi güç ihtiyacıyla ilişkilendirir (Joubert, 1998). Örneğin Hıristiyan tarihinde patolojik düzeyde gurur her tür musibetin anası olarak tasvir edilir. Şeytan kendisini tümgüçlülük ve deha fantezilerine kaptırıp Tanrı önünde tevazu göstermeyi reddettiği için günah, dünyaya gelmiştir. Kendine bağlanmayı gündelik hayatın normal psikopatolojilerinden gören ve kişinin aydınlanmaya erişebilmesi için bundan kurtulması gerektiğini savunan bazı Doğu dinlerindeyse biraz daha farklı bir yaklaşım söz konusudur. Bu geleneklerdeki inancın doğası farklılıklar göstermekle birlikte, hepsi kişinin kendisiyle meşgul olmasının büyümenin önünde büyük engel teşkil ettiği konusunda hemfikir görünmektedir. Yine burada da vakalarımızla bazı paralelliklere rastlarız. Örneğin Leonardo'nun psikiyatri şefiyle bir hastanın tanısı konusunda tartıştığını ve asla geri adım atmadığını rahatlıkla hayal edebiliriz. Aynısı bizim uzun süredir ıstırap çeken Einstein'ımız Gerald için de geçerlidir; hem ast hem de üstleriyle çoktan ters düşmüş durumdadır. Kendileri, onların yaşamlarının tamamını oluşturur ve kendilerini bu şekilde yine kendilerine adamaktan vazgeçmek onlar için ölümle eşdeğerdir.

Sıradaki üç bölümde narsisist kişiliğin psikodinamik işleyiş, kişilerarası davranış ve bilişsel tarz ve içerik bakımından detaylı bir portresi sunulmaktadır. Kitabın klinikle ilgili daha önceki bölümlerinde olduğu üzere burada da tarih ve tasvir birlikte verilmektedir. Bu bölümleri okuyunca narsisist prototipe ilişkin geniş çaplı bir bakış açısı kazanacaksınız. Bunları yalnızca tarihsel bilgiler için değil, her bir düşünürün ortaya çıkardığı özellikleri ve bunların kişilik örüntüsünün bütünü için önemini de göz önünde bulundurarak okumanızda fayda vardır.

## Biyolojik Yaklaşım

Biyolojik etkenlerin narsisist kişilikteki rolü özellikle belirsiz görünmektedir. Diğer kişilik örüntülerinde biyojenik etkenlerin payına dair ortaya konan

kanıtlar da büyük oranda spekülatiftir gerçi, ancak bu spekülasyonların arkasında sağlam olmasa bile bir mantık vardır. Oysa hiçbir belirgin biyofiziksel öncülü yokmuş gibi duran narsisist örüntüye ilişkin hipotezlerin temelleri alışılmışın da ötesinde zayıftır; haliyle hiçbir hipotez ortaya atılmamıştır. Gel gelelim burada duygudurum ve mizaca dair biyofiziksel temelli olduğu düşünülen bazı gözlemlere yer vermekteyiz.

Narsisistlerin, tabii eğer üstünlük hislerini belirgin ölçüde tehdit etmeyen bir çevreye yerleşmeyi başarmışlarsa, genellikle canlı bir ruh hali içinde oldukları ve olağan koşullarda iyimser bakış açısı taşıdıkları düşünülür. Neşeli ve vurdumduymaz bir haletiruhiyesi olan bu kişilik örüntüsü sıradışı ölçüde rahat tavırlara sahiptir; bunun da nedeni muhtemelen, kendilerini yücelten yerleşik bilişlerinin günlük yaşamdaki can sıkıcı olaylara verilebilecek her tür ters tepkiyi anında ve alışkanlıkla etkisiz hale getirmesidir. Ne var ki bu zırh delinirse durum hızla tersine dönebilir. Bu değişim, ilişkilerde sürtüşmeyle kendini gösteren gergin veya çabuk sinirlenen bir ruh hali biçiminde olabileceği gibi; karakteristik olarak boşluk, değersizlik ve alçalmışlık duygularının yaşandığı tekrar eden kısa dönemli keyifsizlikler halini de alabilir.

Biyolojik kaynaklardan narsisist kişiliğin gelişimine dair pek az bilgi alabildiğimizden, bu örüntünün köklerini psikojenik etkenlerde aramak zorundayız.

## Psikodinamik Yaklaşım

Bu kişilik örüntüsünün tarihteki ilk örneklerinden sonra, narsisizmin açık bir psikolojik tanımının yapılması için yüzlerce yıl geçmesi gerekmiştir. 1898'de İngiliz psikolog Havelock Ellis, kişinin kendi kendisinin cinsel nesnesi haline geldiği aşırı mastürbasyona istinaden *Narkissosvari* tabirini kullanmıştır (A. P. Morrison, 1986). Narsisizmi bilimsel olarak ele alan ilk psikanalitik makaleyi yayınlayan Rank (1911) bunu kibir ve kendine hayranlık beslemeyle bağdaştırmıştır (alıntılayan Pulver, 1970). İnanılmaz ama Freud, sadece narsisizme ayırdığı tek makalesini 1914'te yayınlamış, narsisizmi benliğe yapılan libidinal bir yatırım olarak ele almış ve sağlıklı, makul miktarda olduğu takdirde olgun nesne ilişkilerine yol açacağını öne sürmüştür. Freud'a göre asıl mesele, sadece kendisinden müteşekkil bir evrende yaşayan bebeğin -ki Freud bu durumu *birincil narsisizm* olarak adlandırıyordu- başkalarının varlığını ve kimliğini takdir edebilmeye nasıl başladığıdır.

Günümüzde narsisizmle ilgili psikanalitik literatür öyle hacimlidir ki özetlemek düpedüz imkânsızdır. Bu terim hâlâ çok farklı anlamlar barındırmaktadır ve bu anlamları tek bir formülasyon altında toplamak kolay değildir. Pulver'ın 1970'te belirttiği üzere narsisizm artık bir tür paradoksa dönüşmüş, psikanalizin

en önemli ama aynı zamanda en kafa karıştırıcı katkılarından biri haline gelmiştir. Stone'a göre (1933) narsisizmin tanımındaki tek sorun, tek rakibinin sınırda kişilik tanımı olmasıdır. Günümüzde psikanaliz hâlâ birbiriyle yarışan iki narsisizm formülasyonu arasında bölünmüş durumdadır. Narsisizme alternatif açıklamalar getiren bu iki rakip formülasyondan biri Kohut'un (1971, 1977) benlik psikolojisi, diğeriyse Kernberg'in (1975, 1984, 1989b, 1989c) nesne ilişkileri kuramıdır.

Freud'un 1914'te yazdığı makaleden günümüzdeki kavramsallaştırmalara uzanan yol uzun ve dolambaçlıdır. Bu süreci gözden geçirmek için burada yeterli yere sahip değiliz. Gel gelelim altta yatan dinamiklere ilişkin öne sürülenler bir yana, kişilik bozukluğunu andıran yetişkin kişilik özellikleri tarihsel tasvirlere nüfuz etmiş, çağdaş fikirlerle devamlılık oluşturmuştur. Örneğin W. Reich (1933, s. 217-218) fallik-narsisist karakteri "kendinden emin, bazen kibirli, elastik, enerjik, çoğu zaman etkileyici bir görünüme sahip" olarak tanımlamış, "utanmadan üstünlük ve haysiyet gösterilerinde" bulunduğundan bahsetmiştir. 1930'ların ortasında psikanalitik kurama ciddi tepkiler gelmeye başlamıştır ki ego psikolojisi, nesne ilişkileri ve sosyal kuram gibi neo-Freudcu ekoller de bu tepkilerden doğmuştur. Bu kuramcılar benlikten çok ilişkiyi ön planda tutmuş, bu doğrultuda narsisizmi yaşamın ilk yıllarında bakım verenlerle kurulan ilişkilerdeki sorunlar üzerinden açıklayan eksik bir model geliştirmeye çalışmışlardır (McWilliams, 1994). Diğer taraftaysa Freud'un içgüdü modeli tamamen ruhsallık içi unsurları temel aldığından, Freud narsisizmden yalnızca abartılı bir benlik yatırımı olarak, yani benliğin bir nevi sevgili olarak kabul edilip ona libidinal yatırımda bulunulması olarak bahsedebilmiştir. Gel gelelim eğer ilişki öncelikliyse, narsisizm ancak erken ilişkilerden kaynaklanabilir; yani ancak bir nesne ilişkileri patolojisi olabilir.

Bu gelişmeler bir anda yaşanmamış, zaman içinde yavaş yavaş meydana gelmiştir. Karen Horney (1939, s. 89-90) narsisizmin esasında bir özenflasyon olduğunu, "tıpkı ekonomik enflasyonda olduğu gibi, araçların gerçekte olandan daha büyük değer taşıyormuş gibi göründüğünü", kişinin kendisine duyduğu sevgi ve hayranlığın, başkalarından da bunu beklemesinin yeterli temeli olmadığını düşünmüştür. Fenichel (1945) narsisistlerin, başarıdan başarıya koşsalar da gerçek anlamda tatmin olmadıklarını, bu koşuşturmanın amacının daha derindeki boşluğu kapamak olduğunu ancak sonradan fark ettiklerini savunmuştur. A. Reich (1960, s. 58) çoğu analistin narsisizmin altında yattığına inandığı telafi temasını geliştirmiş, "Teşhirci dürtü, hayranlıklarına ihtiyaç duyulan kişilere karşı küçümseme barındırır" tespitinde bulunmuştur. Rosenfeld (1964) narsisistlerin, idealleştirdikleri benlik imgelerine ve kusursuzluktan her tür sapmayı yaygın biçimde inkâr etme eğilimlerine dikkat çekmiştir. Leonardo ve Gerald'da bu tür kişilik özellikleri görebiliyor musunuz?

Narsisistler çok çeşitli savunma mekanizmaları kullansalar da çağdaş psikanalitik açıklamalarda büyüklenmecilik, rasyonalizasyon ve fantezi ön plana çıkmaktadır. Narsisist hastalar genelde yetenekli olur, belli bir süre boyunca başarı ve yaratıcılık gösterirler (Ronningstam, Gunderson ve Lyons, 1995). Gel gelelim epey gerçekdışı bir benlik imgeleri vardır. Klasik analitik terimlerle ifade edecek olursak, narsisistler ego idealinin vücut bulmuş hali olduklarına kendilerini ikna eder (Freud, 1914/1925), herkesin hayran olması gerektiğine inandıkları kusursuz ve üstün bir varoluş sürerler. Büyüklenmecilikleri bazen öyle uç noktaya taşınır ki kendilerini tümgüçlü ve incinmez sanmaya başlarlar. Her şeye muktedir, her şeye karşı dirençlidirler. Benzer şekilde, başkalarına ihtiyaç duymadıklarını iddia edebilirler çünkü birine ihtiyaç duymak kudretlerinin bir sınırı olduğu veya eksik oldukları iması taşır.

Narsisistlerin işi zordur zira kusursuzluğu ya hep ya hiç meselesi olarak görürler: Kusursuz değilseniz kusurlusunuzdur ve kusurluysanız, bir hiçsiniz demektir. O halde bu ego ideali başkalarının hayranlık ve itaat göstergesi ödünler vererek telafi edeceği kamusal bir personaya yansıtılmalıdır. Bu ideale erişemeyen her şey benliği sönükleştirir, kusursuzluğu derhal ezer ve kronik boşluk veya utanç duygularına sebep olur. Gerald işyerine uyum sağlamamakta direnir çünkü bunu yapması, hatalı olduğu veya önemli bir şeyi atladığı anlamına gelecektir. Benzer şekilde kaç seanstır terapiye devam etmesine rağmen Leonardo'da da yaptıklarının suiistimal ettiği kadınları nasıl incitmiş olabileceğine ilişkin hiçbir içgörü gelişmemiştir. Narsisistlerin benliğin kusursuzluğunu bozacak hiçbir kusura, küçük bile olsa tahammülleri yoktur.

Bu tahammülsüzlüklerinden dolayı narsisistlerin kendi algılarına yabancı kalan bilgilerle (başkalarını istismar ettiklerine, hata yaptıklarına, asıl kıskancın kendileri olduklarına vs. dair verilerle) baş etmenin yollarını bulmaları gerekir. Bu bilgilerin büyük kısmını ya basitçe reddeder ya da bastırırlar ama bazen daha karmaşık savunmalardan da yararlanırlar. Narsisistler gerçek olgulardan yola çıkan ancak kendi gaf ve istismarlarını mazur gösterecek şekilde olayların anlamını değiştiren alternatif gerçeklikler kurmak üzere sıklıkla rasyonalizasyona başvururlar. Durumu kurtaracak, onları olabildiğince iyi gösterecek bir senaryo bulunduğunda, bu senaryo olayların baştaki versiyonunun yerini alır ve narsisistler bundan böyle bu yeni gerçeklik üzerinden hareket ederler. Bu da bazı tuhaf rol değişimlerine neden olabilir: Narsisist başkalarını kullanmamaktadır; onlarla arkadaşlık ettiği için bu insanların onur duymaları gerekir. Narsisist hata yapmaz; o, başka insanların anlamasının dahi mümkün olmadığı hayallerin peşinden koşan bir vizyonerdir. Narsisist diktatör değil, münevver bir otokrattır. Bu kişilerin deneyimlerinde benzer nice değişimler rutin olarak yaşanır. Şüphesiz Leonardo da fethettiği kadınların kendisine layık görüldükleri için minnettar

olmaları gerektiğine inanıyordur. Benzer şekilde Gerald da muhtemelen onunla aynı ortamda çalışmanın astları için bir ayrıcalık olduğu kanısındadır.

Rasyonalizasyonun bu denli kapsamlı kullanılması, bize narsisist zihnin mimarisiyle ilgili fikir verir. İlk bakışta narsisistin iç dünyası zeki, sağlam, zengin görünür. Gel gelelim bazı fikirlere o kadar kıymet verilir ki bunlarda, seyircilerin takdirini kazanmak için bile olsa değişikliğe gidilmez. Suçlayıcı kanıtlar günyüzüne çıktığında narsisistler olaylara takla attırıp hem kendilerini hem de başkalarını ilk günden beri haklı olduklarına, başından itibaren her şeyin yolunda gittiğine, aslında tüm olan bitenin onların büyük planının bir parçası olduğuna inandırabilirler. Narsisistin iç dünyası fikri bir zeminden yoksun olduğu gibi, geçici süreliğine; uygun görüldüğü için veya savunma amacıyla kurulmuş derme çatma yapılardan oluşur. Mevcut mantığı mutlakmış gibi savunmaya gerek yoktur; ne de olsa değişen koşullara göre bunu tekrar şekillendirmek mümkündür. İlkeli değil, kullanışlı bir dünya görüşü ve bu görüşü kendi benmerkezci hedefleri doğrultusunda değiştirme eğilimi, çoğu narsisisti etkileyen bırakınız yapsınlarcı süperegonun işaretçisidir. Ahlak ve değerler, kişinin sınırsız tümgüçlülük arzusunun önünde bir engelden ibarettir.

Bu kişilere ilişkin çağdaş tasvirler arasında en çok öne çıkanlardan biri, Narsisizm İçin Tanı Görüşmesi'nde [*Diagnostic Interview for Narcisissism*] ifade bulur. Daha önce 4. Bölüm'de belirttiğimiz üzere bir kavramı incelemenin en iyi yolu, onu ölçen yerleşik enstrümanları incelemektir. Klinisyenler her bir enstrümanın odaklandığı içeriğe yakından bakarak, daha geniş çaplı kişilik örüntüsünün farklı özelliklerinin nasıl bir araya geldiğini daha iyi görebilirler. Gunderson ve Ronningstam (1990) yaptıkları bir dizi çalışma sonucunda şu an ikinci edisyonu çıkmış olan Narsisizm İçin Tanı Görüşmesi'ni oluşturmuşlardır. Araştırmacılar ilk olarak başlıca tanı sistemlerini gözden geçirmişlerdir: *DSM-III* (APA, 1980), Akhtar ve Thomson (1982), Kernberg (1983, 1985b). Kendi klinik deneyimlerinden de yararlanarak zenginleştirdikleri kıyaslamalar sonucunda, klinik görüşmede dışa vurulması muhtemel haliyle patolojik narsisizmi tasvir edebilecek taslak niteliğinde bir liste çıkarmışlardır. Her bir maddenin narsisist hastaları farklı kişilik bozukluklarından oluşan karışık bir gruptaki diğer hastalardan ayırma becerisini değerlendirdikten sonra, görüşmenin ilk versiyonu ortaya çıkmıştır. İkinci edisyondaysa 101 soru 33 betimleyici ifade altında kümelenmiş, bunlar da beş konu başlığına ayrılmıştır. Tablo 10. 1'de yer alan bu sorular patolojik narsisizmin ampirik olarak da desteklenebilecek hızlı bir özetini çıkarır.

Psikodinamik yaklaşıma göre narsisist kişilik bozukluğu nasıl gelişir? Freud (1914, s. 48) patolojik narsisizmin ebeveynlerden aşırı değer görme sonucunda ortaya çıkabileceğinin farkındaydı ve ebeveynlerin "çocuğun tüm kusurlarını gizlemek veya unutmak amacıyla ona tarafsız bir gözün doğrulamayacağı her

## TABLO 10.1 Narsisizm İçin Klinik Görüşme'den Özetleyici Maddeler

Büyüklenmecilik (Kişi . . .)
. . . Becerilerini, kapasitesini ve başarılarını gerçekçi olmayan biçimde abartır.
. . . İncinmez olduğuna inanır veya sınırlarının farkında değildir.
. . Büyüklenmeci fantezilere sahiptir.
. Başkalarına ihtiyacı olmadığına inanır.
Kendisini biricik veya başkalarına kıyasla özel görür.
Kendisini genel olarak başkalarından üstün görür.
Benmerkezci biçimde veya kendini referans alarak hareket eder.
. . . Böbürlenmeci, gösterişçi bir görüntü veya davranışlar ortaya koyar.
Kişilerarası İlişkiler (Kişi . . .)
Hayranlıkla takdir edilmeye büyük ihtiyaç duyar.
. . Başkalarını gerçekdışı ölçüde idealleştirir.
. Diğer insanları değersiz görür, onlara küçümseyerek bakar.
Başka insanlara karşı tekrarlayan ve/veya derin haset duyguları besler.
Her şeyi kendine hak gördüğünü beyan eder veya böyle davranır; yani özel muamele görmesi veya kendisine ayrıcalık tanınması gerektiğine dair gerçekdışı beklentiler içindedir.
Kibirli, mağrur, burnu havada hal ve tavırlar sergiler.
. İstismarcıdır; yani insanlardan faydalanır veya onları kullanır.
. . . Empati yoksunudur (Başka birinin deneyimlerini ne anlama ne de hissetme kapasitesine sahiptir.).
. . Başkalarıyla kalıcı ve yakın duygusal bağlar kuramamıştır.
Tepkisellik (Kişi . .)
. Aşırı hassastır.
Eleştiri veya yenilgi karşısında sıradışı ölçüde yoğun duygulara kapılır.
. . . Eleştiri veya yenilgi karşısında intihara, kendine zarar vermeye meyilli davranışlar sergilemiş veya böyle hissetmiştir.
. . Eleştiri veya yenilgi karşısında uygunsuz bir öfke ortaya koymuştur.
. . Başkalarının kendisini kıskandığını düşündüğünde düşmanca, şüpheci tepkiler vermiştir.
Duygulanımlar ve Duygudurumlar (Kişi . .)
Devamlı sıkıntı duyar.
Devamlı anlamsızlık hislerine kapılır.
Devamlı olarak her şeyin boş olduğunu hisseder.
Devamlı olarak kendini çökkün hisseder.
. Sıklıkla kendisini duygusal açıdan fakir hisseder: Daha derin duygusal deneyimler için yanıp tutuşur.
Sosyal ve Ahlaki Uyum (Kişi . . .)
. Değişken değer ve ilgilere sahiptir.
Toplumun sıradışı/geleneksel değer veya kurallarına saygı duymaz.
Yozlaşmaya açık bir ahlak anlayışı ve etik standartları vardır.
Çok kızdığı veya yenilmek istemediği için kanunları birkaç defa çiğnemiştir.
Tekrarlayan antisosyal davranışlar sergiler (Bu madde negatif olarak puanlanır, narsisizm göstergesi değildir.).
. Sapkınlık, hafifmeşreplik ve/veya ket vurma eksikliği barındıran cinsel davranışlar ortaya koyar.

Gunderson ve Ronningstam'dan uyarlanmıştır: "The Diagnostic Interview for Narcisstic Patients", *Archives of General Psychiatry* içinde, © 1990.

tür kusursuzluğu atfetme eğiliminde olduğunu" ve hatta "tıpkı toplum kuralları gibi, doğa kanunlarının bile çocuğun hatırına yürürlükten kaldırılabildiğini" belirtmişti. Tek çocuklar ve en büyük erkek çocuklar bu bakımdan özellikle risk altındaydılar. Horney (1939, s. 91) "Kendi hırsını çocuğa yükleyen ve oğlunu doğuştan dâhi, kızını ise prenses gibi gören ebeveynler çocukta, gerçekte olduğu kişi için değil de bu tür hayali nitelikleri için sevildiği izlenimi yaratır" diye yazmıştır. Örneğin Gerald dul bir annenin tek çocuğu, "gururu ve neşesi" olduğunu; kendisini bildi bileli annesinin ona mutlaka önemli şeyler yapacağını söylediğini anlatır.

Daha yakın dönemdeki psikanalitik görüşlerse Otto Kernberg'in nesne ilişkileri kuramıyla (1975, 1984) Heinz Kohut'un (1968, 1971, 1977) benlik psikolojisi arasında bölünmüştür. Summers (1994) iki kuramcıyı da özetlemiştir ki biz de şimdi yapacağımız açıklamaları ona borçluyuz. Kernberg'e göre (1975, 1984) göre narsisist kişilik aslında savunmacı bir örgütlenmedir. Narsisistler kendilerine ve başkalarına dair bütünlüklü nesne imgeleri geliştirmeyi başaramazlar. Başka bir deyişle tıpkı sınırda kişilik düzeyinde işlev gösteren diğer kişiliklerde olduğu gibi, bu kişilerin de nesne temsillerinin içeriği ya tamamen iyi ya da tamamen kötü olacak şekilde ikiye ayrılmıştır (Bu kavramla ilgili daha kapsamlı bir tartışma için sınırda kişilikle ilgili olan 14. Bölüm'e bakabilirsiniz.). Narsisistler ise kimlik dağılmasını ve sürekli değişen duygularını bir nebze telafi eden bir ruhsallık içi örgütlenme geliştirirler. Daha derli toplu bir benliğe sahip olabilmek amacıyla narsisistler ideal benliklerini, ideal nesnelerini ve benlik imgelerini bir potada eritirler. Bu açıklama Freud'u hatırlatır. Bu tür bir kaynaştırma gerçekliği çarpıtsa da, sonuçta deneyime daha büyük bir devamlılık kazandırır ve bir miktar sosyal uyumu mümkün hale getirir.

O halde Kernberg'in formülasyonunda narsisist kişiliğin bir telafi, erken gelişim dönemlerinde yaşanan ketlenmeye karşı geliştirilen bir savunma olduğu söylenebilir. Benlik imgesiyle ideal benliğin birleştirilmesi, büyüklenmecilik ve tümgüçlülük algısına yol açar ki bunu da kişinin kendi dehasını zamanın ötesinde görmesi, meşhur olmayı hak ettiğine inanması gibi durumlarda gözlemleriz. Dolayısıyla bu açıdan bakıldığında, hiçbir zayıflığa geçit vermeyen kişilik sahasında meydana gelebilecek en ufak kusurun kişinin ruhsal savunmalarını oluşturan toprakta bir yarık açacağı, bunun da akut psikolojik semptomlara neden olacağı aşikârdır. Örneğin Gerald muhtemelen becerilerinin hayalleriyle boy ölçüşememesinden korkmaktadır ama bu güvensizlikleri ve kendisine dair gerçek inanışları bilinç düzeyine taşınsa, muhtemelen Gerald depresyona kapılacak ve hiçbir şey beceremez hale gelecektir. Kendisini kandırması, annesinin ürünü olan ve yine onun tarafından idame ettirilen bir durumdur. Anne uzun zaman önce "neyin değerli neyin değersiz" olduğunun kıstaslarını belirlemekle kalmamış,

ayrıca Gerald'ın kaderinde mutlak suretle "önemli şeyler yapmak" olduğuna da karar vermiştir. Gerald'ın iş arkadaşlarına bu kadar öfkeli olmasının bir nedeni de budur. Onun yaptığı değişikliklere direnip gerçekçilikte ısrar ettikleri zaman, narsisistin arzusuna otomatik olarak uyum gösteren ideal hayran öteki rolünün içini dolduramazlar.

İdeal benlikle benlik imgesinin bu şekilde iç içe geçmesi narsisistlerin büyüklenmeciliğini, ideal ötekiyle benlik imgesinin bütünleşmesiyse onların takdir edilme ihtiyaçlarını ve her şeyi kendilerine hak görmelerini açıklar. İdeal öteki narsisiste hürmet duyacak kadar hayrandır ve onun merkezi önem taşıyan benzersiz önemine dair yanılsamayı sürdürmeye kendini tamamen adamıştır. Ayrıca ideal öteki ideal benlikle birleştirildiği için narsisistle ilişki kuranların da kusursuz olmaları gerekir. Başkalarının kusurlulukları benlik imgesiyle tutarsızdır ve çoğu zaman aşağılama, ayıplama ifadelerine yol açar. Gerald'ın iş arkadaşlarına bu denli tepeden bakmasının sebeplerinden biri de budur; otomatik olarak onu takdir edip fikirlerine uyum göstermektense, anlaşılır şekilde onun kendisini böyle ayrıcalıklı bir yerde konumlandırmasına direnir ve gerçekçi olması için bastırırlar, ki bu da büyüklenmeciliğin düşmanıdır. Kernberg'e göre (1967, s. 655) narsisistler "başka insanlarla etkileşimlerinde alışılmadık ölçüde kendilerini baz alır, onlardan takdir ve sevgi görmeye büyük ihtiyaç duyar, oldukça şişirilmiş bir benlikle başkalarından takdir görme arasında tuhaf görünen bir çatışma sergilerler".

Kernberg'ün kuramı, büyüklenmeci fantezilerin gelişimini tetiklemede aile çevresinin asli rol oynadığını vurgular. Bir yandan, bakım verenler soğuk ve kayıtsız olma hatta zımnen kinci ve saldırgan mesajlar verme eğilimindedirler. Elbette bu, kişinin kendine dair algısına hasar verir ve özgüvenin düzenlenmesindeki patolojik gelişmelere zemin hazırlar. Kendisini aşağı veya yetersiz bulan çocuk, kurtarıcı bir savunma mekanizmasına sarılmaya hazır hale gelir. Aile bunu, çocuğa sıradışı bir yetenek icat ederek, belki onu ailenin dâhisi yaparak sağlar. Böylelikle çocuğun aşağı veya yetersiz benlikten kaçıp sığınacak bir yeri olur, bu da ebeveynlerin ihmal ve reddini dengeler. Eğer koşullar bütünleşmiş, normal bir benlik geliştirmeye izin vermiyorsa, büyüklenmeci benlik sırf ebeveynlerin kabullenebilecekleri tek seçenek olması bakımından bile olsa cazip hale gelir. Patolojik nitelik taşımasına rağmen böylesi bir sevgi, telafi edici dehanın veya özel rolün benimsenmesini gerektirir; bu, otantik bir sıcaklık ve sevgi barındırmayan aile ortamında özgüveni yükseltmenin bir yoludur.

Kernberg'e göre (1975, 1984), çoğu zaman büyüklenmeci benlik kontrolü elinde tutar. Öte yandan unutmayın ki büyüklenmeci benlik sadece yetersiz, kusurlu kendiliği değil, aynı zamanda oral öfkeyi de (başta çocuğu karşılıksız sevmeye gönülsüz davranan bakım verenlere yönelik olan yoğun, gizli saldırganlığı da) gizleyen bir uyarlamadır. Bu öfke bilinçdışında her daim pusuya yatmış

beklemektedir; istikrarlı biçimde iltifat göstermeyen veya daha da fenası eleştirel yaklaşan herkese saldırmaya hazırdır. İdealizasyona tabi tutulan sevgililer veya eşler kendilerini birden tamamen değersizleştirilmiş halde bulabilir, büsbütün iyi imajlarının büsbütün kötü, zalim bir imaja dönüştüğünü görebilirler. Büyüklenmeci benlik bir telafi olduğundan, narsisistler bu kutsal benlik imgelerini kötülediğini düşündüğü yorumlara karşı epey hassastır. Büyüklenmeci benlik ne kadar kırılgansa, narsisistler o kadar hassaslaşır ve oral öfke yüzeye o kadar rahat çıkar.

Diğer bir kuramcının, Heinz Kohut'un metinleriyse daha çok narsisist kişiliğin gelişimine odaklanır. Psikanalitik yazın alanında bile anlaşılması biraz güç kaçan eserlerinin ortaya çıkardığı hareket, psikanaliz çevrelerini çoktan aşmış durumdadır. Bu hareket **benlik psikolojisi*** adıyla bilinir; bu adı Kohut'un, benliği klasik analistlerin gözünde insan doğasının ana sütunlarından biri haline getirmiş olmasından alır (Diğer sütunlarsa idin içgüdüsel cinsel ve saldırgan dürtüleriyle, ego ve süperegonun düzenleyici ruhsal yapılarıdır.). Klasik modelde benlik, egonun bir işlevi veya altkümesi gibi görülür. Oysa Kohut benliği gelişimin merkezine taşır, insan olmak dediğimiz şeyin özü haline getirir. Kohut benliği tamamlayıcı olarak görür; ona göre benlik kavramı dürtü modeliyle yola çıkan psikanalizin geçirdiği doğal evrimin alternatifi değil, nihayete erişidir. Yine bu özeti de Summers'a (1994) borçluyuz.

Freud gibi Kohut da gelişimin **birincil narsisizm** adı verilen, benliğin henüz var olmadığı bir bihaberlik evresiyle başladığını düşünür. Neyse ki hayata henüz gelmiş bebeğin yanında onun ihtiyaçlarına karşılık veren, onu besleyen ve ona empatiyle bakan bir anne vardır. Çok geçmeden bebek, ödüllerin kendi içinden değil dış dünyadan geldiğini fark eder ve **benlik nesneleri** denen şeyleri geliştirir. Bunlar başkalarına dair basit imgeler olmanın ötesinde, başkalarının kişinin kendisi için önemine göre şekillendirilmiş algısal yorumlarıdır. Başlangıçta bebek tamamen kusursuz bir bakım beklentisi içindedir; ihtiyaç hasıl olduğu anda altının değişmesini veya karnının doyurulmasını bekler. Gel gelelim annenin bu denli kusursuz bir bakım vermesi mümkün olmadığından kısa süre içinde çocuk, ihtiyaçlarının karşılanmaya devam edilip edilmeyeceğinden şüphe duymaya başlar. Bu şüphe ezici bir kırılganlık hissi doğurur. Bunu telafi etmek isteyen çocuk, ebeveynini idealize edip tekrardan kusursuz bakıma erişerek ve

---

Kohut'un kuramı (self-psychology) Türkçede daha çok kendilik psikolojisi olarak kullanılıyor. Bunun da sebebi, benlik sözcüğünü "ego"ya istinaden kullanmayı tercih eden yazar ve yayıncıların "self" sözcüğünü "kendilik" olarak tercüme etmeleri. Ancak biz bu kitapta metnin daha rahat anlaşılabilmesi amacıyla "self"e karşılık olarak benlik sözcüğünü kullanmayı tercih ettik ve tutarlılığın bozulmaması için Kohut'un kuramını da bu doğrultuda çevirdik. Kohut'un kuramının Türkçe yazında "benlik psikolojisi" olarak da ego psikolojisi ile karıştırılmayacağını umuyoruz. - ç.n.

tümgüçlülük hissi veren büyüklenmeci bir benlik geliştirerek birincil narsisizmin mutlu günlerine dönmeye çalışır. Dolayısıyla Kohut'un çizdiği büyüklenmeci benlik tablosu patolojik bir ruhsallık içi yapı değil, normal bir gelişim fenomenidir. Normal empati kademe kademe geliştikçe, büyüklenmeci benlik er ya da geç bir kenara bırakılacak ve onun ardı arkası kesilmeyen çocuksu talepleri yavaş yavaş gerçekçi hedeflere dönüşecektir. Eğer gelişimde bir ketlenme yaşanırsa yani bu evrede anneden görülen empatide büyük bir eksiklik varsa, o zaman büyüklenmeci benlik zalim dünyanın kırılganlıklarına karşı bir savunma olarak kullanılmaya devam eder. Benlik psikolojisiyle ilgili daha kapsamlı tartışmalar için Summers (1994), Greenberg ve Mitchell'dan (1983) yararlanabilirsiniz.

## Kişilerarası Yaklaşım

Önceki bölümlerde belirtildiği üzere kişilerarası yaklaşım, kişilerarası iletişimdeki verici ve alıcı taraflar arasındaki etkileşimlere odaklanır. Taraflar bu etkileşimin içeriğini müzakere ederler ve ideal koşullarda, sonunda benlik imgeleriyle uyumlu mesajlar alır ve kendilerini onaylanmış hissederler. Onaylayıcı olmayan iletişimler alternatif benlik algısını destekler ve kaygı yaratır.

Leary (1957) kişilerarası döngüyü (her ikisi de Freud'un içgüdü modeline tepki olarak psikanalizi kişilerarası yöne doğru geliştirmiş olan) Sullivan'ın içgörülerini ve Horney'nin sosyoanalitik yaklaşımını saflaştırıp sistemleştirme amacıyla geliştirmiştir. Leary'e göre narsisistler "rekabet üzerinden uyum" temelinde rekabetçi bir özgüven oraya koyarlar. "Bu kişiler" der Sullivan, "üstünlük arayışındadırlar ve bağımlılıktan ölesiye korkarlar." Daha sonra çıkan yeni kişilerarası döngüler, kullandıkları çağdaş yöntemlerle Leary'nin orijinal katkısını daha incelikli hale getirmiştir. Kiesler (1996, s. 21) narsisistlerin "küstahça davranışlar" sergilediklerini, "özeleştiriden aciz" olduklarını ve "asla yüzlerinin kızarmadığını" savunur. Ayrıca "pişkin", "ukala", "kendini beğenmiş", "ısrarcı", "egoist", "kendine düşkün" ve "hiçbir konuda yardım isteyemeyen" gibi nitelemelere başvurur. Leonardo'da hiç kuşkusuz bu özellikler mevcuttur ve artık ne onun ne de Gerald'ın herhangi bir şey için başka birine ihtiyaç duyduğunu kabul edebildiği görebiliyoruz.

Leary'nin (1957) ve Kiesler'ın (1996) yaptıkları tasvirler narsisist kişiliğin kişilerarası ilişkilerdeki davranışlarını özetlese de, bazı başka klasik özelliklerden de bahsedebiliriz. Bu bölümün daha önceki kısımlarında sıkça bahsedildiği üzere kendine hak görme; bu kişilik örüntüsünün merkezi, ayırt edici özelliklerinden biridir. Narsisistler her zaman özel muamele beklerler; kural ve teamüllere karşı diplomatik dokunulmazlık beklentisi içindedirler. Sıradan insanlar davranış kaidelerine uymak zorunda olabilir ama çoğu narsisist, özellikle de süpe-

regosu yeterince gelişmemiş olanlar sosyal yaşamın müşterek standartlarından muaf tutulmaları gerektiğine inanırlar. Kurallar, kanunlar ve yeminler kitleleri hizada tutmak için tasarlanmış araçlardır. Haliyle kuralların duruma göre yorumlanması; kullanılan yöntemden çok alınan sonuca bakılması gereken, kurala bağlı kalınması halinde çok fazla bürokratik engelle karşılaşılacak veya kişinin hareket alanı anlamsızca kısıtlanacak durumlarda kuralların bir kenara bırakılması gerekir. Normal hiçbir süperego bu tür bir değerlendirmeye yanaşmaz ama narsisistler artık her nasılsa bunu kendilerine hak görürler.

Ayrıca nice narsisist kendini istisnai göstermek, özel veya biricik olduğuna dair benlik imgesini pekiştirmek veya yenilgiden kaçınmak amacıyla yerleşik kişilerarası ve sosyal standartları çiğner (Gunderson ve Ronningstam, 1990). Ne de olsa yalnızca özel biri ceza almaktan kurtulabilir. Hatta bazıları sınır ihlalleriyle rakiplerine caka satar, başka narsisistlerle "en kestirme yollardan kim gidecek" yarışına girer; kim kuralları daha alenen çiğnerse o kazanır. Bu kişiler narsisist ve antisosyal kişilik arasındaki sınırda yer alırlar. Uç durumlarda, benmerkezci suiistimalcilikleri neredeyse şeytani bir nitelik kazanabilir. M. Scott Peck'in (1983) kötülük tasvirlerinin narsisizm ve ahlaki yozlaşmanın karışımından oluştuğunu öne sürenler olmuştur (Klose, 1995). Her narsisist böyle değildir. Süperego gelişimi iyi olanlar da elbette vardır; kişilik örüntüsünün bu türünde ahlaki değerler genellikle abartılı bir üstünlük duyumunun parçası haline gelir. Bu kişiler ahlaki gevşekliği bayağılık emaresi görür ve ahlaken saf kalamayanları küçümserler.

Narsisist kişilerin alametifarikası olan kendine hak görme hali; başka insanların kişiliğini, kimliğini ve vaktini kapsayacak şekilde genişleyerek bir diğer başat özellik olan empati yoksunluğuyla birleşir. Bazen de, cinsel taciz veya hane içi şiddet olaylarında olduğu üzere, diğer insanların fiziksel bedenlerine uzanır (Rothschild, Dimson, Storaasli ve Clapp, 1997). Narsisistler karşılığında hiçbir şey vermeden özel muamele görmeyi kendilerine hak görürler. Kendine nasıl davranılması isteniyorsa başkalarına da öyle davranma fikri onlar için yetersiz, hatta belki de komiktir. Ne de olsa herkes narsisistin ne kadar özel biri olduğunu bilmek zorundadır; haliyle sıradan nezaket hakaret gibi algılanır.

Narsisist kişiliğin yaşadığı kişilerarası zorluklar en çok evin içinde belli olur zira aile fertleri, yalnızca onların arzularına kendi rızalarıyla boyun eğmekle kalmayıp aynı zamanda her tür ihtiyaçlarını önceden tahmin etmekle, onları gündelik yaşamın angaryalarından kurtarmakla ve önlerindeki engelleri kaldırmakla yükümlüdürler. Narsisistlerin hayatları boyunca defalarca boşanmaları hiç de nadir rastlanan bir durum değildir (Beck ve diğ., 1990). Bunun da sebebi büyük oranda, kendilerini ayrıcalıklı bir konuma yerleştirip karşılarındaki insanı en ufak hatasında azarlama eğilimi taşımaları ve kendi davranışlarını abartılı

ölçüde olumlu göstermeleridir (Gosling, John, Craik ve Robins, 1998). Beklenebileceği üzere eşlerinde genelde mazoşist özellikler bulunur veya en azından eşleri kendilerinden neredeyse patolojik düzeyde şüphe ederler. Mazoşist, narsisistin özgüvenine çekim duyar; o da mazoşistin itaatini ve narsisist uğruna kendini feda etme isteğini kabul eder. Ne yazık ki mazoşistler idealize edilen öteki olma çıtasına asla erişemez ve haliyle sürekli hor görülürler. Daha da fenası narsisistler çoğu zaman yakınlığın onları kontrol etme amacıyla kullanılmasından korktuklarından (Nelsen, 1995) insanlara öfke patlamalarıyla tepki verebilirler; halbuki bu tepkilerinin asıl muhatabı, her ilişkide yaşanan kırılganlık duygularıdır.

Narsisistlerin ailelerinin kişisel öncelikler bakımından ikinci planda kalmak zorunda olduğu artık herhalde açıkça görülüyordur. Onların görkeme ulaşma sürecine doğrudan katkısı olmayan aile üyeleri sistemin sınırlarına itilir. Aile üyeleri kendi umutları, hayalleri ve hedefleri olan, ilgili bir anne veya babayla zaman geçirmeye ihtiyaç duyan gerçek kişiler olarak değil, varoluş aksesuarlarından biri olarak görülür. Aile yalnızca, üyelerinin narsisist için taşıdığı anlam üzerinden değerlidir; üyelerin kendilerinin onlar için ne ifade ettiğinin bir anlamı yoktur. Çocuklar zekâları veya güzellikleri sebebiyle birer biblo gibi sergilenebilir ve ancak böyle kaldıkları müddetçe sevgi görürler. Bu benmerkezci dünya görüşü, narsisistlerin ya kendilerine hak gördükleri için alenen ya da sahici ilişkiler kuramayarak zımnen karşı tarafı istismar ettiklerini kavramalarını neredeyse imkânsız hale getirir. McWilliams'a (1994, s. 175) göre narsisizmin en "acıklı bedeli" bu "güdük kalmış sevme kapasitesidir".

Tüm kişilik örüntülerinde olduğu üzere narsisistlerin de hepsinde bozukluğun en aleni, bariz özellikleri görülmeyebilir. Kişilik örüntüleriyle ilgili çalışmalarınızın bu kısmında muhtemelen her bozuklukta tek bir örüntü olmadığını, daha ziyade bunların çok sayıda ve karışık olduğunu fark etmeye başlamışsınızdır. Benzer şekilde, bozukluk örüntüsünün yoğunluğu da silikten göze batana uzanan bir yelpazeye yayılır. Bir sonraki vakamız (bkz. Vaka 10. 3) aile içi dengesizlikle ilişkilidir. Chase'de narsisist kişilik bozukluğunun pek çok özelliği açıkça görülmektedir ve kendisine bu yönde tanı vermek mümkündür. Gel gelelim Gerald veya Leonardo ondan çok daha büyüklenmecidir. Chase ve eşini aile terapisine getiren, yaşamlarındaki her şeyin Chase'in etrafında dönmesi olmuştur. Eşi, Chase'in yetenekli ve hayal gücü yüksek biri olduğunu kabul eder, ki muhtemelen en başta çekici bulduğu özellikler de bunlar olmuştur. Gel gelelim daha sonra iyi özellikleri bir yana, Chase'in duygusal olarak kendini açmadığını ve ilişkide onun rolünü hafife aldığını fark etmiştir. Bu sorun ailenin tamamı için geçerlidir: Eşi Chase'in, iki çocuklarını "nesneleştirme" eğilimine dikkat çeker. Ayrıca Chase ailesiyle vakit geçirmek yerine tüm boş vaktini yazmakta olduğu romanına ayırmaktadır; bu romanı tamamlaması halinde ulusal üne kavuşup zengin olacağın-

dan, bu sayede ailenin bir daha para derdi çekmeyeceğinden emindir. Oysa şimdilik gölge yazarlık yaparak az bir meblağ kazanmakta ve bundan kaynaklanan maddi zorluklar çifti terapiye getiren sorunları iyice ağırlaştırmaktadır. Chase, herhalde eleştiriden korktuğundan, şaheserini kimsenin okumasına izin vermez ama belki terapist için bir istisna yapabileceğini, onun bu eseri takdir edecek donanım ve kapasiteye sahip olma kriterlerini karşılayabileceğini ima eder.

Büyüklenmeci benlik genellikle sakin, kafası rahat görüntüsüyle iyi bir ilk izlenim yaratır. Bu özellikler sıkça gerçek güçle karıştırılır; aslen kibir ve burnu büyüklük emaresi oldukları ancak sonradan anlaşılır. Çoğu narsisist kendisini gündelik koşuşturmalarla uğraşamayacak kadar yukarıda görür ve bunun yerine olağan varoluşun gerilimlerinin onu bağlamadığının düşünülmesini ister. Mesela yaklaşan bir teslim tarihi için strese girmek onlar için aşağı bir davranıştır çünkü diğer herkes gibi oldukları iması taşır. Çoğu, hayatta sanki süzülüp gidiyormuş, onlara bahşedilmiş zekâ ve başarının keyfini sürüyormuş imajı yaratır. Edison'ın vecizesini tersine çevirerek bizi onların hayatının "%99 ilham ve yalnızca %1 alın terinden" oluştuğuna inandırırlar. İyi bir şey olmuşsa onlar sayesindedir (Ladd, Welsh, Vitulli ve Labbe, 1997); ne de olsa üstün becerileri sayesinde bir şeyleri tamamlama, sıkı çalışma, mücadele etme gibi normal önkoşulları askıya alabilirler.

Diğer narsisistler ise böyle vurdumduymazdan ziyade özgüvenli ve kontrollü görünmek isterler. Onlar bulundukları alana yön veren isimlerdir; ipleri ellerinde tutarak, antlaşmalar yaparak iktidar kudretlerini sergilerler. Bu tür kişiler imajlarına ciddi yatırım yapar, çoğu zaman şirket yöneticiliği, avukatlık, borsacılık gibi meslekleri tercih ederler. Bu kişiler için etkileyici maddi refah ve güç gösterileri (dikkat çekici spor arabalar veya pahalı evler) hep bir plan dahilindedir; amaç, bakan kişide hayranlık uyandırmaktır. Dikkat çeken tüketim alışkanlıkları ve ilişkilerdeki yoğun rekabetçilikleri normal veya uyumlu özgüven seviyelerini fersah fersah aşar (P. Watson, Morris ve Miller, 1998) ve altta yatan yetersizlik duygularını açıkça ortaya koyar.

Kişilerarası alanda diğer bir önemli nokta da, önemsenmediklerini hissettikleri durumlara karşı aşırı hassasiyetleridir. Çoğu narsisist özel olduğuna dair bilinçli bir imajı bilinçdışının derinliklerindeki aşağılık hissiyle birleştirir ve bu çatışma onları hakaret ve yaralamaları algılamaya özellikle yatkın kılar. Mesela terapistler sadece destekleyici yorumlar yaptıklarında bile narsisistin kırılganlığıyla yüz yüze kalabilirler. Depresif bir hastaya umut aşılamaya çalışan terapist "Bu yoldan sizin gibi pek çok insan geçti, hepsi iyileşti" diyebilir. Benzer sorunların benzer sonuçlar anlamına geldiğini sezen çoğu insan bu sözü duyunca rahatlar. Oysa narsisistler bunu bir hakaret olarak görebilirler, "Ne demek benim gibi? Benim gibi diye bir şey yok, eğer beni anlayacak beceriye sahip olsan bunu zaten

Chase, "bencil ve tamamen işle meşgul" olmasından şikâyet eden eşinin talebiyle evlilik danışmanlığına başvurmuştu. "Bizim dünyamız" diyordu eşi, "tamamen Chase'in çevresinde dönüyor. Onun arzuları. Onun ruh halleri. Onun rahatı. Her şey ona göre şekilleniyor." Chase'in "özünde iyi bir adam, yetenekli ve hayal gücü zengin biri" olduğunu kabul ediyordu ama artık bunlar yeterli değildi. Kendisine denk bir partner; birlikte zaman geçirebileceği, yakın hissedebileceği, onu takdir edecek birini istiyordu. Oysa Chase'in "bir anne, bir hizmetçi, bir de ara sıra kullanabileceği bir seks kölesi" istediğini söylüyordu.

Terapide Chase'in dostane bir tutumu vardı ama diğer yandan da halinden memnun ve hafif kibirli izlenimi bırakıyordu. Yazarlık uğraşından, ona ulusal çapta ün ve muazzam bir servet kazandıracağını umduğu romanından uzun uzadıya bahsediyordu. Bunca zamandır bu kitapla uğraşıyor, bölümleri çıkarıp diyaloglar yazıyordu. Tek gelir kaynağı gölge yazarlıktı ki ondan da az bir meblağ kazanıyordu. "Kendimi yaratıcılığımı ortaya koyarak gerçekleştiriyorum" diye açıklıyordu bunu. Oysa başyapıtını kimseye okutmuyordu. Gerçi terapiste gösterebileceğini ima etmiş, "Sonuçta ikimiz de karakter ve karakter gelişimi konusuyla yakından ilgiliyiz. Bir psikoloğun bunu takdir edebileceğini düşünüyorum" demişti.

Çift terapisinin üçüncü seansında Chase, alkolizmin evlilikteki sorunların ortaya çıkmasında önemli bir etken olduğunu paylaştı. İçtiğinde ara sıra kendi kendini hırpalıyor, çabuk sinirleniyordu. Bazen öfkesini eşine yansıtıyor; başarısızlıkları için, aklını çelip onu evlenmeye ikna ettiği için, önüne engeller çıkardığı için, ona gösterdiği işleri i takdir etmediği için karısını suçluyordu. "Yazdığım hiçbir şeyi beğenmez!" diye patlamıştı. "Bu doğru değil" diye yanıtlamıştı ona katılmadığı anlaşılan eşi. "Yazdığın hemen her şeyi beğeniyorum. Ama benden geribildirim istediğinde de düşüncelerimi söylüyorum. Sana yalan söylememe gerek yoktur herhalde, değil mi?"

Chase, kendisinden diğer çocuklardan çok daha iyi performans çıkarmasının beklendiği yalnız bir çocukluk geçirdiğini hatırlıyordu. Aslında genel olarak başarılı bir çocuktu ama arada bir "hiçbir şeyi yeterince iyi bulmayan" alkolik babasının nutuklarını dinlemek zorunda kalıyordu. Bu bir yana, ebeveynleri onu büyük oranda "mucize çocuk, ailenin küçük dâhisi" olarak görürdü. Akran ilişkileri iyiydi ama asla yakın denemezdi. Diğer çocuklar onu burnu havada buluyordu, ki kendisi hâlâ benzer bir izlenim bırakma taraftarıydı çünkü bu onun "diğer çocuklardan daha zeki olduğunu" gösteriyordu.

**Narsisist Kişilik Bozukluğu**
*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan, birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan sürekli bir örüntüdür; üstünlük duygusu, (fantezilerde ya da davranışlarda) beğenilme ihtiyacı ve empati yoksunluğu belirgindir; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur :

(1) Kendisinin çok önemli olduğu duygusunu taşır (Başarılarını ve yeteneklerini abartır, orantılı bir başarı göstermeden de üstün biri olarak tanınmayı bekler.). ← 2

(2) Sınırsız başarı, güç, zekâ güzellik ya da kusursuz sevgi fantezileri üzerine kafa yorar.

(3) "Özel" ve eşi bulunmaz biri olduğuna ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) ona anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesi gerektiğine inanır. ← 3

(4) Abartılı bir hayran olunma beklentisi vardır.

(5) Bazı ekstra şeylere hakkı olduğu duygusuna sahiptir: Özellikle kayırılacağı bir tedavi biçiminin uygulanacağı beklentisindedir ya da kendi beklentilerine otomatik olarak uyum gösterilmesi gerektiğini düşünür. ← 4

(6) Kişilerarası ilişkileri çıkarı için kullanır: Amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanır. ← 6

(7) Empati yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp tanımlama konusunda isteksizdir. ← 7

(8) Çoğu zaman başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığına inanır.

(9) Küstah, kendini beğenmiş davranış ve tutumlar sergiler. ← 9

bilirdin!" diye düşünebilirler. Bazı narsisistler öfkenin kırılganlıklarını dışa vurmaktan başka bir işe yaramayacağını fark edip hassasiyetlerini gizler. Bazılarıysa kendini oldukça seçkin bir grup insandan biri olarak görüp aleni hakaretlere bile, özellikle de kendinden bariz şekilde aşağı konumda yer alan birinden geliyorsa, hiç tepki vermeyebilir. Hakaretler savuran kişileri hor görmeye bile değmez. Soğukkanlılıklarını koruyan narsisistler böylelikle hem kendi kırılganlıklarını gizler hem de başkalarının onları üzebilecek kadar değerli olmadığını göstermiş olurlar.

Beklenebileceği gibi narsisistlerin çoğunun muhabbeti nihayetinde insanı sıkar. İlk başta özgüvenleri ve büyük meselelerden bahsetmeleri insana ilginç ve eğlenceli gelebilir. Narsisistler çoğu zaman coşkulu tepkiler verirler çünkü onları dinlemeye gönüllü herkes onlar için kendi kendilerini konuşurken duyma, daha da fazla takdir ve ilgi toplama fırsatı demektir. Gel gelelim dinleyiciler kendi hayatlarından bir şey paylaşmaya kalkacak olurlarsa muhtemelen sözleri yarıda kesilecektir çünkü narsisist kişi ya konuşmanın kontrolünü tekrar ele geçirecek ya da kendine ilişkin tek taraflı söylevine kaldığı yerden devam edecektir. Burada da benmerkezcilikleri başkalarının iç dünyalarına ilgi göstermelerine engel olur, onların uzun süre kendilerinden bahsetmelerine izin vermez. Yalnızca narsisistin kendisi ve onu etkileyen şeyler önemlidir. Başkalarının başarı ve gündemleri, narsisistin kendi amaçları için potansiyel birer basamak taşı oluşturmadığı müddetçe önemsizdir. Nihayetinde çoğu insan asla olduğu kişi olarak görmeyeceğini, bir benlik nesnesi olarak kalmaya mahkûm olduğunu (Kohut, 1971) fark ederek bu tür arkadaşlıklardan bıkar. Narsisistlere arkadaşlarının kim olduğunu ve onlara dair en çok neyi sevdiklerini sorduğunuzda genellikle lafı dolandırırlar.

Samimi arkadaşlıkları olmadığından ve kendisinin üstünlüğüne inandığından, çoğu narsisist yakın arkadaşların yerine hayran kitlesini koyar. Fikirlerini devrim niteliğinde gördükleri için, arayışlarını tasvir ederken genellikle dini metaforlara başvururlar. Kendilerinin izinden gidenleri salt çalışma arkadaşı olarak görmez, müritleri veya takipçileri, kendi şürekâlarından biri addederler; tıpkı Freud'un psikanalizin ilk dönemlerindeki takipçileri gibi. Bu insanlar ince bir çizgide yürürler. Aşağılık insan kalabalığından sıyrılacak kadar üstün olmaları gerekir ama bir yandan da az çok kusurları bulunmalıdır ki narsisiste rakip çıkamasınlar. Egonun uzantıları olarak, yalnızca üstlerine ustalarının ışığı düştüğünde parlayabilirler. Neyse ki sadık ve hayran duruşlarını tamamen koruyabilirlerse liderlerinin tümgüçlülük yansıtmaları onları idealleştirilmiş, mükemmel varlıklara dönüştürecek, büyük gurunun ihtişamına iştirak ediyor olmaları da onların dehalarının ispatı olacaktır. Ayrıca bu kişilerin kendi bağımsız fikirleri olmamalıdır; yalnızca liderlerinin fikirlerini, belirgin bir ekleme yapmadan desteklemeleri gerekir. Orijinallik coşkuyla karşılanmaz, bilakis küçümsenir zira ustanın kehanetlerinde bazı eksiklikler olduğu, peygamberin temin edemediği

bazı şeylere ilave yapılması gerektiği iması taşır. Freud'un müritleriyle kavgaları bu noktaya örnek teşkil eder; elbette Gerald da eğer iş arkadaşları onun benlik imgesine uyum gösterip ona hayranlık besleseler çok daha mutlu olurdu.

Pek çok narsisist kendi durumuyla ilgili bir nebze içgörü sahibidir. Başkalarıyla bağ kurma ve müşterek bir aşk veya iş tarihçesi geliştirme konusundaki beceriksizlikleri dolayısıyla narsisistlerden; sıkça sıkıldıklarını, her şeyin onlara anlamsız geldiğini duyarsınız. Herkesten üstün olma ihtiyacı duyan narsisistler özgüvenlerini kurtarıp özel oldukları havası yaratmayı başarırlar ama bunu yaparak kendilerini oldukça yalnız bir hayata mahkûm etmiş olurlar. Ne de olsa duygusal yakınlık iki insanın, aralarındaki güç ve statü farklarının yarattığı yanılsamadan sıyrılmalarını gerektirir. Oysa bu, narsisistin tahammül edemeyeceği bir kırılganlık yaratır. Bunu fark eden bazı narsisistler kendilerine duydukları ve başkalarından topladıkları içi boş hayranlığın yerine otantik ve derin duygusal deneyimler koyabilmeyi arzu eder.

Narsisist kişiliğin gelişimini Benjamin (1996) etraflıca ortaya koymuştur. Onun anlatımı, bozukluğu bir telafi veya erken dönemdeki mahrumiyetlere karşı bir savunma olarak ele alan Kernberg ve Kohut'un çağdaş psikanalitik açıklamalarından farklıdır. Narsisistler kendilerini kusursuzlaştırma çabasında olsalar da, Benjamin'e göre onların gelişimindeki asıl etken ebeveynlerinin onlara aşırı değer vermeleri veya en azından çocuğun kusursuz olmasına ihtiyaç duymalarıdır. Freud'un (1914) izinden giden Benjamin narsisiste "Bebek Hazretleri" gibi isabetli bir yakıştırmada bulunur. Ona göre narsisist kişiliğin erken tarihi yoğun bir sıcaklık ve sevgiyle, tapınmaya varan bir hayranlıkla doludur. Ebeveynler çocuğa kendini özel hissettirmeye öyle odaklanmışlardır ki kendi duygu ve ihtiyaçlarını göstermeyi atlarlar. Hal böyle olunca çocuk başkalarının da kendi meşru kimlikleri olduğunu, onun huzurunda bulunmanın haricinde başka şeylerden de keyif alabileceklerini öğrenemez.

Çocuğun emeklemeye başladığı, psikanalitik ekollerde "anal evre" olarak geçen zaman dilimi kişilerarası yaklaşıma göre patolojik narsisizmin gelişimindeki en kritik dönemdir. Bebeğin yeni yeni tomurcuklanmakta olan tümgüçlülük hissi bu dönemde gerçekliğin mahrumiyetlerle örülü duvarına toslar. Bebekliğin erken dönemlerinde bakım verenler her talebe hızla ve otomatik olarak yanıt vermek zorundayken, emekleme döneminde özerklik gelişir ki bu da benliğin tanımlanmasında önemlidir. Benjamin'e (1996) göre normal ebeveynlerin bu dönemde uyguladıkları disiplin çocuklara eylemlerinin başkalarını etkilediğini ve başkalarının da gerçek insanlar olduğunu öğretir. Geleceğin narsisistlerinin ebeveynleriyse çocuklarını şımartmaya devam eder, gelişimlerinin önündeki her tür engelli bizzat kaldırır, çocuklarının üzerlerindeki etkisini ona yansıtmazlar. Böyle mesajlar olmayınca çocuklar ancak düşüncesiz ve duyarsız bir benmer-

kezcilik geliştirebilir, empatiden tamamen yoksun kalırlar. "İhtiyaçlarını öngörebilecek biri olmadığında" der Benjamin, "bu tür çocuklar afallar." Doğal olarak yetişkin olduklarında da herkesten onlara ayrıcalık tanımasını, müsamaha göstermesini bekler ve aradıkları bu tür şeyleri hemen bulamadıklarında öfkelenir, "böylesi bir örüntünün onların yaşamını nasıl etkileyeceğini hiç düşünmeden, onlarla ilişki içindeki herkesten büyük bir adanmışlık, üstün bir çalışma ve kahramansı bir performans" talep ederler (s. 150). Gerald bu şablona da uyar. Annesi hâlâ yemeğini hazırlayıp çamaşırlarını yıkamaktadır. İşte Gerald'ın herkesten beklediği sorgusuz sualsiz uyum tam olarak budur.

Benjamin'in öne sürdüğü son etkense hemen göze çarpmamakla beraber "her daim mevcut olan bir gözden düşme tehdididir" (1996, s. 146). Bu unsur, benliğin kusursuzluğuna yapılan vurguyu da açıklayabilir. Bakım verenler çocuğa aşırı ölçüde hayranlık besler ama hata yapmasına izin vermezler. Çocuk görkemli ve kusursuz olmalıdır; ebeveynler en ufak hata emaresine müsamaha göstermezler çünkü gösterirlerse çocuk görkemli ve kusursuz olmaktan çıkar. Zımni mesajın "Görkemli ve kusursuzsun ve seni bu yüzden seviyoruz. Ama sakın bunu bozayım deme çünkü o zaman her şey biter" olduğu söylenebilir. Hepimizin iyi ve kötü yanları vardır ama narsisistlerde ortaya çıkan sonuç, en ufak kusur emaresine dahi tahammülsüzlüktür. Böyle bir durumla karşılaştıklarında boşluğa düşer, kendilerini ağır eleştirilerle hırpalarlar. Diğer çocuklardan daha üstün performans göstermesi beklenen Chase vakasında da bunu görürüz. Büyük oranda bunu başarmış, ailenin "küçük dâhisi" haline gelmiştir. Ne var ki bu süreçte Chase alkolik babasının eleştirel sesini içselleştirmiştir. Chase içtiğinde bu ses tekrar yüzeye çıkar ve çabuk sinirlenmeye, kendi kendini aşağılamaya, en nihayetinde de kendi kusurları için eşini suçlamaya başlar.

## Bilişsel Yaklaşım

Diğer pek çok kişilik bozukluğunda olduğu gibi narsisistlerin de bilişsel tarzlarıyla savunma ihtiyaçları neredeyse tamamen iç içe geçmiştir ve onların büyüklenmeci duyumunu desteklemeye hizmet eder. Narsisistler gerçeklikle sorumsuzca oynar, kendi iddialarını desteklemek için hakikati doğaçlama biçimde değiştirip baştan yazarlar. Millon (1990) onların bu tarzını *yayılmacı/genişlemeci* olarak adlandırmıştır. Üçüncü dünya ülkelerinin veya radikal siyasi hareketlerin bazı liderleri, örneğin tümgüçlülük hayallerini paranoid eğilimlerle birleştirir (Miliora, 1995). Benzer şekilde, daha küçük ölçekteki kurumlarda büyüklenmeci karizmatik tiplerin güçlerini kötüye kullanmalarının narsisizmle ilişkisi oldukça iyi bilinir (Sankowsky, 1995); gerçeklik, takipçileri elde tutmak ve özel konumu muhafaza etmek üzere şekillendirilir.

Normal insanların, kendi ihtiyaçlarıyla başkalarınınkiler arasında denge kuran gerçekçi hedefleri vardır; narsisistler ise kendilerini sınırsız başarı ve hayranlık fantezilerinden müteşekkil, idealleştirdikleri bir geleceğe yansıtırlar. Hayal güçleri çoğu zaman öyle canlıdır ki gelecek sanki beklenmedik sürprizlerden azade gibi görünebilir. Bunun yerine, fanteziyi gerçekliğin kendisiyle yarışacak kadar çetin bir şiddetle deneyimlerler; onu muazzam başarıların beklediğini "bilen" Leonardo da buna örnek teşkil eder. Kendi güç, beceri ve ihtişamları hayal dünyalarında tekrar tekrar oynatacakları bir gösteriye dönüşür. Ve narsisist bu gösterinin hem aktörünü hem de alkışını bizzat temin ettiğinden, o alkış her zaman ayakta olur ve ne kadar tekrarlanırsa tekrarlansın gösterinin akışı asla sıkmaz, eskimez. Narsisiste hayranlık duyanlar da çoğu zaman buna katkıda bulunurlar; örneğin Gerald'ın annesi ona sürekli "önemli bir şey" yapacağını söyler veya Chase'in ebeveynleri onun "harika çocuk" olması konusunda ısrarcıdırlar. Zeki ve yaratıcı narsisistler için çok da alışılmadık bir durum olmamakla beraber, ilginçtir ki Chase'in fantezisinden nihayetinde uyum sağlamaya hizmet eden bir amaç olan yazı pratiğinin doğduğunu görürüz.

Gerçekliğin yerine fanteziyi koyan narsisistler tümgüçlülük duyumlarını pekiştirmiş ve gerçek dünyadaki kibirlerine meşru zemin sağlamış olurlar. Avam tabakasından krallar, krallardan tanrılar çıkar. Telafici narsisist için hayal gücü hem altta yatan kırılgan benliği koruma hem de utancı def etme işlevi görür. Aslına bakarsanız böyle bir büyüklenmeci benlikleri olmasa, bu insanlar kendilerini aciz ve kusurlu gördükleri için utanç duyan kaçıngan kişiliğe benzerlerdi. Oysa Millon'ın narsisist örüntüye ilişkin daha eski biyopsikososyal (1969, 1981) ve çağdaş evrimsel (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) kavramsallaştırmaları doğrultusunda fantezi, benliği sırf verdiği haz için sergileme amacı taşır. Telafiye gerek kalmaz ve fantezi, bilinçli farkındalık düzeyine sızmanın eşiğindeki iğrenç bir yetersizliğe engel olmaktan çok, erken bakım verenlerin müsamahakârlığını sürdürmek için kullanılır.

Fantezi kullanımı gelecekle kısıtlı kalmayıp geçmişe de uzanır. Bilişle savunma arasındaki devamlılığa halihazırda dikkat çekmiş ve psikodinamik yaklaşımı tartışırken narsisistlerin rasyonelleştirdiklerini ve tekrar yapılandırdıklarını belirtmiştik. Bilişsel kuramcıların vurguladıkları üzere, zihnin kaydedip hatırladığı bir nesnel gerçeklik yoktur. Daha ziyade egemen duyum ve algı aslında öznel yapılardan yani kendimize, başkalarına ve çevremize dair kişisel kavramlarımızdan oluşan bir yorum katmanıdır (Kelly, 1955). Nesnel olayların önemi tartışmaya açık olsa da, çoğu zaman yakınımızdaki kişilerle müşterek bir gerçeklik üstünde mutabık kalır ve en azından geçmişteki olaylar konusunda hemfikir olabiliriz. Narsisistler ise kendi masallarını yazarlar. Kırılgan özgüvenlerini koruma veya mevcut konumlarını pekiştirme amacıyla geçmişlerini nesnel başa-

rılarını ön plana çıkaracak ve başarısızlıklarını mazur gösterecek, küçültecek veya dönüştürecek şekilde gözden geçirirler. Geçmişi gerçekte olduğu gibi değil, olmasını diledikleri gibi hatırlarlar. Bu tür yeniden yapılandırmalara yalan denemeyebilir çünkü çoğu zaman olayın önemi değiştirilir veya durumun farklı bir yanı ön plana çıkarılır. Gelecek, narsisiste zaferini müjdeler ve geçmişi tekrar yapılandırarak ihtişam veya başarı fantezilerine sağlam bir temel oluşturmak, böylelikle devamlılığı sağlamak mümkündür.

Çoğu narsisist geçmiş ve geleceğin, onun amaçlarını gerçekte olduğundan çok daha fazla baltalamaya çalıştığı imajını yaratır. Böylelikle kişisel başarısızlıklar yaşadığında veya kendini başarısız hissettiğinde kendi sorumluluğunu saptırma imkânı olur. Mesela onların fikir ve başarılarının kıymetini bilmeyen veya dar kafalı gelenekçilikleri ya da değişmeye cesaret edememeleri yüzünden fark etmeden de olsa onların yollarını tıkayan insanların bu cehaletinin hayatlarının nice yılına mal olduğundan şikâyet edebilirler. Öte yandan kişisel bir zafer elde edenler, kahraman fatihin önüne çıkan her tür sıkıntı ve güçlüğü ancak her şeyi bilerek veya her şeye kadir olarak aşabildiğine dair senaryolar üreterek başarılarını iyice abartabilirler. Hangi yönde kullanılırsa kullanılsın nihayetinde bu, narsisist örüntünün depresif gerçekçiliği geri çevirmeyi amaçlayan ve kendini eleştirmek yerine şişirmeye hizmet eden bilişsel tarzına örnek teşkil eder. Elbette burada akla Gerald geliyor. Gerald hayatı boyunca "gerzeklerle" çalışmak zorunda bırakıldığını ve onların beceriksizlikleri yüzünden kendi muhteşem fikirlerinin hayata geçişinin ertelendiğini öne sürer. Olur da başarıya erişirse hakkın yerini bulduğunu ve kendini ispat ettiğini hissetmekle kalmayacak, başkalarının cehaletini yedi düvele ilan edip onlara rağmen kazandığı zafer dolayısıyla kendisini çok daha etkileyici göstermek isteyecektir.

Fanteziye aşırı başvurmak ayrıca başkalarına karşı empati yoksunluğuna da yol açar. Narsisistler hülyalara daldıklarında zihinleri gelecekteki belirsiz bir zamana, hayallerinin halihazırda gerçekleştiği bir noktaya odaklanırlar. Burada başarı bir süreç veya kişisel bir büyüme deneyimi değildir. Fantezilerinin mantıklı ve somut biçimde nasıl gerçekleştirilebileceğine ilişkin sorular zafer duygusuna engel teşkil eder. Daha da kötüsü kendilerini bilgiyi sentezleyen kişiler, vizyonerler, büyük resme bakan stratejistler olarak gördüklerinden, böylesi detaylı bir çalışma benlik imgeleriyle de uyumsuzdur. Yine Gerald buna iyi bir örnektir. Bir an olsun durup yaptığı değişikliklerin başkalarını nasıl etkilediğini düşünmez. Şirketi oluşturan dişlilerin tepeden tırnağa birlikte çalıştığını umursamaz ve kendi kafasında çizdiği büyük resimden başka bir şey görmez.

Büyük kararlar bir defa verildi mi, geriye sadece angaryalar kalır; zaten onlar da sorgusuz sualsiz narsisistin arzusunu yerine getirecek emektar bir ikinci sınıf vatandaşa devredilir. Orijinal fikirlere sahip düşünürlerden farklı olarak bu

faniler perde arkasında çalışırlar, ortaya çıkan üründeki hakları pek az teslim edilir hatta bazen hiç edilmez. Buna rağmen bir sıkıntı çıktığında kabahat yine onlarındır. Narsisistler amaçlarının gerçekleşebilmesi için yapılması gereken asıl işe dahil olmayı reddettiklerinden, çalışanlardan ne çok şey beklediklerini genelde göremezler. Çalışanları imkânsızı başaramayınca, fatura gerçekçilikten çok uzak bir noktayı hedef koymuş olan narsisiste değil, astlarının beceriksizliğine kesilir. Arzuyla gerçekliği birbirine karıştıran ve hedeflerini alt hedeflere bölmemekte ısrar eden narsisistler, sırf onlar istedi diye gerçekliği değiştirip amaçlarını hayata geçirmek mümkünmüş gibi davranırlar. Narsisistlere göre birine bir işi verdilerse artık o iş tamamlanmış sayılır; bu, çalışanlarını hem kontrol altına alan hem de onların üzerinde baskı kuran bir tutumdur. İşte Gerald'ın iş arkadaşları da nihayetinde bu yüzden ona kızgındırlar.

Pek çok açıdan narsisistlerin bilişsel tarzı kompülsiflerinkinin tam tersidir. Narsisistler ormana bakmaktan ağacı, kompülsifler ise ağaca bakmaktan ormanı göremezler. Narsisistler geleceği büyük, güvenli, izlenimci fırça darbeleriyle çizer, detayları eksik bırakırlar. Kompülsifler ise gırtlaklarına kadar detaya batmış durumdadırlar; eksik her bilgi parçacığının peşinden titizlikle koşar ve sonunda her eylemlerinin olası her sonucunu öngörmeye çalışırken düştükleri kararsızlığın içinde kaybolurlar. Potansiyel başarının önünde herhangi bir engel yoksa narsisist balıklama dalar ama artık nasıl oluyorsa, yapılması gereken asıl işin lojistiği ve mekaniği gibi detayları unutur. Halbuki kompülsif kişi her detayı öyle didik didik eder ki sonunda bu işe başta neden giriştiğini dahi hatırlayamaz hale gelir. Narsisistlerin fantezileri, kişinin başarıya ulaştığı ve bu başarı sonucunda muzaffer olduğu, başkalarında hayranlık uyandırdığı bir gelecek yaratmaya odaklı arzulardan oluşur. Kompülsiflerin fantezileriyse hata yaptıkları için hor görülüp kınandıkları bir geleceği engellemeye odaklı korkulardan müteşekkildir. İkisi de kusursuzluk peşindedir ama meselenin yalnızca yarısını görür. Narsisist fazla girişken ve hırslıdır; kompülsif fazla temkinli ve tedbirlidir. Kararsız dekan veya aşırı eleştirel asistan vakalarını (Vaka 7. 2 ve 7. 3), müzmin çilekeş Einstein veya doktor Romeo'yu (Vaka 10. 1 ve Vaka 10. 2) karşılaştırın.

Beck ve diğ.'nin (1990) kitabında Denise Davis narsisistlerin biricik olma arzularının çok sayıda bilişsel çarpıtmanın önünü açtığına dikkat çeker. İlk olarak narsisistler kendileri ve başkaları hakkında siyah beyaz değerlendirmeler yapmaya meyillidirler. Özellikle de stresli oldukları dönemlerde tamamen iyi ve tamamen kötü benlik imgeleri arasında salınırlar. Kendilerini bazen değerli ve tümgüçlü, bazen de gerçeklik devreye girince değersiz ve güçsüz görürler. Kendilerine ne kadar minnet duydukları veya ne kadar sadakatle bağlı olduklarına dair izlenimlerine bağlı olarak, başkaları hakkındaki fikirlerinde de benzer bir salınım yaşanabilir. Mesela paranoid özellikleri olan narsisistler genellikle

diğer insanların onların bulunduğu konuma veya becerilerine haset duyduğuna inanırlar. Bu kişiler arkadaşlarını, ailelerini ve iş arkadaşlarını bir durumda tamamen sadık ve güvenilir bulurken, başka bir durumda düşmanlarıyla birleşip onların arkalarından iş çevirdiklerinden şüphelenebilirler. Özellikle de narsisist her an yıkılmaya müsait, derme çatma bir işe kalkışmışsa, yani mesela kötü gitmiş bir girişimde bulunmuşsa veya kısmen yasal bir talihsizlik yaşamışsa, bu tür bir şüpheciliğe kapılması çok daha olasıdır.

İkincisi, Davis'e göre kendileriyle başkaları arasındaki ufak farklar çoğu zaman narsisistlerin dikkatlerini çeker. Yine burada da amaçları özgüvenlerine meşru bir zemin bulmaktır. Narsisistler doğal olarak herkesi gölgede bıraktıklarından, çevrelerindeki insanlara fazlaca benzemeyi göze alamazlar zira böyle bir durum özel statülerini kaybetmelerine neden olur. İçten içe kendilerinin de şüphe ettikleri üstünlüklerini destekleyebilmek için, başkalarıyla aralarındaki farkları tespit edip bunları geliştirerek kendi eşsiz konumlarını muhafaza etmeye çalışırlar. Narsisistte öne çıkan her ne ise daha da belirginleştirilir ve ne kadar müstesna bir varlık olduğunun nesnel kanıtı olarak yeniden yapılandırılır. Dolayısıyla bilişsel görüş, narsisistlerin başkalarını idealleştirdiklerini ama onlarda kusur bulmaya da hazır olduklarını öne süren psikodinamik yaklaşımdan çok da ayrılmaz.

Bilişsel içerikleri yani narsisist kişiliğin asli inanışlarını, onun davranış ve özelliklerinden kolayca çıkarabilirsiniz. Çekirdek inanışlar insanların zamansız hakikatler olarak tutundukları kanılardır. Örneğin narsisistler kibirli ve dışlayıcı davranışlar sergilediklerinden, kendilerini başkalarından üstün gördüklerini rahatlıkla varsayabiliriz. Beck ve diğ.'nin (1990, s. 50-51) sıraladıkları narsisistlere ait çekirdek inanışlardan bazıları şunlardır: "Özel biri olduğum için özel izinler almayı, ayrıcalıklardan yararlanmayı ve imtiyaz sahibi olmayı hak ediyorum", "Başkalarından üstünüm ve onlar da bunu kabul etmeliler" ve "Ben kuralların üzerindeyim."

Çekirdek inanışlar evrensel ve sonsuzken, koşullu inanışlar bazı kabullere bağlı imkânları ifade eder. Narsisistler için Beck ve diğ. (1990, s. 50-51) "Özel statümü kabul etmeyen insanların cezalandırılmaları gerekir" ve "Üstün konumda olmaya devam etmek için başkalarından itaat görmeliyim" gibi örnekler verir. Beck bu listeye ayrıca "Üstünlüğün konusunda ısrarcı olmak veya bunu sergilemek için her daim çaba göster" inanışını da dahil eder. Bu tür örnekler narsisistlerin çevrelerindeki kişilerarası dünyayla nasıl kabuller üzerinden etkileşim kurduklarını gözler önüne serer. Beck'in yer vermediği ancak narsisist kişiliğin bazı ilave boyutlarını yansıtan daha nice ekleme yapmak mümkündür. Bu bağlamda mesela "Mükemmel değilsem bir hiçim demektir" veya "Planlarımı yaparken fazla detaya girersem başarısız olurum" telafici narsisistin koşullu inanışlarına örnek olarak verilebilir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Yaklaşımlar, tanımları gereği belli bir fenomene dair yalnızca kısmi bir içgörü sağlar. Kişilik dediğimiz şey kişinin bütününe yayılan bir örüntü olduğundan, kişiliğin tamamını kapsayacak bir kuramın kişiliğin kendisine denk bir analiz seviyesinde bulunması gerekir. Yaklaşımlarsa bütünün kendisi değil parçaları olduğundan bu amaca uygun değildir.

Biyopsikososyal-evrimsel kurama göre (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) narsisist kişilik pasifçe kendine odaklıdır. Bu kişiler doyum almak istediklerinde asli olarak kendilerine döner ve bir topluluk içinde yaşamak için gereken alışverişlere katılma ihtiyacı duymazlar. Bu stratejiyi ortaya çıkaran gelişim süreci genellikle dosdoğru bir yol izler, ki bunu kişilerarası yaklaşımda görmüştük. Bakım verenler geleceğin narsisistini övgü, ilgi ve takdir yağmuruna tutarak onun benliğine aşırı değer biçerler. Normalde bu tür ödülleri hak etmek için gereken saik ve beceriler narsisistlerde gelişmez. Onların salt var olmaları yeterlidir zaten; haliyle narsisistler kendilerini gerçek kazanımlarından bağımsız olarak değerli görmeye başlarlar. Başkalarının bir şey yapmasını sağlamak veya onlarda hayranlık uyandırmak için hiçbir şey yapmaya gerek yoktur. Gereken tek şey, narsisistlerin kendileri olmalarıdır.

Aslına bakarsanız nöropsikolojik gelişim esnasında ebeveynlerden aşırı değer görmenin narsisist örüntünün gelişimindeki temel unsurlardan biri olduğu söylenebilir. Tümgüçlülük duyguları doğumdan kısa bir süre sonra başlar ama duyusal motor özerklik evresine kadar anlamlı ölçüde etkili olmaz. Geleceğin narsisistinin en ufak başarısı dahi büyük övgüyle karşılık bulunca, çocukta olağanüstü değerli olduğuna dair çarpık bir algı gelişir. Bunu hak ettiği müddetçe çocuğunuza fazlaca güvenmenizin bir zararı yoktur. Geleceğin narsisistinde ise çocuğun gerçek yetkinliğiyle, buna dair izlenimi arasında ciddi bir uçurum söz konusudur.

Ebeveynlerin çoçuğu doğru yönlendirme ve kontrol etmedeki başarısızlıkları intrakortikal inisiyatif evresinde önemli rol oynar. Çocuk, herhangi bir disiplin veya düzenlemeye tabi olmadan hayal kurmaya, keşfetmeye, eyleme geçmeye teşvik edilir. Ebeveynlerin koydukları sınırlar olmadan başıboş kalan çocuğun düşünce ve davranışları, sosyal gerçekliğin makul sınırlarının çok ötesine geçebilir. Aile disiplini içerisinde korku, suçluluk ve utanç gibi duyguların çizdiği sınırlar hakkında gerekli eğitimi almayınca, otokontrol ve sosyal sorumluluk sağlayan bu içsel denetim mekanizmaları çocukta gelişmeyebilir.

Bazen de narsisizmin gelişim süreci daireler çizerek ilerler. Örneğin hem Kohut hem de Kernberg kişinin kendini şişirmesinin erken dönemdeki mahrumiyetleri telafi etme amacı taşıdığını düşünür. Çağdaş psikanalitik kuramcılar iki olasılığı da kabul ederler. Mesela Stone (1993) şöyle der:

> Narsisist özellikler, ne ilginçtir ki ideal yetiştirme tarzından her iki yönde de sapma gerçekleştiğinde ortaya çıkabilir; yani şımartmak veya ihmal etmek, fazla veya az beklenti içinde olmak bu sonucu doğurabilir. Çocuğun aşırı övülmesine bağlı olarak (...) üstünlük duyguları, kaderinde büyük başarılar olduğu hissi (...) baş gösterebilir. Gel gelelim ebeveynlerin kayıtsız veya ihmalkâr oldukları durumlarda da telafi maksadıyla benzer duygular görülebilir. (s. 260)

Ramsey, Watson, Biderman ve Reeves (1996) yetişkinlikteki patolojik narsisizminin altında ikili gelişim süreçlerinin yattığı düşüncesini yaptıkları araştırmayla bir nebze desteklemiş, narsisistlerin çoğunlukla ebeveynlerini ya aşırı müsamahakâr ya da aşırı otoriter olarak tasvir ettiklerini bildirmişlerdir.

Tablo 10. 2'de narsisist kişiliğin farklı boyutlarının tamamını kapsayan bir özet bulabilirsiniz.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Bu kitabın daha önceki bölümlerinde karşılaştığınız diğer kişilikler gibi narsisistler de başka kişilik örüntüleriyle ortak özelliklere sahiptirler. Tıpkı önceki bölümlerde yaptığımız gibi şimdi de evrimsel modeli bu ortak özelliklerin kişiliğin tamamı bağlamındaki işlevsel önemi açısından ele almak, önemli ayrımlar ortaya koyacaktır.

Narsisistler de histrionikler de cezbedici olabilirler, ilgiyi üzerlerinde toplamaktan hoşlanırlar. Histrionik, faal biçimde ve durmaksızın insanların ilgisini çekmeye çalışır; bunu çoğu zaman, kendisinin yoksun olduğuna veya içinde bir boşluk olduğuna ilişkin belli belirsiz ama yine de onu rahatsız eden bir duyguyu bastırmak için yapar. Psikodinamik düşünürler, narsisistin de kendisine dair benzer bir izlenimi olduğu ancak içindeki derin aşağılık duygusunu örtebilmek için büyüklenmeci benliğini kullandığı kanısındadırlar. Ne var ki histrionikler kendilerini çekici ve sosyal bulurlarken narsisistler kendilerini yetenekli ve istisnai görürler. Hatta o kadar istisnaidirler ki, başkalarının da bunu kolaylıkla fark edip kendilerine hayranlık duymasını beklerler. Bu gerçekleşmediğinde, sırf insanların ilgisini tekrardan olması gereken yere toplayabilmek için sosyalleşirler; bunu başardıklarındaysa tekrardan pasifçe kendisine tapınılan kişi pozisyonunu alırlar. İlişkilerin içine fazlaca girmek bağımlılık emaresidir ve bağımlılık güçsüzlüktür. Dolayısıyla narsisistler ilişki ihtiyacının üstünde kalmayı tercih ederler. Oysa histrionikler ilişki kurmaya son derece aç olabilir ve sömürebilecekleri bir "bağlanmalar fonu" kurmak için uğraşırlar. Ayrıca normal sınırlar içinde yer alan histrionikler hayatın usul ve kaideleri bağlamında sıcak bir ifade tarzı ve ilgi ortaya koyabilirler. Narsisistler ise kaidelerden üstündürler: Kurallara uygun

TABLO 10. 2 Narsisist Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Mağrur*<br>Kibirli, insanlara tepeden bakan, tantanalı, küçümseyici bir tavrı vardır; ortak sosyal yaşamın teamüllerine burun kıvırır, bunları naif bulur veya kendisi için geçerli olmadığını düşünür; kendisini fazlaca önemli addettiğinden başkalarının haklarını, kişisel bütünlüğünü umursamaz. | **Benlik İmgesi** | *Takdire şayan*<br>Kendisinin övgüye değer, özel, hatta essiz olduğuna, büyük takdir görmeyi hak ettiğine inanır; büyüklenmeci veya kendinden emin tavrının çoğu zaman altını dolduramaz; başkaları onu egoist, düşüncesiz ve kibirli görse de o çok değerli olduğu kanısındadır. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Sömürücü*<br>Pek çok seyi kendisinde hak görür, empati kurmaz, karşılığında herhangi bir sorumluluk almaksızın kayırılmayı bekler; başkalarının değerini hiç utanmadan hafife alır ve onları kendisini yüceltmek, arzularını doyurmak için kullanır. | **Nesne Temsilleri** | *Danışıklı*<br>İçselleştirilmiş temsiller, geçmiş ilişkilere dair olağan yanılsamalı veya değişken anılardan fazlasından oluşur; kabul edilemez dürtü ve çatışmalar da, tıpkı kasıntı biçimde sergilenenler gibi ihtiyaç halinde hemen tekrar biçimlendirilir. |
| Bilişsel Tarz | *Yayılmacı*<br>Zapt edilmez bir hayal gücü vardır ve başarı, güzellik veya aşk üzerine çocuksu, kendini yüceltmeye hizmet eden fantezilerle meşguldür; nesnel gerçeklik onu pek az kısıtlar, olayları kafasına göre yorumlar ve kendine dair yanılsamalarını sürdürebilmek uğruna sık sık yalan söyler. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Yapay*<br>Baş etme ve savunma mekanizmalarının altındaki morfolojik yapılar dayanıksız ve şeffaf olmaya meyillidir; gerçekte olduğundan daha sağlammış ve daha dinamik yapılıymış gibi görünür. Dürtülerini pek az denetleyebilir, ihtiyaçlarını minimum kısıtlamayla yönlendirebilir ve çatışmaların göz ardı edildiği, başarısızlıklardan çabucak sıyrılınan ve kendisiyle gurur duyma halinin çabasızca tazelendiği bir iç dünya yaratılır. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Rasyonelleştirme*<br>Benmerkezci ve sosyal açıdan düşüncesizce davranışlarını meşrulaştıracak makul gerekçeler üretirken kendini kandırmaya ve kolaya kaçmaya meyillidir; bariz kusur ve hatalarına rağmen kendisini olabildiğince iyi göstermek için türlü mazeretler öne sürer. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Kaygısız*<br>Duruşuna genel bir kayıtsızlık, sakinlik, sahte bir huzur havası hâkimdir, hiçbir şeyden etkilenmeyen serinkanlılık veya canlı bir iyimserlik sergiler, ancak narsisist özgüveninin sarsıldığı durumlarda bu tablo değişir ve öfke, utanç ya da boşluk kısa süreliğine açığa çıkar. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

yaşaması ve birtakım standartlara tabi olması gereken onlar değil başkalarıdır. Narsisistler uydukları kuralları ya tesadüfen kabul etmiş bulunmuşlar ya da zaten kendileri koymuşlardır.

İkisinin de sosyal hayatın müşterek standartlarını hor görmesi nedeniyle narsisist ve antisosyal kişilikler çoğu zaman karıştırılır. İkisi de başkalarını kendi çıkarı için kullanır. Gel gelelim narsisistler bunu pasifçe yaparlar ve neden insanları böyle manipüle ettiklerinden de genelde bihaberdirler. Onlar antisosyaller gibi dolaplar çevirerek, verdikleri sözleri tutmayarak insanları suiistimal etmezler. Bunun yerine, benmerkezci bir şekilde her şeyi kendilerine hak gördüklerinden başkalarının onlara borçlu olduğuna inanırlar; antisosyaller ise kasten hilekâr ve acımasızdırlar. Ayrıca iki bozukluğun günlük yaşama bakışları da birbirinden hayli farklıdır. Narsisist umursamaz bir sükunet içindedir; günlük yaşamın streslerini çoktan aşmıştır. Oysa antisosyal, dünyayı doğası gereği düşmancıl bir yer olarak görür; herkes potansiyel tehdittir ve dürtüsel öfke "En iyi savunma, iyi bir saldırıdır" felsefesine hizmet eder. Dolayısıyla narsisistler üstün birer varlık oldukları hakikati doğrultusunda diğer insanların onlara tapmasını ve saygı duymasını beklerler; antisosyaller ise çoğunlukla net sınırlar çizerek korku vasıtasıyla saygı uyandırırlar.

Aralarındaki farklara rağmen iki bozukluk birlikte görülebilir (Bunun iki versiyonu için bu bölümdeki "İlkesiz Narsisist" başlığı ve 5. Bölüm'deki "Habis Antisosyal" başlığına bakılabilir.). Bu birliktelikte iki tarafın da en kötü özellikleri bir araya gelir ve bunun özellikle de toplum açısından korkunç sonuçları olur. Narsisistin benmerkezciliği, empati yoksunluğu ve üstünlük hissiyle antisosyalin dürtüselliği, sahtekârlığı ve suça meyli arasında yaşanan çapraz tozlaşma sonucunda ortaya bir psikopat, bencil dürtülerini doyurabilmek için en ufak empati veya nedamet duymadan her yolu mubah gören bir birey çıkar. Narsisistin üstünlüğü özellikle ön planda olduğunda bu kişiler, sırf sıradan oldukları için hor görülebileceğini düşündükleri sıradan insanları sömürerek tümgüçlülük duygularını tasdiklerler.

Narsisistlerin ayrıca paranoid kişilikle de çok sayıda ortak noktaları vardır. Narsisistler başkalarını kendilerine çekerlerken, paranoidler özerkliklerini korumak için başkalarından ayrılırlar. Narsisistlerin zihni sınırsız başarı ve ihtişamla, paranoidlerinkiyse genellikle dengelerini koruyup daha fazla psikotik dağılma yaşamamak amacıyla kendi katı sınırlarını korumakla meşguldür. Narsisistler diğer insanlarda sadakat ve hayranlık uyandırırlar, paranoidler ise kimseye güvenmediklerinden insanlar da onlara güvensiz yaklaşır. Son olarak narsisistler tipik olarak sakin ve mesafelidirler, zarar görecekleri fikrine dair her tür veriyi toplayan paranoidler ise çoğunlukla çabuk parlamaya ve yüzleşmelere meyillidirler.

Narsisistin bir miktar benzediği son kişilik sadist kişiliktir. Narsisistin pasif istismarı sıklıkla sadistin aktif istismarıyla karıştırılır. Gel gelelim narsisistte istismar, benmerkezciliğe kıyasla hayli geri planda kalır. Sadist ise diğer insanların üzerinde bilerek ve isteyerek tahakküm kurar, kurguladığı alçaltıcı senaryolar

## *Odak Noktası: Cinsellik*

### Kim aldatacak?

**Sadakatte hangi kişilik özellikleri etkili olabilir?**

Kimin sadık kalıp kimin kalmayacağında kişiliğin payı olabilir mi? Anlaşılan, evet. D. M. Buss ve Shackelford (1997) yeni evli çiftlerde çeşitli kişilik özellikleriyle sadakatsizlik arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Katılımcılar evde, kendilerine ilişkin sorulardan oluşan kişilik envanterlerini yanıtladıktan sonra laboratuvara davet edilmişler, hem kendilerinin hem de partnerlerinin farklı düzeylerdeki altı evlilik dışı münasebette (flört, tutkulu öpüşme, romantik buluşma, tek gecelik ilişki, kısa süreli ilişki, ciddi ilişki) bulunma ihtimallerini puanlamaları istenmiştir. Araştırmanın bir parçası olarak bu katılımcılar ayrıca yine kendilerinin ve eşlerinin narsisizmi üzerine de bildirimlerde bulunmuşlardır.

Beklenebileceği üzere sorumluluk ve evlilik dışı hevesler arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur. Herhalde bunun anlaşılır bir bulgu olduğu söylenebilir çünkü bir kişilik özelliği olarak sorumluluk; doğru şeyi yapmakla, dürtülere ket vurmakla ve sosyal standartları her daim akılda tutmakla ilişkilidir. Sorumluluk düzeyi düşük olan katılımcılar kendilerini evlilik dışı ilişkilere daha yatkın olarak değerlendirmişlerdir. Ayrıca bu kişilerin eşleri de onların bu tür davranışlara daha yatkın oldukları değerlendirmesinde bulunmuşlardır.

Hem erkeklerde hem de kadınlarda evlilik dışı heveslerle ilişkili olduğu görülen bir diğer faktör de narsisizmdir. Narsisizmi kendi çıkarına odaklı olmak diye düşünürsek, belki bu sonucun da çok şaşırtıcı olmadığı söylenebilir. Şaşırtıcı olan kısım ise kadınlarda narsisizmin her altı davranış düzeyinde (ama özellikle de flört, buluşma ve kısa süreli ilişki maddelerinde) erkeklerdeki narsisizmden çok daha güçlü bir korelasyon ortaya koymasıdır. Belki daha da ilginç, erkeklerin eşlerine dair değerlendirmelerinin de kadınların bu görüşlerini doğrulamasıdır. Erkekler eşlerinin kişiliğinden yola çıkarak onların kendilerini aldatabileceğini, en azından belli bir ölçüde öngörebilmişlerdir.

Kimin aldatıp kimin aldatmayacağını kişilik özellikleri bazında ayrıştırabilmek isteyenler, düşük sorumluluk ve yüksek narsisizmin evlilik dışı heveslere kişiyi özellikle yatkın kıldığını göz önünde bulundurabilirler. Bu kişilerin, sosyal standartları dışlamak pahasına kendi arzularına odaklanıp dürtüleri doğrultusunda hareket etmeleri daha olasıdır.

vasıtasıyla onları aşağılık konumlarıyla zorla yüzleştirir. Narsisistler onlara tapmanızı, sadistler ise insanları iktidarsız bırakmayı isterler. Ayrıca sadist kişilik karakteristik olarak yıkıcı ve zalimdir, başkalarının acı çektiğini görmekten hoşlanır ama narsisistler ancak özel konumları tehdit altına girdiğinde hiddetlenirler. Aksi takdirde narsisistler munis bir tasasızlık içinde hayatlarını sürdürmekten, sömürgelerini teftiş etmekten ve kendilerinden aşağı kişilerin onlara "borçlu olduğu" takdir ve ayrıcalıkların tadını çıkarmaktan son derece hoşnutturlar. Leonardo İspanya'ya dönecekse de ancak bu zihniyetle dönecektir.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Narsisizmin ve narsisist kişiliğin eşzamanlı olarak görüldüğü diğer başlıca ruh hastalıklarıyla ilgili yapılmış 100'ü aşkın çalışmayı gözden geçiren Ronningstam (1996), narsisizmin I. Eksen'deki hiçbir bozuklukla sistemli bir ilişki içinde olmadığını bulmuştur. Bunun yerine görünüşe göre, narsisist kişilik ancak ortaya çıkan I. Eksen bozukluğun ifade buluş biçiminde etkili olmaktadır. Her ne kadar enerji, baskın kontrolcülük ve konuşmayı sevmek gibi özellikler narsisist kişilikle bipolar bozukluk arasında temel bir biyolojik ilişki olabileceğini düşündürse de Stormberg, Ronningstam, Gunderson ve Tohen (1998) bipolar hastaların patolojik narsisizm kriterlerinin çoğunu sadece manik evrede sergilediklerini ortaya koymuşlardır. Manik dönem dışında bu kişilerin patolojik narsisizm seviyeleri diğer genel psikiyatri hastalarınınkinden yüksek değildir. Bazı bulgulara göre narsisist kişilik bozukluğu travma sonrası stres bozukluğunu ağırlaştırabilir (B. Johnson, 1995). Bunun da sebebi tümgüçlü narsisistlerin, onlara ölümlü olduklarını gösteren kanıtlarla tekrar tekrar yüzleşmek zorunda kalmaları olabilir (bkz. "Odak Noktası Patoloji: Narsisizm ve Travma Sonrası Stres" başlıklı kutu). Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Kaygı Bozuklukları*

Narsisistlerin güçlü, becerikli, özgüvenli imajları düşünüldüğünde kaygı bozukluklarının onlarda diğer kişiliklere nazaran daha düşük olacağı sanılabilir. Halbuki narsisistler de altta yatan aşağılık duyguları veya utanca bağlı kaygı bozuklukları yaşarlar; sadece, bu semptomlardan kurtulmak için yardım arayışına girmeye meyletmezler. Kompülsif kişilikte de olduğu üzere, obsesif kompülsif bozukluğa uzanan temel yollardan biri kusursuzlukla aşırı meşguliyettir. Gel gelelim narsisistler benliklerinin kusursuzluğuna leke sürülmesi korkusundan ötürü obsesifleşirler. Kompülsiflerin obsesyonlarıysa çoğunlukla ayıplanma veya kendi kendilerine koydukları sınırları ihlal etme korkusundan kaynaklanır; oysa narsisistlerin kendilerini kısıtlamaya hiç niyetleri yoktur. Obsesyonlar ayrıca her şeyi bilme ve her şeyi kontrol etme ihtiyacını da yansıtabilir (Glickhauf-Hughes ve Wells, 1995). İktidarsızlığını veya kusurlarını bir şekilde insanların gözleri önüne sererek narsisistte utanç uyandıran deneyimler sosyal fobiye yol açabilir.

### *Duygudurum Bozuklukları*

Genel olarak, narsisist kişilik örüntüsünün savunmacı şişinmesi onu depresif bozukluklara karşı şaşırtıcı ölçüde dayanıklı hale getirir. Ne de olsa narsisistler eksiklerini minimum düzeye çekip gerçek başarılarını abartma konusunda usta-

## Odak Noktası: Patoloji

### Narsisizm ve Travma Sonrası Stres

**Üstünlük ve Kırılganlık Duyguları**

Diyelim ki ailenizle birlikte üzerine büyük baraj kurulmuş bir nehrin aşağısındaki küçük bir köyde yaşıyorsunuz. Şimdi o barajın yıkıldığını düşünün; köylülerin yarısı hayatta kalmayı başarıyor ama kalan yarısı ya boğuluyor ya da çöken binaların molozları altında eziliyor. Siz de annenizin akıntıya kapılıp gidişine şahitlik ediyorsunuz.

Eğer böyle bir durumdan sağ çıksaydınız, normal insan deneyiminin sınırlarının çok ötesinde bir travmatik olay yaşamış olurdunuz. Kaybettiğiniz insanların anıları her gün düşüncelerinizi işgal eder, rüyalarınızı kâbusa dönüştürür, kalbinizde çarpıntılara neden olurdu. Olayı tekrar tekrar yaşar, ne yapsanız buna engel olamazdınız. Savaş gazileri, tecavüze uğrayanlar ve hatta başka birinin ciddi bir fiziksel tehdide maruz kalışına şahit olanlar genellikle travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) tanısı alırlar. Gel gelelim aynı travmatik olayı yaşayan kişilerden yalnızca bazılarında TSSB görülür. Olay her ne olursa olsun, klinisyenler bunun olası etkilerinin kişiliğin tamamı bağlamında yorumlanması gerektiğini bilirler.

TSSB'ye yatkınlığı artıran kişilik özelliklerinden biri narsisist tarzdır (B. Johnson, 1995). Peki narsisistlerde neden böyle bir yatkınlık olsun? Hatırlarsanız narsisistler büyüklenmeciliği ve tümgüçlülüğü kırılgan benlik algılarına, değerli olduklarına dair içi boş duyumlarına karşı savunma olarak kullanırlar. Ayrıca üstünlükleri dolayısıyla başkalarının kör talihinin onlara katiyen uğramayacağına veya olayların tepetaklak gitmeye başladığı bir sürece kendilerinden aşağı gördükleriyle birlikte kapılmalarının mümkün olmadığına inanırlar.

Travmatik olaylar bu varsayımları yıkar. Örneğin ayakta tedavi gören gaziler arasında ileride TSSB tanısı alanlarda en sık rastlanan kişilik özelliklerinden biri narsisist özelliklerdir (Crosby ve Hall, 1992). İncinmez ve ölümsüz olmak şöyle dursun, kişi herkes gibidir; koca kâinatta bir toz zerresidir; o da felaket ve ölümlere herkes kadar açıktır. Kimse istisna değildir, ki bu da narsisistlerin sandıkları gibi özel olmadıklarının somut kanıtıdır. Karen'a (1994) göre gazilerden TSSB'si olanlar hayallerindeki savaşçı idealine erişememiş kişilerdir. Narsisistlerin kendilerini olağanüstü zeki, başarılı, takdire şayan görerek idealleştirmek gibi kötü bir şöhretleri olduğundan, travmatik olayların genelde bu narsisist fantezilerin balonunu patlattığını varsayabiliriz. Çoğu kurbanın ısrarla yanıt aradığı "Neden ben?" sorusu, narsisist tarzı olanlarda (yani evrenden daha iyi muamele görmeyi hak ettiklerine inananlarda) öfke ve hiddet uyandırabilir.

dırlar. İhtiyaçlarına hizmet edenleri manipüle etme becerileri düşünüldüğünde, narsisistlerin kendilerini çaresiz veya umutsuz hissedebilmeleri için önce epeyce bir savunma katmanının kırılması gerekir. Bu kişilerde majör depresif epizotlardan çok, düşük düzeyde depresif semptomların yaygın olması, bekleneceği üzere daha muhtemeldir.

Telafici narsisistler büyüklenmeci tarzlarının oynadığı koruyucu rolün bir nebze farkında olabilirler ama diğer narsisistlerin tekrar tekrar hayal kırıklığına uğraması ve bu içgörüye bir türlü erişememesi olasıdır. Çoğu narsisist gerçekten de yetenekli ve zeki olmakla beraber, bir kısmı belli bir başarı düzeyine asla erişemez ve hayatın içinde özel oldukları, her şeye güç yetirebilecekleri havasıyla topallayarak ilerler. Kendi yetkinliklerini sınamaya çekindiklerinden ellerinden gelen yalnızca, yetkin olduklarına dair bir yanılsama yaratıp gerçek başarılarda başkalarının arkasına her geçen gün daha da fazla sığınmak olur. Dışarıya yansıttıklarıyla gerçeklik arasındaki uçurum zaman içinde büyüdükçe, eksiklikleri giderek daha da belirginleşir ve böylelikle üstünlükleri, yani kimliklerinin direği iyice sallantıya girer. En sonunda sahte benliği muhafaza etme baskısıyla, başta sahip olduklarını iddia ettikleri beceri veya dehanın yerini derin sahtekârlık ve boşluk duyguları alır. Dünyanın kendilerine altın tepside sunulması gerektiğine son derece emin narsisistler bile başkalarının sıkı çalışarak ilerlediğini nihayetinde fark edebilir, bu da onların haset ve öfkelerini bastıramaz hale gelmelerine yol açabilir. En sonunda yanılsama artık iyice dağılır; özgüven yerini tereddüde, üstünlük duygularıysa kendini kandırmaktan kaynaklanan huzursuzluğa bırakır. Gerald'ın böyle bir seyir izlemesi işten bile değildir. Zaten defalarca iş değiştirmiştir ve şimdi çalıştığı yerde yine sorun yaşamaktadır. Bir noktada balon patlayacaktır.

Depresif duygular çarpıcı biçimlerde ifade edilebilir, asabiyetle bağdaştırılabilir veya mevcut kusurları mazur göstermek için kullanılabilir. Narsisistler başkalarını kontrol ettikleri ve onlardan el bebek gül bebek muamele görmeyi bekledikleri için, kendilerine bakım verenlerin yeterince destekleyici olmadıklarından veya onları kendi kusurlarından kurtaramadıklarından yakınabilirler. Utanç ve mahcubiyetlerine şahit olanlar, sırf onların çaresizliklerini ve yetersizliklerini bu şekilde gözlemledikleri için küçümsenebilirler. Kayıpları kalıcıysa, eskiden becerilerini ortaya koydukları alanları değersizleştirmeye başlayabilirler. Kernberg (1975) bu minvalde önemli bir siyasetçiden bahseder:

> (...) depresifleşti, derin bir yenilgi ve küçük düşmüşlük hissine kapıldı; bu duygulara ayrıca, siyasi rakiplerinin onun yenilgisinin ardından kınalar yaktıklarına ilişkin fanteziler eşlik ediyordu (...) Emekliye ayrıldı, ancak daha sonra yavaş yavaş eskiden uzmanı olduğu siyaset bilimini değersizleştirmeye başladı (...) artık muzaffer olmadığı bir alanın değerini narsisistçe düşürüyordu, ki bu da profesyonel, kültürel ve entelektüel konulara olan ilgisini genel olarak kaybetmesine yol açmıştı.

Özgüvenin aldığı böylesi aleni ve telafisi mümkün olmayan darbelerin ardından majör depresyon görülebilir. O halde narsisistlerde büyüklenmecilik ve depresyon aynı madalyonun iki yüzüdür. Eğer kendilerini kusursuzluk ve tümgüçlü-

lüğün mümkün olduğuna inandırırlarsa büyüklenmeci savunmaları sağlam kalır. Ama eğer bunu başaramazlarsa kendilerini "bazen şaşabilecek bir beşer değil de doğuştan kusurlu biri gibi" hissetmeye başlarlar (McWilliams, 1994, s. 174). İlerleyen yaşla birlikte gençliğin, güzelliğin, enerjinin ortadan kaybolması nedeniyle özgüvene yönelik tehditler herhalde yaşamın ikinci yarısında daha ciddi bir hal alır. Erikson'un (1959) ego bütünlüğüne karşın keder evresine yaklaşmakta olanların bazıları hayatlarının düzmece bir oyundan ibaret olduğunu, kendi yarattıkları bir yanılsamanın içinde geçip gittiği sonucuna varırlar. Pek çoğu utanç içine düşer ve intihar düşüncelerine kapılır. Aralarından dürtüsel teşebbüslerde bulunanlar da çıkar ve bir kısmı başarılı olur.

### *Sanrısal Bozukluk*

Narsisistler inkâr edemeyecekleri kadar ağır başarısızlık ve tersliklerle tekrar tekrar karşılaşınca, doğal olarak bu olayları dış güçlerin oyunu olarak görmeye başlarlar, ki bu da paranoid veya sanrısal bozukluğun zeminini oluşturur. Büyüklenmeci fantezilere halihazırda yatkın ve gerçekliğin buyurusuna boyun eğmeye gönülsüz narsisistler bazen kendilerini başkalarıyla kafa kafaya vermenin düzeltici etkilerinden mahrum bırakırlar. Kendilerine özgü kurgusal dünyalarında korku içinde koşuştururken gerçeklikle temaslarını kaybedebilir ve alışılmadık, sapkın bir düşünce tarzı geliştirebilirler. Narsisistler kendilerini hem çok parlak hem de üstün gördüklerinden, başarılarının önünü olsa olsa kendileri kadar özel fakat kötü niyetli bir varlık tıkayabilir. Diğer insanların alelade davranışlarında gizli ve düşmanca anlamlar bulabilir, masum davranışların altında şeytani saiklerin ve çapraşık planların gizlendiğine kanaat getirebilirler. Zarar görmeye ilişkin bu tür sanrılar, büyüklenmeci benliğin tamamen çökmesini engelleyebilmek ve patolojik narsisizmle paranoid ve sanrısal bozukluklar arasında bir devamlılık sağlayabilmek adına son çırpınışlardır.

Aslına bakarsanız bazı durumlarda, paranoid kişi şişkin özgüveni tekrar tekrar veya ciddi ölçüde yerle bir edilmiş bir narsisist görüntüsüyle karşımıza çıkar; buna belki gerçeklikle olağan temaslar, belki de tahammül edemedikleri müdürlerinin ayağını kaydırmaya gizlice karar vermiş bir grup iş arkadaşı sebep olmuştur. Bu vakalarda paranoid semptomlar, narsisisti temel düzeyde tehdit eden düşmancıl bir çevreye savunmacı biçimde uyum sağlama çabasının göstergesidir. Bu çabanın paranoid niteliği, diğer insanların kişiyi özel olduğuna ilişkin duyumundan mahrum bırakmak veya önemli bir başarıdan, ne kadar parlak biri olduğunu ispat etmekten her nasılsa alıkoymak için entrikalar çevirdiği inanışında kendini gösterebilir. Örneğin kişi dünyaya temiz ve sınırsız bir enerji kaynağı sağlayacak icadının ilk tohumlarını çalışma arkadaşlarının

çaldığını iddia edebilir. Birilerinin sizi kıskandığına inanmakla, sürekli ayağınızı kaydırmaya çalıştıklarına inanmak arasındaki çizgi, stres kaynakları çoğaldıkça epey incelir. Diğer çalışanların onu kıskandığını ve işten attırmaya uğraştığını düşünen Gerald'a da belki böyle olmuştu.

### *Madde Kullanımı*

Narsisist özellikler sıklıkla alkol, opiyat (Calsyn, Fleming, Wells ve Saxon, 1996), kokain ve uyarıcı maddeler (Marlowe, Husband, Lamb ve Kirby, 1995; McMahon ve Richards, 1996) başta olmak üzere pek çok maddenin kullanımıyla bağdaştırılır. Madde kullanımının altında yatan saikler çoğu zaman karmaşık olmakla beraber, iki olasılık ön plana çıkmaktadır. İlk olarak, alkol ve diğer maddelerin kullanımı çoğu zaman can acıtan duyguları hafifletir. Özsaygıları kuşatma altındaki narsisistler, farkındalıklarını uyuşturduklarında onlara acı veren aşağılık duygularını ve kendilerinden duydukları şüpheyi geçici olarak rafa kaldırabilirler. Hatta gerçeklikten kopmak bazılarının o kıymetli üstünlük ve yetkinlik duygularını bir süreliğine de olsa tekrar canlandırmasını sağlayabilir. Olumsuzlukları uyuşturup yerine bu şekilde olumlu deneyimler koyabilmek, madde kullanımını iki kat pekiştirir. Gel gelelim madde kullanımı aynı zamanda maddeye erişime, akran grubunun etkisine ve kişilik faktörlerine bağlıdır. Kokain ve türevleriyle ilişkilendirilen güç hissi ve özgüven herkesin malumudur ama alkol yasaldır, nispeten daha ucuzdur ve erişimi çok daha kolaydır. Araştırmalara göre, narsisist özellikler antisosyal kişilik bozukluğuna ikincil olarak görüldüğünde bile madde kullanımını daha ciddi hale getirebilmektedir (McMahon, Malow ve Penedo, 1998).

Chase narsisist kişilik bozukluğunun madde kullanımının oldukça belirgin bir örneğidir. Diğer narsisistler gibi o da büyüklenmecidir, her şeyi kendine hak görür. Ona sorarsanız romanı emsalsiz, muazzam bir başarıya erişecektir. Haliyle de vaktinin tamamını bu roman üzerinde çalışarak geçirmeyi ve eşine hiç vakit ayırmamayı meşru görür. Buna rağmen eşinin onun her ihtiyacını gidermesini, hatta "seks kölesi" dahi olmasını bekler. Chase gözümüze Leonardo veya Gerald'dan daha az patolojik görünüyorsa, bunun sebebi kırılganlıklarının bilinçli farkındalık düzeyine daha yakın olması, büyüklenmeciliğini bir nebze hafifletmesidir. Ayrıca Gerald'ın annesi açıkça yüksek bir standart belirlemiştir ve o da annesinin güvenini boşa çıkarmamaya uğraşmaktadır. Chase'in ebeveynlerinin, en azından babasının onu aynı anda hem yüceltip hem ayıpladığı anlaşılmaktadır. Bunun sonucu olarak Chase'in kişiliği ikili boyuta sahiptir. Yüzeysel büyüklenmeciliği sayesinde havalarda gezinip durur ama içten içe, kendisinin harika çocuk mu yoksa bir hüsran mı olduğuna karar veremez. İçselleştirdiği, alkolik babasının kınayan sesi zihnine musallat olmaya ve onu aşağı çekmeye

devam eder. Chase aşırı içer çünkü bir yanı babasına inanır. Babasının sesinin ona dayattığı gerçeklik versiyonundan kaçmayı çılgınca ister; bu, Chase'in aşağılık, yetersiz ve "normalde" gösterdiği üstün performansa rağmen muhtemelen başarısız olduğu bir gerçekliktir. Hal böyle olunca, içtiği zaman kendine yönelik aşağılamaları serbest kalır ve paradoksal biçimde eşine yapışır; Chase çocukken kendisinin maruz kaldığı nutukları bu defa eşine çeker.

## Terapi

Normal ölçüde teşvik gördüğü takdirde çoğu narsisist abartılı benlik imgesine yeterli zemin bulabilir, böylelikle toplumun içinde bir nebze olsun başarılı bir işlevsellik kazanabilir. Büyük bir kısmı kendi başının çaresine kolaylıkla bakabileceği kanısındadır ve bu gururu yüzünden ebeveynlerinin üstlerine düşenleri yeterince yapmamış olduklarını reddeder. O halde Chase burada bir istisnadır çünkü narsisistler terapiye nadiren kendi rızalarıyla başvururlar. Böyle bir yardım almaya kalkışsalar bile "en iyi doktoru", kendilerini anlayabilecek özel birini arar, kalan herkesi değersizleştirirler. Her halükârda terapiye başvuran narsisistlerin amaçları onları rahatsız eden boşluk ve yetersizlik duygularını bir nebze olsun hafifletmek, eski büyüklenmeci hallerini (yani kusursuz benliklerini) anlamaktansa ona tekrar kavuşmaktır (McWilliams, 1994).

Terapistin amaçlarıysa farklıdır. Ve aradaki bu fark belirgin hale gelince, narsisistler tanı amaçlı uygulanan testlere direnç gösterebilir veya terapistin mesleki açıdan yetersiz olduğunu göstermeye çalışabilirler. Başlangıçta bizzat seçtikleri terapistin onların sorunlarının başkalarının eksikliklerinden kaynaklandığını kabul etmesi beklentisi içinde olabilirler. Oysa terapinin gerçek amacı devreye girmeye başlayınca terapiste ciddi bir mesafe almaları, kendilerini keşfetmelerine yönelik teşviklere direnmeleri ve onların kusurlarına işaret eden her tür yoruma içerlemeleri muhtemeldir. Hal böyle olunca bazıları terapistle yorum savaşına girerek onun üzerinde tahakküm kurmaya veya onu ele geçirmeye çalışır: Bakalım hangisi diğerinin içini daha derin görebilecektir? Bir kısmı da terapiyi bırakır ve asla geri dönmez. Kişinin öyküsünde narsisist öfkenin yer alması bu olumsuz sonucun alametlerindendir; başkalarını gerçekten önemsediğine ilişkin göstergeler ise muhtemelen iyiye işarettir.

### Terapideki Tuzaklar

Paradoksal biçimde narsisist kişiliği tedavi etmenin en zor yanı çoğunlukla terapi ilişkisinin doğasıdır. Çoğu terapist hastalarını samimiyetle desteklemeye, teşvik etmeye alışıktır. Kişi ne kadar narsisistse, bu tarz bir tedaviye olumlu yaklaşma olasılığı da o kadar yüksektir. Destekleyici bir terapistten takdir gör-

mek, narsisistlerin kanatlarını başarıyla açmalarını mümkün kılacak ana karnı gibidir. Sorun da tam olarak buradadır zaten. Eğer terapist fazla destekleyici davranırsa, narsisistler kendilerine dair şüpheleriyle örülü kozalarından birden çıkıp terapiyi palas pandıras bırakabilirler. Belki başka insanlar sorunlarıyla baş edemiyor olabilirler ama bu durum narsisistler için geçerli değildir. Diğer bir seçenek de terapiye hiç bitmeyecekmişçesine devam etmeleri, terapistin desteğinden güç almaları, böylelikle bozukluğun özünün pekişmesidir. Daha da fenası eğer terapist de biraz narsisistse, kurdukları karşılıklı övgü cemiyetinde birbirlerine ne kadar da ufku geniş veya kıvrak zekâlı olduklarını söyleyip dururlar; insanlığın kalanını oluşturan zavallı güruhun vaziyetinden yakınırlar. Böyle bir durumda değişim imkânsız hale gelir.

Narsisistlerin davranışlarıyla yüzleşmelerini sağlamak şöyle dursun, bunlara dair bir yorumda bulunmak bile meseledir. İlk olarak, her tür yorum terapistin bir şey söylemeye ihtiyaç duyduğu anlamına gelir; yani narsisistin önemli bir şeyi atladığını veya gerçeklikle ilgili bir derse ihtiyaç duyduğunu ima eder. İkincisi, herhangi bir yorum yapmaya teşebbüs ederek terapist narsisisti anladığını varsaymış olur; halbuki narsisistin sorunları biriciktir ve kendisi de sıradan faniler için fazla gelişkindir. Dolayısıyla bazı narsisistler aşırı hassasiyetleri nedeniyle, seanslar ilerledikçe kırılganlığının daha da ifşa olmasından korkarak terapiyi bırakır. Bazılarıysa kendisinin herkesten üstün olduğuna ilişkin tutumuna ters düşen bir durumla karşılaştığı için bırakır.

Bir ihtimal de terapiye devam etmeleri ancak artık avam tabakasının (yani onları eleştiren kitlenin) bir parçası haline gelmiş olan terapistin uzmanlığını sorgulamaları, değersizleştirmeleridir. Bu kibirleri hem kendilerini korumaya hizmet eder hem de ilişkilerde saldırgan bir görünüme bürünür, terapisti ya tehditle susturur ya da terapistin davranışlarını terapiyi narsisistin uygun gördüğü biçime hizmet etmek üzere şekillendirir. "Ben konuşacağım, sen dinleyeceksin, benim parıltımdan keyif alacaksın, bana hayran olacaksın ve iltifat edeceksin. Bundan aşağısını itici bulurum ki zaten gerçekçi de olmaz." Veya diğer insanların onların sorunlarını öngörmesi gerektiğini varsaydıklarından, herhangi bir yorum girişimi içeriği ne olursa olsun rekabetçi bir kontrol mücadelesine yorulabilir. Bu durumda narsisistler oldukça kınayıcı, öfkeli hatta hiddetli hale bürünebilirler. Bu tür bariz dirençler doğrultusunda, terapistlerin kendi karşıaktarım tepkilerini iyi değerlendirmeleri gerekir: Bu danışana karşı gerçekten ne hissediyorum?

## Stratejiler ve Teknikler

Terapiyi neredeyse bir çelişki haline getiren sebepler yüzünden terapi süreci de ince bir çizgide ilerler. Terapinin ilk evresinde güçlü bir işbirliği kurulması

gerekir. Kişiyi uyumsuz örüntüleriyle vaktinden önce yüzleştirmek terapinin sonlanmasına yol açabilir. Bir yandan danışanları, gerçek bir değişim yaşanmasını sağlayacak kadar terapide kalmaya motive edebilmek için onlara yeterince empati ve ilgi göstermek gerekir. Geçmişteki başarıları gözden geçirmek ve narsisistlerin kendilerine odaklanmalarını sağlamak depresif semptomları biraz hafifletebilir. Diğer yandan eğer terapist fazla destekleyici davranırsa, bu defa da narsisist fazla şişip artık değişmeye ihtiyaç duymadığı bir noktaya gelebilir. Narsisist iyileştiğine inanır ama aslında yalnızca semptomlarında bir hafifleme olmuştur; geriye bu semptomların müsebbibi olan altta yatan kişilik patolojisi kalmıştır.

Kişilerarası yaklaşımdan baktığımızda narsisistler kendilerini daha az ayrıcalıklı görmeli, başkalarına daha az haset duymalı ve kibirli büyüklenmeciliklerini azaltmalıdırlar. Benjamin'e (1996) göre bu kişilerin kendi nahoş içsel deneyimlerini yansıtan nazik, tutarlı, isabetli bir empatiye ihtiyaçları vardır. Narsisistler, başkalarından daha olumlu tepkiler almalarına vesile olacağına inandıkları takdirde değişmeyi düşünebilirler. Gel gelelim hangi unsurların ön plana çıkarılıp onaylanacağını belirlemek kritiktir. Mesela rakiplerine yönelik kibirli duygularla özdeşleşmek bilinçdışı hasedin varlığını yok sayar, dolayısıyla narsisist örüntünün devamına hizmet eder.

Benjamin (1996) bunun yerine terapistin, narsisist açısından gelişme çağında duygusal öneme sahip olmuş kişileri tespit edip onlarla mevcut durum arasında bağlantı kurmasını önerir. Eğer anne kendini tamamen danışana adamışsa, terapist "Anneniz rakibinizin gazeteye çıktığını duysa ne derdi?" diye sorabilir. Buradaki mantık, ona evrenin merkezi gibi davranmış ve ondan da tam olarak bu olmasını beklemiş annesinin beklentilerini yerine getirememiş olmasıdır. Danışan aradaki bu bağlantıyı daha net görebildiği zaman, sırf bir narsisist olarak kendi iç dünyasının kontrolünün başkasında olması fikrinden hoşlanmaması sebebiyle bile olsa, hasedi azalacaktır. Benjamin bir akşam işten geldiğinde kendisini kapıda karşılamayan eşine sinirlenen bir narsisisti örnek verir. Adam eğer ocakta yemeğin yanmakta olduğunu ve kadının bu yüzden kapıya gelemediğini anlayabilirse, ondan sürekli ilgi ve hayranlık görme ihtiyacının verdiği kırılganlığı aşabilir.

Benjamin'in (1996) önerilerinin pek çoğunun kökünde paradoksal bir terapi yaklaşımı yer alır; patoloji kendisine karşı bölünür. Bir ihtiyaç olarak resmedilen büyüklenmecilik, kişinin güçlü veya kendi yolunu kendi çizen biri olduğuna dair benlik imgesiyle uyumsuz hale gelir. Benjamin'e göre narsisist kişiliğin kabahati olan dışsallaştırma eğilimine karşılık, terapist küçük hatalarda sorumluluğu üstlenebilir. Böylelikle narsisist kendi insani kusurlarıyla barışık, suçu başkalarına atma ihtiyacı duymayan bir örnek görmüş olur. Terapistin teşkil ettiği bu örnek sayesinde narsisist, hemen her şeyin "kusursuz" olduğu için övüldüğü ve eğer

bir kusuru varsa büsbütün değersiz addedildiği çocukluğunda öğrendiklerinden kaçabileceği bir zemine kavuşur. Etkili olabilecek başka kişilerarası stratejiler de vardır. Çift ve aile terapisi, partnerlerle bir uzmanın rehberliği eşliğinde pazarlık edilmesini sağlayarak narsisist davranış kalıplarını kırmaya yardımcı olur, bu da daha gerçek bir doyum sağlayacak yeni iletişimlerin önünü açar.

Kişilerarası teknikler, aynı hedefler doğrultusunda eşzamanlı olarak kullanılacak bilişsel stratejilerle birleştirilmelidir. D. David (Beck ve diğ., 1990 içinde) narsisistlerin depresif semptomların da eşlik ettiği otomatik düşüncelerinin merkezinde gerçekleşmemiş hayal ve beklentilerin, başkalarının kusurlarının ve sanki depresif hisseden ilk insan kendileriymiş gibi çaresizliklerinin biricik olduğu inancının yer aldığını söyler. Ona göre uzun vadeli tedavi hedefleri kişiden kişiye fark gösterir ancak bu hedefler arasında "hastanın kendine dair büyüklenmeci görüşünün değişmesi, bilişsel açıdan başkalarının görüşlerine daha az odaklanması, hakkındaki değerlendirmelere verdiği duygusal tepkileri daha iyi yönetebilmesi, diğer insanların duygularını daha fazla fark etmesi, duygusal açıdan daha empatik bir yaklaşım benimseyebilmesi ve istismarcı davranışlarının ortadan kalkması" muhtemelen yer alacaktır (s. 248). Büyüklenmecilik ve kendine dair kavramsallaştırmalarındaki siyahla beyaz arasındaki salınım bilişsel çarpıtma emaresidir ve bunun düzeltilmesi, daha gerçekçi, somut, bütünleşik bir benlik imgesinin oluşturulması gerekir.

Benzer şekilde Davis'e göre gerçekçi olmayan fantezilerin yerini de, daha kolay erişilebilecek başarıların barındırdığı ödüllerle ilgili düşünceler almalıdır. Mesela kişi bir rock yıldızı olmak yerine yaşadığı şehirde faaliyet gösteren bir grupta çalabilir. Bu tür fanteziler bir yandan kişinin özgüvenini yükseltirken diğer yandan da onun başarısızlık olasılığına duyarlılığını ortadan kaldıran gerçekçi provalara dönüşür. Uyumsuz inanışların yerine daha işlevsel olan alternatif inanışlar koyulabilir. "Herkes gibi insanız ama bu biricik olduğumuz gerçeğini değiştirmez" (alıntılayan Beck ve diğ., 1990, s. 249) bu alternatif inanışlara bir örnektir. Davis ayrıca narsisistlerin kendilerini başkalarından üstün bir noktaya yerleştirmektense kişisel benzerlikler aramaları gerektiğini öne sürer. Ortak zemin bulmak, başkalarıyla empati kurmanın da önkoşuludur. Empati becerisini daha da artırmak için rol yapma egzersizlerinden yararlanılarak narsisistlerin başkalarının duygularını doğru tespit edebilmeleri ve bunların önemine dair inanışlar geliştirmeleri sağlanabilir. Ayrıca, belki birine iltifat etmek gibi çok basit bir yerden başlayarak alternatif etkin ilişki kurma biçimleri önerilebilir.

Narsisistlere yönelik psikodinamik terapi genellikle ya Kernberg'in ya da Kohut'un formülleştirmelerini temel alır. Kernberg (1984) yüzleştirmelerin daha fazla yapıldığı dışavurumcu bir psikoterapi tarif eder; burada amaç, danışanların kendi bilinçli ve bilinçdışı öfkelerinin kökenini anlamalarını sağlamak, terapiste

yönelik olumsuz aktarımlarını incelemek ve bölme, yansıtma, yansıtmalı özdeşim gibi savunmaları nasıl kullandıklarını ele almaktır. Bu yaklaşım, Kernberg'in büyüklenmeci benliğin sınırda kişilik düzeyindeki tutarsız işlevselliğe karşı bir savunma görevi gördüğünü ancak erken bağlanma figürlerine karşı oral öfkeyi gizlediğini savunduğu kuramına dayanır. Bu doğrultuda terapi de çocukluktaki bu ilişkilerin sonuçlarının terapistle ilişkide nasıl yeniden yakalandığına odaklanır. Kişiler aradaki bağlantıyı anladıklarında, diğer ilişkilerindeki patolojilere dair de içgörü kazanmalarının önünün açılacağı varsayılır. Diğer yanda ise Kohut'un modeli büyüklenmeci narsisizmin çocuklukta görülen yetersiz veya problemli empatiye bağlı bir gelişim ketlenmesi olduğunu savunur. Bu doğrultuda terapide erken dönemdeki mahrumiyetler tekrardan canlandırılmaya çalışır, terapist sürekli empati gösterir ve uygun şekilde aynalama yapar, böylelikle danışanın büyüklenmeci benliğe duyduğu ihtiyacı aşmasına yardımcı olunur.

## Özet

Narsisist kişilik bozukluğu diğer insanlarda rahatsız edici, büyüklenmeci, empati yoksunu bir imaj yaratır. Narsisistlerin büyük kibirleri, emsalsiz bir zekâya ve şöhrete sahip olduklarına inanmaları, gezegende birlikte yaşamak zorunda kaldıkları zavallı fanileri aşağılamaları; onları aile mensupları, eşleri ve iş arkadaşları için çekilmez kılar. Oldham ve Morris'in (1995) bahsettikleri özgüvenli tarzda ya da Millon'ın (Millon ve diğ., 1994) tarif ettiği girişken tarzda olduğu gibi narsisizmin normal sınırlar dahilinde kalan pek çok versiyonu vardır. Bu kişilerin sahip oldukları özellikler aslında kapitalist bir toplumda öne geçebilmek bakımından son derece değerlidir. Gel gelelim bozukluk düzeyinde, özgüven ve sağlıklı girişkenlik büyüklenmeci bir özsaygıya; başka insanların güçlü yanlarına, yeteneklerine ve duygularına hiçbir şekilde itibar etmemeye ve aşırı kibire dönüşür.

Diğer kişiliklerin özelliklerini narsisistinkiyle bir araya getiren çok sayıda alttip vardır. İlkesiz narsisist, sadist kişiliğin özellikleriyle narsisistin sosyal cazibe becerilerini ve pek az ahlaki kısıtlamayı içselleştirmiş oluşunu bir araya getirir. Şehvetli narsisistler birden fazla partneri erotik biçimde baştan çıkarmaya odaklıdırlar. Telafici narsisistlerde kaçıngan ve negativist kişilik özellikleri bulunur. Elitist narsisistler ise saldırgan bir özgüvenle doludurlar.

Narsisist özellikleri tarihi metinlerde, Yunan mitolojisinden Kitab-ı Mukaddes'e pek çok yerde görmek mümkündür ama bunlara açıkça psikolojik anlam yüklenmesi neredeyse 20. yüzyılı bulmuş, bunu ilk yapan da İngiliz psikolog Haveloch Ellis olmuştur. Narsisist kişilik bozukluğunun psikodinamik geçmişi kapsamlı ve dolambaçlı olmakla birlikte zaman içinde Freud'un, narsisizmi bir

benlik yatırımı olarak gören tamamen ruhsallık içi modelinden uzaklaşılmış ve narsisizmin erken dönemde kurulan ilişkilerden kaynaklı bir patoloji olduğu görüşü ön plana çıkmıştır. Horney, Reich ve Kernberg bu değişimde pay sahibi isimlerdir. Büyüklenmecilik, rasyonelleştirme ve fantezi narsisistlerin en sık kullandıkları savunma mekanizmalarıdır; klasik analitik dille ifade edecek olursak, bunlar ego idealinin cisimleşmiş halidir. Gelişimsel açıdan, psikanalize göre narsisistlerin ebeveynleri onları gerçekte oldukları kişi için değil, hayali birtakım özellikleri için sevmişlerdir. Ayrıca, Kernberg narsisistlerin ne kendilerine ne de diğer nesnelere dair bütünleşik bir kavramsallaştırma yapamadıklarını öne sürmüştür.

Kişilerarası ilişkiler açısından narsisistler genellikle kendilerini her şeye kadir görmeleri ve başkalarına karşı empati yoksunu tavırlarıyla tanınırlar. Bu da yakın ilişkiler kurmalarını neredeyse imkânsız hale getirir zira diğer insanlar partner olarak değil, narsisistin egosunun bir uzantısı olarak görülür. Narsisistler genellikle iyi bir ilk izlenim bırakırlar ama soğukkanlı ve özgüvenli görünen doğaları nedeniyle çok geçmeden başkaları da onları kibirli, burnu havada bulmaya başlar. Ayrıca hakaret addettikleri davranışlara karşı son derece hassastırlar ve genellikle kendilerine tapınacak küçük bir hayran grubu oluşturma çabası içindedirler. Benjamin'e göre gelişim sürecinde narsisistlerin ebeveynleri kendi ihtiyaçlarını hiçbir şekilde açık etmeyip bebeğe tapınmakla meşgul olmuşlardır. Bunun sonucunda da çocuk başkalarının, kendi arzuları olan ayrı varlıklar olduğunu öğrenememiştir.

Bilişsel açıdan, narsisistler gerçekliğin yerine hayal gücünü ve hülyaları koyarlar. Geçmişleri, şimdileri ve gelecekleri, onların ihtişamını artıran bu hayallerin izini taşır. Diğer bilişsel süreçlerse narsisistin kırılgan yanlarını korumaya alır; mesela fikirlerinin kökten yanlış olması korkusu nedeniyle hipotezleri test etmeyi reddederler. Ayrıca siyah beyaz düşünmeye ve başkalarıyla aralarındaki ufak farklara odaklanmaya meyillidirler.

Narsisist örüntülere ilişki biyofiziksel hipotezler hâlâ belirsiz olsa da, duygudurum ve mizaç bakımından bazı gözlemler yapılmıştır. Çoğu durumda narsisistler kaygısız bir ruh hali içindedirler ve hayata olumlu bir bakış açıları vardır; genellikle rahat hal ve tavırlar içindedirler. Gel gelelim üstünlük hisleri bir yerden darbe alırsa; boşluk, değersizlik, utanç duygularının egemenliğindeki sinirlilik, gerginlik, keyifsizlik biçimli bir değişim yaşanabilir ve bu yeni durum çabucak referans hatları haline gelebilir.

Evrimsel açıdan narsisist pasifçe kendisine odaklıdır. Narsisistler salt varoluşları dolayısıyla kendilerini koşulsuz övgü ve takdire şayan görür, ödül kazanmak için herhangi bir şey yapmalarına veya sorumluluk almalarına gerek olmadığına inanırlar. İlginçtir ki narsisist kişiliğin iki gelişim yolu olduğu an-

laşılmaktadır: Birinde ebeveynler çocuğu aşırı şımartırlar, diğerindeyse çocuğa karşı ihmalkâr ve otoriter davranışlar sergilerler.

Narsisistlerin histrionik, antisosyal, paranoid ve sadist kişiliklerle yüzeysel benzerlikleri vardır. I. Eksen'deki bozukluklardan hiçbiriyle sistemli bir bağlantısı bulunmasa da, bu bozukluklardan birinin görüldüğü durumlara narsisizmin kendi damgasını vurduğu açıkça ortadadır. Narsisistler çoğu kişiliğe kıyasla daha az kaygı bozukluğu yaşarlar ama yine de sosyal fobilere ve obsesyonlara yatkınlıkları vardır. Ayrıca çoğu, depresif bozukluğa karşı dayanıklı olsa da yine de düşük dereceli depresif semptomlar yaşayabilir. Madde kullanımı sık karşılaşılan bir sorundur; narsisistler maddeyi, kendilerine verdikleri değeri sarsan olaylara ilişkin farkındalıklarını uyuşturmak için kullanırlar.

Çoğu narsisist psikoterapiye şiddetle direnir. Terapiye devam etmeyi seçenler içinse kaçınması zor nice tuzak vardır, ki terapistin narsisisti fazlaca teşvik etmesi ve haliyle terapiyi asla bırakmak istememesine neden olması da bunlardan biridir. Yorum yapmak, hatta genel bir değerlendirmede bulunmak bile genelde zordur. Başarılı bir tedavi için güçlü bir işbirliği kurmak ve narsisisti kendi davranış ve örüntüleriyle doğru zamanda yüzleştirmek gerekir. Kişinin her şeyi kendine hak görmesini azaltmak ve başkalarının duygularına yönelik farkındalığını artırmak için kişilerarası ve bilişsel stratejilerin bir arada kullanılması en etkili seçenek olabilir.

# XI
# Şizoid Kişilik

## Amaçlar

- Şizoid kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
- Yalnız ve münzevi kişilikler şizoidin normal türleridir. Bazı özelliklerini açıklayıp onları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
  Şizoid kişiliğin alttiplerini sıralayıp her birinin diğer kişilik türleriyle bağlantısını göstermek.
  Şizoid kişiliğe genetik, nöroanatomik ve nöropsikolojik yaklaşımları özetlemek.
  Kişilikteki şizoid eğilimler fetüsün yaşadığı prenatal sıkıntılardan kaynaklanıyor olabilir mi?
  Psikanalitik geleneğin şizoid ve kaçıngan kişilikler arasında neden ayrım yapmadığını açıklamak.
  Psikanalitik yaklaşımın şizoid kişiliği açıklama girişimlerini anlatmak.
  Kişilerarası yaklaşım şizoid işleyişi anlamamıza ne gibi katkılar sağlar?
  Başkalarıyla kurulan etkileşim, kimlik duygusunun gelişmesini sağlar.
  Şizoidlerin sosyal soyutlanmaları biliş içeriklerini nasıl etkiler?
  Şizoidlerin başka kişilik bozukluklarıyla ortak özellikleri vardır. Bu diğer bozuklukları sıralamak ve her birinin şizoidden farkını açıklamak.
  Şizoidler genellikle kaygı yaşamazlar. Sosyal açıdan aşırı veya yetersiz uyarılmanın onlarda nasıl kaygı uyandırabileceğini açıklamak.
  Şizoid kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

Derse giderken, çimlerde oturmuş, sırtını ağaca yaslamış, açık ders kitabını ters çevirip dizine yatırmış, boş boş havaya bakan birinin dikkatinizi çektiğini düşünün. Bu kişiyi hemen tanıyorsunuz: Birlikte aldığınız bir ders var. Sınıftaki diğer coşkulu öğrenciler ona sürekli dırdır ediyor, onu hep azarlıyorlar ama beyhude; sanki duygusal açıdan kopuk ve kayıtsız bir hali var, neredeyse donuk görünüyor. Hoca onun akademik performansını övdüğünde de kayıtsız kalan çocuk bu. Yaklaşırken, ona bakıp gülümseyerek başınızla selam veriyor, böylelikle onu gördüğünüzü belli edip bir tepki bekliyorsunuz. O da size başıyla selam veriyor ancak ardından kitabını okumaya kaldığı yerden devam ediyor. Dostane bir teklif yapıp öğle yemeğini birlikte yemeyi öneriyorsunuz. Bu teklifinizi "Yalnız takılmayı tercih ederim" diyerek geri çeviriyor, tıpkı daha önce pek çok teklifi geri çevirdiği gibi. Aslında kendinden bekleneni yapmış olsa da reddedilmekten mi korktuğundan yoksa gerçekten de yalnızlığı mı sevdiğinden emin olamıyorsunuz. Bunun üzerine düşünürken, onu daha önce hiç birileriyle birlikte görmediğinizi veya arkadaş edinmeye çalıştığına şahit olmadığınızı fark ediyorsunuz. Acaba gerçekten de hayatı tek başına yaşamayı mı seviyor, insanlarla ilişki kurmaya hiç mi ihtiyaç duymuyor? Bu sorunun yanıtı, evet. Bu bölümde göreceğimiz üzere, karşılaştığınız bu özellikler **şizoid kişiliğe** aittir.

Tipik olarak insanlara mesafeli duran ve içedönük yapıları olduğu düşünülen bu kişiler kendi hallerinde olmayı severler. Minimum düzeyde aile ilişkileri haricinde şizoid kişilikler veya şizoidler, platonik ya da cinsel hiçbir ilişkiye ihtiyaç duymazlar. Onların durumu; özellikle de utangaçlıktan kıvranan, insanlarla yakınlık kurup kabul görmeyi delice arzulamasına rağmen küçük düşmekten, rezil olmaktan veya utanılacak bir şey yapmaktan korkan kaçınganınkinden farklıdır. Şizoidler kendi başlarına olmayı tercih ettiklerinden, hayatları boyunca kişilerarası ilişkilerden kaynaklı pek az stres yaşarlar zira başkalarının onlardan olası taleplerinden muaftırlar. Ne övgüye ne de eleştiriye yanıt verdiklerinden, çoğumuz için önemli olan sosyal dinamikler onlar için önemsizdir. Haz veya öfke gibi duyguları uçlarda yaşama becerisi onlarda yoktur sanki; heyecanlandıkları da, sinirlendikleri de nadir görülür. Duygusal deneyim ve ifadeleri bazen öyle künttür ki dünyadan ve hatta kendilerinden kopuk oldukları izlenimi yaratırlar. Daima durgun ve kayıtsız bir halde sessizce, kimseye bulaşmadan işlerini yapar ve kimsenin, hatta rutin olarak görüştükleri kişilerin bile dikkatini çekmezler. Kendi hallerine bırakıldıkları takdirde muhtemelen sonsuza kadar arka planda göze batmadan yaşayıp giderler.

İlk vaka çalışmamız olan Leonard (bkz. Vaka 11. 1) şizoid kişiliğin genel bir tablosunu çizer. Leonard'ın asosyal yapısının kitap danışma birimindeki görevine uymadığı anlaşılmıştır. Leonard insanlara sıcak davranmakta, gülümsemekte, havadan sudan konuşmakta veya sosyal etkileşimin inceliklerini yerine

Leonard, müdürü tarafından üniversitenin Çalışan Destek Programı'na yönlendirilmiş ince uzun bir adamdı. Müdürün neden böyle bir yönlendirme yapma ihtiyacı duymuş olabileceği kendisine sorulduğunda Leonard "Belki benden daha iyi bir performans bekliyordur" yanıtını vermişti. Aklına başka bir açıklama gelmemiş, müdürünün ne gibi bir tatminsizliği olabileceğini kavramakta zorlanmıştı ve pek de umursar bir hali yoktu. Kütüphanede çalışmaya başlayalı henüz bir sene olmamıştı. İlk başta onu danışmada görevlendirmişlerdi ama ziyaretçilerle iletişim kuramadığından nihayetinde tek başına çalışmak üzere depoya verilmişti ki kendisi de bu pozisyonu tercih ediyordu.

Görüntüsünün en dikkat çekici yanı, duygu eksikliğiydi. Ne bastırmaya çalıştığı bir öfkesi ne de herhangi bir korkusu veya rahatsızlığı vardı. Yaşayabileceklerine dair kaygı veya merak da sergilemiyordu. Leonard çevresinden oldukça kopuk görünüyor, rutine bağlamışçasına yavaş ama otomatik cevaplar veriyordu. Ayrıca pek göz teması da kurmuyordu.

Leonard'dan bilgi almak zaman isteyen bir işti. Bazen soruları yanlış anlıyordu. Duygusal nüanslar taşıyan cümleleri çözmesi zaman alıyordu. Anlasa bile, duygusal içeriği yok denebilecek düzeyde kısa cevaplar veriyordu. Kullandığı tek tük mimiklerse çoğu zaman konuşmasının içeriğiyle uyumsuzdu.

Tüm bunlar bir yana Leonard kötücül biri değildir. Sadece, görüşmeyi yapan uzmanla bağ kurmamıştı; keza dünyayla da böyle bir bağı yoktu. Arkadaşlarının, iş arkadaşlarının, mevcut veya eskide kalmış herhangi bir önemli ilişkinin bahsi geçmiyordu. Bunun yerine boş zamanlarını tek başına, televizyon izleyerek veya "ihtiyacım olan tek şey" dediği model uçaklar üzerinde çalışarak geçirmeyi tercih ediyordu. Gel gelelim en sevdiği program veya dizi sorulduğunda aklına bir isim gelmiyordu. "En sevdiği" kavramını anlamıyordu. Ailesinde kendisine yakın hissettiği biri olup olmadığı sorulduğunda, "yakınlık" meselesi kafasını karıştırmış ama üniversitede işe girerse sigortaya sahip olabileceği tembihi in ablasından geldiğini söylemişti. Daha detaylı sorular sorulduğunda ailesinin civarda yaşadığı ve onunla teması sürdürdüğü, Leonard'ın ise taşınıp aylarca kimseye haber vermediği zamanlar olduğu öğrenilmişti.

Leonard'ın davranışlarının asi ya da isyankâr olduğu söylenemez çünkü "asiliğin" ne olduğunu dahi anlamaz. İşyerinde ona, bazı konuları düzeltmezse işten çıkarılabileceği söylendiğinde bunu anlar ama bu olasılık onda kaygı uyandırmaz.

**Şizoid Kişilik Bozukluğu**
*DSM-IV* Kriterleri

6 Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; kişi toplumsal ilişkilerden sürekli kopuktur ve duygularını kısıtlı ölçüde ifade eder; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

2 1. Ailenin bir parçası olamadığı gibi, ne yakın ilişkiler kurmak ister ne de yakın ilişkiler kurmaktan zevk alır.

7 2. Hemen her zaman tek bir etkinlikte bulunmayı tercih eder.

3. Başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya ilgisi olsa bile çok azdır.

4. Keyif aldığı etkinlik ya hiç yoktur ya da pek azdır.

5 5. Birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşı veya sırdaşı yoktur.

6. Başkalarının övgü ve eleştirilerine kayıtsız kalır.

2 7. Duygusal soğukluk, kopukluk veya tekdüze bir duygulanım gösterir.

4 B. Şizofreni, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğu veya başka bir psikotik bozukluk sürecinde ortaya çıkmaz ve genel tıbbi durumun fizyolojik etkilerine doğrudan bağlı değildir.

1 **Not:** Şizofreninin bir türünün başlangıcından önceki tanı kriterleri karşılanıyorsa, "premorbid" sözcüğünü ekleyerek "şizoid kişilik bozukluğu (premorbid)" şeklinde belirtiniz.

7

getirmekte zorlanır. Hatta yakınlık ihtiyacı onun anlamakta zorlandığı, kendi deneyiminin çok ötesinde bir kavramdır. Sosyal bir yaşam tarzını benimsemek yerine, boş vakitlerini tek başına televizyon izleyerek veya model uçak yaparak geçirmeyi yeğler (bkz. 2. kriter). Düşmancıl değildir, sadece kayıtsızdır. İnsanlar ona gülümsediklerinde veya onunla sohbet etmeye çalıştıklarında ondan bir tür tepki beklendiğini sezer ama ya ne tür bir karşılık verebileceğini bilmez ya da içinden pek bir şey demek gelmez. Bu nedenle insanlar doğrudan doğruya, Leonard'ın pek kimseye benzemediği sonucuna varır, onun kasten mesafeli ve küçümseyici davrandığını, hatta belki iki satır sohbet dahi etmeyecek kadar kibirli olduğunu düşünür. Gerçekteyse sadece kayıtsız bir yapısı vardır ve insanlarla iletişim kurmaya meyilli değildir.

İnsan ilişkilerinden kopukluk, şizoid kişiliklerin hepsinin merkezinde yer alan bir temadır. Leonard'da bu, aile ilişkilerine kadar uzanır (bkz. 5. kriter). Mesela evini taşıdığında ailesine haber vermeyi aylarca ertelediği bilinmektedir. Haber verdiğindeyse ailesi, her ne kadar karşılık alamasa da onunla temas kurmayı sürdürür. Leonard bu tür ilişkileri tatminkâr bulmuyordur; hatta itici, aşırı uyarıcı ve kafa karıştırıcı bile buluyor olabilir. Aynı nedenle arkadaş edinmekten de kaçınır. Sosyal ilişkileri ne istediğinin ne de onlara ihtiyaç duyduğunun farkındadır. Arkadaşların onun yaşam kalitesine hiçbir katkısı yoktur. İnsanlar kütüphanede onunla diyaloğa girmeye çalıştıklarında onlara kısa kısa yanıtlar verebilir, hatta neredeyse kaba davranabilir, bu da etkileşimi sonlandırır veya sonlandırmasa bile onun kayıtsızlığını ortaya koyar. Aslına bakarsanız cansız nesneler dünyasında kendini çok daha rahat hissettiği anlaşılmaktadır; herhalde danışma yerine depoda çalışmayı tercih etmesinin nedeni de budur. Leonard'a kalsa, model uçaklardan başka bir şeye ihtiyacı yoktur.

Her ne kadar Leonard artık daha rahat ettiği bir yere geçmiş olsa da, insan ilişkileri dünyasından kopukluğu muhtemelen işyerinde ona sıkıntı yaratmaya devam edecektir. Söz konusu zorluklar yalnızca başkalarıyla iletişim kurma konusuyla sınırlı kalmaz, iş arkadaşlarının ve üstlerinin geribildirimlerinden yararlanma becerisine de uzanır. Ayrıca sosyal dünyadan çok az teşvik aldığından, değişmek için pek motivasyonu yoktur. Dolayısıyla işteki performansında alışılmışın dışında ne olduğunu ve insanların neden ondan memnun kalmadıklarını tam olarak anlayamaz ve müdürünün değerlendirmesi doğrultusunda bazı değişiklikler yapmak için bir sebep görmez. Övgüye de eleştiriye de kayıtsızdır (bkz. 6. kriter). İşten çıkarılsa bile muhtemelen kızmayacak veya rahatsızlık duymayacaktır. Bunun yerine, temel ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olacak yeni bir iş aramaya koyulacaktır.

Leonard neden bu kadar kayıtsızdır? Şizoid kişiliğe aşina olmayanlar onun aşırı içedönük olduğunu düşünebilirler. Gel gelelim eğitimli bir göz Leonar-

do'nun klinik görüşmesinde bu kişilik bozukluğunun bariz işaretlerini fark edecektir. İçedönükler ile şizoidler birbirlerine yalnızca asosyallik bakımından benzerler zira içedönükler duygusal deneyimlere ve duygularını ifade etmeye muktedirdirler. Öte yandan şizoidler en çok tekdüze duygulanımlarıyla kendilerini belli ederler (bkz. 7. kriter) ve Leonard'ın da duygularını ifade etme kapasitesi kısıtlıdır. Hatta herhangi bir haz deneyimleme kapasitesinin kısıtlı olduğu söylenebilir. Ayrıca korku, sinirleme, kaygı veya merak nedir bilmez; sadece değişmez bir duygusuzluğu vardır (bkz. 4. kriter). "En sevdiği" kavramını anlayamaması, ilgi ve hobilerinin kıtlığı, mimiksiz monoton konuşma tarzı buna işarettir. Diğer şizoidler gibi Leonard'ın yaşamında da tipik olarak bir şeyden büyülenme, bir şeye kendini kaptırma, yakınlık ve hatta neşe gibi şeyler görülmez. Ayrıca hayatında aşkın veya uç deneyimlere de yer yoktur çünkü bunların olabilmesi için kişinin kendisinden daha büyük bir şeyle bütünleşme becerisine sahip olması gerekir. İnsanlar genel olarak doğuştan kendini ifade etmeye yatkın, duygusal, sosyal varlıklar olarak düşünülür. Hal böyle olunca Leonard gibi bu tür insani özelliklerden mahrum kişiler robotumsu ve biraz mekanik görünürler. Bu kişilik bozukluğunu daha iyi anlamak istememize neden olan da bu anormalliktir.

Leonard örneğini verdiğimize göre artık başka meseleleri ele almaya hazırız ki bunların bazıları daha ileri seviyede tartışmaların mümkün olması için önkoşul teşkil eder. Şizoid terimi yarım yüzyılı aşkın süredir kullanımda olsa da, anlamı hiçbir zaman tam olarak oturmamıştır. Leonard vakasında gördüğümüz üzere *DSM*'deki tanı kriterleri, neredeyse tamamen normal insanlarda olup da şizoidlerde eksik olan özelliklere odaklanmıştır. *DSM* bize bu bozukluğun kendine has özelliklerini vermek yerine bunda neyin bulunmadığını (yani duygusal deneyim kapasitesi, motivasyon, cinsellik, kişilerarası hassasiyet ve ilişkilenme alanlarındaki eksikleri) anlatır. Bir kişilik bozukluğunu eksikler üzerinden tanımlamak, hayli tartışmaya açık bir yaklaşımdır. *DSM*'nin şizoidi bir tür çelişkidir: Tüm özellikler denklemden çıkarılınca geride kalanın tanımlanmaya çalışılması beyhude bir çabadır. Bir hava boşluğunu dolu dolu tasvir etmeyi kim başarabilir ki? Dolayısıyla bu kavrama ilişkin muhtelif yaklaşımlar diğer kişilik bozukluklarında olduğu gibi uyumlu biçimde bir araya gelmez. Benzer şekilde nice deneyimli klinisyen gerçek bir şizoid kişilikle hiç karşılaşmadığını iddia eder (mesela Benjamin, 1996).

Bozukluğu net biçimde anlatabilmek için önce bazı düzenlemeler yapmak gerekiyor. İlk olarak, kavramın doğası net olmadığından gelişim sürecindeki meselelere odaklanmayacağız. Biyolojik yaklaşımda yer verdiğimiz gelişim yolları fazla belirsiz, psikodinamik yaklaşımdakilerse karmaşık metapsikolojik formülleştirmelere fazlaca batmış durumda. İkincisi, bu bölümde bazı önemli kuramsal karşıtlıklardan yararlanarak bozukluğu hem yaygın hem de tanıdık

diğer kavramlarla birlikte bir yelpaze üzerine yerleştiriyor, böylece ona bir nebze içerik kazandırmaya çalışıyoruz. Evrimsel kuramda şizoid ve kaçıngan, kişilerarası alanda yelpazenin zıt kutuplarında bulunan mesafeli örüntüler olarak görülürler. Şizoidin pasif, kaçınganınsa aktif bir mesafeliliği vardır. Prototip halleri üzerinden düşünüldüğünde şizoid davranışsal açıdan durağandır; ilişkilerde ilgisiz, soğuk ve kayıtsızdır; bilişsel dünyası fakir ve hatta boştur; mizacı uyarılmaya kapalıdır. Oysa kaçıngan; huysuz ve tereddütlü davranışlar sergiler, ilişkilerde korkaktır, bilişsel açıdan zihni dağınıktır ve ıstıraplı, gergin bir mizacı vardır.

Her iki kişilik de normal içedönüklükle birlikte bir yelpaze üzerine yerleştirilebilir. Normallik sınırına yaklaştıkça aralarındaki fark belli olmaya başlar zira burada hem şizoid hem de kaçıngan özellikleri olan ama aynı zamanda normale yakın bir uyum sağlama kapasitesine sahip kişilerle karşılaşırız. Dolayısıyla her ne kadar dört dörtlük bir şizoidde kaçınganın sosyal alanda küçük düşme korkusu yoksa da, çoğunda bir miktar duygusal kapasite ve gelişkin bir fantezi dünyası vardır ama yine de yalnız bir hayat tarzını tercih eder. Genel patoloji seviyesi yükseldikçe, şizoid ve kaçıngan kişilikler arasında uzanan yelpaze yavaş yavaş *DSM*'de tanımlanan görünüme bürünmeye başlar. Son olarak, nihayetinde ikisinin birleşip daha sıradışı ve eksantrik olan şizotipal kişiliği oluşturduğu, bozukluk düzeyi daha da yüksek olan şizofrenik sendromlara kadar uzandığı söylenebilir (Millon, 1981). Şizoid ve kaçıngan kişiliklerin şizotipal kişilik ve şizofreniyle ilişkisini bir sonraki bölümde derinlemesine ele alacağız. Öncül kuramsal kavramları netleştirmek için şizotipal bölümündeki Şekil 12. 2'ye başvurabilirsiniz.

Tüm bunların ışığında, bu bölümde de diğer kişilik bozukluklarındakiyle aynı plan dahilinde hareket edeceğiz. İlk olarak normallikle anormalliği karşılaştıracak, ardından temel şizoid temanın çeşitlerine geçeceğiz. Sonrasında şizoid kişiliğe biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar anlatılacak. Bu bölümler kişiliğin bilimsel özünü oluşturur. Leonard gibi ana hatları çizilen karakter örneklerindeki gözlemlerimizi açıklayarak, yazınsal anektotlardan uzaklaşıp kuramın topraklarına girmeyi amaçlıyoruz. Her zaman olduğu gibi burada da geçmişle tasviri yan yana vereceğiz ve vaktiyle her bozukluğun farklı bir yanına dikkat çekmiş düşünürlerin katkılarını not edeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda var. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca şizoidle diğer kuram bazlı yapıları karşılaştırarak, şizoid kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiklerini tartışacağız. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacağız ve yine malzememizi alandaki klasik yaklaşımlar yani kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda düzenleyeceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Şizoid kavramının yapısı çok net olmasa da, pek çok okur şizoid örüntüde kendinden bir parça bulacaktır. Mesela herkesin oldukça içedönük bir tanıdığı illa ki vardır. Hepimiz ara sıra yalnız kalmak isteriz; buna bazen kafamızı toplamak veya bir şeyleri uzun uzadıya düşünmek, bazen sıkıcı toplantılarla geçen uzun bir günün ardından dinlenebilmek, bazen de arkadaş ve akraba ziyaretlerinin takmamızı mecbur kıldığı dostane maskeyi indirebilmek için ihtiyaç duyarız. Bu insanları seviyoruzdur ama sonuçta bizim de bir tahammül sınırımız vardır. Gel gelelim şizoid özellikleri olan kişilerin sosyal etkileşimlere dair hissiyatı genellikle hep bu yöndedir. Kişilerarası alana ait hiçbir şeyi doğası gereği ödüllendirici bulmadıklarından nesnelere, soyutlamalara veya pul koleksiyonculuğu, mekanik aletler ve hatta matematik, bilgisayar bilimi gibi onları dış dünyadan soyutlayacak hobilere yönelirler. Duygusal deneyim kapasitesi hâlâ bir nebze sağlam olan daha normal şizoidler ve kaçıngan özellikleri olanlar kendi arzu ve isteklerini sahneleyebilecekleri karmaşık bir fantezi dünyası yaratabilirler.

Şizoid kişiliğin normal sınırlar içine giren pek çok versiyonu öne sürülmüştür. Her biri, kavramın bütününden bir özelliği ön plana çıkarır. Normal sınırlara giren şizoid çeşitlerinin bir örneği Oldham ve Morris'in (1995) **yalnız tarzıdır.** Bu kişilerin arkadaşlık veya sosyal destek ihtiyaçları oldukça kısıtlıdır. En rahat, en özgür, en kendileri gibi hissettikleri an, yalnız oldukları andır. Bu nedenle sosyal soyutlanmanın verdiği nispi sükûnet ve teminat içinde yaşayıp çalışmayı tercih eder, sıkılmaktan veya yalnızlıktan korkmazlar. Kendi kendilerine yeten, kendi kendileriyle olmaktan memnun bu kişiler için benlikleri içlerindeki kutsal bir mekân gibidir; bu mekânda duygusal ve sosyal dünyalardan bağımsızdırlar. Yaşamı kayıtsızca gözlemler, herhangi bir konuda nadiren heyecanlanırlar. İtidalli soğukkanlılıkları onları tantanalı sosyal bağlardan kurtarır ama aynı zamanda onlara başkalarının kolayca atlayacağı detaylara dair entelektüel farkındalık kazandırır. İlişkilerde ara sıra yalnız kalmaya ihtiyaç duyar ve partnerlerinin istediği yakın ilgiyi nadiren gösterirler. İşyerindeyse verimli çalışırlar ancak takım projelerine uygun değildirler.

Benzer şekilde Millon ve diğ.'nin (1994) **münzevi tarzı** da duygusal alışverişlere ve başkalarıyla duygusal ilişki içine girmeye minimum düzeyde ihtiyaç duyar. Bu nedenle tek tük ilişkileri vardır ve insanlarla güçlü bağlar kurmazlar. Bunun yerine sakin, durağan, kaygısız, kalender bir görüntü çizerler ama bir yandan da sosyal ilişkilerde acemice davranışları olabilir veya diğer insanların duygularına kayıtsız kalabilirler. Bu insanlar yalnız kalmaktan hoşlanan, duygu ve düşüncelerini nadiren ifade eden, mahremiyetlerine düşkün kimselerdir. Sahne arkasında her zaman kendi hallerinde, sessizce, yöntemli bir çalışma yürütür-

ler ve geri planda kalmaktan da memnundurlar. Bir kısmı, zihinsel faaliyetlerin keyfine kapılmış içedönüklerdir. İnsanlar onları spontanlıktan, hayat enerjisinden nasibini almamış kişiler olarak görür.

Şizoid kişiliğin normal bir türev veya tarzını *DSM-IV*'teki tanı kriterlerinden de çıkarmak mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişiler, ailevi olanlar dahil hiçbir yakın ilişki içinde bulunmak istemez, mevcut ilişkilerinden de keyif almazlar. Bunu şizoid tarzı olan kişilerle karşılaştırabiliriz: Asosyal yaşam tarzının sağladığı sükûnet ve yalnızlık onları da rahatlatır ama gerektiği durumlarda başkalarıyla ilişki kurma kapasitesine de sahiptirler. Şizoid biri genellikle tek başına yapacağı faaliyetlere yönelik tercihlerde bulunur, bu da onun sosyal açıdan soyutlanmasına neden olur. Şizoid tarzı olan kişiler de şizoidlere bu bakımdan biraz benzerler; onlar da bir faaliyet esnasında diğer insanlarla mümkünse ya hiç ya da çok az temas etmek isterler ama bozukluğu olanların aksine eğer ortada bir amaç varsa ona erişmek için üretken biçimde etkileşim kurmaya hazırdırlar. Şizoid kişilikte cinsellik arzu edilmeyen, keşfedilmemiş topraklardır. Yine cinsel açıdan çok faal olmayan şizoid tarzdaysa ara sıra da olsa içinde cinsel duygular uyanır.

Şu ana kadarki kıyaslamaların her birinin altında yatan tematik bir fark göze çarpmaktadır: Şizoid tarzı şizoid kişilikten ayıran özellik, kapasitedir. Gerek şizoid tarz gerekse şizoid kişilik asosyal, soyutlanmış, aseksüel olmayı tercih eder ama yalnızca şizoid tarz gerekli durumlarda diğer yoldan gidebilme kapasitesine sahiptir. Leonard patolojik uca daha yakındır. Örneğin ailesiyle iletişimde kalma motivasyonu yoktur. Aileyle yakın oturmanın sağladığı rahatlık ve kolaylığa rağmen onlarla görüşmeye çalışmaz. Leonard'ın ailesine karşı kayıtsızlığı nedeniyle, aradaki ilişkinin sürebilmesi için aile çabalamak zorunda kalır. Hatta bu patoloji düzeyi öyle uç noktadadır ki Leonard'ın aile kavramını, anlam ve çağrışımlarını bile anlamadığı düşünülebilir. Şizoid tarz sıcaklık, yakınlık, başkalarıyla ortak bir geçmiş gibi kavramları anlar; Leonard'a ise tüm bunlar oldukça yabancı ve kafa karıştırıcı görünür. Şizoid tarz gerekli durumlarda başkalarıyla ilişki kurabilir; Leonard kuramaz. Kişilerarası durumların nüanslarını anlayıp bu doğrultuda tepkiler vermeyi başaramaz, depoya transfer edilmesinin sebebi de zaten budur.

Şizoid kişilik bozukluğunun kalan kriterleri de şizoid tarzın başka özelliklerini ortaya çıkarmak için normalleştirilebilir. Bozukluğu olanlar çoğu faaliyetten pek az zevk alırlar, tarzı olanlarınsa bazı hobileri veya ilgi alanları olabilir. Ayrıca bozukluğu olanların çekirdek aileleri haricinde yakın arkadaşları veya sırdaşları yoktur. Bu tarzda olanlarınsa daha çok tanıdıkları vardır ve bazen küçük bir sosyal grubun parçası olmaktan keyif alabilirler. Bu büyük oranda, bozukluğu olanların başkalarının tepkilerine karşı son derece kayıtsız olmaları

nedeniyle eleştirilere de övgülere de kulak asmamalarına bağlanır. Oysa bu tarzdan olanlar geribildirimleri üretken biçimde alıp gereken durumlarda davranışlarını bu doğrultuda değiştirebilirler. Bozukluğu olanlar duygusal açıdan soğuk ve mesafeli görünürler, ancak cılız duygusal deneyimler yaşarlar. Şizoid tarza sahip olanlara baktığımızdaysa iyi kötü bir duygu yelpazesine, bir yere kadar haz ve üzüntü yaşama kapasitesine sahip mutedil kişiler görürüz.

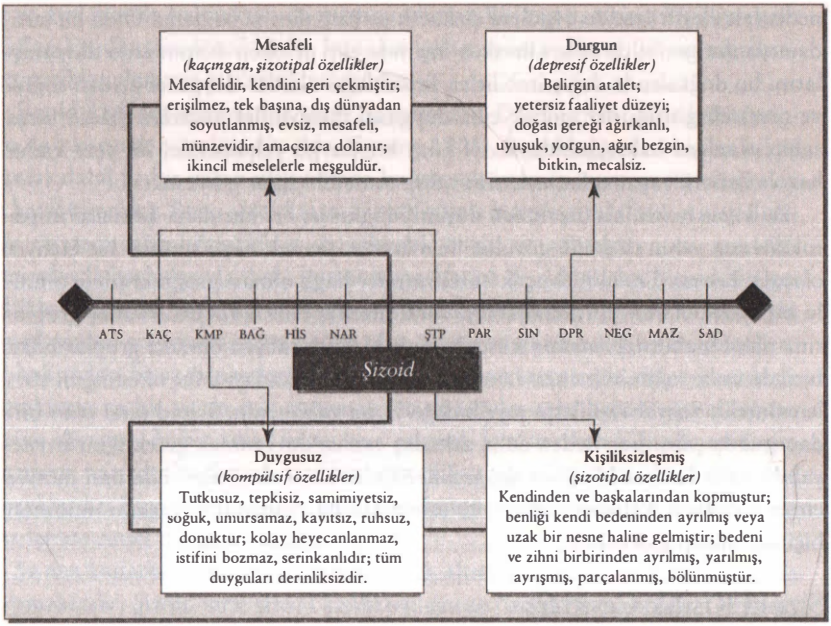
Bu kıyas noktaları üzerinden düşünüldüğünde, bir kez daha Leonard'ın patolojik uca yakın düştüğü görülür. Televizyon izlemek hayli sıradan bir faaliyet olsa da, Leonard'ın model uçak hobisine epey bağlı olması prognoz adına olumlu bir işaret olarak yorumlanabilir. Tarzı olanlar bazen küçük arkadaş gruplarına dahil olabilirler; mesela kütüphanede birlikte çalışan öğrenci gruplarından birinde onları görebilirsiniz. Leonard ise bir tek arkadaşı dahi olmadığını söylemektedir. Sosyal ilişkilerin teşvik değeri ona yabancıdır. Şizoid tarzı olan biri danışmada çalışırken neden daha arkadaş canlısı davranmak gerektiğini kavrayabilir ama Leonard bunu anlayamaz. Müdürünün eleştirileri bile onu motive etmeye yetmez. Leonard çalışsa da çalışmasa da, anhedonik yaşamı monoton biçimde sürüp gidecektir.

## Şizoid Kişilik Çeşitleri

Kişilik prototipleri arasındaki bu karşılaştırmalar aralarındaki farkı keskinleştirmiş olabilir ama aslında çoğu insan çeşitli kişiliklerden farklı özellikler taşır. Gerçek dünyada saf şizoid denebilecek pek az kişi vardır, keza diğer örüntüler için de aynısı geçerlidir. Temel kişilik tipine ayrı bir renk kazandıran, diğer ikincil yapılarla bileşimini yansıtan farklı kişilik varyasyonları herkeste vardır. Bir sonraki bölümde şizoid kişiliğin alttürleri anlatılacak. Bunların özetini Şekil 11. 1'de görebilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine denk düşebileceği gibi, düşmeyebilir de.

### Durgun Şizoid

Şizoid ve depresif kişilikleri bir araya getiren **durgun** şizoid yavaş kişisel temposu, düşük faaliyet düzeyi, canlı ve enerjik eylemlerden yoksunluğuyla kendini belli eder. Çabucak yorulan, motor dışavurumları oldukça zayıf olan durgunlar ya çok rahat ya da çok tembel görünürler; sorumluluklarını yerine getirmek üzere harekete geçemez, en basit hazların dahi peşinden gidemez, spontan davranamazlar. Kişilerarası açıdan sakin, renksiz ve biraz da depresif bir ilişki kurma tarzları vardır; şizoidin içedönüklüğüyle, depresif kişiliğin alametifarikası olan rehaveti bünyelerinde birleştirirler. Hal böyle olunca nadiren inisiyatif kullanır,




**ŞEKİL 11. 1** Şizoid Kişiliğin Çeşitleri

büyük oranda anhedonik, bilişsel açıdan kopuk veya biraz dalgın bir görüntü ortaya koyarlar. İleride açıklayacağımız duygusuz şizoidden farklı olarak, durgunlar illa duygulardan yoksun değildirler. Depresiflerde sıkça görülen belirgin kaygıdan onlar da mustariptirler ama canlı bir tarzları olmadığı için bu tür duyguları nadiren güçlü biçimde dışavururlar.

## Mesafeli Şizoid

Her ne kadar daha çok kaçıngan kişilik gelişiminde görülse de, hayatlarının çok başlarında yoğun düşmancıl tavırlara maruz kalan ve reddedilen çocuklar bazen kendilerini koruma amacıyla öyle içe kapanırlar ki bir şeyler hissetme ve başkalarıyla ilişki kurma kapasiteleri kalıcı olarak azalır. Böyle durumlarda, aksi takdirde normal ilişkisel uyuma muktedir olacak çocuklar bu tür arzu ve duyguların acı ve hayal kırıklığından başka bir şey getirmediğini öğrenirler. Basit şizoidden farklı olarak mesafeli şizoidde bir miktar hissetme ve ilişki kurma kapasitesi kalmıştır ama duygusal bağ kurma arzusu büsbütün bastırıldığı için artık farkındalık düzeyine çıkamaz haldedir. Bozukluğu daha ağır olan mesafeli şizoidlerde ayrıca şizotipal kişilik özellikleri de görülebilir.

Bu tür kişilere evsizler, servislerdeki kronik hastalar ve rehabilitasyon merkezlerindeki suçlular arasında sıkça rastlanır. Basit şizoid soğuktur ve duygusal deneyimlere karşı duyarsızdır; mesafeli şizoidler ise bir miktar sosyal kaygı yaşayabilirler, ayrıca sıkça eksantrik davranışlar, otistik düşünceler ve depersonalizasyon sergileyebilirler. Düşük özgüvenleri ve sosyal yetersizlikleri onlara en fazla, kişilerarası ilişkilerde ve aile ilişkilerinde önemsiz fakat bağımlı bir rol sahibi olma imkânı tanır. Çoğu yalnız kalmayı yeğler; hayatını her tür gelişim ve doyum kaynağına kapalı, soyutlanmış bir gözlemci olarak sürdürür. Bazıları düşük statülü işlerde çalışıp iki yakasını zar zor da olsa bir araya getirir ama büyük kısmı anlamsız, nafile, boş bir gidişat tutturur, sosyal yaşamın kıyılarında amaçsızca dolanır. Pek çoğu tamamen kamu desteğine bağımlıdır.

## Kişiliksizleşmiş Şizoid

Çoğu zaman boş boş bakarken göreceğiniz **kişiliksizleşmiş** şizoidlerin dalgın ve mesafeli bir halleri vardır; sanki zihinlerinde kurdukları huzur dolu dünya hayali onları gündelik yaşamın banalliğinden giderek uzaklaştırmaktadır. Her şizoid gibi onlar da hayata dair meselelere karşı son derece kayıtsız ve ilgisizdirler. Gel gelelim kişiliksizleşmiş şizoidler dünyadan bihaber olma açısından diğerlerinden daha kötü durumdadırlar. İçten içe çok önemli bir şeyle meşgulmüş gibi dursalar da, aslında hiçbir şeyle meşgul oldukları yoktur. Onların kopukluğunun kendilerine has, şizotipal bir biçimi vardır: Bu şizoidler sanki bedenlerinden ayrılmış da kendilerini dışarıdan gözlemliyormuş gibi hissederler; yalnızca gerçek dünyadan değil kendi duygu ve düşüncelerinden, kendi hayat ve fantezilerinden, kendi somut bedenlerinden de kopmuşlardır. Ne içeride ne de dışarıda odak noktaları bulunmayınca, uhrevi bir tavra ve ancak kalıntı düzeyinde fiziksel varlığa sahip olurlar. Temel şizoid örüntüyü en iyi, "bilişsel açıdan içi boş" olarak tanımlayabiliriz; kişiliksizleşmiş şizoidler ise bilişsel açıdan namevcutturlar.

## Duygusuz Şizoid

**Duygusuz** şizoidin soyutlanmış, duygusal açıdan kopuk ve ciddi duruşu onda bazı yapısal unsurların; belki empati, sıcaklık, insan ilişkilerinde hassasiyet gibi alanlarda etkili olan nörolojik sistemlerdeki bir anormalliğin rol oynadığına işarettir. Bu özellikler şizotipal örüntüyü düşündürse de, şizotipallerde insan iletişiminin anlamını kavrama becerisinde ciddi bir eksiklik söz konusudur. Oysa duygusuz şizoid; şizoidlerin apatisiyle, kompülsiflerin duygusal kısıtlılığını ve resmiyetini bir araya getirir, böylelikle her tür duygu ifadesini ortadan kaldırmış olur.

Kompülsifler gibi onlar da yapılandırılmış bağlamlarda daha rahat ederler ve basit şizoid örüntüye kıyasla yetişkin rollerinde daha etkili olmaları muhtemeldir. Gel gelelim kompülsiflerin özerklikle itaat arasındaki temel çatışması, diğer şizoidler gibi onlarda da ya hiç görülmez ya da görülse bile oldukça zayıf düzeydedir.

## Biyolojik Yaklaşım

Şizoid kişiliğin tarihi, betimleyici psikiyatrinin ilk dönemleriyle başlayıp mizaç ve yapısal unsurlar üzerine yazan kuramcılara kadar devam eder. İlk yazarlar modern prototipin farklı özelliklerini ön plana çıkarmışlardır. Örneğin Ribot (1890) şizoid örüntüde karakteristik olarak görülen haz alma becerisindeki azalmaya istinaden anhedoni terimini icat etmiştir. Benzer şekilde A. Hoch (1910) "içine kapanık" diye nitelendirdiği bir kişilik türünden *ketum, münzevi, inatçı* ve *utangaç* gibi sıfatlar kullanarak bahsetmiştir. Benzer şekilde Kraepelin de (1919, s. 213) iyileşmiş ve istikrarlı prepsikotik durumda varlığını sürdüren bir otistik kişilikten, yani "dışsal ilgi ve temaslarını daraltan ya da azaltan, içsel zihinsel meşguliyetleri (dikkat çeken)" bireylerden söz etmiştir.

Gel gelelim şizoid terimini ilk olarak, 1911'de şizofreniye de ismini koyan Blueler'de (1922, 1929) görürüz. Bleuler şizoidliğin herkeste farklı derecelerde ifade bulduğuna ve şizofrenide ölümcül bir yoğunluğa eriştiğine inanıyordu. Daha orta şiddette şizoidler "içine kapanık, şüpheci, tartışma kapasitesi olmayan, donukluklarıyla barışık kişiler" olarak tasvir ediliyordu (1924, s. 441). Blueler'e göre (1950, s. 40) "Hastalığın daha hafif biçimlerinde bile kayıtsızlığın dışsal işaret olduğu anlaşılmaktadır (...) her şeye (arkadaş ve ilişkilere, iş ve eğlenceye, sorumluluk ve haklara, iyi ve kötü talihe) karşı kayıtsızlık." Kayıtsızlık, apati ve şizoid kişilik arasındaki bağlantı günümüze kadar gelmiştir. Leonard hem müdürünün ona yönelik eleştirilerine kayıtsızlığıyla hem de sosyal ilişkilere ve çevresine olan ilgisizliğiyle bunlara örnek teşkil eder.

Çağdaş şizoid ve kaçıngan kişilikler arasında bulunan ve Millon'ın (1969) daha önce ana hatlarını çizerek kuramsal olarak tekrar şekillendirdiği temel farkı ilk kez Kretschmer (1925) "anestetik" ve "hiperestetik" isimleriyle öne sürmüştür. Hiperestetik yani kaçıngan; *çekingen, utangaç, hassas, gergin, telaşlı* gibi sıfatlarla tarif edilmiştir. Kretschmer'e göre "bu kişilerin otizmi, kendi içine katlanmanın verdiği ağrılı bir kramptır" (s. 161). Diğer yandaysa anestetik yani şizoid kişiler tatsız ve sıkıcı olarak nitelendirilirler. Alelade bir sathın altında sadece "hiçlik; karanlık ve gözleri çukurlaşmış bir hiçlik [bulunur] (...) [ve bu hiçlik] tükenen her hevesle beraber tereddütle kıpırdanır; geriye bir tek kırık parçalar, siyah çöp yığınları, geniş bir duygusal boşluk veya buz gibi bir ruhsuzluğun soğuk nefesi" kalır (s. 150).

## Odak Noktası: Fiziksel Bağlantılar

### Kilo ve Kişilik

**Vücut tipi kişilikle ilişkili midir?**

Vücut özelliklerini psikopatolojiyle ilişkilendirmeye çalışmak eski bir klinik spekülasyon geleneğidir. Örneğin Kretschmer (1925) kişileri vücut yapılarına göre sınıflandırmıştır. Öne sürdüğü dört vücut tipinden biri olan astenik tipin özellikleri çıtkırıldımlık, zayıf kas dokusu ve hassas kemik yapısıdır. Kretschmer'e göre kişi astenik prototipe ne kadar benziyorsa, o kişide şizofreni görülme olasılığı da o kadar yüksektir.

Vücut tipleri biraz genel değişkenler olduğu için çağdaş araştırmacılar daha özgül ölçümlere odaklanmaya başlamışlardır. Mesela doğum kilosunun düşük olması, yaşamın ilerleyen yıllarında ruhsal hastalıkların gelişimiyle ilişkilendirilmiştir (Kopp ve Kaler, 1989). Bu temadan yola çıkarak Hebebrand ve diğ. (1997) vücut kitle indeksiyle (Ampirik araştırmalara dayanan, kişinin kilosuyla yüksek korelasyona sahip bir istatistik.) şizoid kişilik ve Asperger sendromu (Otizme benzer bir sendromdur.) arasındaki ilişkiyi bu iki rahatsızlıktan birinin tanısını almış ergen erkeklerden oluşan bir örneklemde incelemişlerdir. Tüm hastaların vücut kitle indeksinin normalin belirgin düzeyde altında olduğu görülmüştür.

Kilove şizoid kişilik arasındaki ilişkiye neyin aracılık ettiği henüz net değildir. Klinik kayıtlar bazı hastalarda yemek seçme, sıradışı yiyecekleri tercih etme, yalnızca tek başına veya evdeyken yeme ve yemekle ilişkili hipokondriyak fikirler gibi anormal yeme davranışları olduğuna işaret etmektedir. Bir hasta "yemekle hiç arasının olmadığını" belirtmiştir (Hebebrand ve diğ., 1997). Çoğu şizoidin yalnızca sosyal dünyadan değil, kendisinden de geri çekilmiş bir hali vardır; açlık duygularına karşı görece duyarsız olabilirler. Öte yandan şizoidler hiçbir şeyden pek haz almazlar. Dolayısıyla yemeğe karşı da isteksiz olabilirler; yemekten keyif almadıkları için fazla yemezler.

Psikopatolojideki diğer bir araştırma alanı da travmatik çevresel olaylara maruz kalma ile ileride gelişen kişilik özellikleri arasında bağlantı kurar. Hoek ve diğ. (1996) 1944-1945 kışında Batı Hollanda'daki Nazi ablukası sırasında baş gösteren kıtlığa anne karnında maruz kalmış olmanın şizoid kişilikle ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmacıların bulgularına göre gebeliğinin ilk üç ayı içinde kıtlıktan etkilenen kadınların çocuklarında şizoid kişilik görülme riski belirgin ölçüde daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlar, kıtlığa maruz kalmakla şizofreni arasındaki ilişkiye bakan daha eski bir çalışmanın (Susser ve diğ., 1996) bulgularıyla da tutarlıdır. O halde belki iki bozukluğun da doğum öncesi hasar yelpazesinin üstünde yer aldığı düşünülebilir ama bu yalnızca spekülasyondan ibaret olacaktır.

Kretschmer'e (1925) göre kayıtsızlık, duygusal tepki eksikliğinden doğan asli bir özellikti: "Kendini tekrar kendi içine çeker çünkü başka bir şey yapmak için sebebi yoktur, çünkü kendisine dair hiçbir şey ona bir tutamak noktası sunamaz." (s. 162) Bu kişiler sıcaklıktan ve mizah duygusundan yoksun olarak tarif

ediliyordu ama daha da önemlisi "duygusal açıdan kötürüm", yani "ona söylenenlere ve yapılanlara doğru düzgün tepki veremeyen (...)(başkalarını) harekete geçirecek bir durumda (...) kollarını iki yana sarkıtıp şaşkın bir ifadeyle öylece duran" kimseler olduklarından bahsediliyordu (s. 170). O halde Kretschmer'e göre, şizoid özellikler doğuştan gelen biyolojik kusurlardan kaynaklanıyordu.

Mevcut kuramlar spekülatif olmakla beraber, biyolojik faktörlerin şizoid kişilikte oynadığı rol muhtemelen bozukluğun şiddeti arttıkça güçlenmektedir. Zengin bir duygusal yaşama sahip olma kapasitesi insan doğası için bu kadar asli önemdeyken, şizoidlerin duygusal kapasitelerinde yapısal eksiklerinin olduğu fikri bozukluğun diğer özelliklerine de basit ve cazip bir açıklama getirir. Çoğu içedönük görece asosyal olsa da, yine de bir dizi ilgi alanı ve zengin bir iç dünyası vardır. Oysa uç seviyedeki şizoidler yalnızca neşe ve hazza değil öfke, depresyon, kaygı da dahil her tür duyguya kapalı gibidirler. Haz ve acıyı deneyimleme kapasiteleri olmadığından, insan yaşamının normal faaliyetlerinde pek az ödül veya ceza bulurlar. Kendilerine bakım verenlere bağlanamaz, ileride kişilerarası ilişkilerden bir şey alamaz, tıpkı kütüphaneci Leonard gibi pek az konuya ilgi duyar, hobi edinemezler. Aslına bakarsanız şizoidlerin hiçbir şeye kafa yoracak motivasyonları yoktur. Duygu ve motivasyonun genellikle fiziksel bir boyutu da olduğundan, bu kişiler kronik biçimde faaliyeti veya heyecanı düşük kimselerdir; enerji ve inisiyatiften tamamen yoksundurlar. Biyolojik yaklaşım doğal olarak, şizoidlerin (en azından *DSM-IV*'te büyük oranda normal kapasitelerin eksikliği üzerinden açıklanan şizoid tablosunun) başlıca özelliklerini açıklamak için hayli kullanışlıdır.

Ne var ki şizoid kişiliğe dair biyolojik açıklamalarda hâlâ eksik noktalar bulunmaktadır. Örneğin normal içedönüklükle şizoid kişilik bozukluğu arasındaki sınıra daha yakın kişiler yalnızca genetik temelli bir duygusal kapasite, kişilerarası duyarlık, fizyolojik uyarılma ve hatta belki de doğal merak yelpazesinin altında yer alırlar. İkizlerle, evlatlık alınmış çocuklarla ve aile şeceresini çıkararak yapılan, sonuçları henüz önbulgu niteliğinde olan araştırmalara göre şizoid kişilik bozukluğu, şizofreni spektrumunun bir parçası olarak şizotipal kişilik bozukluğunun yanında yer almalıdır (Siever, 1992) ama henüz kesin bulgular elde edilememiştir (Nigg ve Goldsmith, 1994). En net poligenetik modele göre şizofreni çok sayıda genin hareketi üzerinden ifade bulacaktır. Dolayısıyla şizotipal kişiliklerde de bu tür genlerden ya az sayıda bulunacaktır ya da yalnızca kusurlu genlerden oluşan bir alt altküme olacaktır. Şizoidler ise şizofreni genlerinden en az sayıda veya oldukça kısıtlı bir altküme bulunduran grup olacaktır. Belki normal içedönüklerde de bu genlerden bir iki tane olur. Diğer bir seçenek de, bir şekilde telafi edici rol oynayan diğer genlerin varlığının daha sinsi genleri baskılamasıdır. Daha karmaşık çok sayıda olasılık düşünmek mümkündür. Ne

yazık ki her ne kadar ikizlerle, evlatlık alınmış çocuklarla ve aile şeceresiyle yapılan çalışmalar kalıtımın rolünü gösterebiliyorsa da, bozukluğun ifadesini taşıyan genlerin tam olarak hangileri olduğunu ve bunlar arasındaki etkileşimi tespit etmek o kadar kolay değildir. Meehl (1962) tek bir baskın gen modeli geliştirmiştir ve bu model şizoid ve şizotipal kişilikleri şizofreniye bağlar.

Bir tür genetik temelin zorunlu olduğu anlaşılsa da, şizoid özellikleri olan başka bireyler fokal beyin anomalilerinden mustarip olabilirler. Bu anomaliler, mesela duygusal tepkilerde önemli rol oynayan limbik sistemde bulunabilir. Veya uyanıklık ve REM uykusu sırasında normal beyindeki kortikal hücreleri sürekli uyaran retiküler aktivasyon sisteminde bir sorun olabilir, bu da şizoidlerin çoğunda gördüğümüz dalgınlığı açıklayabilir. Belki de limbik veya retiküler hücrelerin dalları çok zayıftır ya da başka bir kusurları vardır. Bambaşka mekanizmalar da işin içinde olabilir; farklı anomaliler basit şizoid örüntünün içinde farklı versiyonlar ortaya çıkarabilir. Genetik açıklamalar ve beyin yapıları üzerine yürütülen araştırmalar birbirini dışlamak zorunda değildir; sözgelimi limbik bölgedeki nöronların dallanma yoğunluğu bile bizzat genlerin kontrolünde olabilir.

Son olarak, Cloninger (1987b) kişilik bozukluklarının çoğunu kapsayan bir nörobiyolojik şema öne sürmüştür. Bu şemaya göre her biri belli bir nörotransmitterle ilişkilendirilen üç geniş çaplı biyolojik mizaç, kişiliğin dışavurumunu kısıtlar. Şizoidlerin sosyal kopuklukları veya başkalarında ödüllendirici davranışlar uyandırmaya olan ilgisizlikleri doğrultusunda ödül bağımlılıklarının düşük olduğu; özgüvenlerinin bir yansıması olarak zarardan kaçınmaya meyillerinin az olduğu ve davranışlarındaki katılıktan görüldüğü üzere yenilik arayışlarının zayıf olduğu düşünülmektedir. Şizoid kişiliğe ilişkin çağdaş açıklamalar genellikle özgüvene vurgu yapmaz; bu daha ziyade narsisist kişilikle bağdaştırılan bir özelliktir. Şizoidlerin soğuk tutumları kibirden değil, ilişkilerde aldıkları mesafeden kaynaklanır. Cloninger'in şizoidi *DSM*'nin kavramsallaştırmasından farklı olduğundan, daha kısıtlı nörobiyolojik tanıma istinaden **itidalli şizoid** teriminin kullanılmasını önerir. Mesela kütüphaneci Leonard vakasında nüvelenmiş bir kibre rastlamayız.

## Psikodinamik Yaklaşım

Bağımlı ve kompülsif kişiliklerin formülasyonlarında oldukça belirgin biçimde gördüğümüz psikoseksüel karakter gelişimi modeli, tarihsel olarak şizoid karakterin gelişiminde ön plana çıkmamıştır. Beklenebileceği üzere şizoid ancak nesne ilişkileri ekolünün ve onun erken dönemdeki kişilerarası bağların niteliğine yaptığı vurgunun ortaya çıkmasından sonra anlaşılmaya başlanmıştır. Şizo-

idlerde bu tür bağlar neredeyse hiç bulunmadığından, onları nesne dünyasından geri çekilme üzerinden kavramsallaştırmak kolay olmuştur.

Şizoid kişilerde görülen duygu eksikliği psikanalistlerin hep ilgisini çekmiştir. Bilinçdışı zihinsel yaşamın merkezinde yer aldığından, yüzeysel davranışın anlamı hemen hiçbir zaman yüzeyden görünmez; altta gizli, açığa çıkarılmayı bekleyen daha derin bir açıklama mutlaka vardır. Davranış görünmez güçlerin ürünüdür ve insanın içi dışı neredeyse asla bir değildir. Dolayısıyla psikanalistler de geçmişte kaçınganla şizoidi birleştirip hepsini şizoid olarak görmüşlerdir. Örneğin Arieti (1955) şizoidin duyarsızlığının aslında onu güçlü reddedilme korkusuna karşı koruduğunu ancak bu korumacılığının artık hiçbir sosyal istek duymaz hale gelecek raddeye vardığını söyler, ki bu kesinlikle günümüzdeki kaçınganı anlatan bir tasvirdir. Leonard'da gizli bir sosyal istek görmeyiz; bilakis onda rahat bir kişilerarası mesafelilik vardır.

Şizoidin pasif mesafeliliğiyle kaçınganın aktif mesafeliliği arasındaki temel ayrımı resmen ilk olarak 1969'da Millon yapmıştır. Daha önce belirtildiği üzere, şizoidlerin derin duygusal deneyimlere muktedir olmadıkları görüşü hâkimdi ve kaçınganlar fazlasıyla hassas, kırılgan, duygusal açıdan aciz kimseler olarak tarif ediliyordu. Şizoidler kişilerarası temaslarda bulunmayı istemezler ama kaçınganlar yakın ilişkilerde kabul görmeyi arzularlar. Gel gelelim huylu huyundan vazgeçmediğinden, bugün bile psikodinamik yaklaşım kaçıngan kişiliği şizoidin biraz daha az içine kapanık ve duygusal açıdan nispeten sağlam bir türevi olarak görmeye devam etmektedir. Bu doğrultuda, her ne kadar aşağıdaki gözden geçirmede yetişkin şizoidin kaçıngandan farklı yanlarını ön plana çıkarmak ve böylelikle bozukluğu netleştirmek için tarihsel anlatılardan yararlanacak olsak da, aslında bunu yaparak günümüzdeki psikodinamik duruşu biraz çarpıtmış olacağız.

Nesne ilişkilerinin resmi bir ekol olarak ortaya çıkmasından bile önce, 1930 ve 1940'lardaki psikanalitik kuramcılar günümüzdeki anlamda şizoid özellikler taşıyanların hayli farkındaydılar. Psikanaliz her zaman yüzeydeki davranışın ardına geçmeye çalıştığından, kuramcılar ancak sahte bir cepheyle daha sahici bir içsel çekirdeği ayrıştırabiliyorlardı. Bazıları derin çatışmalı dürtüler, daha önce biyolojik yaklaşımda bahsettiğimiz Kretschmer (1925) gibi bazılarıysa ürkütücü, ruhsuz bir boşluk görüyordu. Örneğin Menninger (1930, s. 79) şizoidlerin dünyaya karşı tek bir maske takınıp ardından kendi "içsel görünmez yaşamlarına" çekildiklerini, bu yaşamın kalıcı bir duygusal temasa izin vermediğini belirtir. Bazıları "münzevi, sessiz, mesafeli, merdümgiriz, eksantrik" ve bazıları "donuk (...) kayıtsız, çoğu zaman epey uysal ama genellikle hayli inatçı"dır. Benzer şekilde Wilhelm Reich (1933) şizoidleri soyutlanmış, yabancılaşmış, duyarsız görmüş ve çekirdeklerinde "içsel bir ölülük" olduğunu düşünmüştür.

Şizoid zihnin işleyişiyle en yakından ilgilenen psikanalitik düşünür herhalde Fairbairn'dir (1940). Fairbairn kendi tabiriyle şizoid konumun hayatta asli bir durum olduğunu öne sürmüştür: Bebek memeden beslenir ama memenin sabit bir mevcudiyeti yoktur; bir görünür bir kaybolur. Sembolik biçimde formülleştirecek olursak bu tür evrensel erken deneyimler, en derin ihtiyacımızın istemeden de olsa en sevdiğimiz şeyi yok edebileceği gerçeğiyle her insanın barışması gerektiğine işaret eder. Fairbairn'e göre bebek sevginin (yani memenin mevcudiyetinin), ölümün (yani ardından memenin yok olmasının) işaretçisi olduğu sonucuna varır ve bu da şizoidin sevdiği nesneyi korumak adına içine kapanmasına yol açar. Fairbairn'in çalıştığı kişiler kendilerini "yapay" hissederler; sanki kendileriyle başkaları arasında bir "cam levha" vardır; "kendilerini soyutlayan, kopuk bir tutum ve içsel gerçeklikle zihinsel meşguliyet" sergilerler (s. 15). Fairbairn şizoidlerde sevgiyi alma kapasitesi bulunmadığı kanısındadır; bu da "spontan ve samimi sevgi gösterileriyle çocuğu onu birey olarak sevdiğine inandırmayı başaramayan" bakım verenlerin, özellikle de annenin oynadığı rolle ilişkilendirilebilecek bir özelliktir (s. 13).

Leonard'da depersonalizasyon ve derealizasyon potansiyeli sahiden de vardır zira soruları, özellikle de duygusal nüanslar taşıyanları yanıtlaması epey vakit alır. O zaman bile yanıtları kısadır ve mimikleri sözcükleriyle uyumsuzdur. Her halükârda bu özelliklerin derin bir psikodinamik açıklaması bulunup bulunmadığı veya bunların sosyal kopukluğun basit bir ürünü olup olmadığı net değildir. Benlik kişilerarası etkileşimlerin ürünü olduğundan, salt bu kopukluğun bile fakirleşmiş bir benlik duyumuna ve bundan dolayı başkalarıyla duygusal temas kuramamaya yol açmasını bekleriz. Elbette Leonardo'da "içsel gerçeklikle meşguliyet" gözlemlemeyiz. Bunun yerine her tür hazzı deneyimleme kapasitesinde bir eksikliğe şahit oluruz ki bu da içsel veya dışsal her şeye karşı ilgisizliğe yol açar.

İlk olarak Deutsch'un (1942) meşhur "sanki-kişiliği" ile netleştirdiği sahte benlik fikri de burada önemlidir. Bu kişiler ilişki kurmanın mekanik yanlarını entelektüel olarak öğrenirler ama duyguları bizzat yaşayamazlar. Diğer insanlar onun normal duygusal tepkiler vermediğinin farkındadır ama sanki-kişilik değildir. Deutsch bu sonuca yol açan tohumları çocukların erken ilişkilerinin samimiyetsiz ve resmi yapısında bulmuştur. Bu kişilerin duygu ifadeleri bundan dolayı resmi, çalışılmış, mekanik bir nitelik taşır; kişilerarası bağlamda teknik açıdan doğru görünse bile kendi içsel deneyimlerinin kökleşmiş boşluğunu ele verir. Diğer insanlar er ya da geç bir tuhaflık olduğunu sezer ama şizoidler diğer insanları da kendileri gibi, robotlar dünyasında birer robot olarak görürler. Bu tanıma göre sanki-kişiliğin daha önce bahsettiğimiz duygusuz şizoidle ciddi anlamda örtüştüğü söylenebilir.

Aynı doğrultuda Winnicot (1956, 1945/1958) "sahte benlik kişiliği" tarif etmiştir. Sahte benliğin amacı gerçek benliği koruyup onun başarısızlıklarına ve deneyimlerine yanıt verebilmektir. Gel gelelim sahte benlik insana gerçek veya sahici gelemez. Guntrip'in (1952, s. 86) açıkladığı üzere bu tür hastalar sadece "nötr gözlemcilerdir", belli bir mesafeden olan biteni izler, kendilerini "kapanmış, temassız (...) odaksız veya gerçek değilmiş gibi, insanlardan ayrı" hissederler. Daha dramatik bir yaklaşım sergileyen Laing ise (1960, s. 87) bu kişilerin diğer insanlarla deneyimlerinin hep ikinci planda olduğunu, asla aciliyet taşımadığını düşünür: "Kendileri de dahil her şey ölüdür."

McWilliams (1994) daha hafif işlevsellik düzeylerindeki şizoid kişiliğin psikodinamik tanımını yapar. McWilliams'a göre şizoid dediğimiz şey savunma amaçlı bir içe kapanma biçimidir ve bu geri çekilme illa ilkel bir işlevsellik düzeyine doğru olmak zorunda değildir. Mesela hastaneye yatırılan katatonik şizofrenlerde bu savunma psikotik düzeyde çalışır ki bunu bu hastaların uyaranlara maruziyetlerini minimuma indirip dış dünyayı tamamen kapamaya yönelik katı ve muhalif bir çaba ortaya koymasından anlayabiliriz. Yaratıcı zihinlerde bu savunma, yapıcı bir otistik içe çekilme teşkil eder; kişiyi insanlığın genelinden uzaklaştırır, geleneksel pratiklere getirdiği yeni bakış açısıyla radikal yeniden kavramsallaştırmaların ve keşiflerin önünü açar. Şizoidlerin temel stratejileri basitçe ayrı durmak, sınırları güçlendirmek ve duyguları susturmaktır. Hayattan ve deneyimden kendilerini çektikleri için duygusal açıdan künt görünürler. Dolayısıyla entelektüelleştirme, birincil savunma mekanizması görevi görür.

Cloniger gibi McWilliams da (1994, s. 195) psikodinamik geleneğin, çoğu şizoid bireydeki (belki onları zorla bir şeylere dahil ederek sosyalleştirmek isteyebilecek diğer insanların müdahaleciliği ve aşırı kontrolcülüğüne karşı tepki olarak geliştirdikleri) "hafif küçümseyici" tavra, o "soyutlanmış üstünlüğe" sıkça dikkat çektiğini yazar. Şizoid kişilerin en büyük korkuları yutulmaktır; yani insanların onları ilişki ağına düşürmesi ve böylelikle onların bireyselliğini, kimliğini ortadan kaldırmasıdır. Dolayısıyla otizm burada, onları sindirme ve asimile etme tehdidi taşıyan "obur dış dünyaya" karşı bir başkaldırı, bir meydan okuma biçimini alır (s. 199).

Bu açıdan bakıldığında McWilliams'ın (1994) tarif ettiği şizoid; bağımlı ve histrionik kişiliklerin zıddı olarak görülebilir. Bağımlılar yetkin insanlarla birleşmenin peşindedirler, şizoidler ise bu ihtimalden korkar, rahatsız olur hatta tiksinirler. Benzer şekilde şizoidler histrioniğin sınırsız olduğunu, insanları taciz etmek için fırsat kolladığını ve daha da kötüsü, zımni baştan çıkarıcı davranışlarla çevresindekileri manipüle ettiğini düşüneceklerdir. Bağımlının ve histrioniğin tam tersi olduğundan, şizoid terk edilmeye tahammül edebilir ve yutulmak-

tan korkar; kendini soyutlayarak güç ve kimlik elde etmeye çalışır. Leonard'ın küçümseyici tavrı yoktur gerçi ama yine de danışmadan alınıp yalnız çalışabileceği depoya transfer edilince rahatlamıştır.

Şizoid kişiliğe işaret eden davranış örüntüleri sergileyen Hillary vakasını (bkz. Vaka 11. 2) düşünün. Pek çok sosyal alanda yakın ilişkilere ya hiç girmez ya da mesafeli durur. Adı ister biriyle çıkmak ister yurttaki arkadaşlarıyla kaynaşmak veya ailesiyle görüşmek olsun, Hillary toplumsal ilişkilerde katılımcıdan çok gözlemci konumundadır. En büyük amaçlarından biri kendi dünyasındaki insanlarla ilişki kurmamaktır. Partilere, kaçınganlar gibi korktuğundan değil yalnız kalmayı tercih ettiğinden gitmez. "Tuhaf beyin" imajını destekleyerek diğer öğrencileri kendinden uzak tutarken akranlarının eleştirilerine de tamamen kayıtsız kalır. Ayrıca kişilerarası alanda uyarılma ihtiyacı pek az gibidir ve bunun yerine ders çalışıp kitap okumaktan zevk alır. Nadiren öfkelenen veya heyecanlanan Hillary, kenara çekilip çevresindekilerin onsuz etkileşime girmelerine izin verir. Çoğu üniversite öğrencisinin aksine, flört onun keyif aldığı faaliyetlerden değildir. Tek uzun ilişkisi sadece iki ay sürmüş ve iki tarafın da birbirine "söyleyecek bir şey bulamamasından" dolayı sona ermiştir. Hillary sosyal ilişkileri ve potansiyel cinsel deneyimleri ne can yakıcı bulur ne de ödüllendirici, ki bu da şizoidlerin "eksik" kişilikler olduğu izlenimini daha da vurgular. Gel gelelim Hillary'nin soğuk ve "hafif küçümseyici" bir tavrı sahiden de vardır; kendisinden daha sosyal ve ilgili sınıf arkadaşlarının davranışlarını "çocuksu" bulur.

## Kişilerarası Yaklaşım

Şizoidler sosyal yaşamdan kopuk olsalar da bu, sosyal bir dünyada yaşadıkları ve davranışlarının diğer insanları etkilediği gerçeğini değiştirmez. Şizoid özellikler, kişilerarası döngüdeki belli kesimler (Kiesler, 1996) üzerinde gösterilebilir ki bu kesimlerin bir kısmı kaçıngan ve şizotipale de karşılık gelir. Ana özelliklere odaklanan Kiesler, şizoidlerin kişilerarası davranışını kaçınmacı-tepkisiz olarak nitelendirir. Erkek şizoidlere ilişkin tasvirine göre bu kişiler:

> (...) başkalarının varlığını görmezden gelmeye ve konuşmayı, tepki vermeyi reddetmeye [meyillidir]. Tamamen tepkisiz kalır, büsbütün kendi düşüncelerinde kaybolmuştur ve iletişime kompülsif ölçüde kapalı bir hali vardır. Her tür sosyal teklifi geri çevirir ve mahremiyetine yönelik saldırılara direnir. Elinden geldiği müddetçe diğer insanlardan kaçınıp tamamen inzivaya çekilir. Başkalarıyla birlikte olduğundaysa tamamen ilgisizdir ve inatla kendi özel dünyasında kalmaya devam eder. Diğer insanlar onu kopuk ve sessiz bir kapalı kutu gibi görür. (s. 20)

**VAKA 11. 2**

Üniversite üçüncü sınıf öğrencisi 22 yaşındaki Hillary, onun gizil homoseksüel eğilimleri olabileceğini düşünen yurttaki oda arkadaşının zorlamasıyla psikolojik danışmanlığa başvurmuştu. Arkadaşının bu endişesi yersiz çıksa da ortada bazı patolojik özellikler olduğu açıktı.

Flört deneyimleri sorulduğunda Hillary buluşmalardan hiçbir zaman keyif almadığı yanıtını vermişti. Randevulaşmanın barındırdığı cinsel imalardan tiksindiğinden veya rahatsız olduğundan değildi, "Sadece bu tür şeyleri eğlenceli bulmuyorum" diyordu. Hemcinsi akranlarıyla ilişkisi neredeyse yok düzeyindeydi. Sömestr bittiğinde oda arkadaşını özleyip özlemeyeceği sorulduğunda Hillary'nin yüzü şaşkın bir hal almıştı, sanki birini özlemenin nasıl bir şey olduğundan bihaberdi. Parti davetlerini geri çeviriyor, odada kalıp kitap okumayı veya ders çalışmayı yeğliyordu. Dört dörtlük bir jeoloji öğrencisiydi. Pek çok defa hocalarına saha çalışmalarında eşlik etmek üzere seçilmişti ama bu işin yalnızca entelektüel yanlarını takdir edebiliyor, buradaki akıl hocalığı ilişkisinden herhangi bir keyif almıyordu.

Sınıf arkadaşları Hillary'i mesafeli ve soğuk buluyorlardı. Bir öğrenci birliğine girme fırsatını tepmişti ve memleketteki kuzeni hariç hiç yakın arkadaşı yoktu. Kendisine sıkça çıkma teklif edilmesine rağmen, tek bir istisna dışında aynı erkekle birden fazla randevuya çıktığı hiç olmamıştı. "Sanırım beni anlamakta zorlanıyorlar" demişti. "Benimle ilgileniyor gibi görünüyorlar ama sebebini anlayamıyorum. Açıkçası onlar benim ilgimi çekmiyor." Yurtta diğer kızlar bazen ona "Tuhaf Beyin" diyorlardı ama görünüşe göre bu, Hillary'nin çok da umurunda değildi. "Bu lakap sayesinde en azından beni bir şeylere dahil etmeye çalışmıyorlar" diyordu.

Önemli tek ilişkisini onun gibi taşlara meraklı, oldukça genç bir adamla yaşamış ve bu ilişki yalnızca iki ay sürmüştü. Birlikte doğa yürüyüşleri yapmış ve sınıf arkadaşlarının "çocuksu" davranışlarından bahsetmişlerdi. Gel gelelim bir süre sonra birbirlerine söyleyecek pek bir şeyleri kalmamıştı. Hillary bu arkadaşlığı devam ettirmek isteyeceğine "inanıyordu" ama sonlanması da hiç canını sıkmamıştı. Aslına bakarsanız başkaları "saçma sapan şeylerden" kaygılanır, heyecanlanır veya hiddetlenirken Hillary kenarda oturuyor olmaktan son derece memnun görünüyordu. Geçmişteki ve şimdiki birkaç ilişkisini anlatışı müphem, yüzeysel, naifti, ayrıca düşüncelerini toparlayamıyordu. Ara sıra ilgisi, bazı insanların ne tür ayakkabı giydiği veya ebeveynleri in fiziksel özellikleri gibi ilgisiz noktalara kayıyordu.

(1) (3) (5) (2) (5) (1) (6) (7)

Şizoid Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; kişi toplumsal ilişkilerden sürekli kopuktur ve duygularını kısıtlı ölçüde ifade eder; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

1. Ailenin bir parçası olamadığı gibi, ne yakın ilişkiler kurmak ister ne de yakın ilişkiler kurmaktan zevk alır.
2. Hemen her zaman tek bir etkinlikte bulunmayı tercih eder.
3. Başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya ilgisi olsa bile çok azdır.
4. Keyif aldığı etkinlik ya hiç yoktur ya da pek azdır.
5. Birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşı veya sırdaşı yoktur.
6. Başkalarının övgü ve eleştirilerine kayıtsız kalır.
7. Duygusal soğukluk, kopukluk veya tekdüze bir duygulanım gösterir.

B. Şizofreni, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğu veya başka bir psikotik bozukluk sürecinde ortaya çıkmaz ve genel tıbbi durumun fizyolojik etkilerine doğrudan bağlı değildir.

**Not:** Şizofreninin bir türünün başlangıcından önceki tanı kriterleri karşılanıyorsa, "premorbid" sözcüğünü ekleyerek "şizoid kişilik bozukluğu (premorbid)" şeklinde belirtiniz.

Leonard ve Hillary bu tasvirin adeta vücut bulmuş halleridir.

Bir önceki paragrafta gördüğümüz üzere şizoidler yaptıklarından değil yapmadıklarından dolayı etkileyicidirler. Yine burada da şizoidi histrioniğin tam tersi olarak tarif etmek herhalde en isabetlisi olacaktır. Histrionikler yüzlerini radikal biçimde sosyal dünyaya dönmüşlerdir, şizoidler ise radikal biçimde mesafelidirler. Histrionikler aşırı duygusaldırlar, şizoidlerde derin duygusal deneyim kapasitesi yoktur. Histrionik duygularını açıkça sergiler, çarpıcıdır, spontan ve teatraldir, şizoid ise cansız, robotumsu, enerji ve canlılıktan yoksundur. Histrionik tüm ilgiyi üstüne toplamayı ister, şizoid sosyal açıdan kayıtsızdır. Histrionik aşırı cinsellik yüklüdür, şizoidin böyle taraklarda bezi yoktur. Histrioniklerin bilişsel dünyaları dağınıktır, odaklanmakta zorlanırlar; şizoidler ise ya çok yoğun ve yaratıcı bir konsantrasyon sergilerler ya da daha ağır vakalarda, öyle içlerine kapanırlar ki konsantrasyonlarını sürdürmek için herhangi bir motivasyonları kalmaz. Histrioniklerin kullandıkları başat savunma mekanizması büyük çaplı bastırmadır; şizoidler ise ya entelektüelleştirirler ya da zaten o kadar az çatışma ve dürtüleri vardır ki pek bir şeyi bastırmalarına gerek kalmaz.

Şizoidler sosyal açıdan kopuk olduklarından çoğu zaman duyarsız, soğuk, şakadan anlamayan kişiler oldukları düşünülür. Gerçekten de duyarsızlardır ama bu duyarsızlık, kilonuzu doğru gösteremeyen bir baskülünkine benzer. Sert veya nasırlaşmış bir yapıları yoktur. Normal insanlar kişilerarası temsillerini bilinçli farkındalık düzeyinin altında bir noktadan otomatik olarak yürütebilirler. Sosyal algı ve tepki onlar için öyle rutindir ki sosyal etkileşimleri pürüzsüzce akar. Bu tür beceriler normalde doğuştan itibaren, anneyle bebek arasında kurulan bağla birlikte gelişmeye başlar ve hayatın büyük kısmında giderek daha da ustalıklı bir nitelik kazanır.

Gel gelelim şizoidlerde kişilerarası davranışları temsil eden içsel modeller yoktur. Sözgelimi bir gülümsemeye, başla verilen bir selama dahi karşılık veremeyebilirler. Başkalarının niyet, amaç ve duygularına dair değerlendirmeleri çoğu zaman yanlış çıkar veya (özellikle de iletişimde zımni boyutlar varsa, aktarılan bilgi çatışmalı duygular veya ironi taşıyorsa) pek çoğumuzun ikincil ya da önemsiz bulacağı unsurları temel alır. Örneğin duygusal nüans taşıyan sorular Leonard'ın kafasını karıştırır. Aynı anda iki şeyin birden cazip gelmesinin, meşhur yaklaşma-yaklaşma çatışmasının nasıl bir şey olduğunu her normal insan anlar; oysa bu tür iletişimler şizoidlerin çoğuna fazla karmaşık gelir. Daha ağır vakalarda, primat kuramcılarının insan doğasının donanımının bir parçası olduğunu öne sürdükleri neşe, şaşkınlık, tiksinti, öfke ve korku gibi temel duygulardan oluşan en kaba duygusal deneyim kategorilerinin bile anlaşılmasında sıkıntı yaşanabilir. Bu nedenle Benjamin (1996, s. 349) şizoidi "sinyallerin geride iz bırakmadan sonsuzlukta yitip gittiği kişilerarası bir 'kara delik'" olarak nitelendirir.

Şizoidler diğer insanlara bağlanamadıklarından yakın ilişkilerdeki sıcaklık ve desteğin tadına varamaz, ortak deneyimlerle (iyi ve kötü günlerle) örülü bir tarihçesi olan arkadaşlıklar geliştiremez, bir ailenin parçası olmaktan keyif alamazlar. Gördüğümüz üzere Hillary erkek arkadaşıyla aralarında hiçbir ilişki zemini olmadığını fark etmiştir. Şizoidler genellikle sosyal yaşamın kıyılarında kimse onlara bulaşmadan avare avare, kendi zihinsel meşguliyetlerine dalmış halde, başkaları yokmuşçasına, ne eleştiriye ne de övgüye kulak asarak, kimseye zararı olmayan enteresan bir varoluş içerisinde dolanırlar. Başkalarıyla temasa geçtiklerindeyse genellikle yavaş ve monoton bir tarzda konuşurlar, sözleri duygudan yoksundur ve anlatımdaki boşluklar ya dikkatsizliğe ya da başkalarının içsel duygusal durumlarının veya niyetlerinin kavranamadığına işaret eder. Hareketleri uyuşuktur, jest ve mimiklerle desteklenmez. Normal insanlarda öfke uyandırabilecek, onları neşelendirebilecek veya üzebilecek olayların anlamlarını bir türlü kavrayamazlar. Leonard gibi eleştiriye karşı kayıtsızdırlar çünkü başka insanların yaşadığı hayal kırıklığının nasıl bir şey olduğunu anlayamazlar.

Şizoidlerin hallerinden, hayatlarından memnun bir halleri vardır ve başkaları gibi büyük hayaller kurmaktan, rekabete girmekten uzak durmayı tercih ederler. Kişilerarası dünyaya dair içsel çalışma modelleri öyle fakirdir ki böyle bir niyetleri olmadığı halde iletişimleri çoğu zaman tuhaf veya mantıkdışı izlenimi verir. Çoğunlukla iletişimleri tatsızdır, şahsilikten uzaktır ve fazla genel kalır; hatta kompülsiflerdeki gibi biraz resmi ve ukalalık düzeyinde kesin bir nitelik de taşıyabilir. Hayatı gayrişahsi, soyut, mekanik biçimde tarif ederler.

Çoğu şizoid kendi işini görme becerisine sahiptir. Yaşamın temel sorumluluklarını ve basit bir işte kendisinden resmi olarak beklenenleri anlayabilir. Bazıları daha karmaşık rollerde de işlev gösterebilir ama bunu işin içine bir renk veya karakter katmadan yapar. Sosyal durumlarda bulunmaya zorlandıklarında tepkisizleşip iyice içlerine çekilebilirler. Leonard bunun ilk örneğiydi; depoda çalışmayı danışmada çalışmaya yeğliyordu. Hillary ikinci örnekti; arkadaşlarıyla sosyalleşmektense tek başına çalışmayı tercih ediyordu. Şimdi bir de Doris vakasına bakalım (bkz. Vaka 11. 3).

Doris de dahil pek çok insan "İş iştir" diye düşünür. Dorris bu kadar tantananın neden koptuğunu anlamakta zorlanır. Teknik açıdan, yemek hazırlamaktan tutun da diğer angaryalara kadar kendisinden istenen ne varsa, üstelik kusursuzca yerine getirmiştir. Gel gelelim Doris'in sorumlulukları arasında çocuk bakımı da yer almaktadır ve bu, sorun teşkil eder. İşvereni, 3 yaşındaki iki çocuğa bakacak birini istemekte ve Doris'in onlarla etkileşim kurmasını, çocukların duygusal ihtiyaçlarına hassasiyet göstermesini talep etmektedir. Bu talep Doris'i şaşırtır çünkü aile bağlarının mantığını, amacını, teşvik ediciliğini aklı almaz. Dahası kişilerarası ilişkilerin ince detayları da onu aşar. Bunun yerine

Dori 'in henüz iki haftadır çalıştığı yerdeki işvereni ona psikolojik yardım almasını önermişti. Doris'in iş tanımı günlük yemek yapmak gibi muhtelif ev işlerinden ve 3 yaşındaki iki çocuğa bakmaktan oluşuyordu. Gel gelelim işvereni Doris'in çocukların duygusal ihtiyaçlarını yeterince anlayamadığından ve dolayısıyla bakım veren rolünü hakkıyla yerine getiremediğinden endişeliydi. "Çocuklarım onun yanında rahat edemeyebilirler çünkü o biraz şey... Garip. Çocukları anlamıyor" demişti işvereni.

Doris randevusuna güzelce giyinip gelmişti ama utangaç, içine kapanık bir hali vardı. Yumuşak ses tonunu duymak ara sıra zorlaşıyordu. Yönlendirilme gerekçesini anlayıp anlamadığı sorulduğunda, anlamadığını zira işindeki sorumluluklarını dört dörtlük yerine getirdiğini söylüyordu. Kızgın değildi ama yemeklerinin "tadının güzel" olduğunu, mutfağı asla dağınık bırakmadığını ve işleri bittikten sonra vaktinin çoğunu odasında tek başına geçirdiğini, kimseyi rahatsız etmediğini de vurguluyordu. Aileyle arasında bir bağ hissedip hissetmediği sorulduğunda şaşkın bir halde epeyce duraksadıktan sonra "Ediyorum herhalde" yanıtını vermişti. Çocuklardan hangisini ve neden daha çok sevdiği sorulduğundaysa kafası iyice karışmıştı. Sonunda "İki i de eşit seviyorum" demişti. Sözlerinin içi boş bir niteliği vardı ama kasten samimiyetsiz davrandığı söylenemezdi.

Doris'in yaşamının diğer alanlarında da benzer zorluklar göze çarpıyordu. Komşunun ergen oğluyla cinsel faaliyetleri in sonucunda 17 yaşındayken ilk bebeğini, bir kız bebek dünyaya getirmişti. Bebeğin babasıyla o dönemde sevgili oldukları ı inkâr ediyor; hayatında ilk ve tek cinsel deneyimi in bu olduğunu, "hiçbir şey hissetmediğini" ve böyle şeylere ilgi duymadığını söylüyordu. Bu deneyimi sorulduğundaysa aklına yalnızca hamilelik süreciyle ilgili bazı veriler ve çocuğun doğum kilosu geliyordu. Çocuğu emzirmekten hoşlanmamış, ondan sürekli bir şeyler talep etmesinden bunalmıştı. İki ayın sonunda çocuğu evlatlık vermeye karar vermişti.

Doris akşamları vakti in çoğunu dikiş dikerek ve kendi kıyafetlerini yaparak geçiriyordu. "Başkalarına gerek duymuyorum. Çalışırken mecburen onlarla birlikte olmak zorundayım, sonuçta bu benim işim" diyordu. Okuma becerileri pek gelişkin olmadığından, zekâ düzeyini tespit etmek için resimli bir kelime testi yapıldı. Zekâsı normal sınırlardaydı. Hem yapılan gözlemler hem de kli ik görüşmede toplanan veri doğrultusunda Dorris'in çocuklarla ilgilenmesini gerektirmeyecek bir işe yerleştirilmesi önerildi. Duygusuzluğu, yalnız faaliyetleri tercih etmesi ve (bakım vermenin önkoşulu olan) başkaları ın duygusal durumlarıyla, kişilerarası ihtiyaçlarıyla empati kurma beceri inin kendi inde bulunmaması nedeniyle bakıcı rolüne pek uygun bir aday değildi.

2
1
7
7
2
1

Şizoid Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; kişi toplumsal ilişkilerden sürekli kopuktur ve duygularını kısıtlı ölçüde ifade eder; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

1. Ailenin bir parçası olamadığı gibi, ne yakın ilişkiler kurmak ister ne de yakın ilişkiler kurmaktan zevk alır.
2. Hemen her zaman tek bir etkinlikte bulunmayı tercih eder.
3. Başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya ilgisi olsa bile çok azdır.
4. Keyif aldığı etkinlik ya hiç yoktur ya da pek azdır.
5. Birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşı veya sırdaşı yoktur.
6. Başkalarının övgü ve eleştirilerine kayıtsız kalır.
7. Duygusal soğukluk, kopukluk veya tekdüze bir duygulanım gösterir.
8. Şizofreni, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğu veya başka bir psikotik bozukluk sürecinde ortaya çıkmaz ve genel tıbbi durumun fizyolojik etkilerine doğrudan bağlı değildir.

**Not:** Şizofreninin bir türünün başlangıcından önceki tanı kriterleri karşılanıyorsa, "premorbid" sözcüğünü ekleyerek "şizoid kişilik bozukluğu (premorbid)" şeklinde belirtiniz.

Doris ömrü boyunca kendi kıyafetlerini dikmek veya akşamları yalnız vakit geçirmek gibi tek kişilik faaliyetlerle meşgul olmuştur. Kendi vaktinden çaldığı için 2 aylık çocuğunu evlatlık vermiştir. Doris'in cinsel faaliyetlere en ufak ilgisi yoktur ve bebeğin babasıyla aralarında herhangi bir duygusal ilişki geçtiğini inkâr eder. Aslına bakarsanız genel olarak yakın ilişkilere dair bir ihtiyaç hissetmediği, başkalarına "gerek duymadığı" görülür.

Şizoid kişilik, kişilerarası yaklaşıma göre nasıl gelişir? Kimse tam olarak bilmiyor ama klinik sezgiler doğrultusunda, şizoidlerin muhtemelen hayatlarının çok başlarından itibaren kişilerarası alanda eksikleri olduğu söylenebilir. Çoğu bebek ve ona bakım veren kişi arasında birkaç bağlanma türünden biri gelişir ama geleceğin şizoidleri ya hiç bağ kuramazlar ya da kurdukları bağ epey zayıf olur. Bebeklerin normalde bakım verenleri teşvik eden (agulama, gülümseme, kikirdeme gibi) davranışları onlarda ya nadirdir ya da yoktur, bu da yeni ebeveynlerin hayal kırıklığına uğramalarına sebep olur. Kaçınılmaz olarak bakım verenler de çocuktan uzaklaşır, onlara tepki veremeyen bir çocukları olmasının verdiği kayıp ve yas hissine kapılır, böylelikle çocuğun maruz kaldığı sosyal girdileri ve insan modellerini iyice kısıtlamış olurlar. Benjamin'e göre (1996, s. 339): "Ev hayatı büyük ihtimalle renksizdir. Ebeveynle çocuk arasındaki ilişki muhtemelen mesafeli, soğuk, hatta belki resmi ve entelektüelleştirilmiş nitelikte olacaktır. Güçlü duygu ifadelerinin büyük ölçüde önü kesilir. Geleceğin şizoidleri çocuklukları boyunca arkadaş edinemez ve akran gruplarıyla yürütülen faaliyetlere nadiren katılırlar, bunun yerine tek başlarına kalmayı tercih ederler. Okulda muhtemelen entelektüel açıdan normal fakat utangaç oldukları düşünülür. Şizoid çocukların kısıtlı kişilerarası deneyimleri onlarda bir tür gönüllü zekâ geriliğine, sosyal dünyaya karşı ilgisizliğe neden olabilir ve bu da oldukça genel beceri ve iletişim sorunlarına yol açabilir. Diğer çocuklar onları garip, tuhaf görebilir, onlara insafsızca sataşabilir, içlerindeki öfke ve kaygı kalıntılarını uyandırabilir ve böylelikle sosyal yabancılaşmalarını daha da pekiştirebilir."

## Bilişsel Yaklaşım

Şizoid kişiliklerin bilişsel tarzı, kişilerarası davranışlarını ve savunmacı işlevselliklerini yakından destekler. Şizoidlerin onca kusuru arasında belki en trajik olanı, kendileriyle yakın ilişki kuramamalarıdır. Şizoid özellikler taşıyan daha normal bireyler yapıcı biçimde kendileriyle meşgul hale gelebilir, yarı otistik orijinallikleriyle yoğrulmuş içsel ahenklerini daha iyi anlamak için kendilerini dış dünyanın gürültüsünden uzaklaştırabilirler. Örneğin kendi başlarına çalışan matematikçiler başkalarının akıl sır erdiremediği semboller girdabının içinde rahatlıkla işlev gösterebilirler. İnsanlara bağlanmak yerine, ancak küçük bir azınlığa

anlamlı gelen matematiksel işaretlere bağlanırlar. Kimi şizoidler de filozof olur veya bir tür saf bilimsel araştırmaya girişir, böylelikle bir yandan bilişsel becerilerini rahatça ifade ederken diğer yandan her yanı sarmış sosyal dünyadan kopuk kalabilirler. Yine kimileri de sanatçı veya heykeltraş olma yolunu seçer ama bu tür hassasiyetlerin kaçıngan özelliklerle birlikte görülme olasılığı daha yüksektir.

Şu ana kadarki örnekler şizoidlerin en çok uyum sağlamış hallerini yansıtıyordu ama hepsinde normalde şizotipal kişilikle de ilişkilendirilen bilişsel eksantrikliğin ipuçlarına rastlamak mümkündü. Mesela şizoid bir matematikçi matematiğin, fiziksel evreni düzenleyen dil olması sebebiyle aşkın, neredeyse sihirli bir nitelik taşıdığına inanabilir. Bazı insanların doğuştan sahip olduğu yüksek zekâ onlarda adeta nesneler arasındaki biçimsel ilişkilere yönelik iflah olmaz bir otistik merak yaratır; ardından bu merak kişiliğin tamamını örgütleyen güç haline gelir. Bu olmasa çoğu er ya da geç psikotik çöküş yaşayacaktır. Leonard'ın zekâ namına belirgin bir artısı olmamakla beraber onun da dilin duygu boyutunu anlamakta zorlanması, duygularıyla mimiklerini koordine edememesi ve yavaş, neredeyse otomatik hareketleri itibarıyla bir miktar şizotipal özellik sergilediği söylenebilir. Tüm bunlar Leonard'ın tuhaf görünmesine neden olur ki bu da şizotipal kişiyi tarif ederken sıkça başvurulan bir sözcüktür.

Güçlü şizoid özellikleri olmakla birlikte normal sınırlar içinde kalan kişiler sıkça kendilerini soyutlayabilecekleri hobilerle meşgul olurlar veya kendilerine hatırı sayılır zenginlikte bir fantezi dünyası kurarlar. Hayal gücü kendilerinde gördükleri kusurları telafi eder veya yalnızca dikkatlerini içeri çevirip azmanlaşmış bir zihinsel yaşam geliştirme eğilimini dışa vurur. Saf şizoid için sadece ikincisi geçerlidir. Kibirden veya muhalefetten dolayı içe kapanılan durumlarda fantezi bazen, şizoidimsi kişinin saygı ve takdir bekleyen gizli bir büyüklenmeci benliği olduğunu ifşa eder ama aynı zamanda toplum dışına atılmış olmaya dair korkularını da dengeler. Bu kişilerde telafici narsisistin bazı boyutlarıyla şizoidin otistik soyutlanması bir arada görülür; ancak saf prototipteki asosyal ve anhedonik özellikler bulunmaz. Diğer bir seçenek de, kişide kaçıngan özelliklerin de görüldüğü durumlarda fantezinin abartılı sosyal korkuları telafi etmesidir. Kişide hangi ikincil kişilik özellikleri bulunursa bulunsun, *her tür fantezi prognoz bakımından her zaman iyiye işarettir:* Fantezilerin bazı temaları olur ve bu temalar bir duyguyla, idealleştirilmiş bir benlik imgesiyle kurulmuş bağa işaret eder. Terapist de bunlardan yararlanabilir. Örneğin Leonard'ın model uçak hobisine, Doris'in dikiş merakına, Hillary'nin jeolojiye olan ilgisine odaklanılarak iyi bir terapi ilişkisi kurulabilir.

Şizoidler dış dünyadan soyutlandıkça içsel benlikleri daha da az gelişkin hale gelir. Böylesi bir içedönüklük duygusal derinlik kapasitesinin ortadan kalkmasına yol açar, bu da duygu ifadelerinin spontanlığını, bir tür beklenti veya

sürpriz hissini, bağlanma, yakınlık veya aidiyet gibi derin duyguları katılaştırır. Hal böyle olunca da benliğin tamamen beslenerek gelişmesi ihtimali ortadan kalkar ve geriye fakirleşmiş, çorak bir benlik kalır. İşlevselliği daha yüksek olan kimi şizoidler bazı davranışları duygularla bağdaştırmayı başarır. Gel gelelim empati kurma çabaları beş para etmez, doğallıktan uzak bulunabilir. Bazı şizoidlerdeyse belli belirsiz duygu kalıntıları mevcuttur ve bu duygu emarelerini ara sıra algıladıklarında hayrete düşerler. Bu kişiler duruma uygun bir duyguya ilişkin entelektüel farkındalığı duygunun kendisiyle karıştırırlar; bir nevi "Böyle bir durumda başkaları 'üzüntü' diye bir şey hissederdi; demek ki ben de şu an 'üzüntü' duyuyor olmalıyım" derler. Böylesi bir ifade şizoidin duygusal taklitlerini sanki-kişilik bağlamında açıklayan erken nesne ilişkileri kuramına ışık tutar. Yabancı bir ülkedeki turist misali; şizoidlerde akıl, mantık ve zekâ vardır ama normal insan yaşamının derin bağlarını gerçekten hissedemedikleri için anlamaları da mümkün olmaz. Hillary ve erkek arkadaşı buna örnek teşkil ederler.

Şizoid benliğin içinde bulunduğu kötü durum kolayca anlaşılabilir. Benlik, bir madde veya ruh değil zihinsel bir yapıdır. Her yapı gibi onun da içeriği aşırı tanımlanmış veya doğru düzgün detaylandırılmamış olabilir. Kimlik zamanla, kişilerarası deneyimin bir sonucu olarak gelişir. Veya sosyal etkileşimciliğin söyleyeceği gibi benlik, başkalarının yansıyan değerlendirmelerinden oluşur. İlişkilenme aslidir ve bireysel kimlik sosyal etkileşimlerle gelişir. Zamanla bilişsel kapasitelerimiz artık kendi deneyim ve tercihlerimiz üzerine düşünmemize, kendi eşsiz doğamıza dair çıkarımlarda bulunmamıza imkân verecek şekilde olgunlaşır. Sosyal etkileşimden çekinen en uç içedönüklerde bile oldukça gelişkin bir kimlik duyumu olabilir. İçedönüklüklerine rağmen duygu ve kişilerarası ilişki kapasiteleri korunur; yaşamlarında olmasa bile fantezilerinde kişilerarası temalar mevcuttur.

Bunun aksine hem başkalarından hem de kendilerinden kopuk olan şizoidler genellikle iç dünyalarına dair pek az farkındalık ortaya koyarlar. Sosyal açıdan fakirleşmişlerdir ve kendi doğalarını hiç merak etmezler. Haliyle kim olduklarına, nereye gittiklerine veya hedeflerine dair fikirleri ancak belli belirsizdir. Mesela Doris ve Leonard'da sanki çocuksu bir nitelik vardır. Nasıl biri oldukları sorulduğunda kısa ve yüzeysel açıklamalar yaparlar. Bu netlikten uzak tutumlarının gizemli bir yanı veya korunmaya dönük bir maksadı yoktur; yalnızca ne biliyorlarsa onu anlatırlar. Ağır şizoidler normalde başkalarıyla etkileşime geçmezler, tek tük geçtikleri durumlarda da zaten bu etkileşimi anlamazlar. Bu doğrultuda, içselleştirebilecekleri pek az değerlendirme vardır ve bunların üzerine düşünme motivasyonları da yoktur. Haliyle görüşmeciye bildirebilecekleri türden, bilinçli farkındalık düzeyinin erişimine açık, sınırları net çizilmiş bir benlik söz konusu değildir.

Güçlü şizoid özellikleri olan bireyler zihinsel faaliyet hazzının asli bir parçası olan içe bakıştan hoşlanabilirler ama ağır şizoidler bu kapasitelerini yitirirler. Bu kişiler içgörü sahibi, çabuk kavrayan, sezgisel veya kıvrak zekâlı kimseler değildirler. Kendilerinden ve başkalarından kopukturlar, insanlarla kıt sayıdaki bağlarından iç dünyalarının yapısı da nasibini alır, sanki varoluşlarının ışığı her an tamamen sönmeye hazırdır ve geride sadece, tıpkı Kretschmer ve başka analistlerin de söylediği gibi ruhsuz bir boşluk kalacaktır. Dışarıdan bakıldığında ağır şizoid bir zihin kendini hiç zorlamaz, haliyle üretken de değildir. Hayattan elini eteğini çektiğinden, yaşam deneyimlerini anlamlandıracak kategoriler fazla geniş çaplı kalır, yeterince ayrışmaz. Aradaki farkları ya bulanıklaştırır ya da tamamen gözden kaçırırlar, bu da deneyimi öyle bir homojenleştirir ki farklı unsurlar üzerine konuşabilme becerisi yitiverir. Yaşamla büyük çaplı alakaları olmayan şizoidlerin genel pratik ve kültürel bilgileri çoğu zaman eksiktir. Hal böyle olunca da kültürel birikim gerektiren testlerde olumsuz sonuçlar alırlar.

Beck ve diğ. (1990) içinde bilişsel terapi yaklaşımıyla ilgili bir makalesi bulunan Ottaviani, şizoidlerin kendilerini çevrelerindeki dünyanın katılımcısı değil gözlemcisi olarak gördüklerini öne sürer. Kendilerinden ve başkalarından kopuk, duygulardan mahrum olan şizoidlerde "otomatik düşüncelerden ibaret bir kıtlık" söz konusudur (s. 127). Bu, müdahale için bir zemin olarak ele alınabilir. Ayrıca şizoidler diğer insanlardan gelen olumsuz geribildirimleri, sözgelimi bir kaçıngan veya bir kompülsif kadar kafalarına takmazlar. "Bunun yerine" der Ottaviani, "çoğu şizoid kendini uyumsuz bir tip olarak görür ama bu değerlendirme onun üzerinde gerçekten olumsuz etki yaratmaz." Şizoidler mesafeliliğe ve soyutlanmaya değer verdiklerinden, kişilerarası alanda çok rahat olmamaları onlar için tali veya alelade bir meseledir, aciliyet taşımaz. Dolayısıyla neden farklı olduklarını merak etmeyebilir veya bu konuda bir şey yapılması gerekmediğini varsayabilirler. Bu da onların değişim amacıyla terapiye başvurma motivasyonu taşımadıkları anlamına gelir. Son olarak, Ottoviani şizoid kişilikle bağlantılı bazı tutum ve kabuller olduğunu tespit etmiştir. Bunlara örnek olarak "Başka insanlar olmadığında hayat daha az karmaşık", "İçim bomboş", "Hayat yavan ve hiç doyurucu değil", "İnsanlar, yerlerine başka şeyler koyabileceğiniz nesnelerdir" verilebilir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Doğa bilimlerinde bilgi, kuramsal spekülasyonlarla ampirik araştırmalar arasındaki sıkı etkileşim sonucunda birikir. Sınırları daha gevşek olan sosyal bilimlerin ele aldığı fenomenlereyse kontrollü deneyler aracılığıyla erişmek o kadar kolay değildir. Bunun yerine sosyal bilimlerde aynı fenomene farklı gözlerle bakan ve onu farklı şekillerde açıklayan çeşitli yaklaşımlar ortaya çıkar. Her bir

yaklaşım konunun önemli bir noktasını yakalar ama hiçbiri tamamını kapsayamaz. Bunun en uç örneği kişiliktir. Kişiliği ve kişilik bozukluklarını daha önce bahsedilen klasik ve çağdaş yaklaşımlarla ele almak mümkündür ama bunların hiçbiri diğerlerini yanlışlama imkânı sunmaz. Kişilik dediğimiz şey kişinin ana yapısının tamamını ilgilendirdiğinden, bu muhtelif yaklaşımları bir araya getirecek ve böylelikle muhtelif kişilik bozukluklarını bütünlüklü kavramlar olarak kıyaslamaya imkân verecek bir tür kuramsal zemine ihtiyaç vardır.

Evrimsel kişilik kuramı (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) haz yoksunu üç kişilik bozukluğu öne sürer: şizoid, kaçıngan ve depresif kişilikler. Şizoid; geniş çaplı duygusal, motivasyonel, bilişsel ve kişilerarası kusurlar sergiler. Duygusal açıdan şizoidler hem hazza hem de acıya karşı duyarsız olma eğilimindedirler. Eğlenmeye, coşkulu veya mutlu hissetmeye istekli olmamaları bir yana; üzüntü, kaygı, öfke gibi sıkıntılı duyguları da pek az deneyimlerler. Haliyle şizoidlerin ödül arama veya rahatsızlık veren durumlardan kendilerini uzaklaştırma motivasyonları pek azdır. Bunun yerine hayat önlerine ne koyarsa pasifçe ona uyum sağlarlar; kendi durumlarını değiştirmek için nadiren inisiyatif alırlar. Pek bir duygusal deneyim kapasiteleri olmadığından, şizoidler kişilerarası ilişkilere giremezler; teşvik görmek namına ne kendilerinden ne başkalarından medet umarlar. Dolayısıyla sık sık kaba bilişsel kusurlar sergilerler ki fakirleşmiş bilgi tabanı ve genellenmiş değerlendirme süreçleri de buna dahildir. Evrimsel model açısından şizoid kişiliğin tamamını **pasif-mesafeli örüntü** olarak isimlendirmek en doğrusu olacaktır. Bu örüntünün sekiz farklı klinik alandaki dışavurumu Tablo 11. 1'de görülebilir.

Diğer modellere kıyasla evrimsel kuram ayrıca, çeşitli gelişimsel etkenlerin kişiliğin her alanında karşılıklı etkileşim halinde olduğunu kabul eder. Yani kişilik kişinin yapısının tamamıyla ilgili olduğundan, nedensellik aynı anda her alanda etkileşim içindedir. Bu doğrultuda şizoid kişiliğin gelişimine dair bir açıklama ortaya koyulacağı zaman herhangi bir alan başlangıç noktası kabul edilebilir. Biyolojiden başlarsak, ilk olarak şizoidlerin duygusal deneyim anlamında doğuştan gelen bir kusurları olduğu söylenebilir. Bu bebekler yaşamlarının ilk aylarında kendilerine bakım veren kişilerle ancak zayıf bir bağ kurabilir, haliyle de nesne ilişkilerini (somut bir benlik duyumu ve normal empati gelişimine zemin hazırlayan ben ve öteki imgelerini) içselleştiremezler. Bunun sonucunda bakım verenler hayal kırıklığı yaşar, şaşırırlar; nihayetinde de çocuğu şefkatle kucaklamaktan vazgeçerler. Sıcaklığın ve uygun davranışların ne olduğunu onlara gösterecek örneklerden böyle mahrum kalınca, geleceğin şizoidinin ana hatları da belirginleşmeye başlar. Bunun bilişsel sonuçları arasında benliğin karmaşıklıktan uzak olması, kültürün geneline ilişkin kısıtlı bilgi dağarcığı ve başkalarının içkin duygusal durumlarına ilişkin ancak genel çıkarımlar yapabilme becerisi sayılabilir.

TABLO 11. 1 Şizoid Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Duygusuz*<br>Duygusal yaşamı hareketsiz gibidir; cansızdır, duygularını açıkça ifade etmez, enerjisi yoktur, hayat dolu değildir; hareketsizdir, sıkıcıdır, robot gibidir, heykel gibi tepkisizdir; faaliyet, motor ifadeler ve spontanlık bakımından epeyce eksiği vardır. | **Benlik İmgesi** | *Halinden memnun*<br>Pek az içebakışı, kendine dair kısıtlı bir farkındalığı vardır; günlük sosyal yaşamdaki duygusal ve kişisel çıkarımlara kapalı görünür; diğer insanların övgü veya eleştirilerine karşı kayıtsız bir hali vardır. |
| Kişilerarası Davranışlar | *İlgisiz*<br>Kayıtsız ve uzak görünür, başkalarının eylem ve duygularına nadiren tepki verir, tek başına yapılan faaliyetlerden hoşlanır, "insanî" ilgileri minimum düzeydedir; arka plana karışır, soğuktur, dikkat çekmez, yakın ilişkileri ne arzular ne de bunlardan keyif alır; sosyal ortamlarda, iş ve aile ortamlarında yan rollerde olmayı yeğler. | **Nesne Temsilleri** | *Yetersiz*<br>İçselleştirilmiş temsiller sayıca az, pek ifade edilmemiş, diğer insanlarla ilişkilere dair algı ve anılardan da büyük oranda mahrumdur; iyi uyum sağlamış kişilerde tipik olarak görülen dürtü ve çatışmalar arasındaki dinamik etkileşim bu kişilerde hayli az görülür. |
| Bilişsel Tarz | *Fakirleşmiş*<br>İnsanların normalde sahip olduğu geniş çaplı bilgiler onda eksiktir; özellikle de sosyal konulardaki düşünce süreçleri müphem ve belirsizdir; diğer insanlarla iletişiminin belli bir odak noktası yoktur, amacı ve niyeti net değildir veya dağınık, dolaylı bir yoldan aktarılır. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Ayrışmamış*<br>İçsel bir çoraklık, ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik zayıf bir dürtü, içsel çatışmalarını çözmek veya bunlara karşı bir savunma geliştirmek ya da dışsal taleplerle baş etmek için pek az baskı söz konusu olduğundan içsel morfolojik yapılarını en iyi niteleyen, kısıtlı çerçeveleri ve steril örüntüleridir. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Entelektüelleştirme*<br>Kişilerarası ve duygusal deneyimleri, bilimsel bir hakikati sunarcasına soyut, kişisellik taşımayan, mekanik bir tarzda tarif eder; sosyal ve duygusal olayların öncelikle biçimsel ve nesnel yanlarına dikkat eder. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Duyarsız*<br>Duygusal açıdan uyarılmaya açık değildir; fıtrî bir duygusuzluğu, soğukluğu, sert bir yapısı vardır; zayıf duygusal veya erotik ihtiyaçları bildirir; sıcak veya yoğun duygular sergilediği nadirdir, hatta (haz, üzüntü, öfke gibi) çoğu duyguyu derinlemesine ifade edemez bir hali vardır. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

Ailenin iletişim tarzı, fikirlerin rasgele, kopuk veya belirsiz biçimde aktarılması ya da bu şekilde üstünün çizilmesi, büyüme çağındaki çocuğun kendi iletişim tarzını da biçimlendirecektir; kısacası çocuğun diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsü, evdeki müphem ve rasgele iletişim tarzını benimser. Ayrıca bozuk, belli bir odak noktası olmayan, anlaşılması güç düşünce örüntülerine maruz ka-

lan çocuk, hem taklit yoluyla hem de çevresindeki mantıksızlığa uyum sağlama ihtiyacı dolayısıyla insanlarla iletişim kurarken tali veya ikincil unsurlara (yani çoğu insanın alakasız veya dikkat dağıtıcı bulacağı noktalara) dikkat vermeyi öğrenir. Olayları bu şekilde ele alıp düşünmek ve bunlara böyle tepki vermek, aile ortamının sınırlarını aştığı takdirde diğer insanların kafasını karıştıracaktır. Bunun sonucunda ortaya çıkması muhtemel kopuk ve anlamsız etkileşimler kısırdöngüsü ilişkilere damgasını vurabilir; çocuğun daha da soyutlanmasına, sosyal mesafesinin artmasına neden olabilir. Tüm bu olaylar bir araya geldiğinde, şizoid örüntünün alametifarikalarından olan bilişsel belirsizlikler ve duygusal duyarsızlıklar katmerlenir.

Çocuklar, tekrar tekrar maruz kaldıkları ilişki örüntülerini taklit etmeyi öğrenirler. Aile ortamındaki günlük ilişkileri gözlemlemenin yan ürünü olarak çocuklar vurdumduymaz, ketum, hislerini belli etmeyen bir tarz benimseyebilirler. Kişilerarası alanda kendini sakınmasıyla, yüzeyselliğiyle ve resmiyetiyle bilinen veya üyelerinin birbirleriyle soğuk, mesafeli, lakayt biçimde ilişkilendikleri soluk ve donuk bir ortamı olan ailelerden şizoid çocuklar çıkması olasıdır, ki sosyal beceriksizlik veya duyarsızlık gibi alışkanlıkların bu çocukların hayli derinlerine işlemiş olduğu görülür.

Şizoid kişiliğe uzanan diğer yolların erken deneyim alanında başladığını düşünebiliriz. İlk olarak, bağlanma ve pekiştirme kapasitesi normal olan bir çocuk ciddi ihmale maruz kalabilir. Bu durumda çocuğun bağlanabileceği bir şey kalmaz; belki tek seçeneği bir battaniye veya yastık gibi cansız nesneler olabilir. Eğer bu durum uzun yıllar boyunca devam ederse, insanlarla iletişime girme fırsatını pek az bulabilen çocuklar da başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurma becerileri açısından kalıcı hasarlar alacak, nasıl ki yaşamın ilk dönemlerinde entelektüel uyarılmadan mahrum kalan çocuklar bir "kültürel gerilik" yaşıyorlarsa, bu çocuklar da "kültürel şizoidlere" dönüşeceklerdir. Soğuk, aşırı resmi, kendini sakınan, mesafeli veya düpedüz ilgisiz ebeveynler, toplumsal yaşama iyi uyum sağlamış çocukların sahip oldukları gibi zengin bir iç dünyayı ve kişilerarası gelişkinliği kendi çocuklarına vermeyi başaramazlar. Kültürel şizoidlerin paylarına bunun yerine, fakirleşmiş bir kimlik hissi ve dünyanın geneline dair yetersiz bilgi dağarcığı düşer. Amaçsız, sosyal açıdan tuhaf, duygusal kopukluk içindeki bu kişiler diğer insanlardan pek az teşvik bekler, haliyle pek az teşvik görür, böylelikle topluma ancak kıyısından ilişebilirler.

Psikodinamik gelenekte aynı çocuk, bakım verenlerin ondan yapay bir davranış standardına uyum göstermesi talebine karşılık "sahte bir yüz" geliştirebilir. Burada çocuk zorla yapay gelişim yollarına sokulurken, doğal kişisel ve duygusal gelişim sürekli değersizleştirilir. Bunun da maksadı açıkça, çocuğun sahip olabileceği her tür sahici kimliğin gelişimini sekteye uğratmak ve nihaye-

tinde ona üstün gelmektir. Hal böyle olunca da sahici bir kimlik geliştirme potansiyeli tamamen körelir ve nihayetinde, geride gerçek bir benlik kalmaz. Beyni böyle uzun süre boyunca yıkanmış olan genç yetişkinde ancak gerek kendisinin gerekse başkalarının yapay gördüğü yüzeysel bir kimlik algısı kalmış olabilir. Bazen, unutulan kimliği terapiyle tekrar canlandırmak mümkündür ama bazen de değildir. Biyopsikososyal-evrimsel modelde bu tür kişilerin şizoid oldukları düşünülür fakat bunun nedeni kişilerarası göstergelere dikkat etmeyi öğrenememeleri değil, dikkat ettikleri göstergelerin çocuk normal ilişkilerle büyüse gerçekten pekiştirici nitelik taşıyacağı düşünülen göstergelerin yerini almasıdır. Sahte benlik, gerçek bir haz yaşayamaz.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Şizoidlerin diğer kişilik bozukluklarıyla çokça ortak yüzeysel özellikleri vardır. Her halükârda şizoidi ayrıştırabilmenin püf noktası genel bir duygusuzluk ve kişilerarası temasa yönelik arzu eksikliği tespit etmektir. Hem şizoidler hem de şizotipaller nispeten asosyaldirler, başkalarıyla birlikte vakit geçirmekten geri dururlar ama gerekçeleri farklıdır. Şizotipaller başkalarıyla beraberken sıkça sosyal kaygı yaşarlar, bazen bu kaygılara kastedilme zannı gibi paranoid endişeler de eşlik edebilir. Şizotipaller, insanların bir şekilde onlardan bahsettiğine inanabilirler. Sokakta fısıldaşan iki insan gören bir şizotipal bu insanların kendisi hakkında konuştuklarını düşünebilir. Şizoidler ise sosyal açıdan ilgisizdirler; başkalarının ne konuştuğu onları alakadar etmez. Ayrıca şizoidlerin renksiz ve sönük bir hali vardır; şizotipaller ise kapsamlı bilişsel eksantriklikleriyle bilinirler. Örneğin sihirli düşünceler bunlardan biridir; başkalarının düşüncelerini okuyabildiklerini, geleceğe dair güçlü altıncı hisleri olduğunu düşünebilirler. Keza sıradışı algı deneyimleri ve konuşmalarındaki kimi tuhaflıklar da bu eksantrikliklerdendir. Kısacası şizotipal kişilik daha çok eşikaltı şizofreniyi andırır.

Benzer şekilde gerek şizoid gerekse kaçıngan kişiler genellikle sosyal açıdan tereddütlü ve tepkisiz görünürler; ikisi de kişilerarası alandan kendisini çeker ve önemli bir sosyal etkileşimin içinde kalmaya mecbur bırakıldığı takdirde kaygılı bir tablo ortaya koyabilir. Tanı görüşmesi sırasında bu iki kişiliği birbirinden ayırmak özellikle zor olabilir; kaçıngan kişi kendini açmaya fazlaca korkar veya bundan utanır, şizoidlerin ise sadece söyleyecek bir şeyleri yoktur. Aradaki kilit fark, duyguları deneyimleme kapasitesine ve sosyal yakınlık kurma arzusuna bağlıdır. Kaçınganların zengin bir duygusal yaşamı vardır ama utanç verici durumlardan, mahcup olmaktan, küçük düşmekten korktukları için insanlarla temas kurmaktan kaçarlar. Ayıplanmaktan veya kınanmaktan korktuklarından, çevrelerindeki insanların duygularına son derece hassastırlar ve

## Odak Noktası: Gelişim

### Çocuklukta Şizoid Kişilik Bozukluğu

**Çocuklukta Kişilik Bozukluğunun Gelişimine İlişkin Kanıtlar**

Freud "Yetişkin erkeğin babası çocuktur" diyordu. Araştırma yazını henüz emekleme çağında olsa da, yetişkin bozukluklarıyla çocukluktaki benzer sorunların erken dışavurumları arasında çok sayıda devamlılık bulunmuştur (Fennig ve Carlson, 1995). Şizoid kişiliğin çocukluğuna dair ilk açıklamayı 1926'da Ssucharewa yapmıştır (Wolff, 1996). Belirtiler arasında yalnızlık, tuhaf düşünceler, küntlük, yüzeysel duygular, otomatizme eğilim, dürtüsel davranışlar, uygunsuz sosyal davranışlar (soytarılık yapma, kafiyeli konuşma, basmakalıp uydurma sözcükler kullanma), obsesif kompülsif davranışlar, telkine yatkınlığın artması ve sakarlık, hantallık, ani hareketler ve çok sayıda gereksiz hareket gibi muhtelif motor bozukluk yer alır. Çağdaş görüşe göre otizm, Asperger sendromu ve çocukluktaki şizoid kişilik (Wolff, 1998) birbiriyle ilişkili bozukluklardır; bu gruba "şizoid spektrum" adı verilir. Şizofrenisi olan çocuklar kadar ileri düzeyde bozukluk göstermeseler bile, bu kategorilere giren çocukların hepsinde sosyal ilişkilerde sorunlar, gelişimsel anomaliler ve muhtelif şiddette gecikmeler mevcuttur.

Wolff (1998) başka insanların ne hissettiğini veya düşündüğünü hayal edebilme kapasitesine bağlı olan "zihin kuramı" becerilerinde şizoid çocukların otistik çocuklardan ve Aspergerli çocuklardan daha kötü durumda olduklarını öne sürer. Hatta "empati yoksunluğu" tanının başat unsurlarından biridir. Belirtilen diğer özelliklerden bazıları "yalnızlık (bu çocuklar 'tek tabanca'dır) (...) bazen paranoid düşünceler düzeyinde artmış hassasiyet; katı zihin yapısı, özellikle de bazı (elektronik, mimari çizimler, antika, astronomi, dinazorlar, siyaset gibi) ilgi alanlarındaki ısrarcılık; tuhaf metaforlar kullanmak veya aşırı çene düşüklüğü gibi alışılmadık iletişim biçimleridir" (s. 124). İşlevselliği yüksek olan otistik ve Aspergerli çocukların aksine şizoid çocukların, büyüyüp yetişkin olduklarında daha iyi psikososyal uyum gösterdikleri görülmüştür; öyle ki bu çocuklar, söz konusu açıdan onlarla klinik özellikler bakımından eşleşen kontrol grubundan çok da farklı bir gelişim ortaya koymamışlardır. Gel gelelim işlerinde beklenen seviyeye gelme veya mahrem ilişkileri kolayca devam ettirme bakımından o kadar başarılı olamamışlardır, ki her iki durum da yetişkin şizoid kişiliğin özellikleridir.

onların sözlerini, hal ve tavırlarını sürekli gözden geçirerek kabul gördüklerine veya reddedildiklerine ilişkin ipuçları ararlar. Kaçınganlar potansiyel tehditlere karşı çevrelerini durmaksızın tararlar. Oysa şizoidler duyarsız, mesafeli, soğuk, lakayt kimseler olarak görülürler. Kibirli veya katı yürekli değildirler; sadece, söz konusu en yakın arkadaşları bile olsa onlarda temel duygu ve yakınlık kapasitesi yoktur. Gel gelelim güven tesis edildiği müddetçe kaçınganlarda sıcaklık ve yakınlık kapasitesi bol miktarda mevcuttur. Son olarak şizoidler pek

az çatışma, ikircikliik veya hayal kırıklığı yaşarlar. Diğer yandaysa kaçınganlar sosyal kabul görme arzularıyla, kendi mahrem utanç dünyalarına kapanma arzuları arasında her daim sıkışmış hissederler. Yaşadıkları hayal kırıklığı derin ve varoluşsaldır.

Hem şizoidlerde hem de depresiflerde haz alma veya neşelenme kapasitesinin eksikliği ortaktır; ikisi de dışarıdan tekdüze, renksiz, ciddi, sosyal açıdan tepkisiz görünür. İkisinde de psikomotor gerilik bulgularına rastlanabilir; verilen görevleri yavaş ve yöntemsel biçimde yerine getirirken kendilerinden herhangi bir şey katmadıkları görülebilir. Gel gelelim depresifler ciddi ıstırap çeker, kendilerini tükenmiş, bezgin, değersiz hissederler. Yalnızca geleceğe dair umutsuz olmakla kalmaz, aynı zamanda işler farklı yönde seyretse olabilecekleri düşünüp olası kabahatlerinden dolayı kendilerini korkunç derecede suçlu hissederler. Kendi kendilerine yakıştırdıkları yetersizliklerini hor görür, eleştiri ve cezayı hak ettiklerine inanırlar. Halbuki depresiflerin aksine şizoidlerde hemen hiçbir boyutta duygusal derinlik yoktur ve onlar gibi kendilerini suçlayacak türden bir içebakışa muktedir değildirler. Son olarak depresifin endişelerinin kaçınılmaz biçimde kişilerarası bir niteliği vardır, şizoidler ise sosyal açıdan ilgisizdirler ve kişilerarası ilişki sorunlarını asla hayatlarının merkezine koymazlar.

Şizoidler de kompülsifler de duygularını ifade etmezler, entelektüelleştirmeye meyillidirler ve bazen (farklı gerekçelerle de olsa) aynı mesleklere yönelebilirler. Ayrıca kompülsiflerin kural ve düzenlemelere sıkı sıkıya bağlı olmaları, aile yaşamları pahasına dahi olsa kendilerini işlerine adamaları ve işyerinde çerçeveye ihtiyaç duymaları, onların hal ve tavırlarının kopuk ve pasif bir görünüme bürünmesine neden olur ki bu da yüzeysel olarak bakıldığında şizoidin mesafeliliğini andırır. Ayrıca şizoidin de bazen kompülsif nitelik taşır gibi duran nevi şahsına münhasır fikirleri olur. Ne var ki şizoidler kişilerarası teması minimum düzeye indiren meslekleri tercih ederler ve sosyal usulleri dikkate almaz veya bunlara gereken önemi vermezler. İşyerinde kimse onlara bulaşmadan veya kimse onlardan sosyallik gerektirecek bir şey istemeden, kuytu bir köşede biteviye çalışmaktan son derece memnun olurlar. Kompülsifler ise aksine, sosyal teamüllere haddinden fazla uyarlar ve detaycılık, incelik, tekrar tekrar kontrol gerektiren işler onlar için biçilmiş kaftandır. Dışarıdan ne kadar ciddi görünseler de duygularını ifade etme kapasiteleri sağlam duruyordur, sadece nadiren kullanıma sokarlar. Bu doğrultuda kompülsifleri tarif etmenin en iyi yolu onların duygusal açıdan kısıtlı kişiler olduklarını söylemektir; şizoidlerin ise duygusal açıdan içi boş olduklarını söylemek daha isabetli olacaktır. Ayrıca şizoidler kişilerarası temaslara kayıtsızdırlar ve duygulara karşı duyarsızlıkları bu tür bir tehdidi ortadan kaldırır.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Şizoidlerin varoluşlarına minimum duygu ve ilişki kıtlığı egemen olduğundan, bu kişilerde I. Eksen bozuklukları nadiren görülür. Bunun yerine kendilerini zor durumlardan uzaklaştırarak baş ederler. İşler zorlaştığında şizoid arkasına bakmadan uzaklaşır. Normallik açısından bakıldığında böyle bir yaşam tarzında insan olmanın getirdiği zenginlikler bulunmaz; şizoid açısından bakıldığındaysa bu yaşamda insan olmanın getirdiği nice sorun da bulunmaz. Her zaman olduğu gibi kişilik örüntüsünü, ilişkili I. Eksen sendromlarıyla bağdaştıran bir mantığın bulunduğunu hatırlamakta fayda vardır. Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Kaygı Bozuklukları*

Her ne kadar tüm kişilik örüntüleri kaygı yaşasa da şizoidlerin normalde derin, tesirli duygusal deneyimleri olmaz ve şizoid özellikler nevrotik kişilerde görülmez (Tyrer, Casey, ve Seivewright, 1986). Tekdüze, renksiz tarzları onları kaygı ve duygudurum bozukluklarına karşı bağışık hale getirir ki bu özelliği üç vakamızda da görebiliriz. Gel gelelim şizoidlerde bazen aşırı veya yetersiz uyarılmaya karşılık olarak kaygı bozuklukları görülebilir. Asosyal bir çevrenin teminatına tekrar kavuşmalarına yardımcı olacak güvenli bir yol bulamayan bazı şizoidler olağandışı sosyal talepler veya ağır sorumluluklar karşısında patlayabilir. Bazen kişinin dış dünyadan çok uzun süre soyutlandığı durumlarda, özellikle de geçmişte uzun süren veya travmatik sosyal temaslar onu strese sokmuşsa, sosyal dünyaya dönmeye ilişkin obsesyon veya kompülsiyonlar ortaya çıkabilir. Kütüphaneci Leonard halkla ilişkiler biriminde çalışmaya zorlansa ne olurdu, bir düşünün.

### *Dissosiyatif Bozukluklar*

Şizoid zihnin bilişsel mimarisi bilinçteki bozulmalara davetiye çıkarır. Normal bireylerde iyi gelişmiş bir kimlik algısı dengeleyici rol oynar; kaygı ve stres dönemlerinde organizmayı sabit tutar. Oysa şizoidlerde pek de bütünlüklü denemeyecek, yamalı bir benlik söz konusudur ve bu kişiler hemen kimliklerini çarpık şekilde algılar, kendilerine yabancılaşır, ağır bir boşluk (Kumin, 1978) veya depersonalizasyon deneyimlerler. Duygusal açıdan fakirleşmiş olmaları nedeniyle kendilerini mekanik ve hatta bedenlerinden ayrılmış gibi bile hissedebilirler. Çocukken ağır istismara uğramış kişilerde şizoid özellikler ve dissosiyatif deneyimler bir arada görülebilmekle beraber (Swett ve Halpert, 1993), sınırda kişilik özellikleri muhtemelen daha yaygındır.

### *Şizofrenik ve Psikotik Bozukluklar*

Şizoid kişiliğin pek çok özelliği şizofrenik sendromlardaki negatif veya eksik denen semptomlara benzer. Şizoidlerin duygusal deneyim kapasiteleri hayli kısıtlıdır. Benzer şekilde şizofrenler de duygu yelpazelerinde ve şiddetlerinde küntleşme yaşarlar. Şizoidlerin çoğu zaman belli bir istikametleri yoktur, hayatta amaçsızca dolaşırlar. Keza şizofrenlerde de hedef yönelimli faaliyetler azalmıştır. Şizoidler kişilerarası ilişkiler kuramaz, övgü ve eleştirilere kayıtsız kalırlar. Şizofrenler de sosyal kaygıdan ve aşırı uyarılmadan kaçınmak için toplumsal yaşamdan uzaklaşabilirler. Şizoidler anhedoniktirler, nadiren haz alırlar; şizofrenlerin de çoğu böyledir. Şizoidlerin spontan davrandığı pek az görülür, duygusal ve ilişkisel yatırımlara sahip değildirler, haliyle de başkalarıyla iletişimde kullanmaya değer buldukları malzeme oldukça sınırlıdır. Benzer şekilde şizofrenlerde konuşmanın üretimi ve akıcılığı bakımından gerilemeler görülür.

Her şizoidde ileride şizofrenik sendromlar görülmez ve her şizofrenin sendromu bir kişilik bozukluğunun ardından gelmez. Buna rağmen daha önce bahsettiğimiz benzerlikler uyarınca şizoid kişilik bozukluğu çoğu durumda şizofrenik bir sendromdan önce görülen bir belirtidir (Millon, 1981). Ayrıca şizoidler stres altında olduklarında bazen kısa süreli psikotik nöbetler geçirebilirler. Psikotik veya şizofrenik semptomlar ortaya koyan şizoidler şizofrenik sendrom öncesi örüntüyü abartma eğilimindedirler. Bu kişilerde belirgin bir rehavet ve çevrelerine karşı kayıtsızlık dikkat çeker, ya hiç kıllarını kıpırdatmaz ya da hayli uyuşuk biçimde, umursamazca hareket ederler. Konuşmaları yavaştır ve bazen sesleri dahi duyulamaz. Kişilerarası faaliyetlere katılmamak için direnirler ve çevrelerindeki şeylerin, olayların gerçekdışı veya tuhaf göründüğünü söyleyebilirler. Alametifarikaları olan duygusal fakirliklerine, rüyadakine benzer bir mesafelelik ve depersonalizasyon duyguları eşlik edebilir. Kendine çekidüzen veremeyen (dezorganize) ve kasılıp kalmış (katatonik) alttipler muhtemelen paranoid alttipten daha yaygındır zira paranoid alttip normalde şizoidlerde, tekrar tekrar sosyal baskıyla karşılaşmadıkları müddetçe görülmeyecek sosyal kaygı duygularını yansıtır. Kendine çekidüzen veremeyen alttip temel şizoid örüntünün bozulmuş hali olarak görülebilir, kasılıp kalmış alttipse çevresel aşırı uyarılmanın tehditlerine karşı benliğin önüne duvar örme çabasının ürünüdür.

## Terapi

Şizoid kişiliğin prognozu ümitvar değildir. Şizoidlerin ne ilişki kurmaya niyetleri ne de yeterli duygusal kapasiteleri olduğundan, ancak kısıtlı bir aktarım ilişkisi geliştirebilir, terapinin onlara sağlayabileceği yararları göremez ve tera-

pistin övgü veya eleştirilerine kayıtsız kalırlar. Örneğin kütüphaneci Leonard'ın terapistiyle karşılıklı oturduğu ve birbirlerine söyleyecek bir şey bulamadıkları bir sahneyi zihnimizde çok rahat canlandırabiliriz. Leonard zar zor birkaç cümle ettiğindeyse seans biter. Gel gelelim her şizoid böyle prototip bir vaka değildir. Bazılarında bozukluğun daha hafif şiddetli özellikleri bulunur; bu kişiler sabır ve sebat ettikleri takdirde gerek işlerinde gerekse sosyal yaşamlarında iyi bir uyum yakalayabilirler. Kendilerini motive edecek içsel unsurlar olmayınca, dışsal çerçevenin varlığı muazzam bir önem kazanır.

## Terapideki Tuzaklar

Şizoid biriyle çalışırken terapideki en önemli tuzak herhalde büyük beklentilere kapılmaktır. Ne Leonard ne Doris ne de Hillary sosyal kelebeğe dönüşebilir. Başkalarının duygusal durumlarına ilişkin çıkarımlarda bulunmayı beceremedikleri düşünülürse, terapi ilişkisinin de onlara tuhaf, kafa karıştırıcı gelmesi olasıdır. Kaydedilmiş otobiyografik anıları tek tük olduğundan ve başkalarının eylemleriyle iç dünyaları arasındaki bağlantıyı ancak kısıtlı ölçüde görebildiklerinden, şizoidlerin psikolojik zihin yapısı taşıdıkları söylenemez; içgörü gerektiren terapi biçimlerine muhtemelen yanıt vermeyeceklerdir. Haliyle şizoidle yapılan her tür görüşmenin düzeyinin onun kavrayışına göre ayarlanması gerekir. Bunu genel entelektüel düzeylerinden çıkaramazsınız çünkü şizoidler entelektüel açıdan parlak kişiler olsalar da etraflarında olup bitenlerden bihaber veya naif olabilirler.

Bir diğer tuzak da terapistin hayal kırıklığına uğraması, yenildiğini hissetmesi ve vazgeçivermesidir. Böyle tepkiler normaldir ve geçmişte de o kişi için hayalleri olan (ebeveyn, kardeş, öğretmen gibi) kişilerin deneyimlerini yansıtır. Kusursuz bir empatiyle bile yaklaşsanız herkese "dokunamazsınız". Yolun başındaki terapistler, şizoid özellikler taşıyan hastalarla çalışırken bu gerçeği akıllarında tutmalıdırlar. Ciddi mesafe kat edenler bile, özellikle de onlara tekil bir varoluş imkânı sağlayan ortamlara dönmek zorunda olanlar, pasif kopukluk içindeki soyutlanmış yaşam tarzlarını yeniden benimseme riski altındadırlar. Bu tür gerilemeleri engellemek için terapi sonlandırıldıktan sonra destek görüşmeleri yapmak akıllıca olacaktır.

## Terapideki Stratejiler

Hastada şizoid özellikler ağırlıktaysa, terapinin üç büyük hedefi vardır. İlk olarak, kişinin bir şekilde hazla ilişkilendirdiği şeyleri bulmak gerekir. İkincisi kişilerarası dünyayla temasın, sosyal kaygının izin verdiği ölçüde artırılması gerekir. Üçüncüsü, kişi mümkünse iş veya eğitim hayatına müdahil hale getirilmelidir.

Kişilerarası açıdan, hastanın günlük yaşamına artık kimin faal biçimde dahil olacağına terapist karar vermelidir. Çoğu şizoid nadiren romantik ilişki yaşadığı veya evlendiği için, çift terapisi genellikle bu kişiler için uygun değildir. Buna rağmen eğer ki böyle bir partner mevcutsa, onu da terapi sürecine dahil etmek iyi olabilir. Ne de olsa şizoid muhtemelen ilişkiyi doğru şekilde aktaramayacaktır ve kendi kayıtsızlığının, duygusal destek vermeyişinin, anlayışsızlığının ilişkiyi nasıl sıkıntıya soktuğunu kavramakta zorlanabilir. Hillary'nin erkek arkadaşıyla "birbirlerine söyleyecek pek bir şeyleri kalmadığını" düşündüğünü biliyoruz ama bu hikâyeyi bir de diğer taraftan dinlemek ilginç sonuçlar doğurabilirdi. Partnerin şizoidden daha uyumlu özellikler taşıması olasılığı doğrultusunda, bu ilişkiyi korumak önemli olabilir.

Hasta eğer ailesiyle yaşıyorsa, ilişkilere yönelik tutumlarını terapide ele alıp nihayetinde aile üyeleriyle topluca görüşme hedeflenebilir. Karşılıklı kayıtsızlıkla karşılaşmak herhalde istisnai olmayacaktır: İki taraf da düşmancıl olmayabilir ama şizoid, ailesini pasifçe yok sayarken ailesi de onu aktif biçimde yok sayabilir. Ebeveynler kendilerini tükenmiş, yenik düşmüş, hayal kırıklığına uğramış hissedebilirler. Bu duygular araştırılabilir, mevcut beklentilerinin yerine şizoidin her gün övgü almasını sağlayacak daha mütevazı hedefler koyulabilir. Aksi takdirde şizoid bir şey hissedecekse bile bu, reddedildiği hissi olacaktır; tıpkı patronundan bahsederken "Belki benden daha iyi bir performans bekliyordur" diyen Leonard gibi, içinde beklentileri karşılayamadığına dair genel, müphem bir duygu uyanabilir.

Şizoid özellikleri olan kişiler yalnız vakit geçirmeye çok önem verdiklerinden, belli bir süre aile üyeleriyle görüştükten sonra tamamen tek başlarına kalmaları sağlanarak şımartılabilirler. Aile üyeleri kişiyle etkileşimlerini bir günlükte kayda alır ve onun keyif aldığını, tatminkâr bulduğunu düşündükleri şeyleri not ederler. Terapide aile yaşamına ilişkin tutumlar ve bu etkileşimler masaya yatırılabilir: Aile fazlaca kontrolcü, cezalandırıcı, işgalci, destekçi mi gelmektedir? Yoksa bunlardan hiçbiri midir? Eğer kişi aklına hiçbir duygu gelmediğini söylerse, aileye dair sıfatlardan oluşan bir derecelendirme ölçeğini doldurabilir; böylelikle belirgin temaları tespit edilir, tartışmanın önü açılır. Ayrıca genel stratejik plan dahilinde destekleyici bir aile, kişinin iş veya okul gibi diğer bağlamlara da sokulması için gereken zemini oluşturur.

İki kişilerarası değerlendirme daha yapmak gerekir. İlk olarak, şizoid özellikleri daha ön plandaki kişiler bile bazen bir miktar sosyal kaygı yaşarlar. Bu kaygı kişilerarası alandaki başarısızlıkları veya sosyal beceriksizlik hisleriyle ilgili olabilir. Sosyal kaygı bilinen tekniklerle savuşturulabileceğinden, mevcudiyeti bize duygulanımın bir nebze korunduğu mesajını verir ki bu da prognoz açısından iyiye işarettir. Burada şizoid özellikler, kandırıp sosyal alana çekmesi daha kolay

olan kaçıngan kişiliğin özelliklerini gizleyebilir. Ayrıca şizoid özelliklerin kişiyi düşmancıl dünyaya karşı uyuşturarak ne denli uç bir savunma görevi görebileceği değerlendirilmelidir. Çocukluk döneminin istismarcı bir ortamda geçtiğine ilişkin bildirimler, bu tür bir hipotezi desteklemekle birlikte doğrulamaz.

İkincisi, hastanın fantezilerinin içeriğini araştırmak için çaba sarf edilmelidir. Sosyal yaşamdan elini eteğini çekmiş hastalarda fantezinin genellikle uyum sağlamaya hizmet etmediği düşünülür. Gel gelelim fanteziler kişinin tatmin edilmemiş ihtiyaçlarını veya kendinde gördüğü kusurları telafi eder, bu sayede terapiye zengin bir malzeme sağlamış olur. Herhangi bir fantezi şizoidin bir ihtiyacı veya arzusu olduğuna işaret eder; terapist bunu onun mahrem dünyasına girmek için bir portal olarak kullanabilir. Mesela süperkahraman olduğuna dair bir fantezisi varsa, belli ki kendisini zayıf ve güçsüz buluyordur. Becerilerini artıracak her tür müdahale aynı zamanda daha yetkin bir benlik imgesi ortaya çıkaracak, bu da sosyal arzusunu yükseltecek, daha tatminkâr ve gerçekçi sosyal etkileşimlere girmesine yardımcı olacaktır, vesaire. Bu doğrultuda, hiçbir fanteziden bahsetmeyen şizoidler biraz hayal kurmaya teşvik edilebilir, zira bu sayede en azından nelerin onları teşvik ettiği hakkında bir miktar bilgi sahibi olunabilir. Nihayetinde, soyutlanmışlığın kişinin yaşamında oynadığı işlevsel rol terapide incelenip fantezi malzemesiyle ilişkilendirilebilir.

Bilişsel yaklaşımla çalışan Ottaviani, Beck ve diğ.'ndeki (1990) yazısında hastanın erişmek isteyebileceği sosyal etkileşim hedeflerini hiyerarşik biçimde sıralamayı önerir. Otomatik düşünceleri, özellikle de sosyal etkileşimlerin hemen öncesinde ve sonrasında ortaya çıkanları kaydetmek için günlük tutulabilir. Şizoidlerin zihinsel içeriklerinin ne kadar fakir olduğu göz önünde bulundurulduğunda, düşünce ve duyguları tespit etme çabası başlı başına terapötik bir nitelik taşıyabilir. Ayrıca şizoidlerden diğer insanların zihinsel durumlarını tanımlayıp tartışmaları istenebilir. Pratik yapa yapa, doğru ve empatik yaklaşım sergileme becerisi sosyal durumların teşvik edici değerini artıracaktır. Ardından rol yapma ve in vivo (gerçek hayatta) maruz bırakma egzersizleri kullanılarak sosyal beceriler pratik ettirilebilir. Sözlü ve görsel geribildirimlerin hastayla terapistin sorunlu alanları belirlemelerine yardımcı olacak şekilde yapıcı olması gerekir; sözlü geribildirimler sese duygusal boyut katmak için, video kayıtlarıysa diğer insanların onları nasıl algıladığına dair bir fikir vermek ve sosyal açıdan uygunsuz davranışlar sergilemeden daha canlı olmalarına yardım etmek için kullanılabilir.

"Şizoidler deneyimlerini çoğunlukla genelleyerek değerlendirdiklerinden" der Ottaviani, "deneyimlerin aslında gerçekten de ödüllendirici yanlarını kaçırabilirler." Olumlu özgül noktalara dikkat çeken sorular sayesinde kişi neyi neden tercih ettiğini öğrenebilir. Bu faaliyetler daha sonra hayatı daha ödüllendirici kılmak için tekrarlanabilir. Son olarak bilişsel ve kişilerarası yaklaşımlar grup

terapisinde birleştirilebilir, şizoidler burada daha yapıcı sosyal beceri ve tutumlar geliştirmeye teşvik edilebilirler. Başlangıçta çoğu ilgisiz bir tutum sergileyecek, katılmayı büyük oranda reddedecektir. Bazıları sosyal kaygı yaşayacak, bazılarıysa grup sürecini anlamakta zorlanacaktır. Tüm bunlara rağmen eğer grup kucaklayıcı olursa, çoğu insan en nihayetinde kademeli olarak kendini açmaya ve katılım göstermeye başlar. Bir yandan da diğer insanların onu nasıl gördüğüne ilişkin içten geribildirimler alır. Bu geribildirim, şizoid özelliklerin şiddetine veya bu özelliklerin aslında kaçıngan bir kişiliği gizleyip gizlemediğine ilişkin fikir verebilir. Her halükârda, saf bir şizoidin ayırt edici özelliği olan kişilerarası ilişkilere yönelik ilgisizlik ve duyumsamazlık, diğer insanlardan aldığı olumlu geribildirimler karşısındaki tepkisinden ölçülebilir. Prognoz da bu doğrultuda şekillendirildiğinde terapinin sonucunu daha isabetle öngörmek mümkün hale gelir.

## Özet

Şizoid, kişiliği olmayan kişilik bozukluğudur. Şizoidler ilişkilerin pek hayrını görmediklerinden kendilerini soyutlamayı tercih ederler. Sıklıkla mesafeli ve duygusal açıdan künt olarak tasvir edilseler de genellikle kimse onları fark etmez çünkü hayli sessizdirler, kimseye bulaşmazlar. *DSM-IV*'teki şizoid kriterleri yalnızca, şizoidde (duygusal, cinsel, ilişkisel anlamda) nelerin eksik olduğuna odaklanmıştır. Bir yelpaze üzerinden düşündüğümüzde şizoidin nispeten normal versiyonu; duygusal kapasiteleri daha gelişkin olan ve her ne kadar yalnız bir yaşam tarzı benimsemiş olsa da fantezi dünyası epeyce gelişkin bir içedönük gibi tarif edilebilir. Normal kişilik bölgesindeyse Oldham ve Morris, kendini en çok kendi kendine yetebildiği, halinden memnun olduğu yalnız bir hayat sürerken özgür hisseden yalnız tarzdan bahseder. Millon ise gerektiği durumlarda başkalarıyla ilişki kurabilen ama aslında yalnızlığı tercih eden münzevi tarzdan bahseder. Yelpazenin diğer ucunda bulunan en ağır şizoidlerdeyse bir tür şizofrenik sendrom gelişebildiği anlaşılmaktadır.

Şizoid kişiliğin pek çok türü öne sürülmüştür. Durgun şizoid, şizoid eğilimleri depresif özelliklerle birleştirir. Mesafeli şizoidler kendilerini öyle geri çekmişlerdir ki bir şeyler hissetme, insanlarla ilişki kurma gibi doğal bir kapasiteyi yitirmişlerdir. Kişiliksizleşmiş şizoid sanki hayal âlemindedir, mesafelidir, bilişsel açıdan namevcuttur. Duygusuz şizoid ise kompülsifin yapılandırılmış ortam arzusunu paylaşır ama kompülsifin aksine onda özerklik ile itaat arasında çatışma söz konusu değildir.

Şizoidin biyolojik açıklamaları henüz spekülasyon düzeyinde olmakla beraber, bozukluk düzeyi ağırlaştıkça savlar da daha ikna edici hale gelmektedir. Şizoidlerin kronik olarak yetersiz faaliyet içinde oldukları veya yeterince uyarıl-

madıkları düşünülmektedir. Bu da normal işlevsellikteki biyolojik bir kusurla açıklanabilir. Şizoid kişiliği şizofreniyle ilişkilendiren bazı genetik önbulgular vardır ancak limbik sistemdeki veya retiküler aktivasyon sistemindeki fokal beyin anomalileri gibi başka olasılıklar da mevcuttur.

Klasik psikanalizin şizoid kişiliği tarif etme gücü sınırlıdır çünkü bizzat psikodinamik yaklaşım, her ne kadar kendilerini dış dünyaya belli bir şekilde sunsalar da kişilerin içten içe derin çatışmalar ve mücadeleler yaşadıkları varsayımına dayanır. Şizoidin ise içi boş gibidir. Bu düşünce biçiminin bir istisnası, şizoidlerin duygu eksikliğini; (memenin temsil ettiği) sevginin ölüm anlamına geldiğini erken yaşlarda öğrenen ve kendilerini korumak için içlerine kapanan çocuklar olmalarıyla bağdaştırmıştır. Yaşamın ilk yıllarındaki kişilerarası bağlara odaklanan nesne ilişkileri kuramcıları şizoidleri erken bağların eksikliği üzerinden tanımladıklarından, bu konuda söyleyecek daha çok sözleri vardır.

Hiç kişilerarası ilişkisi yokmuş gibi duran bir bozukluğa kişilerarası yaklaşım getirmek sağduyuya aykırı görünebilir ama sosyal bir dünyada yaşadıklarından, şizoidlerin de başkalarıyla etkileşim kurarken kullandıkları bir örüntü olmak zorundadır ve kişilerarası analiz gerektiren de, buna dair herhangi bir içsel arzularının bulunmayışıdır. Kiesler bu örüntüyü kaçınmacı-tepkisiz olarak nitelendirir çünkü diğer insanları görmezden gelip dışarıya tamamen kapalı bir hale bürünürler. Her ne kadar mesafeli olsalar da, sosyal açıdan hassas olmasalar da, şizoidlerin diğer insanlara karşı katı yürekli veya sert davrandıkları söylenemez. İletişim tarzları daha ziyade tatsız, kişisellikten uzaktır. Ayrıca diğer insanlarla bağ kurmayı başaramadıklarından, bir ailenin parçası olmanın veya bir arkadaşın sevgisine mahzar olmanın keyfini de asla yaşamazlar.

Bilişsel açıdan, normal şizoidler entelektüel meşguliyetlerini tamamen serbest bırakıp matematikçi veya filozof olabilirler ama daha ağır şizoidlerde şizotipallere benzer bazı bilişsel eksantriklikler ortaya çıkar. Şizoid ne kadar soyutlanmışsa, tutarlı ve zengin bir benlik duyumu olma ihtimali o kadar düşer. Şizoidler çoğu zaman onları motive eden hedef ve dürtülerin farkında değildirler; en ağır vakaların içebakış yetileri dahi yoktur. Beck ve Freeman şizoidlerin hayata katılmadıklarını, hayatı yalnızca kenardan gözlemlediklerini söylerler.

Evrimsel nörogelişimsel yaklaşım ise şizoidi haz yoksunu kişiliklerden biri olarak tanımlar, ne haz ne de acı duyabildiklerine dikkat çeker. Bu kişiler hayatın önlerine sunduğu koşullara pasifçe uyum sağlar ve bir şeyleri değiştirmek için nadiren inisiyatif kullanırlar. Bu yaklaşım ayrıca şizoid kişiliğe uzanan çok sayıda gelişim yolu olduğu zira biyolojik, kişilerarası ve dinamik alanların birbiriyle etkileşerek kişinin bütününü oluşturduğu görüşünü benimsemiştir.

Her ne kadar şizoidin kaçıngan, depresif ve kompülsif gibi diğer bozukluklarla bazı yüzeysel özellikleri ortakmış gibi görünse de, şizoidleri duygusuzluk-

larından ve insanlarla etkileşime geçmeyi hiç arzulamamalarından ayırt etmek mümkündür. Şizoidler kaygıya ve duygudurum bozukluklarına nispeten bağışıktırlar ama dissosiyatif bozukluklara, şizofrenik semptomlara ve psikotik bozukluklara karşı da hassastırlar.

Şizoidin terapi seyri pek iç açıcı değildir. Fazla değişim beklememek, hayal kırıklığına uğrayıp şizoidden erkenden ümidi kesmemek önemlidir. Şizoidin hoşuna giden, ona keyif veren bir şey bulunduğu takdirde buradan bir miktar değişim elde edilebilir, böylelikle kişilerarası teması artırılıp iş veya eğitim yaşamına daha fazla müdahil olması sağlanabilir. Bu hedeflere kişilerarası araçlar kadar sosyal etkileşim hedefleri hiyerarşisini baz alan bilişsel modeller sayesinde de ulaşmak mümkündür. Grup terapisi güçlü bir ayırt edici tanı koymak bakımından kullanışlı olabilir, bu da daha gerçekçi bir prognoz belirlemeye imkân tanır. Rol yapma davranışı ve in vivo maruz bırakma, yaşanan değişimin kliniğin veya hastanenin duvarlarının ötesine geçmesini sağlar ve şizoidlerin kişilerarası deneyimlerini daha kapsamlı hale getirmeyi öğrenmelerine yardımcı olur.

# XII
# Şizotipal Kişilik

## Amaçlar

Şizotipal kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nedir?
*Yapısal açıdan kusurlu kişilikler*in ne olduğunu açıklamak.
Çocuklukta şizotipal kişiliğin habercisi olan davranışlar var mıdır?
Nevi şahsına münhasır kişilik, şizotipalin normal bir çeşididir. Özelliklerini tarif etmek ve bunları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek şizotipal kişiliğin her bir alttipini nasıl oluşturduğunu anlatmak.
*Gizil şizofreni, sahte nevrotik (psödonevrotik) şizofreni* ve *ambulatuar şizofreni* terimlerinin önemini açıklamak.
Meehl'in şizotaksi kuramını aktarmak. Bu kuramı destekleyen bulgular var mıdır?
Şizofreni alanındaki nöroanatomik araştırmaların ve nörotransmitter araştırmalarının bulguları şizotipaller için de geçerli midir?
Şizofreniye ilişkin viral hipotez nedir?
Psikodinamik yaklaşım şizotipal kişiliği nasıl açıklar?
Şizotipalin eksantrik ve tuhaf kişilerarası davranışlarını sürdüren unsurlar hangileridir?
*Duygusal mantık yürütme* teriminin anlamını açıklamak.
Şizotipallerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak noktaları vardır. Bu diğer bozuklukları sıralamak ve her birinin şizotipalden farkını açıklamak.
Şizotipal kişilik için terapi hedeflerini sıralamak.

Diğer insanlar onları eksantrik, farklı, tuhaf, acayip, garip bulur. Başkalarının yanında aşırı gergin olduklarından, uzun süredir tanıdıkları kişilerden bile uzak durur, kendilerini soyutlarlar. Bir kısmı, tamamen kendi iç dünyasından kaynaklanan uyaranlarla meşguldür, duygu ve düşüncelerini tutarlı biçimde ifade etmekte zorlanabilir. Kişilerarası temaslarda bulunduklarında dikkati dağınık, odaklanmakta zorlanan ve konudan konuya atlayan bir görünüm ortaya koyabilirler. Duygu yelpazeleri sınırlı olabilir veya nesnel olaylara tamamen uygunsuz kaçan duygular sergileyebilirler. Bilimsel olarak desteklenmeyen tuhaf inanışları vardır; örneğin telepatiyle iletişim kurduklarına veya bir şekilde geleceği gördüklerine inanabilirler. Bazılarının algıları da aynı şekilde tuhaftır; örneğin uzun süre önce ölmüş akrabalarını düşünürken birden onların ruhlarının odada dolaştığını hissedebilirler. Çoğu zaman diğer insanların niyetlerine olağanüstü şüpheyle yaklaşırlar. Bu kişiler **şizotipal kişiliğe** sahiptirler; bölümün rahat okunabilmesi için onlardan kısaca şizotipaller diye bahsedeceğiz. Saydığımız bu özellikleri düşünürseniz, artık çoğu araştırmacının şizotipal kişiliği şizofreni yelpazesi içinde görmesine şaşırmayacaksınızdır. Bu doğrultuda hem şizotipaller hem de şizofrenler sıkça **şizotipler** olarak anılırlar. İki bozukluğun da içinde bulunduğu yelpazeye ise **şizotipi** adı verilir. Normal işleyişte bir aşırılık veya mübalağa bulunduğunu ima eden hezeyan, halüsinasyon, kastedilme zannı gibi şizotipal semptomlara, şizofreni araştırmalarıyla uyumlu biçimde **pozitif semptomlar** denir; kişilerarası veya motivasyonel alandaki eksiklerden ise genellikle **negatif semptomlar** olarak söz edilir.

Neal örneğini ele alalım (bkz. Vaka 12. 1). Talihsiz koşulların kurbanı olan Neal, kokain bulundurmaktan tutuklanmış ancak idrar tahlilinde yasadışı herhangi bir maddeye rastlanmayınca şartlı tahliyesine karar verilmiştir. Çoğu şizotipal gibi Neal'da da **kastedildiği sanıları** mevcuttur; yani diğer insanların onun hakkında konuştuğuna veya kendisinin bir şekilde kişilerarası olayların merkezinde yer aldığına inanmaktadır (bkz. 1. kriter). Gel gelelim bu tür olayları talihsizliğine yormak yerine kendisine "tuzak kurulduğu" sonucuna varır. Ayrıca polislerin ondan bahsettiklerini "biliyordur" çünkü hep ona bakmış ve bunu gizlemeye çalışmışlardır; en azından onun açısından durum böyledir. Neal'ın kastedilme zannı muhtemelen polisin de tespit ettiği sosyal kaygısıyla ilişkilidir. Neal, hiçbir gerekçesi olmasa dahi kimsenin yanında rahat edemez (bkz. 9. kriter) ve rahatsızlığı şiddetlendikçe daha da teyakkuza geçer, olayları kendisini merkez alacak şekilde yorumlama ihtimali artar.

Klinik görüşme sırasında başka sıradışı özellikleri de ortaya çıkmıştır. Her ne kadar Neal'a yaşamöyküsüyle ilgili basit sorular sorulsa da, verdiği yanıtlar tarz ve içerik itibarıyla tuhaftır. Görüşmenin amacı veya görüşmecinin niyetiyle temas edemez, basit sorular karşısında bile afallar; adeta görüşmeciyle aynı sosyal gerçekliği paylaşmıyordur. Gayet net görünen sorulara bile kopuk ve biraz

Şartlı tahliyesinin bir parçası olarak Neal altı ay boyunca ruhsal tedavi görmek zorundaydı. Bir odasını kiraladığı eve polis baskın yaptığında bulundurduğu az miktarda kokain ele geçirilmişti. Uyuşturucu testi negatif çıkınca belli bir süre denetim altında tutulmak üzere salıverilmiş, psikolojik danışmanlığa yönlendirilmişti. "Uzun zamandır bana tuzak kurmaya çalıştıklarını düşünüyorum" diye belirtmişti. "Hücrenin dışından bana bakıyorlardı. Ne kadar gizlemeye çalışsalar da benden bahsettiklerinin farkındaydım." Polis raporlarına göre komşular Neal'ın hiç arkadaşı olmadığını ve hatta insanlardan korkar bir hali olduğunu bildirmişlerdi. Neal'ın kefaletini ödemeye gelen olmamıştı.

Neal 32 yaşındaydı, uzun boyluydu ve neredeyse bir deri bir kemik denebilecek bir vücut yapısı vardı. Çukurlaşmış gözleri başkalarının bakışlarıyla nadiren temas kuruyordu. Hareketlerinde bir tutarsızlık vardı, sanki bedeni tamamen kendi kontrolünde değilmiş gibiydi. Görüşmenin başından itibaren en basit sorulara dahi cevap veremediği fark edilmişti. Ancak uzun süren sessizliklerin ardından ağzından bir yanıt çıkıyor, bu yanıtlar da genellikle gevelemeden ileri gidemiyor veya sorulan şeye ancak dolaylı bir noktadan temas ediyordu; kendi yanıtlarının ortasında serbest çağrışımla başka yerlere atlıyor gibiydi. Ayrıca duyguları da kullandığı sözcüklerle uyumsuzdu; bazen üzücü bir şeyden bahsederken gülümsediği oluyordu. Görüşmenin "asıl amacını" bildiğini iddia ediyordu. Bu "kendisine söylenmişti" ve "geleceği kısmen görmüştü". Yanıtlarının bu patolojik yapısının, aslında sadece yanlış sözcük veya tabirler seçmesinden kaynaklanıp kaynaklanmadığı araştırıldığında Neal'ın tam da söylediği şeyi kastettiği anlaşıldı: Gerçekten de ara sıra geleceği görsel biçimde görebildiğine inanıyordu. Dahası, başka yerlerde neler olup bittiğini ve kendisi oraya giderse neler olabileceğini de bazen görebildiğini iddia ediyordu.

Neal'dan isabetli ve eksiksiz bir yaşamöyküsü almak zordu. Komşusuna göre annesi Neal'ı 40'lı yaşlarının ikinci yarısındayken doğurmuştu. Babasının kimliği bilinmiyordu, komşusu eve bir erkeğin girdiğine hiç şahit olmamıştı. Annesinin nerede olduğu da meçhuldü ama komşusu şehirde bir yerde oturduğu kanısındaydı. Neal 12 yaşındayken annesi onu terk etmişti. Komşusu Neal'ın, en azından annesi gidene dek başarılı bir öğrenci olduğunu söylüyordu. Buna rağmen "Neal hiçbir zaman normal bir çocuk değildi" diye belirtiyordu. "Annesi onu terk edince daha da tuhaflaştı, kıvrılıp bedenini düğümlemeye ve kendi kendine konuşmaya başladı." Neal'ın bu davranışlarından dolayı tedavi görüp görmediğini bilmiyor. Keza şu an nasıl geçindiği konusunda da bir fikrimiz yok. Şehir merkezindeki dükkânların vitrinlerini temizlediğini, tuhaf saç modeli ve derbeder görüntüsü yüzünden müşterileri korkutana dek bu işle uğraştığını iddia ediyor. Şu an Neal polisle yaşadığı anlaşmazlığa takılmış durumda, ara sıra ağzında "kafalarını uçurmak" ile ilgili bir şeyler geveliyor. Düzenli devam etse bile terapi zor olacak.

Şizotipal Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür; bilişsel ya da algısal çarpıklıkların ve alışılagelmişin dışında davranışların yanı sıra yakın ilişkilerde birdenbire rahatsızlık duyma ve yakın ilişkilere girebilme becerisinde azalma göze çarpar; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

(1) Kastedildiği zannı (Kastedilme hezeyanlarını kapsamaz.).

(2) Davranışları etkileyen ve kültürel değerlerle uyumlu olmayan acayip inanışlar ya da büyüsel düşünceler (örneğin batıl inanç, "gaipten haber aldığına" inanma, telepati ya da "altıncı his"; çocuklarda ve ergenlerde tuhaf fanteziler ya da bunlar üzerine düşünüp durma).

(3) Bedensel yanılsamalar da dahil olmak üzere olağandışı algısal deneyimler.

(4) Acayip düşünme biçimi ve (örneğin belirsiz, ilgili-ilgisiz, mecazlı, aşırı ayrıntılı ya da basmakalıp) konuşmalar.

(5) Kuşkuculuk ya da paranoid düşünceler.

(6) Uygunsuz ya da kısıtlı duygulanımlar.

(7) Acayip, eksantrik veya şahsına münhasır davranış ya da kılık.

(8) Birinci derece akrabalar dışında yakın arkadaşların ya da sırdaşların olmaması.

(9) Kendisi hakkındaki olumsuz yargılardan çok, paranoid korkulardan kaynaklanan ve kişilere aşinalık geliştirdikçe azalmayan aşırı sosyal kaygı.

5
1
9
8
4
6
2
3
7
7

dolaylı yanıtlar verir (bkz. 4. kriter); sorunun asıl maksadını kaçırıp yeniden bulan ama sonra tekrar yitiren bir hali vardır. Anlam ve duygu çoğu insanın konuşmalarında sıkı bir ilişki içinde olsa da, Neal için bunlar arasındaki bağ gevşektir (bkz. 6. kriter). Sergilediği duygular bazen nesnel olaylara tamamen uygunsuz kaçar; kişilerarası etkileşimleri, ya yanlış yerde kullanılan ya da etkileşimin önemsiz yanlarını önemli veya merkezi olanlar pahasına ön plana çıkaran referans çerçeveleri üzerinden yorumlar gibidir.

Neal ayrıca şizofreniyi andıran olağandışı algı deneyimleri de bildirir. Görüşmenin gerçek amacının "kendisine söylendiğini" belirttiğinde mecazi konuşmuyordur. Neal burada normal insan deneyiminin sınırları dışında kalan bilgilere erişme gibi bir ayrıcalığı olduğunu öne sürmektedir (bkz. 2. kriter). Ayrıca halüsinasyona benzer sıradışı algı deneyimlerinden de bahseder (bkz. 3. kriter). Neal geleceği kısmen gördüğünü söylerken gerçekten de bir şekilde zamanın ilerisine baktığını kastetmektedir. Başka yerlerde ne olup bittiğini ve eğer kendisi oraya giderse neler olabileceğini görebildiği iddiası tahminlerine değil, algılarına dayanır. İlginçtir ki Neal'ın bu tür esinlerinin ve duyu ötesi bilgilerinin koruyucu bir işlevi vardır; onu şüpheci kılmakla beraber kendisini emniyet altına almasına da yardımcı olur. Neal sosyal kaygıya kapıldığında ve olayları ona işaret etmek üzere şekillendirdiğinde, hiç değilse kendini korumanın bir yolunu bulmuş olur. İşte bu nedenle bu algı biçimi gündelik yaşamın akışında eylemlerinin temeli haline gelmiştir. Ve Neal'ın korkuları her halükârda büyük oranda kurgusal olduğundan, aldığı tedbirler de her zaman işe yarar gibi görünür; böylelikle batıl inanışları ve egzotik bilişsel modları pekişir.

Son olarak, nice şizotipal gibi Neal'da da acayip veya şahsına münhasır davranışlara rastlarız (bkz. 7. kriter). Yan komşusu Neal'ın bazen kıvrılıp bedenini düğümlediğini, kendi kendine konuştuğunu bildirmiştir. Benzer şekilde Neal da, dış görünüşü ve tuhaf davranışları müşterileri korkutuncaya dek vitrin temizleme işiyle geçindiğini öne sürer. Belki müşteriler de Neal'ı korkutuyordu. Sosyal kaygısı ve kendini korumak için kullandığı sıradışı bilişsel yöntemler düşünüldüğünde, Neal'ın hiç yakın arkadaşının olmaması şaşırtıcı değildir (bkz. 8. kriter). Neal genelde bir başınadır, toplumun kıyısında kendi yağında kavrulan bir hayat sürmektedir.

Neal'ı tasvir ettiğimize göre artık başka meseleleri ele almaya başlayabiliriz. Kişilik bir şirket binası gibidir. Çalışanların kendi işleri vardır, bina da onların faaliyetleriyle uyumlu niteliktedir. Örneğin bina içinde bir yerden bir yere gitmek için dolambaçlı koridorlardan geçmeniz veya dışarıya, caddeye çıkmanız gerekmez. Tüm çalışanlar ve ziyaretçiler gidecekleri yere fazlaca efor sarf etmeleri gerekmeden kolayca ulaşırlar. Hatta binanın genel yapısı işleyişin etkin biçimde sürmesini doğal olarak kolaylaştırır. Herkes bir başkasına kolaylıkla

ulaşır ve sonunda, ideal koşullarda, yapının tamamı tek bir ahenkli bütün olarak hareket etmeye başlar.

Şizotipal, sınırda ve paranoid kişiliklerdeki yapısal kusurlar bütünün pürüzsüz işlemesine engel olur. Paranoidin binası öyle katı ve kısıtlayıcıdır ki içeri giren herkes, önceden belirlenmiş özgül kurallara riayet etmediği takdirde dışarı atılır. Sınırda kişiliğin binasıysa öyle gevşek yapıdadır ki içinde duvarları doğru düzgün örülmüş odalar bile yoktur. Hal böyle olunca da içinde ne varsa farklı birimlere kolayca sıçrayabilir ve böylelikle yapının tamamı dayanıksızlaşır, bir anda yarılma veya taşma tehlikesine karşı savunmasız hale gelir. Şizotipallerdeyse binanın genel tasarım sürecine eksantrik ve akıl almaz bir mantık hükmetmiştir. Öyle ki acayip olan normal, normal olan da acayip sayılır olmuştur.

Bu üçü yapısal açıdan kusurlu kişiliklerdir. Kişilik *tarzı* dünyadaki işleyiş biçimini ifade eder; kişilik *yapısı* ise bu işleyişin altında yatan tabakadır. Mesela el; yazma, tutma, çevreyi manipüle etme amacı taşır. Yaptığı şey budur. Yapısal olaraksa kemiklerden, kaslardan, sinir ve tendonlardan oluşur; bunlar olmadan elin herhangi bir şey yapması mümkün değildir. Aynı şekilde kişiliğin de yapısal alanları işlevsel yanlarını destekler. Zihnin mimarisi de böyle oluşur. Örneğin bilişsel şemalar, bilişsel tarzların dışa vurulması için gereken yapısal desteği sağlar. Kişiliğin bir diğer yapısal birimi olan benlik imgesiyse ilişkilenme biçimlerinde etkili olmanın yanı sıra özgüveni destekleyip koruyan savunma mekanizmalarının da işleyişinde pay sahibidir. Dolayısıyla kompülsifler kendilerini vicdanlı kimseler olarak görüp dışsal standartlara harfiyen uyarlar, böylelikle kendilerine dair bu imajın tasdiklenmesini garanti altına alırlar; ufacık hatalar mercek altına alınıp büyütülür, bu da kendi kendilerini hor görmelerine neden olur. Bu örnekten görüldüğü üzere kişiliğin yapısal unsurları öyle derine kazınmıştır ki nesnel olayların doğasını bile faal biçimde değiştirebilir. Kompülsif biri hatadan kaçınmayı ne kadar başarırsa başarsın, bir şeyleri kaçırdığı korkusu derinlerde bir yerde varlığını sürdürür. Kişilerarası her etkileşim heybetli kara bulutların altında gerçekleşir.

Yapısal açıdan kusurlu grup ise katılıkları, kırılganlıkları ve eksantriklikleri itibariyle diğer kişiliklerden ayrılır. Acayip davranışların, mantıksız dürtülerin ve yarı hezeyanlı düşüncelerin hüküm sürdüğü geçici dönemlere sıkça rastlanır. Bir anlığına rüyaya dalmışçasına, bu kişilerin müşterek sosyal gerçeklikle bağları ara sıra kopup yeniden kurulabilir. Bu içsel uyaranların birer yanılsama niteliği taşıdığını kavrayamadıklarından, dengesiz veya düşmanca eylemlere meyledebilir veya sonrasında ancak hayal meyal hatırlayacakları çılgın, kaotik âlemlere dalabilirler. İç dünyaları arada bir patlayıp onları boğar, farkındalıklarını bulanıklaştırır, tuhaf dürtü, düşünce ve duyguları serbest bırakır. Neal gibi nicesinin ilişki, okul ve iş performansı öyküsü inişli çıkışlı, kararsızdır. Muhakeme ve

## Odak Noktası: Gelişim

### Şizotipal Kişilik Bozukluğunun Çocukluktaki Öncülleri

**Pozitif ve Negatif Semptomlar Ne Zaman Görülmeye Başlanır?**

Araştırmacılar şizofrenik sendromların semptomlarını geleneksel olarak ikiye ayırmışlardır. İlki, pozitif semptomlar, büyük oranda algısal-bilişsel yapıdadır ve normal işleyişte aşırılığa, mübalağaya işaret eder. Bu semptomlara örnek olarak şüphecilik, kastedilme zanları, tuhaf inanışlar, büyüsel düşünceler, olağandışı algı deneyimleri, dolaylı ve yüzeysel konuşma verilebilir. İkincisiyse negatif semptomlardır. Bunların ağırlıklı olarak sosyal-kişilerarası bir doğası vardır ve normal işleyişteki eksikleri yansıtır. Kısıtlı veya uygunsuz duygulanım, konuşma sorunları (örneğin konuşma fakirliği veya tutukluk), sosyal kayıtsızlık, sosyal soyutlanma, duygusal tekdüzelik ve tuhaf davranışlar veya görünüm negatif semptomlardan bazılarıdır.

Bazı çocuklarda çocukluğun ilk yıllarından itibaren şizoidimsi davranışlar görüldüğünden, pozitif veya negatif semptomların erken davranışsal dışavurumlarının ileride dört başı mamur bir bozukluğa işaret edip etmediği merak konusu olmuştur. S. Olin ve diğ. (1997) sonradan şizotipal kişilik tanısı alan ergenlere ilişkin öğretmenlerin değerlendirmelerini, aralarında ebeveynleri de normal olan bir grup normal ergenin de bulunduğu farklı gruplarla karşılaştırmıştır. Bu araştırmacılar, yetişkinlikteki şizotipal semptomların çocukluktaki benzerlerinin henüz geç çocukluk ve hatta erken ergenlik dönemlerinde belirgin olduğu sonucuna varmışlardır. İleride şizotipal tanısı alan çocukların, sağlıklı birer yetişkin olacaklara kıyasla sosyal açıdan daha ilgisiz, eleştiriye karşı daha hassas oldukları ve daha gergin tepkiler verdikleri görülmüştür. Gel gelelim öğretmenleri bu çocukların diğerlerinden daha kaygılı olduklarına ilişkin bir değerlendirmede bulunmamışlardır. Şizotipal-öncesi çocuklarla, ileride şizofreni tanısı alacak çocuklar arasında da bir fark tespit edilmiş, geleceğin şizofrenlerinin daha yıkıcı ve daha çabuk uyarılan yapıları olduğu kaydedilmiştir. Bu bulgular geç çocukluktaki negatif semptomlarla yetişkinlik dönemi arasında devamlılık olduğu görüşünü desteklemektedir.

Ne yazık ki şizotipal kişiliğin pozitif semptomlarını ele alan bir çalışma henüz mevcut değildir. Küçük çocukların büyülü şeylere inanmaları ve bu tür atıflarda bulunmaları gelişimsel açıdan normal olduğundan (Rosengren, Kalish, Hickling ve Gelman, 1994; Vikan ve Clausen, 1993), bu semptomların şizotipal çocuklardaki gelişimini incelemek öğretici olacaktır. Belki de bu yaşlarda hemen her çocukta görülen ve normal kabul edilen büyüsel düşünceden zaman içinde vazgeçememek veya vazgeçmeye gönülsüz olmak, çocuğu ileride ciddi psikopatolojiye mahkûm hale getirmektedir.

öngörü eksikliği, doğal yeteneklerden yararlanamamak sıkça rastlanan sorunlardır. Arada bir beliren ümitvar işaret veya başarılar, tahammül düzeyi yüksek bir destekleyici sosyal çevre mevcut olmadığı takdirde nadiren kalıcı olur. Diğer kişilik bozuklukları kendi alışkanlık sistemlerine uygun güvenli bir niş bulmayı

çoğu zaman başarır. Gel gelelim yapısal açıdan kusurlu kişilikler aynı başarısızlıkları defalarca tekrarlar. Buna rağmen çoğu, nihayetinde kendini toplamayı ve bir daha aynı ciddiyette bir dağılma yaşamayacak şekilde ayaklarını yere sağlam basmayı başarır.

Neal vakasını örnek kabul ederek, şimdi bu bölümün planını oluşturan bazı ilave meseleleri ele alacağız. İlk olarak normallik ile anormalliği kıyaslayacağız; ardından temel şizotipal temanın çeşitlerine geçeceğiz. Daha sonra şizotipal kişiliğe biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar anlatılacak. Bu bölümler kişiliğin bilimsel yanının çekirdeğini oluşturur. Neal'ınki gibi ana hatları çizilen karakter örneklerinde gördüklerimizi açıklama isteğiyle yazınsal anekdotlardan uzaklaşıp kuramın topraklarına gireceğiz. Her zaman olduğu gibi burada da tarihle tasviri yan yana verecek, vaktiyle her bir bozukluğun farklı bir yanına dikkat çekmiş düşünürlerin katkılarını not edeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda var. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca şizotipal ile diğer kuram bazlı yapıları karşılaştırarak, şizotipal kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiklerini tartışacağız. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacağız ve yine malzememizi alandaki klasik yaklaşımlar yani kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda düzenleyeceğiz. Tüm bu süreçte, metnin içindeki soyut kalan noktaları somut örneklerle temellendirmek için vaka çalışmalarından yararlanacağız.

## Normallikten Anormalliğe

Şizotipal kişilik ağır bir kişilik bozukluğu olarak görülse de, şizotipal özellikleri tekil halde kendilerinde bulan okurlar olabilir. Bu özelliklerin sayısı arttıkça resmin geneli daha "farklı" bir hal almaya başlar. Oldham ve Morris (1995) nevi şahsına münhasır tarzdan bahsederler. Bu kişilik tarzı; sıradışı ve hatta eksantrik bir yaşam tarzına yol açan, apayrı telden çalan eşsiz bir inanç sistemine sahiptir. Böyle kişiler pek az yakın ilişkiye ihtiyaç duyarlar ve bunun yerine ilginç ve alışılmışın dışında olanın peşinden koşar, genelde duyu ötesi, doğaüstü, esrarengiz, mistik şeylere çekilirler. Yeni deneyimlere ve bilindik fikirlerin yeni yorumlarına hayli açıktırlar; eski ve yaygın şeyleri alternatif, soyut biçimlerde formülleştirmeye meraklıdırlar. Çoğu zaman diğer insanların tepkilerinin epeyce farkında olsalar da ilhamı yine içsel kaynaklardan alırlar. Haliyle onların özgüvenlerinin temeli müşterek sosyal gerçeklik değildir. Bunun yerine kendi eşsiz deneyimlerinin öznel dünyasına inanır, buna değer verirler. Kendi deneyimleri

doğaüstü unsurların veya duyu dışı algılamanın varlığını desteklediği müddetçe bilimsel kanıtlara ihtiyaç duymazlar. Büyük bir kısmı duygusal ve spiritüel deneyimin, bilginin sınırlarını arayan deneyselcilerden oluşur.

*DSM-IV*'teki (buradaki amacımız doğrultusunda mealen aktardığımız) tanı kriterlerini normalleştirerek şizotipal kişiliğin daha az anormal bir çeşidini oluşturmak mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişide kastedilme zanı vardır, olayları sanki bilhassa kendisini hedef alan özel bir anlam taşıyormuş gibi yorumlar (bkz. 1. kriter). Oysa şizotipal tarzı olanlar sadece kendi iç dünyalarından ilham alırlar, ki bu da onları kendilerine özel bir rol atfeden sıradışı yorum ve çıkarımlara götürür. Bozukluğu olanlar büyüsel düşüncelere kapılabilir veya (kendilerinin durugörü sahibi ya da telapatik olduğu gibi) tuhaf inanışlara sahip olabilirler (bkz. 2. kriter). Bu kişilik tarzında olanlarsa bazı alışılmadık fikir ve batıl inançlar taşıyabilirler ama müşterek sosyal gerçekliğin gerektirdiklerine uyum sağlamak için bunları geçici süreliğine bir kenara bırakabilirler. Bozukluğu olanlar garip algısal deneyimler yaşayabilirler (bkz. 3. kriter). Halbuki şizoid tarzı olanlar, bizimkinin ötesindeki (doğaüstü, mistik, esrarengiz) gerçeklikleri deneyimlemek istemekle beraber hakikati veya ilhamı yalnızca buralarda aramazlar. Bozukluğu olanlar anlaşılması güç hale gelebilirler, tali düşüncelerde kaybolabilir, fikrilerine haddinden fazla kafa yorabilirler (bkz. 4. kriter). Oysa yeni ve soyut şeyler şizoid tarzı olanları yalnızca cezp eder.

Buraya kadarki kıyaslamaların her birinde Neal patolojik tarafa daha yakın düşer. Örneğin tutulduğu hücrenin dışındaki kişilerin ondan bahsettiklerine inanır. Ayrıca durugörü sahibi olduğunu ve bu sıradışı becerinin geleceği de kapsadığı düşünür. Bu acayip inanışlarını bir kenara bırakmak şöyle dursun, bunları davranışlarının da temeli haline getirmiştir. Neal başka yerlerde ne olup bittiğini "bilir" ve kendisi de oralara gittiğinde olabilecekleri öngördüğüne inanır. Yeni veya soyut olana çekim duymaktan ziyade Neal'ın sözleri kulağa müphem ve karmaşık gelir. Mevcut düşünce içeriği, artık her ne ise, sanki söyleminin genel planına bir şekilde müdahale ediyormuş gibi lafı dolandırıp durur.

Kalan tanı kriterlerini de bir yelpaze şeklinde düşünmek mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olanların genellikle hiç yakın arkadaşı yoktur (bkz. 8. kriter); öyle ki şüpheci ve paranoid dahi olabilirler. Bu kişilik tarzında olanlarsa içsel bir inanış sisteminden beslenir ve bu sistemin başkalarınca tasdik edilmesine ihtiyaç duymazlar. Bozukluğu olanlarda kısıtlı veya uygunsuz duygulanım görülür (bkz. 6. kriter). Bu tarzda olanlarsa toplumun beklediği veya ödüllendirdiği davranışların bir nebze de olsa farkındadırlar. Bozukluğu olanların hal ve tavırları alışılmadık, acayip, giderek tuhaflaşan biçimlere bürünebilir (bkz. 7.kriter); bu tarzdan olanlarsa sadece sosyal standartlara itibar etmedikleri için sıradışıdırlar. Son olarak, bozukluğu olanlarda diğer insanlara aşinalık geliştirdikçe hafifleme-

yen abartılı bir sosyal kaygı görülürken (bkz. 9. kriter) diğerleriyse yalnızca son derece gözlemcidir ve başka insanların duygu ve eylemlerinin farkındadır.

Buradaki kıyaslamaları da göz önünde bulundurduğumuzda yine Neal'ın yelpazenin patolojik tarafına düştüğünü görürüz. Kendi inanış sisteminden beslenmek şöyle dursun, polisin ona tuzak kurduğu kanısındadır. Neal'ın duyguları konuşmasının içeriğiyle uyumsuzdur, hem kendi kontrolünden hem de başkalarının o anki beklentilerinden kopuk görünür. Başkalarının yanında salt ihtiyatlı davranmanın da ötesinde Neal hiç yakın arkadaşı olmayan bir tektabancadır. Alışılmışın dışında olmanın ötesine geçen acayip, derbeder dış görünüşü (artık kalmamış olan) iş yaşamına etki eder. Ayrıca kıvrılıp düğüm olmak gibi tuhaf davranışlar sergilediği bilinmektedir. Tüm bu özellikler bir araya geldiğinde şizotipal kişilik bozukluğuna işaret eder.

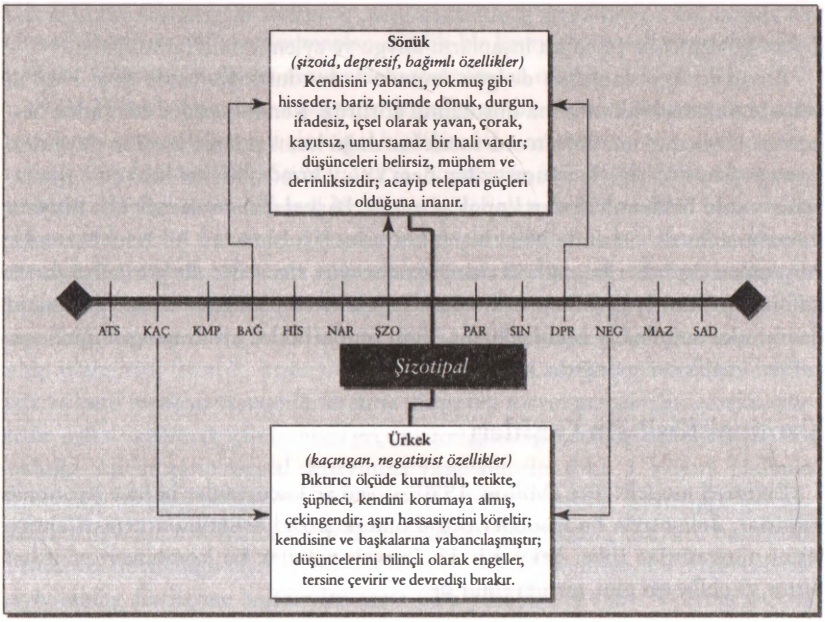
## Şizotipal Kişiliğin Çeşitleri

Evrimsel modele göre (Millon, 1990) şizoid ve kaçınganlar hafifçe şizotipale kayarlar; dolayısıyla bu kişilikler doğal olarak şizoid örüntünün yapısal alttiplerini oluştururlar (bkz. Şekil 12. 1). Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.

### Sönük Şizotipal

**Sönük** şizotipaller pasif-mesafeli örüntünün yapısal açıdan abartılı halini temsil ederler. Şizoidler gibi onlar da duygulara karşı belirgin ölçüde duyarsızdırlar, dış dünyaya kayıtsız görünürler ve tekdüze, gönülsüz, lakayt, kendini ifade etmeyen, miskin, keyifsiz bir halleri vardır. Gel gelelim sönük şizotipaller bunu bile abartırlar. Mesafeli olmaları nedeniyle dış dünyayla hiçbir bağlantıları yoktur. Pasiflikleri dolayısıyla içlerinde kimliklerine zemin teşkil edecek hiçbir şey üretmezler.

Bunun yerine içerikten azade, yalnızca biçimsel bir varoluş içindedirler. Bazıları zihin ve bedenini ayrı veya ayrıştırılmış olarak deneyimler. Bir kısmıysa ara sıra varoluş krizleri (kendini hayalet, ölü veya yokmuş gibi hissettiği dehşet dönemleri) yaşar ve varoluşunu tasdikleyecek ve onu hiçlikten kurtaracak her şeye tutunabilir. Kimileriyse kendini hayatta herhangi bir amacı veya anlamı olmayan bir robot gibi görür. Bilinçleri fiziksel dünyayla bağını koparmış halde havada süzülüyormuş gibi, sanki olmakla olmamak arasında bir boyutta kaybolmuş gibi gelebilir. Bilişsel süreçleri müphem, belirsiz, derinliksiz görünür. Depersonalizasyon semptomlarına sıkça rastlanır. Sosyal iletişimlere minimum düzeyde, uygunsuz duygulanımlarla, olmadık fikirlerle veya dolaylı ve karmaşık biçimlerde yanıt verilir. Monoton, uyuşuk, hatta duyulması dahi zor bir konuşma tarzları vardır. Bazen depresif ve bağımlı özellikler de görülebilir.




**ŞEKİL 12. 1** Şizotipal Kişilik Çeşitleri

Gelişimsel açıdan, sönük şizotipallerin aşırı kayıtsızlığa, vurdumduymazlığa ve resmiyete maruz kaldıkları bir aile atmosferinde yetişmiş olmaları muhtemeldir. Sosyal suskunluk, kişilerarası kayıtsızlık ve duygusal yakınlıktan rahatsız olma konusunda aile çocuğa model teşkil eder. Birbirinden kopuk, müphem, kafa karıştırıcı, anlamsız etkileşimlerle karmaşıklaşan parçalı ve biçimsiz iletişim biçimleri de; odak noktası bulunmayan, ilgisiz kişilerarası ilişkilere yol açan önemli bir faktör olmalıdır. Aksi takdirde zengin olan deneyimleri tekdüzeleştiren duygusal kusurlar ve önemli ayrımları iyice bulanıklaştıran bilişsel belirsizlikler nedeniyle, tatminkâr kişilerarası deneyimler yaşama fırsatı kaçar. Duygu barındıran ve net bir biçimde iletişim kuramayan bu kişiler genellikle dışlanır, görmezden gelinir, başkalarını cezp eden nispeten ilginç deneyimleri paylaşmak üzere nadiren davet edilirler. Diğer insanlarla duygu ve düşünce alışverişinde bulunamayınca sabit kalır, yeterince gelişemez ve dolayısıyla bağlantısız, biçimsiz, duygusuz hallerini sürdürürler. Sosyal deneyimleri kısıtlı olduğundan pek az sosyal beceri edinir, sosyal ilişkiler kurmakta giderek daha da zorlanır, soyutlanmışlıklarını pekiştiren ve gerek sosyal yetersizliklerini gerekse bilişsel kusurlarını ön plana çıkaran bir kısırdöngünün içine düşerler.

## Ürkek Şizotipal

Ürkek şizotipal aktif-mesafeli örüntünün yapısal açıdan abartılı bir versiyonudur. Kaçınganlar gibi onlar da çekingen, dış dünyadan soyutlanmış, evhamlı, korunmacı ve sosyal açıdan ürkektirler. Sönük türün aksine bu kişiler duygusuzluğu ve kayıtsızlığı kendi hassasiyetlerini, duygu ve arzularını köreltmek amacıyla, savunmacı biçimde kullanırlar. Bazılarında kaçınganların sürekli çevreyi taramaları ve her daim tetikte olmalarına benzer abartılı davranışlar gelişir; kendilerini korumaları için onlara rehberlik edecek ve böylelikle kötü olayları kontrol altına alıp savuşturmalarını sağlayacak tuhaf işaret ve alametlere kapılırlar. İlgisiz detaylara veya sıradan insanların gözünden kaçacak nüanslara odaklanabilir, batıl davranış ve ritüelleri benimseyebilirler. Çoğu benliğini öyle değersizleştirir ki kendi bilişsel süreçlerini, rasyonel ve nesnel olduğu varsayılan şeylerden kaçınma aracı gibi kullanmaya başlar. Kimileriyse bazı kaçınganların emek emek işlediği fantezi dünyasını normalde beş duyunun ötesinde kalan algılara dönüştürür. Öyle ki, büyülü fantezilerden, yanılsamalardan, telepatik ilişkilerden ve onlara gerçekte mevcut olandan daha belirgin ve tatminkâr bir varoluş sağlayan diğer tuhaf düşüncelerden müteşekkil yepyeni bir iç dünya yaratırlar. Bir kısmı benliğinden tamamen kurtulmaya çalışır; kimliklerinin içini olduğu gibi boşaltıp sönük emsallerininkine benzer bir yol izlemeye uğraşırlar. Ürkek şizotipaller, özellikle de sosyal etkileşimler söz konusu olduğunda aşırı ölçüde evhamlıdırlar; böyle durumlarda gergin olurlar ve kaygıyla çevrelerini izlerler. Pek çoğu insanlara güvenmez, onların niyetlerine şüpheyle yaklaşır. Bu tutumları insanlara aşinalık kazansalar bile genellikle değişmez.

Gelişimsel açıdan ürkek şizotipallerin çocukken aşağılanmış, reddedilmiş ve küçük düşürülmüş olmaları muhtemeldir. Haliyle özgüvenleri düşüktür, kendilerini yetersiz hissederler ve başkalarına karşı belirgin ölçüde güvensizdirler. Böylesi sert bir muameleye maruz kalmış olmaları dolayısıyla kendilerini koruma amacıyla insanlara mesafe koyar, toplumla aralarına duvar örer, duygularını izole ederler. Nihayetinde, her tür temasın olumsuz değerlendirmelere yol açabileceği korkusuyla insanlarla etkileşim kurmaktan topyekûn kaçınır hale gelirler. Değersizliklerinden o kadar emindirler ki, çoğu kendi kendini kötülemeye başlar. Neal iki alttip arasından daha çok ürkek şizotipali andırır.

# Tarihteki Öncüler

Kişilik bozukluklarının bazılarının çok eskiden de bilindiği anlaşılmaktadır. Oysa şizotipal kişilik görece yeni bir kavramdır. Şizotipal kişiliğin tarihi şizofreniyle ilişkisiyle başlar ve bu iki sendromun nerede başlayıp nerede bittiğini

tam olarak tespit edebilme çabalarıyla devam eder. 1. Bölüm'de sosyal bilimlerle doğa bilimleri arasında temel bir fark olduğunu, sosyal bilimlerin ele aldığı fenomenlerin sınırlarının doğası gereği net olmadığını, haliyle de pek çok semptom ve kişilik özelliği birbiriyle uzaktan ilişkiliymiş ve tek bir tanı teriminin onları layıkıyla ifade etmesinin imkânsızmış gibi göründüğünü anlatmıştık.

Şizofrenleri sınıflandırmada yaşanan zorluklar, terimin kendisinden bile önceye dayanır. Kitabının beşinci baskısında Kraepelin (1896) katatoninin, hebefreninin ve bazı paranoid bozuklukların (Latincede "erken zihinsel bozulma" anlamına gelen) dementia *praecox* çeşitleri olduğu, hepsinin erken yaşta ortaya çıktığı ve tedavi edilemeyeceği sonucuna varmıştı. Kraepelin böylelikle eskiden tanısal açıdan kafa karıştırıcı bir duruma düzen getirmiş, bunu basitleştirmiş oluyordu. Alman psikiyatri geleneğinden bekleneceği üzere, bu yeni eşgüdümlü sendromun altında biyofiziksel bir kusur yatması gerektiğini varsaymıştı. Giderek artan kaçınılmaz gerilemeye ek olarak, merkezi gördüğü başlıca işaretler arasında duygu ve düşünce uyuşmazlıkları, olumsuzculuk ve stereotipik davranışlar, uçuşkan veya birbiriyle alakasız fikirler, halüsinasyonlar, hezeyanlar ve genel bir zihinsel bozulma yer alıyordu. Onun bulduğu çözümü daha sonra İsviçre'de Eugen Blueler ve ABD'de Adolf Meyer elden geçirecekti.

1900'lerin başında yüzlerce dementia praecox hastasını gözlemleyen Bleuler, bu kişilerin karmaşık ve çoğu zaman hayli yaratıcı tepki ve düşüncelerinin, Kraepelin'in gözlemlediği basit ve dolambaçlı düşünme tarzına belirgin ölçüde zıt düştüğü sonucuna vardı. Ayrıca hastalarının çoğunda hastalık ilk olarak ergenlikte değil yetişkinlikte baş göstermişti ve önemli bir kısmında giderek artan bir gerileme yaşanmıyordu. Halbuki bu iki özellik Kraepelin'in bahsettiği sendromun alametifarikalarıydı. Bleuler'e göre demantia praecox'un başlangıç yaşı ve gelişim safhasıyla ilgili kanaatler kanıtlarla desteklenmiyordu. Ona göre hastalığın başat semptomları düşünceler arasındaki bağlantılarda bozulma, duygu ve zihin arasında kopukluk, aynı nesnelere karşı ikircikli bir yaklaşım ve gerçeklikten otistik kopuştu.

Düşünce, duygu ve eylemlerinin parçalandığı görülen vakaların çeşitliliği Bleuler'in 1911'de **şizofreni** terimini ortaya atmasına sebep oldu. Tam manasıyla frenoda yani zihinde hizipleşme anlamına gelen bu sözcüğün "bölünmüş kişilik" anlamına geldiği yanılgısına sıkça düşülür. Bleuler her ne kadar farklı şizofrenlerin bir grup oluşturduğundan bahsetse de, bu bozuklukların tek bir fizyolojik sürecin, ortak başat semptomlar doğuran nörolojik bir rahatsızlığın sonucu olduğu yönündeki Kraepelinci görüşünden de vazgeçmemişti. Halüsinasyon veya hezeyan gibi ikincil semptomlar ise hastaların ayrı yaşam deneyimleriyle ve temel hastalıklarına uyum sağlama çabalarıyla ilişkilendiriliyordu. Bleuler'e göre psikolojik faktörler şizofrenik bozulmanın özgün ka-

rakterini şekillendirebilirdi ama hayat tecrübeleri tek başına şizofreniyi ortaya çıkarmaya yetmezdi.

Bleuler hem bozulma görülmeyen hem de orta şiddetteki vakaları da göz önünde bulundurarak Kraepelin'in bulgularını genişletmiştir. Kraepelin de (1919) hayatının ileriki dönemlerinde "otistik kişilikler" ve demansı "klinik sürecini tamamlayamadan durma noktasına gelen" (s. 237) kişiler üzerine yazarken aynı tutumu benimseyecektir. Bleuler (1911) bu vakalara *gizil* şizofreni adını verir. Ona göre gizil şizofreni psikotik biçimli olandan çok daha yaygındır ama bu kişilere tedavide nadiren rastlanır. Böylelikle şizofreni boyutlarına göre kavramsallaştırılmış, "normal sınırlar içinde" ifade bulabilecek semptomlarla beraber normalliğe kadar uzanan bir çizgi üzerinde konumlandırılmıştır (Bleuler, 1924, s. 437). Hem Bleuler hem de çağdaşları gizil şizofreniye, daha ağır şizofrenlerin ailelerinde sıkça rastlandığına ve bunun da ortak bir biyolojik bağa işaret ettiğine dikkat çekmiştir.

Bleuler'in yaptığı değişikliklerin ardından başka yazarlar da bu hastalığın kısmen ifade bulan bir biçimini tespit ederek terminolojiyi geliştirmiştir. Zilboorg (1941) hem temel bir hastalık sürecinin varlığını hem de daha ağır vakalarla devamlılığını yansıttığına inandığı bir sözcük seçerek, *gezgin* şizofrenlerden bahsetmiştir. Zilboorg'a göre,

> Bu hastalar akrabalarının veya psikiyatristin, hastaneye yatırılmalarını gerekli gördüğü bir noktaya nadiren varır, herhangi bir "normal" insan gibi "hayatın içinde gezinen" bir tablo ortaya koyarlar. Gel gelelim bu kişiler verimsiz ve gezicidirler, insanlarla ve nesnelerle ciddi ilişkiler kurmazlar. Kelimenin hem gerçek hem de mecazi anlamıyla, gerek içeride gerekse dışarıda, büyük oranda birer kaçaktırlar. (s. 154)

Hezeyanlar, halüsinasyonlar ve duygulanımdaki küntlük şizofreni sürecinin yegâne "ölümcül fenomenleri" olarak görülüyor, bunların yalnızca sürecin tamamını yaşayan şanssız azınlığı etkilediği düşünülüyordu. Bazı yazarlar da *sahte nörotik* şizofreni diye bir şeyden bahsetmişti (P. H. Hoch ve Polatin, 1949). Bu rahatsızlıkta nevrotik semptomlar, bazen psikoza evrilmekle beraber genellikle "gezgin" statüsünü koruyan gizil fakat istikrarlı bir şizofreni türüyle üst üste biniyordu.

**Şizotip** terimini ilk ortaya atansa, bunu şizofren fenotipin kısaltması olarak kullanan Rado (1956) olmuş ve bu isim tutmuştur. Rado'ya göre şizotiplerde hastalığın gözlemlenebilir semptomlarının ortaya çıkması potansiyeli doğuştan itibaren mevcuttur ama bu hiçbir zaman yaşanmayabilir. Şizotipin deneyimlediği kusur, (neşe, sevgi, gurur gibi) haz veren duyguları hissetme becerisine ilişkin asli bir eksikliktir. Gel gör ki aynı eksiklik, iyi kötü hissedebildikleri yegâne

duygular olan olumsuz duygularında bir hafiflemeye yol açmaz. Buradaki net etki, yaşamdaki faaliyetlerden keyif alma becerilerinin zayıflamasıyla birlikte motivasyonlarının, tatminkâr kişilerarası ilişkiler kurma kapasitelerinin, özgüvenlerinin, güvenlik hislerinin, cinsel faaliyetlerinin ve hatta özfarkındalık kapasitelerinin de azalmasıdır.

Gel gelelim Kraepelin'in dementia praecox için düşündüğünün aksine, Rado şizotipal örüntünün sabit bir seyir izlemeye mecbur olduğu kanısında değildir. Rado'ya göre bu süreç; baş edebilen bir halden baş edemeyen hale, dağınık bir halden ağırlaşmış hale savrularak geçer. Biraz şansları varsa, baş edebilen şizotipler hayatları boyunca tek bir psikotik çöküş dahi yaşamazlar. Baş edemeyen şizotiplerse açıkça şizofrenik bir tablo ortaya koymaya başlarlar ve kişiyi işlevsel açıdan etkisiz hale getiren o tipik düşünce bozukluğunun emarelerini sergileseler de, Rado'ya göre doğru tedaviyle tekrardan baş edebilen bir noktaya gelebilirler.

Rado'nun açıklamalarından etkilenen Meehl (1962, 1990b) dahice bir spekülatif kuramsal model oluşturmuş, böylelikle şizofreni araştırmalarında çağdaş dönemi müjdelemiştir. Meehl'a göre göretek bir baskın gen sinir sisteminin her noktasında sinapsların belli bir işlevini (ancak oldukça belli belirsiz biçimde) değiştirerek temel bir bilişsel ve bilişsel-duygusal "kayma" yaratır. Meehl bu duruma "yeterince ayrılamama, ayrışamama veya ayrımsayamama" anlamına gelen "hipokrizya" terimini uygun görmüştür (1990b, s. 15). Gel gelelim şizotaksik genin varlığı sahibinde illa şizofreni görüleceği anlamına gelmez. Yalnızca küçük bir kesimde, yani örneğin sosyal içedönüklüğü, bünyevi yüksek kaygı düzeylerini veya haz alma kapasitesinin düşüklüğünü faaliyete geçiren başka genler de taşıyacak kadar talihsiz olanlarda veya talihsiz travmalara ya da tekrar tekrar aşağılanmaya maruz kalmış kişilerde şizofreni ortaya çıkabilir.

Bu gen çoğu kişide "sessiz" olduğu için, sahiplerini halüsinasyon veya hezeyanları doğrultusunda tespit etmek mümkün değildir. Meehl de bu nedenle taksometri adında yeni bir yöntem geliştirmiştir. Bu yöntemin amacı hastaları, şizofreniyle bağlantılı ancak illa şizofreniye özgü olmayan ve hatta şizofreniyle arasındaki ilişki çok belirgin dahi olmayan özelliklerine göre sınıflandırmaktı. *DSM*'deki tanı kategorileri alandaki uzmanların fikir birliğiyle oluşturulmuştur fakat taksometride ruhsal hastalık kategorileri matematiksel yöntemlerle belirlenir. Bu yöntem henüz yaygınlaşmamış olsa da araştırmacılar artık bir şizotipi taksonu belirlemiş ve sonuçlarını tekrarlamayı başarmışlardır (Korfine ve Lenzenweger, 1995; Lenzenweger ve Korfine, 1992).

Ardından, şizofrenlerin aile bireylerindeki daha örtülü şizofreni emarelerini araştıran çok sayıda çalışma yapılmıştır. Bunların en önemlisi; 1963'te başlayan, Kety, Rosenthal, Wender ve Schulsinger'in (1968) genetik ve çevresel faktörlerin etkisini ayrıştırmak amacıyla tasarladıkları Danimarka evlatlık çalışmalarıdır.

Yine evlatlık alınmış, aynı yaştan, cinsiyetten, sosyal sınıftan ve biyolojik anneyle aynı süre boyunca kalmış kişilere kıyasla, evlatlık alınmış şizofrenlerin biyolojik akrabalarında hem şizofreni hem de gizil şizofreni daha sık görülmüştür. Bu sonuçlar şizofreni spektrumu hipotezini hayli desteklemektedir.

Çağdaş şizotipale en yakın özellikteki sınırda şizofren altgrup, kronik uyumsuzluk öyküsüyle tarif edilmiştir. Söz konusu uyumsuzluk işaretçilerinin bazıları şunlardır:

1. Müphem, mantıksız, gerçekçi olmayan düşünceler gibi bilişsel zorluklar.
2. Duygulanımdaki anormallikler; yani (haz duygusunu deneyimleyememe olarak tanımlanan) anhedoni.
3. Diğer insanlarla yakın ilişkiler kurma konusunda derin bir ikircikli tutum veya yoğun bağımlı ilişkiler gibi kişilerarası zorluklar.
4. Obsesyonlar, fobiler, psikosomatik meşguliyetler, yaygın kaygı ve mikropsikotik nöbetler gibi çok sayıda nevrotik özellik barındıran psikopatolojilerin varlığı.

Bu tür kırılganlıklarına rağmen, bu kişilerin kötüleşip dört başı mamur bir şizofreni sendromuna yakalanmadan hayatlarını sürdürdüklerine inanılıyordu.

1980'de *DSM-III* çalışmaları başladığında, sınırda şizofren sendrom kavramı hâlâ biraz muğlak görülüyordu. Sınırda terimi yalnızca baş edebilen şizotiplere istinaden değil, aynı zamanda karakter bozukluğunun nevrotik içeriğine, psikodinamik yaklaşımdaki sınırda kişilik örgütlenmesine karşılık olarak da kullanılıyordu. Spitzer, Endicott ve Gibbon (1979) Danimarka'da yapılan evlatlık çalışmalarının ve kendi literatür taramalarının sonuçlarından yola çıkarak geçici bazı tanı kriterleri oluşturmuşlardır. Ardından kalabalık bir psikiyatrist grubundan her bir kriterin şizofrenimsi hastaları dengesiz, sınırda durumlardan veya psikozdan ne denli ayırt ettiğini değerlendirmesi istenmiştir. Bu çalışmanın sağladığı zemin sayesinde şizotipal kişilik bozukluğu resmen dünyaya gelmiştir.

## Biyolojik Yaklaşım

Bolca örneklendirdiğimiz üzere şizotipal kişilik bozukluğunun tarihine; biyolojik temellerine ve şizofreniyle bağlantısına ilişkin inanışlar damgasını vurmuştur. Yapılan daha ileri çalışmalar iki bozukluk arasında genetik bir bağ olduğunu artık ortaya koymuş durumdadır (Kendler ve diğ., 1993) ama bu bağın doğası, spesifik gen veya genler, kromozomların yeri henüz net değildir. Homo sapiensin eksiksiz genetik haritasını çıkarma amacıyla yürütülen İnsan Genom Projesi'nden yararlanacak araştırmaların bir noktada bunu da aydınlatacakları varsayılmaktadır. Gel gelelim şimdilik araştırmacıların tek söyleyebildikleri, örneğin ailede birinde şizofreni veya şizotipal kişilik bozukluğu varsa başkalarında

da olma ihtimalinin arttığı; pozitif ve negatif semptomların birbirinden bağımsız olarak kalıtım yoluyla geçebildiğidir (Kendler ve Walsh, 1995). Belki de Meehl'ın modelinin öngördüğü üzere bazı şizofreni biçimlerinde tek bir baskın gen vardır, kalanlarındaysa birden fazla gen etkili olabilir. Bu ikisi birbirini dışlayan seçenekler değildir.

Öyle veya böyle, Rado ve Meehl'ın müjdeledikleri ve yavaş yavaş belirginleşmeye başlayan görüşe göre temel bozukluk gerçekten de şizotiptir. Şizofreniyse bir genetik yatkınlığın uç noktasından ibarettir; devamlı çevresel strese veya travmaya maruz kalma sonucunda yüzeye çıkar. İstisnai olan şizofrenidir, genel olan ve bundan dolayı asıl odaklanılması gerekense şizotipal kişiliktir (Raine ve Lencz, 1995). Bu doğrultuda araştırmacılar artık şizofreni araştırmalarındaki klasik bulguları şizotipal kişiliğe doğru genişletmeye başlamışlardır. Şizofrenlerle ilgili binlerce araştırma yayımlanmış olmasına rağmen ilginçtir ki, kesin olarak bilinen pek az şey vardır. Şizotipal kişilik araştırmalarının bu tür tereddütlü bulguların çoğunu netleştirip daha kapsamlı hale getireceği umulmaktadır. Her araştırma çeşidi tarafından illa ki desteklenmese de ayakları yere en sağlam basan hipotez; şizofrenik patolojilerin tümünün, şizotipal kişilikte daha düşük şiddetli bir patolojik muadile sahip olduğu hipotezidir.

Önemli araştırma geleneklerinden biri, beyin dokusunun kesitlerinden X ışınları geçiren bilgisayarlı tomografi veya yoğun manyetik alanlar vasıtasıyla beynin çok daha net bir resmini çeken manyetik rezonans görüntüleme (MRG) gibi son dönemde geliştirilen teknolojilerden yararlanarak şizofren beyindeki yapısal anormalliklere odaklanır. Elde edilen bulgular şizofreni hastalarının çoğunda ventriküllerin, yani beyinde iki yarıküre arasında yer alan ve beyin-omurilik sıvısını barındıran oyukların genişlediğini göstermektedir. Bu da ya beyin gelişimine ilişkin bir patoloji ya da hastalık sonucunda beyin dokusunda yaşanan atrofiyle açıklanabilir. Buchsbaum, Yang ve diğ. (1997) şizofreni hastalarının ventrikül hacmiyle, şizotipal kişiliği olan hastalarınkini ve normal insanlarınkini karşılaştırmıştır. Araştırma sonucunda sol frontal lobun hacminde bir azalma olduğu görülmüştür. Daha da önemlisi şizotipallerin ventriküllerinde şizofrenlerinki kadar bir genişlemeye, diğer kişilik bozukluklarındaysa herhangi bir genişlemeye rastlanmamıştır (Siever, Rotter, Losonczy ve Guo, 1995).

Geniş çaplı yapısal özelliklerine ek olarak beyin aynı zamanda, birbiriyle sinapslardaki nörotransmitter adında kimyasal haberciler aracılığıyla iletişim kuran tekil nöronlardan oluşur. Nörotransmitterler olmasa beyindeki milyarlarca nöron izole kalır, hiçbir şey yapamazdı. Düşünmek bile imkânsız hale gelirdi. Bilişsel çarpıtmalar şizotipal kişiliğin en temel özelliklerinden olduğundan, araştırmaların nörotransmitterlere odaklanması doğal bir tercih haline gelmiştir. Kastedilme zanları, düşünce bozuklukları, sıradışı algılar ve paranoid semptom-

lar yani antipsikotik ilaçlara yanıt veren ve pozitif semptomlar olarak bilinen semptomlar; şizofrenler gibi şizotipallerde de mevcuttur (Joseph, 1997). Yalnızca, şizotipallere kıyasla şizofrenler daha yüksek dozda antipsikotik ilaca ihtiyaç duyarlar. Benzer ilaçlara benzer yanıtlar vermeleri, iki sendromun birbirinin devamı olduğu düşüncesini destekler.

Peki tam olarak hangi nörotransmitterler etkili olmaktadır? Antipsikotikler dopamin reseptörlerini tıkayarak işlev gösterir. Artık 30 yaşını geçmiş olan "dopamin hipotezine" göre fazla dopamin şizofrenide pozitif semptomlara yol açmaktadır. Hatta her tür dopamin fazlalığının şizofreni semptomlarıyla sonuçlanması beklenebilir. Gerçekten de tam olarak böyle olur. Mesela Parkinson hastalığı dopamin eksikliğiyle ilişkilendirilmiştir. Gel gelelim Parkinson hastalarına dopamin seviyesini artıracak ilaçlar verildiğinde bazılarında pozitif semptomlar ortaya çıktığı görülmüştür (Celesia ve Barr, 1970). Benzer şekilde, amfetamin kullanımına bağlı psikoz da dopaminerjik kanallar üzerinden meydana gelir. Bu tür bağlantılar göz önünde bulundurulduğunda, dopaminin şizotipal kişilikte pay sahibi olması hiç de şaşırtıcı değildir. Araştırmalar kanda bulunan, beyindeki dopamin faaliyetini gösteren kimyasalların seviyesinde yaşanan artışın şizotipal kişilik bozukluğunun pozitif semptomlarıyla bağıntılı olduğunu göstermektedir (Siever ve diğ., 1993).

Anatomik araştırmaların ve nörotransmitter çalışmalarının söz konusu bulgularını bir araya getiren güncel kanıya göre (Siever, 1995) şizotipal kişilik bozukluğundaki negatif semptomlar yapısal beyin kusurlarıyla, pozitif semptomlarsa limbik sistemin bazı bölgelerindeki dopamin faaliyetinin artmasıyla açıklanabilir. Bunun reseptörlerin aşırı hassasiyetinden mi yoksa haddinden fazla reseptör olmasından mı kaynaklandığı henüz bilinmemektedir. Çok çeşitli dopamin reseptörleri tespit edilmiştir ve ileride yapılacak çalışmalarda bunların sayısına ve nispi oranlarına odaklanılması muhtemeldir.

Bir diğer klasik araştırma ekolü de yeni yeni filizlenmekte olan nörovirolojiye odaklanır. Bu araştırmalar, en azından bazı şizofrenlerin anne karnındayken viral bir enfeksiyona maruz kaldığı teorisinden yola çıkar. Virüs DNA'nın içinde asimile olur ve (şizofreni riskinin belirgin ölçüde yükseldiği yaşlar olan) buluğ çağı veya erken yetişkinlik sırasında bir şekilde tekrar faaliyete geçene kadar uykuda kalır. Viral teoriyi destekleyen çok sayıda araştırma vardır. Şizofrenlerin çoğu yazdan ziyade kış aylarında, yani nezle ve grip sezonunda rahme düşmüştür. Machón, Huttenen, Mednick ve LaFosse (1995) 1957'de Finlandiya'da yaşanan grip salgını sırasında doğan şizofrenleri 1955 ila 1956'da, gribin nispeten daha az görüldüğü bir dönemde doğan kontrol grubuyla karşılaştırmışlardır. Gebeliğin ikinci çeyreğinde gribe maruz kalanlarda şizotipinin bilişsel-algısal semptomlarına kontrol grubundakilerden daha fazla rastlanmış-

tır, ayrıca kişilerarası sıkıntılara da daha meyilli oldukları görülmüştür. Şizofreni tedavisi için geliştirilen nispeten yeni bir ilaç olan klozapin gibi metabolitlerin insan bağışıklık yetmezliği virüsünün (HIV-1) çoğalmasına ket vurduğunu ortaya koyan araştırmalar da vardır, ki bu da şizotipiyle viral enfeksiyon arasındaki bağı güçlendirmektedir (Jones-Brando, Buthod, Holland, Yolken ve Torrey, 1997). Ayrıca şizofreninin aynı rahmi paylaşan ikizlerde görülme oranı da viral hipotezle uyumsuz değildir (Davis ve Phelps, 1995). Şizotipal kişilik bozukluğunun farklı yönleri erken veya geç buluğ çağıyla ilişkilendirilebilir (Gruzelier ve Kaiser, 1996). Şizofreni hastalarının anne sütüyle beslenmiş olma olasılıkları şizofren olmayan kardeşlerinden daha düşüktür ve çocukken daha fazla şizoid ve şizotipal özellikler sergiledikleri anlaşılmaktadır (McCreadie, 1997).

## Psikodinamik Yaklaşım

*DSM* ve psikodinamik yaklaşım psikopatolojiyi bambaşka şekillerde modeller. 1980'de kabul edilen *DSM-III*'ün amacı psikopatolojiyi her tür kuramsal varsayımdan temizlemek, böylelikle zamanla araştırma ve tasvir aracılığıyla açıklamaya ulaşmaktı. Başka bir deyişle bilimin amacını benimsemişti. Gel gelelim bu tutumu çerçevesinde *DSM-III* de bazı varsayımlarda bulunmuştu; yani psikopatolojilerin kategoriler halinde tanılandırılabileceğini (hatta tanılandırılması gerektiğini) ve her ne kadar herhangi bir kategorideki patolojiden sorumlu hastalık süreçleri büyük oranda bilinmese de muhtelif kategoriler arasındaki sınırların doğru olduğunu varsaymıştı. Bu doğrultuda her bir sendroma birbiriyle muhtemelen ilgisiz, apayrı varlıklar gibi yaklaşılmıştı.

Psikodinamik yaklaşımsa aralarında yalnızca yüzeysel farklar bulunan çok sayıda psikopatolojinin devamlılık ekseninde bir araya gelmesini savunur. Daha önce gördüğümüz gibi histerik karakter genellikle çocuksu ve patolojik histrioniğe kıyasla olgun addedilir. Burada aslında bir ölçü farkından ibaret olan durum sanki bir tür farkı gibi görünmektedir. Psikodinamik yaklaşıma göre *DSM* yalnızca histrionik kişiliğe yer vererek bu yelpazeyi tahrip eder, her şeyi tek bir kategoriye sıkıştırmaya çalışır. Aynısı şizotipal kişilik için de geçerlidir. *DSM*'nin ayrım yapmaya çalışan kategorik yaklaşımına rağmen tarihte çoğu analist günümüz şizoidini, kaçınganını ve şizotipalini, psikotik ucunda şizofreninin yer aldığı bir yelpazenin psikotik olmayan tarafında görmüştür (McWilliams, 1994).

Ana akım klinisyenlerin büyük kısmı klasik psikanalizin metapsikolojik kavramlarını tekil bireye çok uzak bulur ve klinik açıdan kullanışlı olmadığını düşünürler. Klasik görüşe göre şizofrenler katı, soğuk, kısıtlayıcı dünyaya tepki olarak egonun oluşumundan önceki gelişim evresine gerilerler. Egonun birincil işlevi; idin içsel talepleri, süperegonun yasakları ve dışsal gerçekliğin sınırları

arasındaki koordinasyonu sağlamaktır. Dolayısıyla böylesi bir gerileme, insana özgü gördüğümüz hemen her şeyin içini boşaltır.

Gerçeklik ilkesi yerini birincil süreç düşünmenin akışkanlığına bıraktığında, davranış da ansızın değişiverir zira id beklenmedik biçimde bir dürtü durumundan diğerine geçiş yapar. Zaman mefhumu ya yoktur ya da bozuktur. İç ve dış dünya arasındaki sınırlar ortadan kalkar. Kimlik parçalanır. Belli bir amaca yönelik bir eylem planı oluşturmak için daha küçük hedefleri bir araya getirecek bir üst saik kalmaz. Gerçeklik duyumunun yitimi bazen öyle bir noktaya varır ki benlikle, benlik olmayanı ayırt etmek bile zorlaşır. Kişi geçici olarak başka insanlar ve hatta cansız nesnelerle bütünleşebilir. Regresyonun daha da ilkel düzeylerindeyse tamamen otistik veya katatonik durumlara geri çekilme söz konusudur; bunu diğer insanları dışarıda bırakıp, her tür dış uyaranı minimuma indirip, böylelikle benliğin iyi kötü sağlam kalmış yanlarını pekiştirme veya koruma amaçlı, savunmacı bir çekilme olarak düşünebiliriz. Bu durum belki Neal için de bir parça geçerli olabilir ama onu böyle nitelendirmek herhalde fazla ağır kaçacaktır.

Aynı mantığı şizotipale de uyarlayabiliriz. Gel gelelim şizotipaller egodan önceki bir gelişim evresi yerine geçici psikoz nöbetleriyle kendini belli eden, daha istikrarlı ama ilkel bir ego durumuna gerilerler. Yine burada da normallik önemli bir referans noktasıdır. Normal insanların tutarlı, bütünleşik bir benlik duygusu vardır. Bu benlik duygusu hem deneyimlere devamlılık kazandırır hem de dürtü ve duyguların dışavurumuna aracılık eder. Böyle sağlam bir benlik duygumuz olmasa dürtülerimizin ve hissiyatımızın insafına kalır, duruma ve kendi kişisel çağrışımlarımızın doğasına göre sınırda kişiler gibi oradan oraya, öfkeden gözyaşına savrulur dururduk. Sınırda kişi gibi şizotipalin de iç dünyası büyük oranda dağınıktır ama bunun sebebi daha ziyade nevrotik değil bilişseldir. Sınırda kişilerde yoğun duygu dalgaları gelip henüz yeni yeni oluşan benlik yapılarını sular altında bırakır, darmadağın eder. Halbuki bu yapılar dostane bir ortamda gelişme imkânı bulsa aynı duygulara biçim verebilecek, onları kapsayabilecektir.

Şizotipaldeyse kendisine, dünyaya ve başkalarına dair tutarlı bir benlik duygusu oluşturmasını sağlayacak temel nöral kapasite eksiktir. Hal böyle olunca da asimile olmamış, çoğu zaman birbiriyle çelişen anı, algı, dürtü ve duygulardan müteşekkil içsel temsilleri karman çorman haldedir. Bunların herhangi biri kontrolü ele geçirip, yerini başka bir çağrışıma bırakıncaya dek davranışa geçici olarak yön verebilir. Dolayısıyla belli bir uyaran nesnenin cazip yanları ilk olarak olumlu bir duygu uyandırsa bile, aynı nesnenin bütünleşmemiş olumsuz yanları da bilince çağrılabilir, böylelikle olumsuz bir duygu baş gösterebilir (veya süreç tam tersi şekilde işleyebilir). Bunun sonucunda şizotipaller de sınırda kişiler gibi sıklıkla duygusal açıdan değişken veya nevrotik görüntü sergileme eğilimi gösterirler. Gel gelelim sınırda kişiler daha çok güçlü olumsuz duygular-

dan bunaldıklarında mikropsikotik nöbetler yaşarlar. Bu nöbetlerin merkezinde özellikle de öfke ve terk edilme meseleleri yer alır. Oysa şizotipaller adeta sis bulutunun içinde sonsuza kadar kaybolurlar. Müphem, gereksiz, hatta konu dışı görünen ilgisiz kişisel meselelere ve yüzeysel ıvır zıvırlara fazlaca dalarlar.

İçsel benliğin ve diğer nesne ilişkilerinin en temel seviyesinin bütünleşik olmaması, şizotipallerin yapısal açıdan kusurlu bir kişilik bozukluğu olarak görülmesinin hayli önemli bir sebebidir. Yine aynı şey, bu kişilerin orta şiddette stres altında bile dağılmaya meyilli olmalarında da önemli bir etkendir. Koordinasyonu sağlayacak gelişkin bir egoları olmayınca şizotipaller duygularını rasgele yöntemlerle boşaltır, bazen birbiriyle ilişkisiz bir dizi davranışta bulunurlar. Çoğu zaman aşırı uyarılma onları kolayca bunaltır; ya inzivaya çekilmek ya da neredeyse psikotik bir dağılma yaşamak zorunda kalırlar. Sosyal talep ve beklentiler onların dış dünyayla ilgisiz, elini eteğini çekmiş hallerine ciddi baskı uygulamaya başladığında, bulundukları ortamdan koparak veya başka bir dünyaya dalmış gibi görünerek dağılma eğilimlerini savunmacı biçimde kullanabilirler. Yersiz saldırılara maruz kaldıkları takdirde uzun süre boyunca sosyal teması kesebilir, bu dönemlerde şaşkın ve amaçsız bir hal takınabilir, uygunsuz duygulanımlar ve paranoid düşünceler sergileyebilir, tuhaf, durumla ilgisiz, mecazi biçimlerde iletişim kurabilirler.

Şimdi tekrar Neal'ı düşünelim. Çoğu şizotipal gibi o da sosyal durumlarda aşırı kaygılıdır. Müşterek sosyal dünyanın önemsiz yanlarını gerçekten anlamlı olanlardan ayırt edemediğinden, öznel dünyası ilgili ve ilgisiz unsurların karışımından oluşur. Gerçekliğin tesadüfi yanlarına, en az planlı veya maksatlı olanlar kadar ilgi gösterilir ve aralarında başkalarının aklının katiyen almadığı bağlantılar kurulur. Neal'ın düşüncelerini düzenlemekte zaten sıkıntı yaşadığı aşikârdır. Sosyal etkileşimlere girmek zorunda kaldığında yavaş konuşur çünkü hem başkalarının ondan beklentilerini anlamakta güçlük çeker hem düşüncelerini tek bir amaca yönlendirmekte zorlanır hem de azıcık konsantrasyonu da kaygı yüzünden iyice uçup gider. Ne yazık ki, özellikle de stresli zamanlarda bazen kendi efsanelerine kapılır. Sosyal kaygı onda kastedildiği zanlarına yol açar, bu fikirler de onun mistik savunma mekanizmalarına sırtını dayamasına sebep olur. Bazı şizotipaller benliklerinin tamamen dağılması korkusuyla, yok olma tehdidinden kurtulmak için yana döne güvenli bir liman aramaya koyulur. Keza Neal'ın da tek amacı kendi köşesine çekilmektir. Kendisine ve başkalarına dair içsel temsillerini bütünleştirememesi, insanlara ve nihayetinde kendisine yabancılaşmasıyla sonuçlanır.

Çoğu şizotipalde, davranış ve dürtülerine beklenmedik şekilde tatbik ettiği süperego kalıntıları vardır; bu da olağanüstü suçluluk duyguları doğurur. Burada kilit kelime *kalıntılar*dır zira süperego bakım verenlerin getirdiği kısıtlama-

ların içselleştirilmesiyle oluşur; yani insanın hayatının ilk yıllarının merkezinde yer alan kişilere dair (genellikle içeatımlar olarak bilinen) içselleştirilmiş nesnelerden meydana gelir. Normal süperego hem vicdanı hem de ego idealini, yani hayata dair sınırlama ve yönergeleri ifade eder. Kabaca ifade edecek olursak vicdan başınızı belaya sokmanıza engel olur, ego ideali de size yön ve değer temin eder. Ego, süperegonun hedeflerini süregelen davranışlarla sentezler. Böylelikle tamamen benmerkezci saiklerle ve doyuma ulaşmak için değil, belli ilkeler ve maksatlar doğrultusunda hareket edilir.

Şizotipallerdeyse iç nesnelerin imgeleri benlik imgeleri kadar parçalı haldedir. Acayip hal ve tavırlar, özgün düşünceler çoğu zaman yasak eylem ve fikirlerin geri çekilmesinin veya tersine çevrilmesinin sonucudur. Yapılmış olanı yapılmamış kılma [*undoing*] olarak da bilinen bu savunma mekanizması sayesinde kişi kabahat gördüğü davranışlarından dolayı nedamet getirme, bunları hükümsüz kılma imkânı bulur. Şizotipallerin içinde yaşadıkları öznel dünya kehanetlerle, altıncı hisle, duyu ötesi bilgilerle, tesadüflerle dolu olduğundan; o dünyanın müphem metafizik yanları arasındaki ummadık bağlantılar yüzünden, kolaylıkla öngörülemeyen yanlış adımlar atabilirler ki bu adımları da yine aynı ölçüde büyüsel yöntemlerle düzeltmeleri gerekir. Tuhaf inanışlar ve ritüel niteliğindeki davranışlar, "ruhları kızdıran" şeytani düşünce ve eylemleri yapılmamış kılmak için kullanılan batıl araçlar olarak görülebilir. Esasında bu, kişinin evrene borcunu ödeyip yetkili güçleri yatıştırması amacı taşıyan bir kefaret sürecidir. Bu eylemler kişinin yeni yeni belirmekte olan ahlaki kaygılarını azaltmaya hizmet ettiğinden; nesnel gerçekler yerine şüphe, yanılsama ve batıl inanışlardan oluşan özgün, kişinin kendi üretimi gerçekliklerin inşasına katkı sağlar.

## Kişilerarası Yaklaşım

Şizotipallerde kişilerarası davranış ile bilişsel tarz birbiriyle yakından ilişkilidir ve bozukluğu birlikte idame ettirir. Bu bozuklukta sosyal iletişim, şahsi alakasız meşguliyetlerle karışır. Üretkenlikten uzak gündüz düşleri, büyüsel düşünme süreçlerine ve mantıksız şüphelere katkıda bulunur, gerçeklikle fantezi arasındaki çizgi iyice bulanıklaşır. Normal insan ilişkilerindeki gibi düzeltici geribildirimler alabilecekleri sosyal etkileşimleri de olmayınca, şizotipaller ancak sosyal açıdan patavatsızca alışkanlıklar, tuhaf hal ve tavırlar sergileyebilirler. Kendilerine ve başkalarına böyle yabancılaşmaları depersonalizasyon, derealizasyon ve dissosiyasyon gibi deneyimlerinde pay sahibidir. Mahremiyetlerine düşkünlükleri ve soyutlanma tercihleri şizotipalleri gizli faaliyetler yürütmeye ve ikincil rollerde yer almaya iter. Haliyle davranışlarının uygunsuzluğunun çoğu zaman farkında olmazlar; hatta kendilerine açıklansa bile yaptıklarının neden

uygunsuz kaçtığını anlamayabilirler. İnsan davranışının günlük parçalarını kavrayamadıklarından, kişilerarası iletişimleri yanlış anlar ve kendi kişiselleştirilmiş referans çerçevelerini, dolaylı konuşmalarını, mecazi imalarını dayatırlar.

Her ne kadar şizotipaller sosyal açıdan eksantrik veya tuhaf bulunmaktan çoğu zaman memnun görünseler de, aslında büyük kısmı zımni adap kurallarından ve satır aralarındaki davranış kodlarından bihaberdir. Sosyal kavrayışı olan kişiler sosyal sözleşmelerin inceliklerine hâkimdirler. Normal insanlar başkalarının iç dünyalarının duygusal vaziyetini anlar ve iletişimdeki sivri köşeleri törpülemeye çalışır; itidalli tutum dediğimiz şey de budur zaten. Hatta itidalli olmayanlar bile genel olarak bıraktıkları izlenime dikkat etmeye çalışırlar ki olabilecek en iyi sonuçları alabilsinler. Halbuki şizotipaller zımni sosyal kaideleri ve davranış normlarını anlamazlar. Örneğin iş görüşmesi sırasında derli toplu, yetkin bir izlenim bırakmanın değerini kavrayamayabilirler. Sosyal kategori ve senaryoları düpedüz kabataslak, eksiktir. Günlük sosyal etkileşimdeki nüanslara dair bilgilerinde, diğer insanların niyetlerini okuma becerilerinde, ruh halinin biliş üzerindeki çarpıtıcı etkisine dair farkındalıklarında (yani sosyal açıdan becerikli olan kişilerin sahip oldukları her tür nitelikte) ya eksikleri, bol miktarda boşlukları vardır ya da bunlar hiç mevcut değildir.

Şizotipaller işaretleri ve sosyal ipuçlarını kaçırır, sosyal durumları sürekli yanlış yorumlar, insanları huzursuz eden korkunç gaflar yapar ve kaderlerinde söz sahibi olabilecek kişilere kazara hakaret ederler. Başkalarına yanlış saikler yakıştırmakla kalmaz, kendi kişilerarası tepkilerini de bu yanlış anlaşılmalar doğrultusunda biçimlendirirler. Dolayısıyla her sohbet, beklenmedik yönlere sapmaya meyillidir; iletişimin anlaşılması güç, soyut mecazlarda kaybolması, somut olanın ötesine geçememesi, ilgisiz müdahalelerle bozulması veya istenmeyen imaların yükü altında ezilmesi olasıdır. O halde şizotipallerin diğer insanlara bu kadar yabancı veya tuhaf gelmelerine şaşmamak gerekir.

En talihsiz sonuçları ise bu tür davranışların yarattığı kısırdöngüler doğurur. Yerleşik sosyal gerçeklik karşısında alışılmadık tepkiler veren şizotipaller, sosyal etkileşimleri taraflardan herhangi biri için yapıcı veya tatminkâr olabilecek yönlere çekme becerilerini yitirirler. 2. Bölüm'den hatırlayacağınız üzere, ideal kişilerarası etkileşimde tarafların her biri kendi benlik imgesini pekiştirecek tepkiler almaya çalışır. Hatta kişilerarası iletişimin bizi bize tasdik ettirdiğini söyleyebiliriz. Şizotipaller başkalarının benlik imgelerini geçersiz kılmazlar ama tasdiklemeyi de başaramazlar. Hal böyle olunca da insanların kafası karışır, kendilerini rahatsız hissederler. Terapistler şizotipal hastalarla çalışırken onların ikinci egosu rolünü benimsemeleri, sohbeti yine makul sınırlar içine çekmeleri ve şizotipalin gerçekliği klinisyen üzerinden sınamasını sağlamaları gerektiğini bilirler.

Sıradan insanlar içinse şizotipaller hayret verici, kafa karıştırıcıdırlar. Normal kişiler er ya da geç şizotipallerin dolambaçlı ara sözlerinde kaybolur, sohbeti takip edemez hale gelir. Şizotipalin ne üstüne ve neden konuşmakta olduğu hakkında hiçbir fikirleri olmayabilir. Nihayetinde normal insanlar ya etkileşimi ansızın keser ya da anlayamadıkları kısımları duymazdan gelir. Verdikleri zımni mesaj ya önemsemezlik ya da tiksintidir: "Sen bir hiçsin ve ben de sen yokmuşsun gibi davranacağım" veya "Senden hoşlanmıyorum. Bana kendimi tuhaf hissettiriyorsun. Sende yolunda gitmeyen bir şeyler var." Uzun yıllar boyunca bu tür iletişim deneyimleri yaşamaları, şizotipallerin kişilerarası etkileşimleri cezalandırıcı bulmalarını ve bu denli yoğun sosyal kaygı yaşamalarını anlaşılır kılabilir. Çoğunun en derin arzusu kendi haline bırakılmaktır.

Bu kısırdöngünün varoluşsal sonucu, bütünlüklü benliğin yapısökümüne uğramasıdır. Sembolik etkileşimcilerin ve sosyal psikologların vurguladıkları üzere, benlik de diğer yapılar gibi bir yapıdır ama içeriğini insanlarla etkileşimden alır. Bilişsel bozuklukları dolayısıyla şizotipaller, diğer insanların ihtiyaçları kadar kendi ihtiyaçlarını da anlama konusunda sorun yaşamaya meyillidirler. Yani dış dünyadaki olayların önemini deşifre ederken onları yanıltan bilişsel hatalar muhtemelen iç dünyalarında da etkili olacaktır. Şizotipaller içebakış veya tefekkür yoluyla kendileriyle iletişime geçtiklerinde, kendi kendileriyle kurdukları diyalogda da aynı başkalarıyla olanlardaki gibi hata ve çarpıtmalara rastlanır.

Hal böyle olunca, normal gelişimden beklenen güçlü benlik duygusuna şizotipaller asla erişemezler. Tali detayları ve ilgisiz çağrışımları işin içine katmaları ve uygunsuz ölçüde mecazi veya somut bir tutum benimsemeleri nedeniyle şizotipal benlik bu çarpık görüşlerin ürünleriyle dolu delik deşik bir yapıya bürünür. Benlik duyguları yani kim olduklarına dair anlayışları, normal insanlara kavrayamayacakları raddede acayip, yadırgatıcı hatta yabancı kalır. Çoğumuzun kendi kimliğine dair kavrayışı öyle somuttur ki neredeyse onu inşa edilmiş bir şey değil de fiziksel, canlı bir varoluşa sahip bir şeymiş gibi hissederiz (Batı'nın düalizmi ve zihin-beden meseleleri de buradan doğar.). Şizotipallerdeyse içgörüye yön veren süreçler çarpık olduğundan benliğin içeriği de çarpık olur. Başkalarının baştan savan tavırlarından dolayı kendilerine yönelik ihmalkâr duyguları içselleştirdiklerinden, çoğu şizotipal depersonalizasyona, kendine yabancılaşmaya ve hatta benliğin dağılıvereceği hissinden kaynaklanan varoluşsal dehşete uzanan yola bir adım önde başlamış olur.

Gece bekçisi Matthew vakasını ele alalım (bkz. Vaka 12. 2). Nice şizotipal gibi o da eleştiri ve olumsuzluk beklentisi içinde gibidir, diğer insanların niyetlerini hep yanlış okur, sosyal durumları doğru teşhis edemez ve etkileşimlerine habis maksatlar atfeder. Buna rağmen Matthew kendisine, şizotipal zihne musallat olan sosyal kaygı ve şüpheciliği telafi edecek bir niş bulmayı başarmıştır.

"İnsanlar beni geriyor" diyerek kendisini açıkça ifade eder ve gece bekçiliği yapmanın onu gün içindeki kalabalıklardan ve gürültüden kurtardığını anlatır. Gerçek bir temas kurduğu yegâne insan, ara sıra tatillerde gördüğü erkek kardeşidir. Zamanla giderek daha da tali işlere kaymış olan Matthew daha önce hademe ve şoför olarak da çalışmıştır. Ancak şu an aciliyet taşıyan mesele, acayip davranışlarıdır: Matthew'un kendi kendine mırıldanarak etrafta "sinsi sinsi dolaştığı" ve elinin üstünü kestiği görülmüştür. Uzun bir sorgu sualin ardından nihayet bazen kendisini ölü gibi, sanki yokmuş gibi hissettiğini itiraf eder. Kendini kesmenin hayatında işlevsel bir rolü vardır: Kendi kimliğinin boşluğuna somut bir dengeleyici unsur sağlar. Kendisine gerçek olduğunu hatırlattığında dağılmanın eşiğinden dönmeyi başarır.

Kişilerarası yaklaşımı kullanan Benjamin (1996) şizotipal kişiliğe gelişimsel bir açıklama getirmiştir. Her çocuk er ya da geç özerklik kazanır, ki bu da kendisine bakım veren kişiden ayrı bir kimlik geliştirmesinin önemli bir parçasıdır. Gel gelelim Benjamin'e göre geleceğin şizotipallerinin ebeveynleri çocuklarını özerk davrandıkları için cezalandırırken, bir yandan kendileri de benzer özerk davranışlar sergilerler, dolayısıyla çocuklara çelişkili, mantıksız mesajlar verirler. Benjamin, kendisi genelde eve uğramadığı halde evde bulamadığı gerekçesiyle çocuğunu döven bir babayı örnek verir. Çocuklarının özerkliği bu tür ebeveynleri korkuttuğundan, ampirik imkânları aşan bilgilere erişebildiklerini, mesela çocuğun olası hatalarını altıncı hisleriyle sezebildiklerini ima ederler. Mesela ebeveyn "Eğer böyle bir şey yaparsan bu bana malum olur, biliyorsun. Ne yapıp ne yapmadığından hep haberdarım" diyebilir. Böylelikle gerçek ilgi ve ebeveynliğin yerini uzaktan yapılan büyüsel, mesafeli bir gözlem alır; bu da geleceğin şizotipalinin hem büyüsel düşüncelerine hem de başkalarına yaklaşımına örnek teşkil eder.

Bu çocuklar yetişkinliğe eriştiklerinde, farklı bilgi ve deneyim biçimlerine ayrıcalıklı bir erişim imkânı sunan falcılık veya astrologluk gibi marjinal mesleklere yönelirler. Eriştikleri özel bilgileri müşterilerine, ebeveynlerinden örnek aldıkları mesafeli bir tutumla aktarırlar: "Yine sen bilirsin ama çay yaprakları şöyle şöyle diyor." "Aynı zamanda" der Benjamin, "geleceğin şizoidlerinin ebeveynleri çocuklarını kontrol edebilmek için kendi ölüm kalımlarının onların ellerinde olduğu mesajını vermek gibi tuhaf bir yöntem seçmişlerdir." Mesela çocuk eğer belli başlı ev işlerini yapmazsa anne veya baba ölecektir. Hal böyle olunca, yine Benjamin'e göre, çocuk kendi olağanüstü yıkım gücünü kontrol altında tutabilmek adına gelişimsel açıdan makul olanın çok ötesinde davranışlara ihtiyaç duyar. Bu da başka insanlarla iletişim kurma gibi basit bir deneyimi iyice çarpıtır, nihayetinde benliğin gücüne ve onun nasıl nasıl kullanılabileceğine, yönlendirilip kontrol edilebileceğine ilişkin batıl inançlar ve ritüeller ortaya çıkar.

**VAKA 12. 2**

37 yaşındaki Matthew büyük bir güvenlik firmasına bağlı çalışan bir gece bekçisiydi. 13 yıldır her gece aynı gıda deposunu korumakta olmasına rağmen diğer çalışanlarla nadiren iletişim kuruyor, çoğunlukla tek başına vakit geçirmeyi yeğliyordu. Ne var ki iş arkadaşları son zamanlardaki tuhaf davranışlarından şikâyetçiydiler. Matthew anlamsız şeyler mırıldanmaya, etrafta "sinsi sinsi dolaşmaya" başlamıştı. Sonunda çakıyla elinin üstünü keserken görüldüğünde müdürü devreye girmiş, psikolojik değerlendirmeden geçmesi için girişimlerde bulunmuştu.

Klinik görüşme sırasında Matthew sorulara ya tek kelimeyle ya da çok kısa cümlelerle cevap vermiş, genellikle cevap vermeden önce sorunun ikinci defa tekrarlanmasını beklemiş, görüşmeciyle göz teması kurmayı reddetmişti. Yanıtları kısa ve tuhaftı, yaşamını insanlarla hiç temas etmeden sürdürdüğü izlenimi yaratıyordu. Sahiden de, ara sıra tatillerde gördüğü erkek kardeşi haricinde kimseyle gerçek bir ilişkisi yoktu. Romantik anlamda bugüne kadarki tek önemli ilişkisini lisedeyken bir kızla yaşamıştı. "Mezun olduktan sonra bir daha görüşmedik" diyordu. Söze neredeyse hiçbir duygu göstermeden başlıyor, ara sıra yersizce kıkırdamasını saymazsanız sesi giderek kısılıyordu.

İşini neden sevdiği sorulduğunda, gece çalışmanın onu gündüzün kalabalıklarından ve gürültüsünden kurtardığını söylemişti. Ayrıca devriye gezerken tek başına olabiliyor, kimseyle konuşmak zorunda kalmıyordu. "İnsanlar beni geriyor" demişti gülümseyerek. Eski işleri sorulduğunda, daha önce hademelik ve şoförlük yaptığını ama bir süredir evsiz olduğunu anlatmıştı. Gel gelelim bu durumdan endişelenir gibi bir hali yoktu. Görüşme boyunca, bu değerlendirmeye girmesini gerektiren olaylara dair herhangi bir kavrayış veya merak ortaya koymamıştı. Sadece soruları monoton bir tarzda yanıtlamakla yetinmişti. İçinde bulunduğu dünyaya kendi i tamamen kapatmış gibiydi.

Uzun uzadıya sorgu sual edildikten sonra Matthew nihayet bazen kendisinin ölü olduğundan veya var olmadığından korktuğunu, insandan ziyade cansız bir nesne gibi hissettiğini paylaşmıştı. Bu paylaşımıyla birlikte görüşme boyunca ilk defa gerçek bir duygusu da ortaya çıkmıştı. "Dehşete düşüyorum" diyordu. Bu duygular baş gösterdiğinde, içinde uyanan bu dehşeti susturabilmek için kendini kesiyordu. Eğer gerçekten yoksa, "kesikler acıtmazdı, kanı akmazdı". Ayrıca "zihin mesajları" da ona yardımcı oluyordu. "Koruyucu ruhlara" çağrıda bulunuyor, onlar da çağrılarına cevap vererek varlığını tescilliyorlardı. Matthew söylediklerinin tuhaflığından veya nevi şahsına münhasır yaşam tarzından rahatsız görünmüyordu. Kendine zarar verme davranışından dolayı tedavi görmesi gerektiği ne kadar bariz olsa da ona göre bu, refahına katkı sağlayan olumlu bir güçtü.

Şizotipal Kişilik Bozukluğu
*DSM-IV* Kriterleri

7 Genç erişkinlik dönemin de başlayan ve birbirin den farklı koşullar altında ortaya çıkan bir örüntüdür bilişsel ya da algısal çar pıklıkların ve alışılagelmişin dışında davranışların yan sıra yakın ilişkilerde bir

4 denbire rahatsızlık duyma ve yakın ilişkilere girebilme becerisinde azalma göze çarpar; aşağıdakilerden en

4 az beşi mevcuttur:

6 (1) Kastedildiği zann (Kastedilme hezeyanların kapsamaz.).

(2) Davranışları etkile yen ve kültürel değerlerle uyumlu olmayan acayip inanışlar ya da büyüse düşünceler (örneğin batı

9 inanç, "gaipten haber aldı ğına" inanma, telepati ya da "altıncı his"; çocuklarda ve ergenlerde tuhaf fantaziler ya da bunlar üzerine düşünüp durma).

(3) Bedensel yanılsamala da dahil olmak üzere ola ğandışı algısal deneyimler.

4 (4) Acayip düşünme biçimi ve (örneğin belirsiz, ilgili-ilgisiz, mecazlı, aşırı ayrıntılı ya da basmakalıp konuşmalar.

(5) Kuşkuculuk ya da paranoid düşünceler.

3 (6) Uygunsuz ya da kısıtlı duygulanımlar.

(7) Acayip, eksantrik veya şahsına münhasır davranış ya da kılık.

(8) Birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşların

2 ya da sırdaşların olmaması.

(9) Kendisi hakkındak olumsuz yargılardan çok, paranoid korkulardan kaynaklanan ve kişilere aşinalık geliştirdikçe azalmayan aşırı sosyal kaygı.

Tuhaf davranışlar mecburen tuhaf açıklamalar gerektirse de, Benjamin (1996) şizotipalin paranoid ve sosyallikten elini eteğini çekmiş yanlarını epey net biçimde izah eder. "Çoğu şizotipalin" der Benjamin, "uzun sürmüş bir istismar öyküsü vardır." Paranoid semptomlar bu istismardan kaynaklanan şiddetli saldırı deneyimine tepki olarak gelişir. Şizotipaller kendilerini tekrar tekrar işgale uğramış, el koyulmuş olarak deneyimlediklerinden yutulma korkuları baş gösterir. Tek başına inzivaya çekilmek en uyumlu strateji halini alır. Son tahlilde Benjamin'in modeli şizofrenideki, ilk olarak Sullivan'ın katkıları üzerinden geliştirilen, Bateson ve diğ. tarafından öne sürülen meşhur çifte açmaz kuramlarıyla da uyumlu görünmektedir. Öte yandan SASB modelinde yer alan kişilerarası iletişim ilkelerinden dolayı Benjamin'in modeli ekstra özgül bilgiler barındırır.

## Bilişsel Yaklaşım

Şizotipal kişiliğin altında bir şekilde biyolojik etkenler yatabilir ama biyolojik etkenlerin belirgin dışavurumları bilişseldir. Birincisi, şizotipallerin çoğu zaman düşüncelerini düzenlemekte zorluk yaşar bir halleri vardır. Histrionikler de dikkati dağınık veya uçarı görüntü sergileyebilirler ama bu bilişsel özelliklerin bir işlevi vardır: Bunlar kişiliğin tarzıyla uyumlu, herhangi bir şeyin derinlemesine düşünülmesini engelleyen büyük çaplı bastırmayla bağlantılıdır. Nöral yapının temeli sağlam olsa da işleyişi baştan aşağı çarpılmış, histrionik kişiliğin bütününün ihtiyaçları doğrultusunda şekillenmiştir.

Şizotipallerdeyse bilişsel çarpıklık aşağıdan başlayıp yukarı yayılmış gibidir; yani küçük fikirleri daha büyük fikirlerle birleştiren çağrışım tutkalında bir kusur olduğu izlenimi hâkimdir (Bleuler, 1911; Meehl, 1962). Bilişsel psikologlar sıkça nöral ağlardan ve yayılan aktivasyon mefhumundan söz ederler. Bu modele göre her kavram kocaman bir kavramsal ağın parçasıdır ve pek çok diğer kavramla bağlantı halindedir. Bir kavram faaliyete geçtiği zaman bu faaliyetin bir kısmı diğer devrelere de yayılır. İki veya daha fazla kavramın faaliyeti bir üçüncününkiyle kesiştiğinde belli bir eşiğe ulaşılmış olunur ve kavram bilinçli farkındalık düzeyine çıkar. Serbest çağrışımın da çalışma prensibi özü itibariyle budur. Mesela Noel dendi mi aklınıza doğal olarak Noel Baba gelir, Şükran Günü ise hindi yemeğiyle ilgili düşünceler uyandırır. Gel gelelim Noel'i düşününce şizotipallerin aklına ilkin rengeyiklerinin burnu gelebilir çünkü Rudolph'un burnu kırmızıdır. Rudolph çağrışımı anlaşılır bir çağrışımdır ama bir şekilde, genel ile özgül birbirine karışınca rengeyikleri diye koca bir kavram sınıfı faaliyete geçmiştir.

Buradaki anlatımda mesele fazlaca basite indirgenmiş olsa da, nöral ağların işleyişinde meydana gelen bir aksaklık şizotipal bilişi anlamak açısından önemli

bir mihenk taşıdır. Bu bozukluğun özünde bozuk dil ve iletişimin yer aldığı düşünülmektedir. Şizotipallerde yayılan aktivasyonun, bilişin asıl amacıyla ilgisiz yollardan geçtiği düşünülmektedir. Örneğin Neal'ın verdiği tutarsız yanıtlarda nasıl lafın yarısında başka bir şeyi anımsayıp daldan dala atladığını görmüştük. Bozukluğun çok şiddetli olmadığı durumlarda bu bilişsel düzensizlik sözcüklerin alışılmadık veya tuhaf biçimlerde, sanki sadece şizotipalin bildiği bazı özel anlamları varmış gibi kullanılmasıyla kendini belli edebilir. Mesela A veya F ile başlayan sözcükler saymaları istendiğinde Büyüsel Düşünce Ölçeği'nde görece yüksek puan alan normal kişiler bile daha ender rastlanan kelimeler telaffuz etme eğilimi göstermişlerdir (Duchene, Graves ve Brugger, 1998). Ayrıca şizotipi puanı yüksek olan normal kişilerin dil işlemleme süreçlerinin görece daha az etkin olduğu anlaşılmaktadır (Kravetz, Faust ve Edelman, 1998). Şizotipallerde bu etkiler daha da büyür. Biliş bazen neredeyse otistik denebilecek düzeyde görülebilir; sanki kimsenin bilmediği içsel bir mantık doğrultusunda hareket eder. Nispeten daha ağır bir düzeyde ise ilgisiz detaylar bilişsel süreçlere dahil olmaya başlar; bilinci ara sokaklara saptırır, sonra o ara sokaklar başka ara sokaklara ve onlar da başka ara sokaklara açılır.

Aynı nedenden dolayı şizotipallerin dikkatleri çabuk dağılabilir (Hall ve Habbits, 1996). Kendi çağrışım labirentinde dolanan dikkat yüzünden konuşma sırasında aniden konu değişebilir. Bu ara sokaklar nihayet yeniden asıl konuya açıldığındaysa konuşmanın tali olduğu söylenir; yani şizotipaller konunun etrafında dolanıp durur, ara sıra odak noktalarını kaybeder ama nihayetinde tekrar bulurlar. Şizofrenler ise onların aksine kendi düşünce bozuklukları nedeniyle yoldan çıkarlar. Çok sayıda tesadüfi bağlantıyla ilgili çağrışımların ardından diyaloğun asıl konusuna bir daha asla dönmezler. Buna rağmen düşüncenin kasten ve yoğun biçimde bir hedefe erişmeye, karmaşık bir mantık savındaki basamakları veya belli bir noktayı anlamaya odaklanabildiği, istikrarlı ve maksatlı bir biliş kapasitesine şizotipallerin sahip olmadığı anlaşılmaktadır. Mesela bu kişilerden filozof çıkmaz çünkü tutarlı bir şekilde derinlemesine düşünmeyi başaramazlar. Beklenebileceği üzere hem şizotipaller hem de şizofrenler dikkati canlı tutmayı gerektiren görevlerde iyi performans ortaya koyamazlar ki bu bulgu yine bu sendromlar arasında bir devamlılık olduğuna işaret eder ve onları diğer kişilik bozukluklarından ayırır gibi görünür (Roitman, Cornblatt, Bergman ve Obuchowski, 1997).

Bazen de bazı şizotipallerde söz üretiminde bir sıkıntı gözlemlenir. Aslına bakarsanız onlar hiçbir şeyden hiçbir şekilde etkilenmez, hiçbir şeyi üstüne konuşmaya değer bulmazlar. Kısa ve tuhaf yanıtlar veren Matthew buna Neal'dan daha yakın bir örnektir. Bu kişilerin genellikle şizoid bir özelliği vardır ve neredeyse dilsiz olmaları onların haz veren duygular yaşayamadıklarını ve duygula-

nım yelpazelerinin kısıtlı olduğunu gösterir. Kelimenin tam manasıyla söyleyecek bir şeyleri yoktur çünkü hiçbir şey onları motive etmez. Vakada belirtildiği gibi, Matthew görüşmeciyle nadiren göz teması kurar. Hatta hayatının genelinde de insanlarla neredeyse hiç teması yoktur. Duygusal deneyim kapasitesi az da olsa olmayınca, bilişi düzenleyecek ve motive edecek bir şey de kalmaz. Örneğin Matthew belli bir kavramın işaret ettiği noktaları keşfetmeye veya bir sav geliştirmeye ilgi duymaz. Bilakis düşünce süreçleri doğası gereği dağınıktır. Bu tür şizotipaller radikal biçimde içlerine kapanmış, toplumdan soyutlanmış görünseler de, onların da iç seslerinin aynı ölçüde susmuş olması, düşünsel süreçlerin barındırdığı hazza da dış dünyadaki her şeye olduğu gibi ilgilerini yitirmiş olmaları daha muhtemeldir. Bilişsel açıdan bu kişilerin boş olduklarını söylemek en doğrusu olacaktır ki Matthew'un var olmadığı korkusu da bu tasvire uyar.

Şizotipal bilişin diğer yanları da kısmen şizofren bir izlenim yaratır ama "gevşek çağrışım tutkalı" veya çıkarımsal bir anormalliğe kıyasla bunların anlaşılması daha güçtür. *DSM-IV*'te belirtildiği üzere, şizotipallerin genellikle altkültür normlarından hayli sapmakla birlikte yine de davranışlarını etkileyen tuhaf inanışları vardır. Kişilerarası ve psikodinamik özelliklerini halihazırda ele almıştık, şimdi bilişsel bir açıklama geliştireceğiz.

Örneğin Stone (1993), sanki şeffafmışçasına onun başının arkasını görebildiğini, hemen arkasındaki rafta yer alan kitapların isimlerini okuyabildiğini iddia eden bir şizotipal vaka bildirmiştir. Kimi hastalar da çok uzaklardaki yerleri görebildiğini (durugörü) veya astral seyahat yaparak dünyamızda olan bitenleri başka bir boyuttan gözlemlediğini öne sürer. Veya insanların zihnini okuyabildiklerine, düşüncelerini uzak mesafelere aktarabildiklerine, geleceği görebildiklerine, hayvanlardan mesajlar aldıklarına inanabilirler. Genelleyecek olursak şizotipallerin çoğu zaman belki büyüsel, mistik veya okült güçleri vasıtasıyla normalde beş duyumuzun sınırları dışında kalan bilgilere de erişebildiklerini iddia ettikleri söylenebilir. Neal ve Matthew buna örnek teşkil ederler. Ayrıca şizotipaller bazen bedensel yanılsamalar da yaşarlar; bedenlerinin dışına çıkmış gibi veya bir şekilde fiziksel benliklerinden ayrılmış, boşlukta salınıyormuş gibi hissedebilirler. Veya bedenlerinin bir kısmının eklem yerlerinden ayrıldığı ya da sağdakinin soldakinden orantısız ölçüde büyük olduğu izlenimine kapılabilirler. Bu tür semptomlar elbette şizofreniyle araya net sınırlar çizilmesini zorlaştırır ve bu iki bozukluk arasında bir devamlılık olduğuna işaret eder.

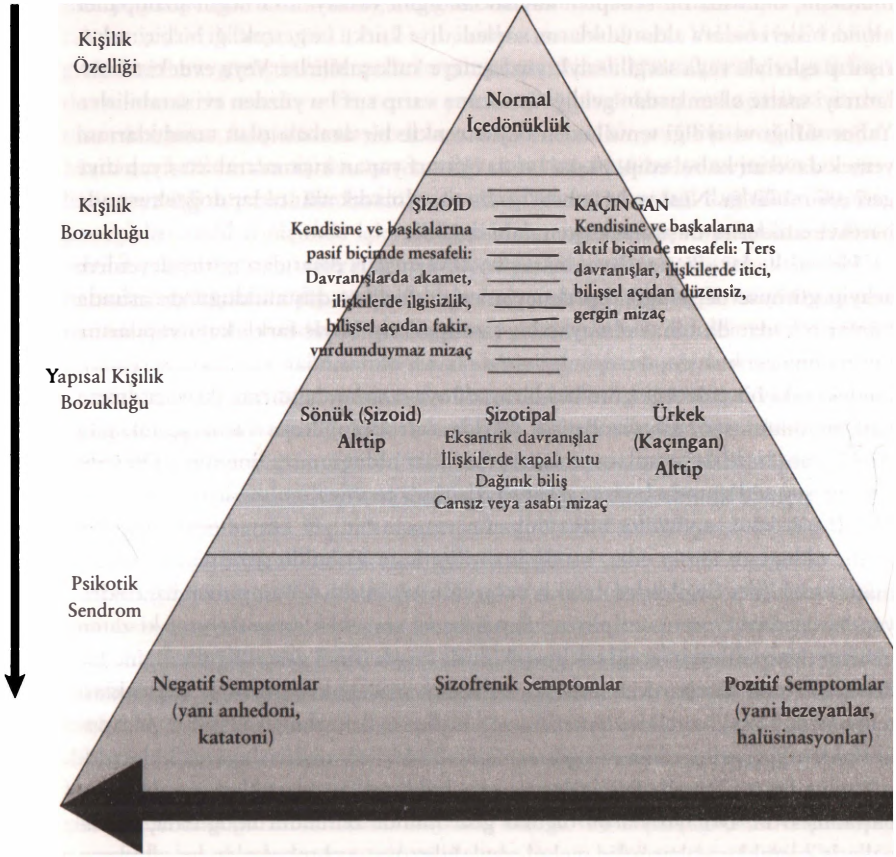
Kendi eksantrikliklerine dair herhangi bir içgörüsü olmayan şizotipaller sıklıkla acayip kaynaklardan topladıkları bilgiler doğrultusunda hareket ederler. Beck ve diğ. nin (1990) kitabına katkı sunan Ottaviani şizotipallerin duygusal muhakeme denen hususta özellikle abartılı tablolar ortaya koyduklarını savunur. Duygusal muhakemede kişi, mesela olumsuz bir duygunun doğrudan tespiti

mümkün, olumsuz bir sebepten kaynaklandığını varsayar. Örneğin şizotipaller altıncı hisleri onlara aldatıldıklarını söyledi diye korku ve gerçekliği birbirine karıştırıp eşleriyle veya sevgilileriyle yüzleşmeye kalkışabilirler. Veya evdeki tıkırtıların iyi saatte olsunlardan geldiği sonucuna varıp sırf bu yüzden evi satabilirler. Yahut saflığı ve iyiliği temsil eden beyaz renkte bir arabası olan tanıdıklarının yemek davetini kabul edip, başka bir daveti sırf yapan kişinin arabası siyah diye geri çevirebilirler. Neal ve Matthew'un bu tür olmadık mantıklar doğrultusunda hareket ettiklerini düşünmek işten dahi değildir.

Her ne kadar şizotipallerin inanış ve davranışları dışarıdan gözlemleyenlere acayip görünse de, olağandışı deneyimleriyle birlikte düşünüldüğünde aslında bunlar o kadar da tuhaf olmayabilir; şizotipallerin böyle farklı kafa yapılarına sahip olmaları kısmen, deneyimlerinin de farklı olmasından kaynaklanır. Psikolojideki eski bir geleneğe göre her birey, dünyayı anlamlandırma ihtiyacı duyan naif bir biliminsanı gibidir. Benzer şekilde antropoloji veya varoluşçuluk gibi temel branşlar bizlerin anlam yaratan yaratıklar olduğumuzu öne sürer. Olağandışı bir şey olduğunda bunun sebepleriyle ilgili teoriler üretmeden duramayız. Hatalı bile olsa, açıklama bizi dünyanın rasgele bir yer olmadığına, öngörülebilir olduğuna temin eder, bu da bizi rahatlatır. O halde şizotipaller aslında mantıksız kişiler değildirler; bilakis onlar dünyayı farklı bir ampirizm üzerinden yapılandırırlar. Onların ampirizmi kendi öznel gerçekliklerine dayanır ki zaten insanın deneyimleyebileceği tek gerçeklik de kendi öznel gerçekliğidir. İlginç bir deney yürüten Zimbardo, Andersen ve Kabat (1981) kısmen sağır kalacakları telkin edilen ama bu telkini hatırlamayan kişilerin, deneyimlerine ilişkin paranoid açıklamalar geliştirdiklerini göstermiştir. Bu kişilere neden duyamadıkları sorulduğunda, mesela araştırmacıların onlar hakkında fısıldaştıklarını anlatmaya başlamışlardır. Dolayısıyla bu olgular göz önünde bulundurulduğunda, şizotipallerin yaptıkları çıkarımlar makul sayılabilir; zira asıl tuhaf olan bu olguların kendisidir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Yaklaşımlar, tanımları gereği ancak kısıtlı bir içgörü vaat eder. Evrimsel kişilik kuramına göre (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) şizotipaller, şizoid kişilik ve aktif mesafeli kişilikle birlikte uçlara doğru gidildikçe bozukluğun şiddetinin değiştiği bir yelpaze üstünde yer alırlar. Şizoid ve aktif mesafeli kişiliklerin ikisi de kademeli olarak normal içedönüklüğün sosyal mesafelilik özelliğine kayar (bkz. Şekil 12.2). Şizoid ile kaçıngan kişilik bozuklukları arasındaki fark da bu doğrultuda normallik sınırında görünür ama bozukluk ağırlaştıkça aradaki fark da belirginleşir.




**ŞEKİL 12.2** Şizoid, Kaçıngan ve Şizotipal Kişilikler ve Bunların Şizofreniyle İlişkileri

Dolayısıyla şizoid davranışsal açıdan etkisiz, kişilerarası ilişkilere ilgisiz, mesafeli, kayıtsız, bilişsel olarak fakir ve hatta boş, mizaç bakımından soğukkanlı bir izlenim verir. Kaçıngan ise davranışsal açıdan gergin ve tereddütlüdür, kişilerarası ilişkilerde korkaktır, bilişsel anlamda kafası dağınıktır ve ıstıraplı, gergin bir mizacı vardır. Bozukluklar aslında *DSM*'de verildiği gibi somut kategoriler değil kavramsal boyutlar olduğundan, her bir kişi şizoid-kaçıngan yelpazesinin herhangi bir noktasında yer alabilir, haliyle iki bozukluktan da özellikler taşıyabilir. Bu doğrultuda bazı kişiler sosyal açıdan küçük düşme gibi kaçıngan kişiliğin alametifarikası bir korku taşımaz, kaçınganın nispeten sağlam duygusal

kapasitesine ve gelişkin fantezi dünyasına sahiptir ama yine de şizoidler gibi yalnız bir yaşam sürmeyi tercih eder. Daha orta düzey patolojilerde kişiliğin yapısal ana gövdesinin temeli sağlamdır ve ifade bulan özellikler kişiliğin bütünün ihtiyaç ve işleyişinin parçası haline gelir.

Gel gelelim patoloji düzeyi artıkça, psikolojik işlevselliği destekleyen ana yapının kendisindeki kusurlar yüzünden altta yatan kişilik özellikleri ön plana çıkmaya, çarpıklaşmaya, değişmeye başlar. Çoğu hastada bu kusurların zemini biyolojik, genetiktir ama bilişsel ve kişilerarası düzlemde ifade bulur, varlığını burada sürdürür. Evrimsel kurama göre şizotipallerin negatif semptomları, daha sağlam olan şizoidlerin sosyal apatisinin abartılı bir versiyonudur; pozitif semptomlar ise yine daha sağlam olan kaçıngandan izler taşır, onun bazı özelliklerini abartır (bkz. Şekil 12. 2).

Diğer insanlardan soyutlanmış, toplumun marjinal üyeleri haline gelmiş şizoid temelli şizotipaller kendi düşüncelerine giderek daha da kapanırlar. Zamanla, müşterek sosyal davranışlar tamamen öznel fantezilerinin güdümüne girer. Düşünceleri, karşılıklı sosyal iletişim ve faaliyetlerin mantık ve kontrol filtrelerine takılmadan serbestçe uçuşmaya başlar. İçlerinde buldukları şeyin (mutlu fantezilere katiyen zemin teşkil etmeyen çorak, renksiz boşluğun) pek de tatminkâr olduğu söylenemez. İçsel mahrem dünyalarının da en az dış gerçeklik kadar ölü ve tatminsiz olduğu görülür. Anlaşılan, geriye bir tek gerçekdışı fantezilere yönelme seçeneği kalır. Bu fanteziler hiç değilse boşluğu doldurup varoluşlarına bir nebze somutluk kazandırabilir. İlgileri mistik ve büyüsel olan şeylere; kişiyi ikincil, önemsiz bir figür olmaktan çıkarıp ona asli önem kazandıran ve çok da ihtiyaç duydukları yanılsama ve düşüncelere kayar.

Dışsal rahatsızlıklarına ilişkin farkındalıklarını minimum düzeye çekme amacıyla, kaçıngan temelli şizotipaller içlerine döner, fantezi dünyasına dalar ve kendi kendilerine kurup dururlar ama nihayetinde bunun da onlara engel teşkil ettiği anlaşılır. İçsel çatışmalarının yoğun olması bir yana, düşünerek geçirdikleri zamanın büyük kısmında, geçmişte canlarını yakmış olayları zihinlerinde katmerlendirir, tekrar tekrar yaşarlar. Korunmacı girişimleri yalnızca sıkıntılarını pekiştirmeye yarar. Ayrıca düşük özgüvenleri nedeniyle içsel değerlendirmeleri genellikle kendi kendilerini azarlama biçimini alır. Kendilerinde teselli bulamadıkları gibi, kendilerini hor gören düşüncelerden, değersizlik hislerinden, varoluşlarını anlamsız addetmekten öyle kolay kaçamadıklarını fark ederler. Bu baskıcı içsel düşünceleri tersine çevirmek için bilişsel netliklerini engelleyip yok etmeye, yani içsel duygu ve fikirlerinin uyumsuzluğunun yarattığı ıstıraba müdahale etmeye çalışabilirler. Bu manevranın da yine kendilerine zararı olur, zira olaylarla rasyonel biçimde baş etme becerilerini zayıflatır. Dahası diğer insanlarla etkin iletişim kurmaktan uzaklaşmalarına neden olur. Çok daha yıkı-

cı olan kendine dönük değersizleştirmeler ve bilişsel müdahaleler onları kendi mevcudiyetlerine yabancılaştırır. Gidecek yerleri kalmayınca yeni bir içsel dünya yaratmaya başlarlar; büyülü fantezilerle, yanılsamalarla, telepatik ilişkilerle ve onlara varlık kazandırmakla kalmayıp mevcudiyetlerine gerçektekinden daha fazla önem atfeden ve çok daha tatminkâr olma potansiyeli barındıran diğer acayip düşüncelerle dolu bir dünyadır bu.

Örneğin kişinin kendisini boş veya çürüyormuş gibi hissetmesi, içinde bir şeylerin ölmüş olduğu izleniminde olması; şizoid örüntüde yaşanan depersonalize pasif mesafeliliğin karikatürleşmiş halidir. Enerjisi olmayan, inisiyatif alamayan bu kişiler ne başkalarıyla iletişim kurarlar ne de kendi içlerindeki boşluğu dolduracak bir şey üretirler; tıpkı Matthew gibi. Nihayetinde onların varoluşu nefes alan bir namevcudiyetten ibarettir. Benzer şekilde, özel bilgi biçimlerine ve gerçekliğin ayrıcalıklı boyutlarına erişimi olduğunu iddia eden kişiler, sürekli tetikte olması ve içine kapanıp kendine bir fantezi dünyası örmesiyle bilinen kaçınganın aktif mesafeliliğin karikatürleşmiş halleridir. Yapısal kusur belirginleştikçe, sonunda kişiliği kişilik yapan asıl özelliği, bütünlüğü de yok eder. Geriye yalnızca şizofreninin negatif ve pozitif semptomları, şizoid ve kaçıngan kişiliklerin pasif ve aktif mesafeliliğinin kalıntıları kalır (bkz. Şekil 12. 2). Tablo 12. 1'de şizotipal örüntünün bütünü sekiz klinik alan üzerinden özetlenmektedir.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Şizotipal kişilik, şizoid ve kaçıngana benzer ama yapısal açıdan kusurlu başka kişiliklerle de (yani paranoid ve sınırda kişiliklerle) ortak yüzeysel özellikleri vardır. Hem şizotipalin hem de paranoidin kastedildiğine dair zanları olur, ikisi de başkalarına oldukça şüpheci yaklaşır ve sosyal açıdan kendini soyutlamayı tercih eder; ama tabii gerekçeleri farklıdır. Şizotipallerde kastedilme zanlarında kişiye rehberlik edecek veya yarar sağlayacak bazı işaret ve kehanetler yer alır. Normal birinin ilginç bir tesadüf olarak göreceği şeyleri şizotipaller özel bir işaret olarak yorumlayabilirler. Bunlar bilişin ayrılmaz bir parçası olduğundan, mistik durumlarla birlikte meydana gelebilir ve illa rahatsız edici olacak diye bir kaide yoktur, memnuniyetle de karşılanabilir.

Öte yandan paranoidlerin kastedilme zanları çoğu zaman sıkı bir özerklik savunması niteliği taşır; yani başkalarının bir şekilde kişiyi gözetlediği korkusuna dayanır. Dolayısıyla, bilgi şizotipal için aranılan, paranoid içinse çıkarsanan bir şeydir. Ayrıca şizotipaller özel içgörülerini başkalarını kontrol etmek için kullanabilecekleri kanısında olabilirlerken, paranoidler başkalarının onları kontrol etmeye çalıştığına inanırlar.

## TABLO 12. 1 Şizotipal Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Eksantrik*<br>Sosyal açıdan acemice, garip hal ve tavırlar sergiler; insanlar onun anormal olduğunu düşünür; göze çarpmayan tuhaf, soğuk, ilginç, acayip davranışlarda bulunur. | **Benlik İmgesi** | *Yabancılaşmış*<br>Mükerrer sosyal tutuklukların ve yanılsamaların yanı sıra depersonalizasyon, derealizasyon ve dissosiyasyon deneyimleri sergiler; kendini meyus görür, hayatın ne kadar boş ve anlamsız olduğuna dair mükerrer düşünceleri vardır. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Kapalı kutu*<br>Mahremiyeti ve kendini soyutlamayı tercih eder; bağ kurduğu insanlar ve kişisel yükümlülükleri tek tüktür, olanlar da belli belirsizdir; iş hayatında zaman içinde giderek daha da arka plandaki önemsiz rollere kaymış, sosyal faaliyetleri de iyiden iyiye gizli kapaklı hale gelmiştir. | **Nesne Temsilleri** | *Kaotik*<br>İçsel temsiller; erken dönemdeki ilişkilerden, duygulanımlardan, rasgele dürtü ve itkilerden, gerilimleri zapt etmeye, ihtiyaçları karşılamaya ve çatışmalara aracılık etmeye ancak ara sıra gücü yeten koordinasyonsuz düzenleyici kanallardan oluşan bölük pörçük bir karışımdır. |
| Bilissel Tarz | *Otistik*<br>Başkalarının duygu ve düşüncelerini "okuma" kapasitesi belirgin ölçüde işlevsizdir; sosyal iletişimlerine önemsiz kişisel konular, dolaylı konuşmalar, kastedilme zanları ve mecazi yan anlamlar karışır; çoğu zaman zihninde kendi kendine kurup durur, dışarıdan kendisiyle meşgulmüş ve hülyalara dalmış gibi görünür; ara sıra buna büyüsel düşünme, bedensel yanılsamalar, müphem şüpheler, tuhaf inanışlar ve gerçeklikle fantezinin sınırlarının bulanıklaşması eşlik eder. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Parçalı*<br>Ego sınırları geçirgendir; baş etme ve savunmaya yönelik işleyişler gevşek morfolojik yapılar montajı içinde gelişigüzel örgütlenmiştir, bu da ilkel düşünce ve duyguların doğrudan, pek az gerçekliğe dayalı yüceltme eşliğinde tahliye edildiği istikrarsız eylemlere ve orta şiddette stres altındayken bile psikotik yapısal seviyeye kadar varan belirgin dağılmalara yol açar. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Olmamış kılma*<br>Tuhaf hal ve tavırlar, özgün düşünceler; kaygı, çatışma veya suçluluk duyguları uyandırmış eski davranış veya fikirlerin tersine çevrilmesi yahut geri çekilmesi amacı taşır; büyüsel ya da ritüel niteliğindeki davranışlar; hata görülenlerden veya "şeytani" düşüncelerden nedamet getirmeye, bunları sıfırlamaya hizmet eder. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Asabi veya Cansız*<br>Özellikle de sosyal etkileşimlerde aşırı kaygılı ve huzursuzdur; diken üstündedir, kaygıyla etrafını gözlemler, insanları ne kadar tanırsa tanısın onlara karşı hep güvensizdir ve saiklerinden şüphe eder; veya donuk, kayıtsız, cansız, neşesiz, ruhsuz bir görüntü sergiler; yüz yüze ilişkilerde ve duygusal ifadede belirgin eksikleri vardır. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

Beklenebileceği gibi hem şizotipaller hem de paranoidler çoğu zaman sosyal açıdan soyutlanmış kimselerdir. Gel gelelim şizotipaller bu sosyal soyutlanmaya bilişsel olarak yeniden biçimlendirdikleri tekrar eden, saldırgan taleplerden dolayı ihtiyaç duyarlar, aksi takdirde tuhaf, garip oldukları için dışlanma tehdidiyle karşı karşıya kalırlar. Oysa paranoidler başkalarına, sözgelimi onları tekrar tekrar suçlayarak düşmancıl saikler yükler ve böylelikle dostane bağlantıları doğrudan yok ederler. Şizotipaller bilişsel açıdan kendilerini yeniden biçimlendiremez, kendilerini ayrık hisseder, dünyayı reddetmeyi seçerler (Benjamin, 1996). Oysa paranoidleri reddeden dünyanın kendisidir. Son olarak paranoid genellikle soğuk, inatçı, katı derecede özerk görünür; şizotipal ise deneyimlere o kadar açıktır ki bu, bilişsel dağılmaya kadar varabilir.

Şizotipal ve sınırda kişilikler başlangıçta aynı tanı hamurundan yoğrulduğu için, ikisi arasındaki örtüşmeler de bilhassa önem taşır. İkisi de duygusal zorluklar yaşar ve geçici psikotik nöbetler geçirebilir ama bunların gerekçeleri farklıdır. Şizotipaller duygusal açıdan kısıtlı veya uygunsuzdurlar, sınırda kişiler ise duygusal açıdan dengesizdirler. Şizotipallerde duygular kişinin gerçekliğe dair özgün kavrayışını yansıtır. Dünyayı bilişsel açıdan eksantrik biçimlerde yorumladıklarından, duygulanımları da kendilerine göre tutarlıdır ama nesnel göze uygunsuz gelir. Halbuki sınırda kişinin duyguları kişilerarası saiklerin, kendilerine ve ilişkilerine dair ikili değerlendirmelerin güdümündedir. Bu kişiler tamamen iyiyle tamamen kötü, tamamen sevmekle tamamen nefret etmek arasında ani geçişler yapar, arada pek az gri bölge görürler. Bu salınım ivmeleri ve genel değerlendirmeleri bilişsel bir bozukluğa işaret etse de bu semptomlar nörobilişsel bir kusur değil, kurdukları erken bağların sonucudur. Gel gelelim en ayırt edici özellik muhtemelen sosyal soyutlanmaya verilen tepkidir. Şizotipaller dünyadan ayrı durmaya çalışırlar; sınırda kişiler ise yakınlığa muhtaçtırlar ve terk edilmekten can havliyle kaçarlar.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Yapısal açıdan kusurlu kişilikler, özellikle de şizofreniyle ilişkisi ortada olan şizotipal, çok eksenli sistemin sınırlarını zorlar. Her ne kadar kişilik, tanımı gereği kişinin genel yapısı boyunca uzanan değişken örüntüleri olsa da, yapısal açıdan kusurlu örüntüler yaratan ve bunları idame ettiren nedensel faktörler, hastalık modeline dayanan I. Eksen sendromlarından daha geniş çaplı ve daha karmaşık görünür, ancak II. Eksen'dekilerden daha dar kapsamlıdır. O halde normalde semptom olarak göreceğimiz şeylerin kişiliğin çekirdeğine daha yakın olduğu, sonuçla özellik arasında bir yerde bulunduğu anlaşılmaktadır. Mesela ürkek şizotipalin depersonalizasyonuyla abartılı şizoid örüntü arasında öyle sıkı

bir mantık ilişkisi vardır ki, bunu semptom olarak ayırmak alttipi önemli ölçüde daraltır. Bu tür ayrımlar bir yapaylık hissi verir ve bize, giriş bölümlerinde de belirttiğimiz üzere her tür taksonominin aslında kısıtlı birer sosyal kurgu olduğunu hatırlatır. Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Dissosiyatif Nöbetler*

Her şeyin yabancı veya sanki gerçek değilmiş gibi geldiği gerçeklikten uzaklaşma anlarını çoğu kişi yaşamıştır ama böylesi bir yabancılaşma veya depersonalizasyon şizotipallerde yaygındır. Olup biteni gözlemleyen pozisyonundaki bu kişiler akışa dahil olmazlar, hatta bazen olayların seyrini fiziksel bedenlerinin bile dışından izlerler. Bu tür duygular kısmen, temel bir duygulanım eksikliğinden kaynaklanır. Bu eksiklik sosyal mesafeliliği teşvik eder ve şizotipali başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurmaktan ya da hayatına anlam katacak hedefler belirlemekten alıkoyar.

Ne var ki depersonalizasyon ayrıca kendi kendini terk etme, doğrudan varoluşun kendisinden kaçarak yüz kızartıcı, küçük düşürücü gerçeklikleri geride bırakma çabasının da yansıması olabilir. Veya bazı şizotipaller kimliklerini derya gibi mistik durumların içinde kaybedebilir; bu deneyimler genellikle ürkütücü değil zevkli bulunur. Özellikle de ürkek şizotipallerde mükerrer yanılsamalar, büyüsel düşünme ve kastedildiği zanları varoluşsal boşluğa (kendi ürünü bile olsa) bir tür içerik kazandırma, kendilerini somut bir şeye demirleme, teknelerini suyun yüzeyinde tutma çabası olarak görülebilir.

### *Psikotik Sendromlar*

Bu bölüm boyunca belirttiğimiz üzere, şizotipal kişilik bozukluğunun diğer şizofreni sendromlarıyla aynı yelpaze üzerinde yer aldığı düşünülmektedir. Farklı eksenlerde yer almalarına rağmen aralarındaki fark niteliksel olmaktan ziyade niceliksel gibidir. Bu doğrultuda şizotipal kişilikle şizofreni sendromları arasındaki sınır da muhtemelen nesnel olmaktan çok keyfi nitelik taşır. Gel gelelim kişilik bozukluğu olması itibarıyla doğal olarak şizotipale, genç yetişkinliğe kadar geriye uzanan özellikler hamledilir.

O halde pek çok özelliğin abartılı hale geldiği veya yoğunlaştığı stresli dönemlerin haricinde şizotipallerin işleyiş düzeylerini korumaları beklenir. Gel gelelim sıkıntılar birikecek olursa veya baş etme çabaları hüsrana uğrarsa, şizotipaller kaynaklarını harekete geçirme veya gerçeklikle temaslarını sürdürme çabalarından vazgeçip psikotik bozukluğa gerileyebilirler. Böyle ağır durumlarda öznel

deneyimle dışsal gerçekliği birbirinden ayıramaz, normal sorumluluklarını yerine getiremez veya geleneksel sosyal beklentiler doğrultusunda hareket edemez hale gelirler. Rasyonel düşünce ortadan kalkar, daha önce kontrol altında tutulan duygular patlar ve benlikte çözünme, yozlaşma baş gösterir. Bu nedenle *DSM-IV* bu kişilik bozukluğu tanısının; kısa süreli bir psikotik bozukluğun, şizofreniform bozukluğun, hezeyanlı bozukluğun veya şizofreninin başlangıcından önce de mevcut olması ve bunlara bağlı psikotik semptomlar ortadan kalktığında kişilik bozukluğunun tekrar yüzeye çıkması halinde konulabileceğini vurgular.

### *Depresyon*

Şizotipallerin çoğunda, belirgin şizoid özellikleri olmayanlarda, bir şeyler hissetme kapasitesi nispeten sağlam kalmıştır. Ne yazık ki söz konusu duygu genellikle depresyondur. Ayrıca yine çoğunda biyolojik temelli bir anhedoni vardır, haz duygularını ancak minimum düzeyde tecrübe edebilirler. Hal böyle olunca da ya insanlarla ilişki kurmaktan hoşlanmazlar ya da bu tür ilişkiler canlarını yakar. Sonunda genellikle insanlar onları tuhaf veya acayip oldukları gerekçesiyle kibirli bir tavırla dışlar ve onlar da toplumun kıyılarında amaçsızca dolanmak zorunda kalırlar. Şizotipallerin pekiştirici deneyim yaşama kapasiteleri çok azdır ve bu tür deneyimlere erişme fırsatını nadiren yakalarlar; herhangi bir yaşam planları, başarı duyguları, süregelen ilgileri ve değer verdikleri ilişkileri yoktur.

## Terapi

Şizotipal herhalde ilk tespit edilen kişilik bozukluklarından biridir ama aynı zamanda psikoterapiyle tedavi edilmesi en zor olanlar arasında yer alır. Düşünce bozukluğu ve buna eşlik eden paranoid fikirler terapistle danışan arasındaki ilişkiyi bozar ve terapide karşılıklı güvene dayalı bir işbirliği kurulmasına engel olur. Ayrıca şizotipaller doğaları gereği kendilerini soyutlamaya ve ilişki kurmamaya meyilli olduklarından, terapistin varlığını bazen aşırı müdahaleci bulabilirler. Terapinin temeli işbirliği olduğundan, özellikle de ağır bir tablosu olan danışanlarda kalıcı ilerleme kaydedilebilmesi için çoğu zaman önce ilaç tedavisine başvurmak gerekir.

### Terapideki Tuzaklar

Terapistin beklentileri ve bunların terapiye etkisi özellikle önemlidir ve dikkatle takip edilmesi gerekebilir. Çoğu şizotipal ilk başta terapisti saldırgan veya küçük düşürücü bulabilir (Benjamin, 1996). Kaygı arttıkça, kendilerini korumak

ve işgalcinin kafasını karıştırmak adına bozuk bir iletişim perdesinin arkasına daha da çok çekilebilirler. Ara sıra içine kapanmak bu kişilerde yaygın olarak görülen bir davranıştır. Sessizlik ve duygusal mesafeyle karşılaştıklarında sıkıntı yaşayan terapistler, şizotipallerin bu tepkisini meşrulaştıran bir atmosfer yaratırlar.

Bunun yerine mesafe ihtiyacına saygı duyulması, danışana onaylanmadığının hissettirilmemesi veya onda suçluluk uyandırılmaması gerekir zira bu kişiler bu tür duygulara özellikle hassastırlar. Kişiyi fazlaca veya vaktinden önce zorlamayarak ağır kaygıdan ve paranoid tepkilerden kaçınmak mümkündür. Şizotipaller terapi ilişkisinin muhtelif yanlarını tekrar tekrar yanlış algılayıp bu algılar doğrultusunda hareket ettiklerinden, olağanüstü sabırlı olmak gerekebilir. Bilgiye beş duyunun ötesinde ayrıcalıklı bir erişimi olduğuna inananlar bazen bu duyu üstü güçlerini terapi ve terapist üstünde de kullanabilir, terapistin zihnini okuyabildiklerine inanabilir veya olmadık ipuçlarından yola çıkarak terapistin içten içe ne istediğine dair çıkarımlarda bulunabilirler.

Dolayısıyla iletişim basit, net, psikolojik jargondan arındırılmış olmalıdır ve çıkarımlara mahal bırakmamalıdır. Kendi düşüncelerini düzenlemekte bile epeyce zorlanan şizotipallerin karşı tarafın verdiği imalı veya müphem mesajları kavramaları beklenemez. Şizotipal bilişte oldukça zararlı olan farklı yorumlanmaya açık şairane sözcüklerin yerine, somut anlatımı tercih etmek gerekir. Karşıaktarıma da özellikle dikkat edilmelidir zira terapistten yansıyan bilinçdışı duygular iletişime hastanın hiç aşina olmadığı bir karmaşıklık boyutu katabilir ve şizotipallerce yanlış yorumlanmaya bilhassa açıktır.

## Stratejiler ve Teknikler

Terapide yapılabilecekler genellikle, sendromun ayrılmaz bir parçası olan düşünce bozukluğunun ne denli kontrol edilebileceğine göre değişir. Aksi takdirde terapinin her boyutu daha da karmaşıklaşır. Ayrıca belli bir kişiye uygun hedef ve stratejiler semptomlarının abartılı bir şizoid örüntüye mi, abartılı bir kaçıngan örüntüye mi, yoksa bu ikisinin karışımına mı daha yakın olduğuna göre değişir. Altta yatan egemen kişilik bozukluğuna uygun strateji ve teknikler, şizotipal örüntünün tedavisindeki birincil hedeflere ilave edilebilir (Bu teknikler için ilgili kişilik bozukluğunun ele alındığı bölüme bakabilirsiniz.).

Normal bir kişilerarası ilişki örüntüsü oluşturmak terapinin birinci hedefidir. Sosyal soyutlanmışlık bilişsel kusurları şiddetlendirir ve sosyal becerileri köreltir. Terapistle kurulan temas bu bozulmanın önünü kesebilir. Bu kişilerin çocukluklarında tipik olarak bozuk aile iletişimleri görüldüğünden terapi onlara, sunduğu istikrarlı destek ve sahicilik sayesinde yeni, düzeltici bir kişilerarası ilişki fırsatı verir.

Bu doğrultuda, Benjamin'in (1996) vurguladığı üzere hümanist terapinin yerinde empati, aynalama ve koşulsuz olumlu kabul gibi temel becerileri özellikle önem kazanır. Benjamin'e göre terapideki işbirliği "sömürücü olmayan bir korumacılığı" deneyimleme fırsatı sunabilir, bu deneyim nihayetinde şizotipalin evreni büyüsel yöntemlerle kontrol etmekten vazgeçmesini sağlayabilir (s. 360). Bir işbirliği kurulduktan sonra hastalar, gerçeklikteki çarpıtmaları meydana geldikçe bunları dile getirmeye teşvik edilebilir ve bunlar terapi ilişkisi bağlamında ele alınabilir.

Benjamin (1996) ayrıca çoğu şizotipalin, terapistle kurduğu bağın terapiste zarar vereceğine inanma eğiliminde olduğunu vurgular. Bu tür düşünceler dile getirildiği takdirde gerçekçi biçimde sınanmaları ve incelikle yalanlanmaları mümkündür. Genel olarak, kişilerarası terapi kişilerin kendilerine verdikleri değeri artırmalı ve kopukluğu ortadan kaldırmak adına önemli bir adım olarak, olumlu özelliklerini daha fazla fark etmelerini sağlayıp motivasyonlarını tekrar inşa etmeli, terapi dışındaki yapıcı sosyal etkileşimler için gerekli özgüveni onlara kazandırmalıdır. Şizotipaller kişilerarası ilişkilerde neyin önemli olup neyin olmadığını ayrıştırmakta zorlandıklarından terapistler vakitlerinin büyük kısmını, şizotipalin kişilerarası gerçekliği sınamasına ve hayatında o an öncelik teşkil eden durumlarda hangi davranışların daha uygun olacağına dair bir anlayış geliştirmesine yardımcı olmaya ayırırlar. Davranış modellemesi, somut kişilerin bile taklit edebileceği örnekler sunar. Kişilerarası gerçeklikleri uygun biçimde değerlendirebilmek, sosyal kaygıyı ve ona eşlik eden paranoid semptomları azaltırken uygun duygulanım kapasitesi ve bir tür ödül duyumu oluşturabilmek açısından önemli bir adımdır.

Bilişsel yaklaşımdan bakıldığında psikoterapi, şizotipalin kısıtlı dikkat kaynağına ve tali faktörleri işin içine katma eğilimine uyum göstermelidir. Çoğu şizotipal hayata ya aşırı somut ya da aşırı soyut bir pencereden baktığından, öğrenmenin diğer durum ve koşullara genellenmesi ancak zar zor mümkün olabilir. Sadelik ve çerçeve sayesinde terapide alınan dersler düşünce bozukluğunun altüst edici etkilerine kurban gitmez. Ayrıca bilişsel teknikler düşünce içeriğinin tespit edilip nihayetinde değiştirilmesine imkân sağlar. Bu da bilişsel terapinin ilaç tedavisiyle birlikte yürütülmesi halinde özellikle etkili olacağına işaret eder.

Beck ve diğ.'nde (1990) Ottaviani ilk olarak otomatik düşüncelerin niteliğinin (örneğin "Ben var olmayan bir canlıyım.") yanı sıra daha önce ele aldığımız mantık yürütme ve kişiselleştirme örüntülerinin tespit edilmesi gerektiğini yazar. Ayrıca yine Ottaviani'ye göre sosyal etkileşimin altında yatan varsayımlar değişim açısından özellikle verimli bir alan olma potansiyeli taşır, zira şizotipaller genellikle diğer insanların onlardan hoşlanmadığını düşünürler. Hastalara naif birer biliminsanı gibi davranıp düşüncelerini kanıtlarla sınamaları öğretilmeli-

dir. Duygular hakikati yansıtmaz; bunun yerine, her biliş bir hipotezdir ve eğer nesnel kanıtlarla tutarsız olduğu anlaşılırsa bunlara itibar edilmemelidir. En acayip düşüncelerle bile bu şekilde baş etmek mümkündür. Mesela "Bedenimi terk ediyorum" düşüncesine, "İşte yine başladım. Bu düşüncenin aklıma gelmiş olması onu doğru kılmaz" gibi önceden hazırlanmış bazı karşı bilişlerle meydan okunabilir (s. 141).

Nesnel gerçekliğin etkin biçimde kavranması bilişsel yaklaşımın olmazsa olmazı olduğundan, Ottaviani ayrıca şizotipallere karşıt kanıt biriktirme yöntemleri öğretilmesini tavsiye eder. Örneğin hastalar kendi tahminleriyle uyumsuz kanıtları listeleyebilirler. İçeriğin ötesine geçerek bilişsel tarza ilişkin de müdahalelerde bulunulabilir. Hastanın kısa ve öz cümleler kurması istenerek lafı dolandırılmasının önüne geçilebilir, fazlaca genel beyanlarda bulunması halinde konuyu daha derinlemesine değerlendirmesi talep edilebilir. Son olarak, hasta çok paranoid veya tuhaf değilse, grup ortamları da sosyal işlevsellik pratiği yapmak ve çarpık bilişlerle ilgili geribildirim almak için kullanılabilir.

Klasik psikodinamik terapi doğası gereği yapılandırılmamış olduğundan tercih edilmesi pek tavsiye edilmez. Stone'un (1985) belirttiği üzere psikodinamik terapinin amacı terapideki işbirliğinin içselleştirilmesi olmalıdır. Çoğu şizotipalin yaşamının ilk yıllarındaki ev ortamı genellikle parçalı ve kaotik iletişimlerden oluştuğundan, şizotipalin ego sınırları da doğru düzgün gelişemez. Çatışmanın yorumlanması mesafe arzularını görmezden gelmekle kalmaz, ayrıca yutulma korkularını da harekete geçirir. Haliyle sessizliğin kişiliğin meşru bir parçası olarak kabul edilmesi gerekir (Gabbard, 1993). Bu kabulu hissettiğinde hasta, uyumlu biçimde bütünleştirilebilecek gizli yanlarını açığa çıkarmaya başlayabilir. Serbest çağrışım gibi analitik süreçler, terapistin nötr tutumu ve rüyalara odaklanılması; otistik düşe dalmayı ve sosyal geri çekilmeyi artırabilir.

Rado (1959) herhalde en işe yarar analitik önerilerden birini yaparak terapideki üst hedeflerden birinin, (ne kadar küçük bile olsa) bir haz kaynağı bulup bundan yararlanmak olduğunu söyler. Motivasyon haz kapasitesinden doğarak gelişir ve nihayetinde can yakan duyguları ancak bu dengeleyebilir, şizotipali gerçek dünyaya bu bağlayabilir, benliğin çözülmesini ve otistik geri çekilmeden kaynaklanan bilişel dağılmayı bu engelleyebilir.

## Özet

Şizotipaller sıkça tuhaf, eksantrik, büyük oranda kendi dünyalarına dalmış görünen kimseler olarak tarif edilirler. Çoğu araştırmacı şizotipal kişiliğin, şizofreniyle birlikte şizotipi denen bir yelpaze üzerinde yer aldığı kanısındadır. Şizotipaller de şizofrenler gibi hem pozitif hem de negatif semptomlardan mus-

tariptirler. Yapısal açıdan kusurlu kişiliklerden biri olan şizotipaller toplumda kendilerine nadiren rahat bir yaşam alanı bulabilmeleri ve aynı yenilgileri tekrar tekrar tecrübe etmeleri itibariyle diğerlerinden (yani paranoid ve sınırda kişiliklerden) ayrılırlar. Gel gelelim çoğu şizotipal kendini yeterince toplamayı başarır, böylelikle daha ciddi bir dağılma yaşanmasının önüne geçilir.

Bu kişilik bozukluğunun ne kadar ağır bir yapısı olsa da, toplumda normal çeşitleri de görülür. Oldham ve Morris (1995) "apayrı bir telden çalan", yeni deneyimlere hayli açık olan, gizemli ve doğaüstü şeylere ilgi duyan nevi şahsına münhasır tarzdan bahsederler. *DSM-IV* kriterlerini normalleştirmek de bize şizotipallerin, kendi iç dünyasından ilham alan ve bazı batıl inanışları olmakla beraber toplumda etkin biçimde işlev gösterebilmek için bunları bir kenara bırakabilen normal çeşidini verir.

Şizotipal kişiliğin bazı türevleri Millon tarafından (1990) öne sürülmüştür. Sönük şizotipal, pasifçe kopuk şizoid örüntünün şizotipal özellikler de barındıran abartılı halidir. Ayrıca muhtemelen kayıtsız ve resmi bir aile ortamında yetişmiştir. Ürkek şizotipal ise kaçınganın daha aktif nitelikteki mesafeli tarzını taşır ve büyürken küçümsenmiş, reddedilmiş olması muhtemeldir.

Kökeni, dementia praecox hastalarını araştırıp bu kişilerin semptomlarının ne kadar çeşitli olduğunu fark eden Kraepelin ve Bleuler'in yazılarına kadar dayanan şizotipal kişilik görece yeni bir kavramdır. Bleuler bu hastaları, en ağır ucunda şizofrenlerin yer aldığı bir yelpaze üzerinde düşünmüş, şizotipalleriyse çoğu zaman "normal" biri gibi "hayatlarını sürdürebildikleri" izlenimi yaratmaları nedeniyle normal uca daha yakın konumlandırmıştır. 1956'da Rado şizofren fenotipin kısaltması olarak şizotip terimini kullanmıştır. Rado'ya göre şizotipaller dağılıp şizofreniye kaymaya mahkûm değildirler; baş edebilen ve edemeyen haller arasında gidip gelebilir, hatta normal bir hayat bile yaşayabilirler. Daha sonra yapılan aile araştırmaları ve genetik araştırmalarda da bu tür bir şizofreni yelpazesi fikrini destekler nitelikte bulgular elde edilmiştir.

Biyolojik araştırmalardan doğan görüşe göre asıl bozukluk şizotipidir, şizofreni istisnaidir, şizotipal kişilik ise geneldir. Şu sıralar şizofrenlerle yapılan beyin araştırmalarının şizotipal kişilik için ne denli geçerli olabileceği üzerinde çalışılmakta ve şizotipinin asıl bozukluk olduğu fikriyle bu araştırmalara yeni bir gözle bakma olasılığı değerlendirilmektedir. Bu araştırma beyin anatomisi ve nörotransmitterlere ek olarak nöroviroloji bilgisi de barındıran ümitvar bir düşünce hattıdır.

Psikodinamik kuram şizotipallerin, geçici psikotik nöbetlere yol açan istikrarlı ama ilkel bir ego durumuna gerileyeceklerini öngörür. Bu kişilerde benlik ve diğer nesne temsilleri temel düzeyde dahi bütünleşmemiştir; bu nedenle yapısal olarak kusurlu kişilikler addedilirler. Kişilerarası yaklaşım da şizotipal

kişiliği farklı bir yerinden tutarak bu kişilerin fanteziyle gerçeği birbirinden ayırt edemez hale gelmelerine ve bu nedenle düzeltici bir geribildirimden faydalanamamalarına vurgu yapar. Şizotipaller temel sosyal kod ve normları anlamaktan aciz gibidirler, ayrıca sosyal ipuçlarını da çoğu zaman kaçırdıklarından sosyal durumları yanlış yorumlamayı alışkanlık edinmişlerdir. Benjamin, çocuğun özerk olmayı öğrenmesiyle ilgili mantıksız veya çelişkili mesajlar veren ebeveynleri merkez alan kişilerarası bir yaklaşımla, gelişimsel bir açıklama ortaya koyar.

Şizotipallerin düşüncelerini düzenlemekte zorlanır bir halleri vardır; bu düzensizliğin aşağıdan yukarı olduğu anlaşılmaktadır. Bunun olası açıklamalarından biri, nöral ağların işleyişinde bir sorun olmasıdır. Ayrıca şizotipallerin dikkatleri çabuk dağılır ve çoğunda söz üretimiyle ilgili bozukluklar ortaya çıkar. Biyopsikososyal açıdan şizotipal kişilik şizoid ile kaçıngan arasındaki yelpazede yer alır ve genellikle bu iki bozukluktan birine daha yakın düşen semptomlar sergiler. Görünüşe göre patoloji düzeyi yükseldikçe yapısal gövde de dağılmaya başlar.

Şizotipallerin yalnızca şizoid ve kaçınganla değil, aynı zamanda paranoid ve sınırda kişiliklerle de ortak özellikleri vardır. Bu kişiler dissosiyatif nöbetlere, psikotik semptomlara ve depresyona yatkındırlar. Düşünce bozuklukları ve paranoid fikirleri nedeniyle onlarla terapi aşırı derecede zordur; terapinin başarıya ulaşması, büyük oranda düşünsel bozukluğun şiddetine bağlıdır. Terapinin hedefleri kişinin kaçıngan özelliklerden mi yoksa şizoid özelliklerden mi daha fazla taşıdığına göre değişir. Gerçekliği çarpıttığı noktalarla kişiyi yüzleştirmeden önce güçlü bir terapötik işbirliği kurmak elzemdir. Bilişsel müdahalelerde şizotipallerin dikkat aralıklarının kısıtlı olduğu göz önünde bulundurulmalı ve otomatik düşünceleri ele alınmalıdır. Genel olarak, ilaç tedavisiyle birlikte yürütülen bilişsel terapi muhtemelen şizotipal kişiliğin tedavisindeki en etkili yöntem olacaktır.

# XIII
# Paranoid Kişilik

## Amaçlar

Paranoid kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Paranoidin normal bir çeşidi olan tetikte kişiliğin özelliklerini anlatmak ve bunları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek paranoid kişiliğin her bir alttürünü nasıl oluşturduğunu açıklamak.
Paranoid kişilik, hezeyanlı bozukluk ve şizofreni arasında genetik bir bağlantı var mıdır?
Freud'un, paranoyanın bilinçdışı eşcinsel arzulara karşı bir savunma olduğu kanısını açıklamak.
Nesne ilişkileri kuramcılarına göre *bölme* mekanizmasının paranoid işleyişteki rolü nedir?
Megalomani ve tümgüçlülüğün paranoidin aşırı düşük özgüveniyle bağlantısını açıklamak.
Hayatın ilk yıllarında yaşanan istismar paranoid eğilimlerin gelişimine nasıl yol açar?
Paranoidlerin başlıca bilişsel sorununun algıyla değil yorumla alakalı olmasının sebebini izah etmek.
Sinyal tespit teorisi, paranoid düşünceyi anlamamıza nasıl yardımcı olabilir?
Paranoidlerin çekirdek inanışları nelerdir?
Paranoidin düşüncelerinin alametifarikası güvensizliktir. Bu güvensizliğin onların iç dünyalarını nasıl etkilediğini anlatmak.

Paranoidlerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak noktaları vardır. Bu bozuklukları sıralayıp her birinin paranoidle farkını açıklamak.
Paranoidler madde kullanımına yatkın mıdırlar?
Terapi paranoidlere oldukça tehditkâr gelir ve terapistler için de aynı ölçüde zordur. Terapistlerin kaçınmaları gereken başlıca tuzakları sıralamak.
Paranoid kişilik için terapi hedeflerini saymak.

---

Hiç kuşkusuz, kendilerine söylenen *her şeyin* doğruluğundan şüphe eden insanlarla karşılaşmışsınızdır. Bu kişiler genellikle suiistimal edilmekten korkarlar ve bu korkularını ifade etmekten de geri durmazlar. Güvensizlik hayatlarını öyle ele geçirmiştir ki aile mensupları veya onlara yakın olduğu söylenebilecek diğer insanlar bile (tabii eğer böyle birileri varsa) durumdan nasibini alır. Halbuki güven ve özerklik, varoluşun temelini oluşturur. Diğer insanların bizim iyiliğimizi düşündüklerine, ihtiyaç duyduğumuzda bize yardımcı olacaklarına, yararlı tavsiyeler vereceklerine, gözümüzden kaçan kötü olasılıkları öngörebileceklerine, durumu yanlış değerlendirdiğimizde bizi nazikçe uyaracaklarına ve hayatlarımızın tıkır tıkır işleyişini sürdürebilmemiz için bize omuz vereceklerine güveniriz. Bazen ailemizle veya dostlarımızla hararetli tartışmalara girsek bile, ciddi bir durum baş gösterdiğinde sevdiklerimizin gerektiği takdirde bizi korumak ve bizimle omuz omuza mücadele etmek için "orada olacakları" yönünde bir anlayış egemendir.

Bu bölümde ele alınan **paranoid kişiliklerde** temel güven kapasitesi bir şekilde ortadan kalkmıştır. Çoğumuz, insanların özünde nispeten iyi olduğunu düşünürüz. Paranoidler ise samimiyeti bir tehlike, şeytani planları ve menfur niyetleri gizlemek için gönderilmiş bir "Truva atı" olarak görme eğilimindedirler. Diğer insanlar birer düşmandır; her an saldırıya geçip sağlamlığı zaten kuşkulu olan güvenlik ve emniyetlerini ellerinden alabilir, kıymetli kırılganlıklarını ifşa edebilir ve nihayetinde onları sadistçe bir zevkle yutabilirler. Paranoidler kendilerini korumak için çevrelerine duvar örer, böylelikle başkalarını dışarıda bırakırlar. Gardlarını asla indirmez, kalelerinin en derin köşelerinden çevrelerini gözlemlemeye, olası bir saldırı tehdidine karşı her daim tetikte olmaya devam ederler. Dikkatli gözlerinden hiçbir şey kaçmamalıdır. Gel gelelim başka insanların gözünden bakıldığında paranoidler korunaklı, düşmancıl, kendini beğenmiş, katı, siyah beyaz düşünen, nesnel kanıtları değerlendirip rasyonel çıkarımlarda bulunmaya gönülsüz kimseler addedilirler. Halbuki karşılıklı mutabakata dayalı sosyal gerçekliği yanlış okuyor, insanlara gizli saikler yakıştırıyor ve hatta çocukluk arkadaşlarına bile çirkin ihanet ithamlarında bulunuyorlardır. Yıkımın eşiğindeki bir dünyada

tek başına mücadele veren paranoidler hodbin bir güceniklik ve kendine acıma duygusuyla yaralarını sarar, böylece öfkelerini daha da beslerler.

Paranoidler kendilerini gizli saldırılardan koruyabilmek için, şüphelerini güçlendirecek kanıtlar ararlar. En ilgisiz görünen bilgi bile onlar için büyük önem taşıyabilir, varılan büyük çaplı sonuçlara destek olarak kullanılabilir. Yavaş yavaş, birbiriyle ilgisiz bilgiler bir araya getirilerek oluşturulan desen karanlık bir komployu su üstüne çıkarmaya başlar. Nihayetinde paranoidler; gerçek insanların nesnel nitelik ve niyetlerinin yerini, paranoid zihnin empoze ettiği kötü özellik ve saiklerin aldığı bir "sahte topluluk" üretirler (Cameron, 1963). Korkularını doğrulayan bir gerçeklik yaratmak kaygılı çaresizliklerini daha da şiddetlendirir, kısırdöngüleri iyice pekişir, geriye sadece daha da sağlam, yüksek duvarlar, hepten artmış bir teyakkuz hali ve son olarak, döngüyü sürdüren yeni fesat katmanlarının keşfi kalır.

Ron vakasına bakalım (Vaka 13. 1). Ron mahkeme kararıyla psikolojik yardıma yönlendirilmişti ve bu durumdan hiç memnun değildi. Savunmacılık ve güç bela gizlenen saldırganlık paranoid kişiliğin olmazsa olmazıdır. Ron kollarını kavuşturur, göz temasını asla kesmez. Tetikte olduğunun herkesçe görülmesini ister, ne olup bittiğinin "farkındadır" ve insanların tek derdi ondan faydalanmakken, zayıf bir sosyal görgü maskesi addettiği davranışlara mecbur kalmaktan bıkmıştır. Terapistle elle tutulur bir şeyler paylaşmayı reddeder çünkü bu tür bilgilerin aleyhinde kullanılabileceğini "bilir". Ron diğer insanlara ancak bilmeleri gerektiği kadarını söyler; hatta o zaman bile kendine dair bir şeyler paylaşmaya hayli gönülsüzdür (bkz. 3. kriter).

Ron'un kendince sebepleri vardır. Paranoidlerde güven ve sadakat son derece temel meseleler olduğundan, çoğu paranoid eşinin veya sevgilisinin kendisini aldattığına dair takıntılı düşüncelere kapılır. Ron da herhangi bir somut kanıtı olmamasına rağmen eşini kendisini aldatmakla suçlar ve hatta çocukların bile kendisinden olmadığından şüphelenir (bkz. 7. kriter); oysa yaşları itibarıyla çocukların, en az 12 senedir devam etmekte olan bir yasak ilişkinin meyvesi olması gerekir. Tuhaf biçimde, Ron çocuklarının da en yakın arkadaşı gibi kahverengi saçlı olmasından rahatsızlık duyar ama aslında eşi de kahverengi saçlıdır. Bu bariz gerçeği göz ardı ederek gerçekliğe dair kendi yanlış yorumunu destekleyen verilere tutunur. Ayrıca hukuk sisteminin kendisini başka bir adamın çocuklarına maddi destek vermeye zorlama olasılığından son derece korkmakta, bu duruma içerlemektedir. Böyle bir şeyin gerçekleşmemesi için elinden geleni yapmaya da kararlıdır. Ne ironiktir ki çocuklarının sorumluluğunu alması için ona yapılan baskı arttıkça, onların kendisinden olmadığı kanısı giderek güçlenmektedir.

Paranoid kişiliği olan diğer insanlar gibi Ron'un da aldatılma fikriyle meşguliyeti tek bir alanla veya ilişkiyle sınırlı kalmayıp kolayca genellenebilir. Ron ger-

**VAKA 13. 1**

Psikolojik danışmanlığa mahkeme zoruyla başvuran Ron, kendisine mahremiyetin terapi ilişkisinin önemli bir parçası olduğu güvencesi verilmiş olmasına rağmen daha en başından dirençliydi. Beden dili savunmacıydı; kollarını sıkıca göğsünde kavuşturuyor, bacağını durmaksızın hiddetle sallıyor, gözlerini görüşmeciye dikip göz temasını asla kesmiyordu. Açıkça saldırgan bir hali vardı. Yaklaşık bir yıldır eski eşine çocukları için nafaka ödemeyi reddediyordu. Kendisinin "içler acısı" halde olduğunu açıkça ifade etmesine rağmen spesifik sorulara ancak gönülsüzce cevap veriyordu. Bazen "Bunu neden bilmeniz gerekiyor ki? Ne alaka, anlamadım?" gibi sorularla terapiste meydan okuyordu. Bazen de doğru düzgün işe yaramayacak yanıtlar veriyor veya konuyu saptırıyordu. Neden böyle kaçamak yanıtlar verdiği sorulduğunda duraksamış, delici bakışlarını görüşmeciye dikerek "Çünkü sonunda başıma bir hal gelebilir" demişti. Elbette terapistin de, mahkemenin de gizli niyetleri olduğundan şüpheleniyordu. Verdiği yanıtlar da kendisini kurban gibi gösterecek türdendi.

Sonunda, eşinin onu aldattığından ve hatta 7 ve 12 yaşlarındaki çocuklarının da ondan olmadığından şüphelendiğini söylemişti. Aldatıldığı izlenimine nereden kapıldığı sorulduğunda daha da savunmacı bir tavra büründü. Doğrudan kanıt sunamasa da, eski bir dostu ve eşi arasında gizli bir ilişki olduğuna inanıyordu. "Birlikte vakit geçirdiğimizde bakışlarından anlıyorum bunu" diyordu. Belli ki bu kanısı onun için yeterli kanıttı. Çocukların kendisine benzediğini kabul ediyordu ama onların da arkadaşı gibi kahverengi saçlı olduğunu kızgınlıkla belirtmekten geri durmuyordu. Eşinin de kahverengi saçlı olmasının bir önemi yoktu. Kendisine ihanet etmiş, hayatını cehenneme çevirmiş bir kadına maddi destekte bulunmaya zorlanmaması gerektiğini savunuyordu.

Ron ayrıca işyerinde de sıkıntı yaşıyordu. İş arkadaşlarının kartlı giriş çıkış sistemiyle oynadıklarını, onun yaptığı fazla mesaileri kendi hesaplarına yazdırdıklarını belirtiyordu. "Bunu henüz ispatlayamıyorum ama illa ki bir yerden açık verecekler. Gözüm üzerlerinde. Beni aile geçindiremeyecek hale getirip toplum önünde küçük düşürmeye çalışıyorlar. Toplumdaki itibarıma leke sürmek istiyorlar." Aile içinde maddi sıkıntı yaşadıklarını kabul ediyor ama bundan iş arkadaşlarını sorumlu tutuyordu.

Neden böyle şeylere inandığı sorulduğundaysa hayli sinirleniyor, basit bir bilgi talebini bile küstahça, rencide edici bir kuşkuculuk olarak yorumluyordu. Bu tür durumlarda karşısındakinin her bir jesti, ses tonundaki en ufak değişiklik onda şüphe uyandırıyordu. Eşine yönelik başlayıp artık terapisti, mahkemeyi de içine katmış olan yaylım ateşi devam ediyordu. İnce ince örülmüş bir planın kurbanı olduğunu söylüyordu. Kendisinden olup olmadığı bile şüpheli çocuklar da bu komplocularla işbirliği içinde olabilirlerdi. Ayrıca "Bana yapılan haksızlıkları asla affetmeyeceğim, unutmayacağım da. Fil hafızalıyımdır, bana karşı hata yapmış olanların bunun bedelini ödemesini sağlayacağım. Bundan emin olabilirsiniz" diye de belirtmişti. Odadan çıkmadan önce görüşmeciye son defa uzun uzun bakmıştı.

**Paranoid Kişilik Bozukluğu**

*DSM-IV* Kriterleri

(1) Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı bağlamlarda görülen bir örüntüdür; başkalarının niyetinin kötü yönde yorumlandığı sürekli bir güvensizlik ve şüphecilik belirgindir; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

(1) Yeterli temele dayanmaksızın başkalarının onu sömürdüğünden, aldattığından ya da ona zarar verdiğinden kuşkulanır. (3)

(2) Dostlarının ya da iş arkadaşlarının ona olan bağlılıkları ya da güvenilirlikleri hakkında yersiz kuşkuları vardır. (7)

(3) Söylediklerinin kendisine karşı kötü niyetle kullanılacağına dair yersiz korkusu nedeniyle sırlarını kimseyle paylaşmak istemez.

(4) Masum söz veya olaylardan aşağılayıcı veya tehditkâr anlamlar çıkarır. (2)

(5) Sürekli kin besler; yani hakaretleri, kırıcı veya hakaretamiz davranışları affetmez. (6)

(6) Başkalarınca anlaşılabilir olmayan biçimde, karakterine ya da itibarına saldırıldığı kanısına varıp hemen öfkeyle tepki verir veya karşı saldırıya geçer. (4)

(7) Eşinin veya cinsel partnerinin sadakatinden sebepsiz yere sık sık kuşkulanır. (1)

B. Sadece şizofreninin, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğunun ya da başka bir psikotik bozukluğun seyri sırasında ortaya çıkmaz ve genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir. (5)

**Not:** Şizofreninin başlangıcından önce tanı ölçütleri karşılanıyorsa "premorbid" sözcüğünü ekleyiniz; örneğin "paranoid kişilik bozukluğu (premorbid)".

çekliği pek çok farklı biçimde yeniden şekillendirebilecekken kendisini kurban, başkalarınıysa ondan istifade eden kişiler olarak resmedeceği bir yolu tercih etmiştir. Örneğin iş arkadaşlarının mesai kayıtlarıyla oynadıklarına inanır (bkz. 2. kriter). Onu alacağı maaştan mahrum bırakmakla kalmayıp bir de üstüne onun hakkını gasp ettikleri, yani zahmeti Ron çekerken kaymağı gizliden gizliye onların yedikleri kanısındadır. Böylelikle öfkesi iki kat haklı hale gelir: Ron'un eksisi onların artısı, Ron'un çilesi onların neşesidir. Vakada detaylandırılmamış olsa da Ron'un geceleri gözünü kırpmadığını, kendisine yapılan haksızlıkları zihninde tekrar tekrar oynattığını ve her defasında daha da öfkelendiğini, intikam hırsıyla veya en azından suçüstü yapma arzusuyla daha da dolduğunu tahmin edebiliriz. Diğer paranoidler gibi Ron da kin tutar ve aldığı darbeleri neredeyse hiç unutmaz (bkz. 5. kriter). Gerçekliği sürekli yeniden şekillendirerek başkalarını bilerek ve isteyerek ondan yararlanmış, ona saldırmış şekilde konumlandırdığından zaten unutması mümkün de değildir. Hiçbir şey kazara veya tesadüf eseri olamaz.

Ayrıca Ron'a mesai saatleri üzerinden yapıldığı varsayılan saldırı basit bir suiistimalden çok daha fazlasıdır. Bu saldırılar onun karakterine yöneliktir (bkz. 6. kriter). Eğer başarılı olursa, tüm dünya Ron'un ahlâksız biri olduğunu ve ailesini geçindiremediğini görecektir. Gerek özsaygısı gerekse başkalarının ona duyduğu saygı bakımından bu iki meselenin asli önem teşkil ettiği anlaşılmaktadır. Dolayısıyla düşmanları sadece Ron'u kandırmakla kalmayıp bir de üstüne savaşı daha da habis bir cepheye taşımış, kamuoyunu ona karşı kışkırtmaya teşebbüs etmişlerdir. Bu iki saldırıdan ikincisi Ron için çok daha korkutucu olabilir. Kendisine yönelik saldırıları bir şekilde savuşturabilir belki ama diğer insanların algısını yönetmek o kadar kolay değildir. Gerçekliğin böylesine saptırılması çok daha ileri düzeyde, daha ağır paranoid gelişmelere gebedir; mesela hiçbir temeli olmadığı halde insanların gizli gizli onun başarısızlıklarından, yetersizliklerinden bahsettiği kanısına kapılabilir. Ron'un zihninde "Evet, duydum ki maaşı içler acısı olduğu için eşi artık ondan bıkmış ve en yakın arkadaşıyla düşüp kalkmaya başlamış" gibi konuşmalar yankılanıyor olabilir.

Ron vakasını ana hatlarıyla verdiğimize göre artık bu bölümün planını oluşturan diğer meseleleri ele almaya başlayabiliriz. İlk olarak normallik ile anormalliği karşılaştıracak, ardından temel paranoid örüntünün çeşitlerine geçeceğiz. Sonrasında paranoid kişiliğe biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımlar ele alınacak. Bu bölümler kişiliğin bilimsel yanının özünü oluşturuyor. Ron gibi karakter tasvirlerinde gözlemlediklerimizi açıklayarak edebi anekdotların ötesine geçip kuram sahasına girmeyi amaçlıyoruz. Her zaman olduğu gibi burada da tarihle tasviri yan yana verecek, vaktiyle her bir bozukluğun farklı yanına dikkat çekmiş düşünürlerin katkılarını not edeceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin

geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda vardır. Ardından Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım bölümünde kişilik bozukluğunun nasıl evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göstereceğiz. Ayrıca paranoid ile diğer kuram bazlı yapıları karşılaştırarak, paranoid kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiğini tartışacağız. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacağız ve yine malzememizi alandaki klasik yaklaşımlar yani kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda düzenleyeceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Tıp öğrencisi sendromunuza tekrar müdahale etme vakti gelmiş olabilir. Az önceki tasvirlerde kendinizde paranoid örüntüyle örtüşen noktalara rastlamış olabilirsiniz. Gel gelelim paranoid tarzda düşünceler çevrenizin gerçekçi taleplerıyle örtüştüğünde sağlıklıdır. Bu bakımdan, bu düşünceleri savunma sisteminizin bir parçası olarak düşünebilirsiniz; bunlar olmasa, size zarar verebilecek olay ve etkileşimlerdeki rasgele gelişmelere karşı savunmasız olurdunuz. Çoğu okur, dünyanın bazen tehlikeli bir yer olduğuna ve abartılmadığı sürece bir miktar şüphenin hayatta kalmak açısından önemine katılacaktır. Hatta insan gelişiminde elzem bir şüphe dönemi vardır. Küçük çocuklar genetik olarak programlanmış bir yabancı korkusu evresinden geçer, bu dönemde tanımadıkları kişilerle karşılaştıklarında kaygılanır veya tanıdık yüzlerce teskin edilmeyi beklerler. Yabancı korkusu; çocukları mensubu oldukları kabileye veya en azından kendilerine bakım veren kişiye yakın, kendilerine zarar verebilecek kişilerden veya aynı bölgede sınır ve gıda savaşı veren diğer kabilelerin üyelerindense uzak tutmayı sağlar. Doğa, henüz ne yapıp ne yapmamaları gerektiğinin tembihlenemeyeceği veya bunu anlamayacak yaşlardaki çocukların güvenliğinin sağlanabilmesi için böyle bir yol sunmuştur.

Yabancı korkusu yalnızca bir örnektir. Genel olarak, evrim tehlikeyi daha çabuk fark edebilenleri üstün tutar. Bütüne bakıldığında tehditlere karşı tetikte olan kişiler bu tür şeylerden bihaber olanlara, yani saf ve naif kişilere kıyasla geride daha fazla çocuk bırakmıştır (Güvenin iki kutbu da çevreye uyum sağlamaya hizmet etmez.). Ayrıca söz konusu tehditler yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda sosyal ve ekonomiktir; bu da çıkarları uğruna veya değerli kaynakları çalmak, ele geçirmek için yalan söyleyebilecek, karşısındaki kişiyi aldatabilecek kişilere karşı uyanık olmayı gerektirir. Tüm bunlar, çocuk sayısını ve evrime genel olarak ne denli uygun olunduğunu belki nesiller boyunca etkileyecek özelliklerdir. O halde paranoid mekanizmalar da psikoevrimsel yapımızın doğal bir parçası, en temel hayatta kalma içgüdümüzün uyumlu ve gerekli bir uzantısıdır. Dolayısıyla her insanın paranoid düşüncelere meyli veya zaafı bulunmalıdır. An-

cak bu düşünceler sosyal uyuma hizmet eder raddeyi aştığında ortaya paranoid kişilik bozukluğu çıkar ki Ron da bunun örneklerinden biridir.

Oldham ve Morris (1995) "normal" bir paranoid türü olarak tetikte tarzı önesürmüşlerdir. Tetikte kişiler son derece bağımsızdır, özgürlükleri onlar için değerlidir, ayrıca güç, otorite, tahakküm meselelerine de hassastır. Diğer insanlara karşı temkinlidirler ve düşünüp taşınmadan bir ilişkiye girmezler. Bu yazarlara göre tetikte kişiler diğer insanların söylediklerini dinlemekle kalmayıp bu sözlerde gizli olan çeşitli seviyelerdeki anlam ve beklentileri de yakalar. Saldırıya uğradıklarında hemen savunmaya geçer, bundan çekinmezler. Ayrıca eleştiri konusunda hassastırlar ama kolay kolay gözleri korkmaz, mutlak hakları olarak gördüklerini savunurlar. Vefa ve sadakat onların en üst değerlerindendir ve tehditkâr olmayan bir tonda doğrudan kurulan iletişim onlar için idealdir. Bu tür kişiler toplumda, komplolara karşı hassasiyetlerinin işlerine yarayabileceği saygın bir faaliyette bulunabilir (bkz. "Odak Noktası: Kültür").

Paranoidin normal türevini geliştirmenin bir yolu da *DSM-IV*'teki bir II. Eksen bozukluğunun kriterlerini inceleyip bu kriterlerin yoğunluk bakımından daha uyumlu olanlarına bu niteliği kazandıranın ne olduğunu tespit etmektir (bkz. Sperry, 1995). Kişilik bozukluğu olanlar, yeterli gerekçeleri olmadığı halde diğer insanların onlara zarar verme, onlardan faydalanma veya onları kandırma uğraşı içinde olduğuna inanırlar (bkz. 1. kriter), bu kişilik tarzından olanlarsa diğer insanları dikkatlice değerlendirene kadar belli bir mesafeyi korumayı tercih ederler. Bozukluğu olanlar yakın arkadaşlarının veya tanıdıklarının onlara ihanet ettiği yönünde yersiz bir şüpheye kapılırlar (bkz. 2. kriter), paranoid tarzı olanlarsa sadakat, samimiyet, açıklık ve dürüstlüğe büyük önem verirler, kanıtlara açıktırlar ve insanları sırf onlardan şüphelendikleri için kendilerinden uzaklaştırmazlar. Bozukluğu olan kişiler mahrem bilgilerini başkalarıyla paylaşmaktan çekinirler çünkü bu bilgilerin aleyhlerinde kullanılmasından korkarlar (bkz. 3. kriter), bu kişilik tarzından olanlarınsa güvendikleri çok sayıda yardımcıları veya arkadaşları vardır ama ilişkileri tanışıklıktan ibaretse ketum davranırlar.

Bu kıyaslamalardan her birinde Ron patolojik tarafa daha yakın düşer. Görüşmenin sonunda terapistin, mahkemenin, iş arkadaşlarının ve hatta belki de çocuklarının ona komplo kurduğunu savunur gibidir. Ne zaman dirençle, özellikle de onun gerçekliği test etmesine yardımcı olabilecek biriyle karşılaşsa daha da dik başlı bir tavra bürünür. Arkadaşlarının sadakatinden şüphe eder; en yakın arkadaşının eşiyle düşüp kalktığını düşünür ve iş arkadaşlarının mesai kayıtlarıyla oynayıp onun parasına göz diktiğine inanır. Güvendiği birkaç arkadaşı olmak şöyle dursun, Ron terapistiyle bile bir şeyler paylaşmakta zorlanır. Bunun yerine dünyasını başkalarına kapalı tutmayı tercih eder. Savunma strate-

## *Odak Noktası: Kültür*

### Paranoidler Casus Olursa

**Bozuk Bir Kişilik Düşman Rolüne Bürünebilir mi?**

Paranoidler casusların peşlerinde olduğuna inanmalarıyla meşhurdur ama bazen kendileri de casus olabilir. Hampton ve Burnham'ın (1990) yaptıkları etkileyici paranoid kişilik araştırmasının bir kısmını oluşturan bilgilere göre, J. Edgar Hoover'da tam da böyle bir durum söz konusudur. Araştırmacıların belirttiği üzere paranoidlerin genellikle mükemmeliyetçilik ve ciddiyet gibi katı, kompülsif özellikleri vardır. Hoover da istisna değildi. Zeki, çalışkan bir öğrenciydi; en iyi liseye gidebilmek için altı mil yürümeyi göze almış, en zor dersleri seçmiş ve en yüksek derecelerle mezun olmuştu. Virginia Üniversitesinden gelen burs teklifini geri çevirip Kongre Kütüphanesinde işe girmiş, George Washington Üniversitesinin akşam okuluna devam ederek hukuk diplomasını almıştı.

Yaşamının karakterine damgasını vuracak beklenmedik gelişmeler olmasa, Hoover'ın sıradan bir kariyeri olabilirdi. Hukuk diplomasını aldıktan sonra Adalet Bakanlığına memur olarak girdi. O dönemde I. Dünya Savaşı henüz patlak vermişti; ABD'deki Alman gizli ajanlar müttefik güçlere silah gönderme teşebbüslerine engel olmak için faal biçimde çalışıyordu. Ayrıca Rus Devrimi'nin de dumanı hâlâ üstündeydi, devrimci komünizmin heyulası tüm dünyada kendini hissettiriyordu. Kariyerinde yükselmeye başlayan Hoover, şeytani güçleri bozguna uğratması gereken durumlarla defalarca karşılaştı. Komünistler toplanıp sınırdışı edildi. Ku Klux Klan terörizmi bile sindirildi, ki Hoover bunun için emirlere karşı gelmek zorunda kalmıştı.

1924'te FBI'ın başına geçti. Gel gelelim her iyi paranoid gibi o da bu pozisyonu bazı koşullarla kabul etmişti. Sert kurallar koyabilecek, dış siyasi baskıdan muaf tutulacak, birimi kendi yüksek ahlaki ilkeleri doğrultusunda büyütebilecekti. Hoover mutlak kontrol istiyordu, istediğini de elde etti; hayli sıkı ehliyet ve liyakat standartları getirdi, birimdeki yolsuzlukları temizledi ve tüm faaliyetlere mutlak gizlilik şartı koştu.

Hoover'ın yaşamı, idealizmini ve dogmacı doğruculuğunu ülkenin çıkarları için kullanmayı başarmış bir paranoidin hikâyesidir. Komünist ajanların izini sürmeye devam eden Hoover sonunda ülkede düzeni yıkmaya yönelik faaliyetler gösteren çeşitli kişileri tespit ve ifşa etmişti. Manhattan Projesi'nden elde edilen bulguların Ruslara bildirildiğinin farkındaydı. Ethel ve Julius Rosenberg'in, Alger Hiss'in ve devletin üst kademelerindeki daha nice insanın yaptıklarından haberdardı ama her defasında Kongre harekete geçmeyi reddetti. Hiç de şaşırtıcı olmayan biçimde, bu iddiaların araştırılmasına hevesli tek isim yine bir diğer paranoid, Senatör Joe McCarthy idi. Nixon yönetimi döneminde Hoover 1972'de uykusunda öldüğünde, ahlaki dogmacılığı ve doğal kuşkuculuğu sayesinde ülkeyi 10 başkanlık dönemi boyunca korumuştu. Hoover'ın ilginç yaşamıyla ilgili daha fazla detay için Hampton ve Burnham'ın (1990) çalışmasına bakabilirsiniz.

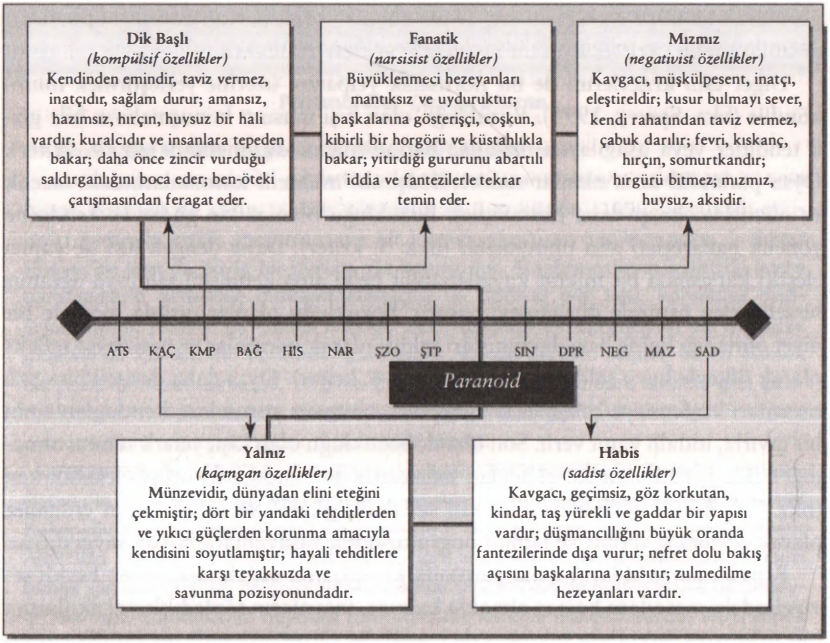
jisi olarak kendine duvarlar örer. "Bilgi güçtür" sözünü Ron'dan duyabilirsiniz; insanlara bilgi verirse, Ron'un üstündeki güçleri artacaktır.

Diğer tanı kriterlerini de bir normallik yelpazesi üzerine yerleştirmek mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişi masum konuşmaların bile gizli tehditler veya aşağılayıcı mesajlar barındırdığını düşünebilir (bkz. 4. kriter). Oysa paranoid tarzı olanlar sadece, iletişimin muhtelif katmanlarındaki incelik ve nüanslara karşı daha hassastırlar. Bozukluğu olanlar kin güder ve kendisine yönelik hakaretleri asla unutmazlar (bkz. 5. kriter). Daha dengeli biri ise yapıcı eleştiri karşısında bir miktar kaygılanabilir belki ama kendisini saldırıya uğramış hissetmeden üstünde düşünmeyi başarır. Bozukluğu olanlar ortada hiç öyle bir niyet olmadığı halde bazı davranışları saldırı olarak yorumlar ve neredeyse refleks olarak öfkeyle karşı saldırıya geçerler (bkz. 6. kriter). Oysa daha dengeli biri gizli mesajları keşfetmeye çalışmakla uğraşmaz, olumsuz yorumlara kendinden emin bir tavırla, itidalli yanıt verir. Son olarak bozukluğu olan kişi, yeterli zemini olmadığı halde partnerinin cinsel açıdan sadakatsiz davrandığından şüphelenebilirken (bkz. 7 kriter), bu tarzdan olan kişi sadakati, güveni ve vefayı üstün erdemler olarak görmekle yetinir ve bunlar doğrultusunda yaşayanlara büyük saygı duyar.

Ron bu karşıtlıkların daha patolojik kısımlarına örnek teşkil eder. Farklı seviyelerdeki mesajlara hassas olmakla kalmaz, insanların söylediklerini akıllarına bile gelmemiş noktalara çekmeye de meyillidir. Örneğin kendisine gizlilik garantisi verilmiş olmasına rağmen terapiste bilgi vermekten kaçınır ve terapistin bu talebini aşağılayıcı bir şüphecilik olarak yorumlar. Benzer şekilde, Ron eleştirilere savunmacı olmayan bir tarzda yanıt veremez veya bunlar üzerinde yapıcı biçimde düşünemez. Diğer insanların ona sebepsizce zarar vermeye çalıştığına inandığından, fil hafızalı olduğunu ve kendisine yapılan haksızlıkları asla unutmayacağını belirtir. Ayrıca iş arkadaşları ve mesai saatleri meselesini müdürüyle konuşup durumu kontrol altına alabilecek yapıcı bir adım atmak yerine, iş arkadaşlarının davranışlarını onu sosyal alanda küçük düşürmeye yönelik genel bir planın parçası haline getirir. Son olarak güven, sadakat ve vefaya değer verip bu erdemleri sergileyen insanları takdir etmekten çok, gerçekliği çarpıtarak eşinin onu aldattığını söyler.

## Paranoid Kişilik Çeşitleri

Paranoid kişilik oldukça derli toplu, sınırları net bir sendrom olsa da bazı özellikleri bazı diğer kişiliklerin özellikleriyle bir araya gelip çekirdek prototipin çeşitlerini oluşturur. Takip eden paragraflarda anlatılan bu çeşitleri özet halinde Şekil 13. 1'de bulabilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.




**ŞEKİL 13. 1** Paranoid Kişilik Çeşitleri

## Fanatik Paranoid

**Fanatik** paranoid örüntü çoğu zaman, daha az sıkıntılı kuzeni narsisist kişiliği andırır zira bu paranoid çeşidinde paranoid ve narsisist özellikler iç içe geçmiştir. Narsisistler gibi paranoid örüntünün fanatik türevi de kibirli, küstah ve coşkundur, diğer insanlara üstten bakan bir tavrı vardır. Aralarındaki temel fark narsisistlerin genelde bir miktar başarı elde etmesi, fanatik paranoidlerin ise gerçekliğe toslaması ve narsisizmlerinin ciddi yara almasıdır. Böylece gözden düşen fanatiklerin kusursuz benlik imgeleri paramparça olur ve yitirdikleri gururlarını abartılı iddialarla, çapraşık fantezilerle geri kazanmaya çalışırlar. Kendilerine yanılsamalı güçler bahşederek şeytani evrene karşı koymaya hazır birer süper kahramana veya yarı tanrıya dönüşürler.

Nihayetinde büyüklenmeci hezeyanlar birincil baş etme mekanizmaları haline gelir. Büyüklenmeci bir kimlik benimseyerek, nesnel gerçekliğin yol açtığı özgüven yıkımını dengelerler. Kendilerini kutsal bir aziz, ilham alan bir lider veya yetenekli bir dahi olarak ortaya koyabilirler. Dünyayı günahlardan arındırmak, gezegene barış getirmek, kadim bilimsel problemleri çözmek veya ütopik

toplumlar yaratmak için detaylı planlar yapabilirler. Çoğu zaman bu planlar en azından geçici süreliğine de olsa ilgi çekecek kadar inceliklidir. Ancak nihayetinde fikirleri ciddiye alınmadığında, bunu sözgelimi statükoyu korumak için ona kumpas kuran gizli devlet birimleri gibi soyut güçlerin müdahalesine bağlamaları olasıdır. Yansıtma, haksızlığa duyulan öfke ve tümgüçlülük duyumu bir araya gelerek bu alttipin savunma kalkanını oluşturur.

Gelişimsel açıdan fanatik paranoidler telafi eden narsisistlere benzerler. Ebeveynlerince aşırı şımartılan ve serbest bırakılan bu çocukların ileride yapabileceklerine dair hayalleri sınırsızdır ve onlara bakım verenler de, belki ailenin kötü durumunu telafi etmek için bunu desteklerler. Evin korunaklı sınırlarının dışına adım attıklarındaysa dış dünya onların üstünlük duyumlarını çabucak ve amansızca yok eder. Tamamen yenik düşmüş, paramparça olan özdeğerlerinin yükünü sırtlanmış, gerçeklikle yüzleşmeye gönülsüz bir halde kendi mahrem fantezi dünyalarının derinliklerine çekilir, eski günlerine geri dönebilecekleri, daha önce koydukları hedefleri gerçekleştirebilecekleri ve varoluşlarını kurtarabilecekleri bir telafi evreni yaratırlar (bkz. Odak Noktası: Kültür).

## Habis Paranoid

**Habis** paranoidler paranoid ve sadist kişiliklerin karışımından oluşur. Bu bireyler, diğer insanların saldırganlıklarına maruz kalan tarafta olacaklarına dair beklentiler geliştirmişlerdir. İktidar meselelerine karşı oldukça hassas olduklarından siz onlar üzerinde tahakküm kurmadan onlar sizin üzerinizde tahakküm kurmaya çalışırlar; stratejileri budur. Tehditkâr ve kavgacı bir yapıya sahip habis paranoidlerin geçmişte kendilerine yapılan yanlışların intikamını alıp insanlara üstün gelme gibi acımasız bir arzuları vardır. Yalnız kaldıklarında bile kendilerini muhatabı gördükleri hatalardan oluşan uzun liste akıllarına gelir, böylelikle saldırganlık potansiyeli hep yüzeye yakın kalır. Gel gelelim bu kişilerin pek çoğu insanları istismar etme veya onların içine korku salma çabalarının geri teptiğini gördüğü için intikamını gerçek eylemlerden ziyade fantezi yoluyla almaya çalışır. Her daim patlamaya hazır tavırları çevrelerinde bol miktarda husumete yol açtığından, bu başarısızlıklarını aslında kendi elleriyle örmüşlerdir.

Kendilerini gitgide soyutlayıp kendi yarattıkları bu kişilerarası düşmancıllık kısırdöngüsüne sürekli kafa yorar hale gelince, fanatik paranoidler düşmancıl çevrelerinin habis gördükleri doğası ve bu çevreye mensup kindar bireyler üzerine düşünmeye başlarlar. Ruhsallık içi bir mekanizma olan yansıtma sayesinde kendi hırçınlıklarını başkalarına atfeder, kendi içlerinde beslediklerini nefreti onlara yakıştırır hale gelirler. Nesnel husumet ile hayali düşmancıllık arasındaki çizgi giderek incelince, diğer insanların onlara kasten zarar verdiği düşüncesi neredeyse hezeyan boyutuna ulaşabilir.

Özerkliklerini her tür dış etkene karşı koruma ihtiyacı bu paranoid çeşidinin alametifarikasıdır çünkü onların gözünde kendilerine verdikleri değer kadar kırılgan ve kıymetli başka hiçbir şey yoktur. Bu özellikle de zulmedilme hezeyanlarının içeriğinde belirgindir. Başkalarından kaynaklı gördükleri habislik ne tesadüfi ne de aleladedir; bilakis onların özgüvenini baltalamak, düşüncelerini kontrol altına almak ve iradelerini zayıflatmak için tasarlanmıştır. Bu kişiler en karanlık korkularına karşı her daim tetiktedirler: Diğer insanlar onları zayıf ve korunmasız bırakacak, otoriteye boyun eğmeye zorlayacak veya daha da fenası, onları kandırıp kendi yollarını çizme haklarını ellerinden alacaktır.

## Dik Başlı Paranoid

**Dik başlı** paranoidlerde paranoid ve kompülsif kişiliklerin özellikleri bir arada görülür ama her paranoid örüntü gibi onlar da kompülsiflere nazaran daha dengesiz ve patolojiktir. Kompülsifler gibi onlar da katı, mükemmeliyetçi, gaddar, espriden anlamayan, gergin, aşırı kontrollü, dar kafalı, hırçın, kuralcı, kendini herkesten erdemli sanan kimselerdir. Gel gelelim kompülsifler kaygılarını hafifletmek için başarı ve mutluluğun otoritenin buyruklarına itaat ederek elde edilebileceği inancına tutunurlarken, dik başlı paranoidler bu bağımlılıktan feragat edip arsızca burunlarının dikine giderler. İrili ufaklı her tür kısıtlamaya başkaldırır, böylelikle kontrolün kendilerinde olduğu hissini tekrardan kazanmaya ve eskiden maruz kaldıkları haksızlıkları telafi etmeye yönelik uyumsuz bir çabaya girişirler.

Kendilerine dayatılan kural ve düzenlemelerden kurtulma teşebbüslerini sürdürmekle beraber, artık onlar da başkalarına (genellikle yasal yollarla veya uygulanması mümkün olmayan kurallar koyarak) saldırmak amacıyla kullanılan bir sistemi dayatmaktadır. Paranoid kişiliğin dümen suyunda gidenler zayıf oldukları, üstünkörü iş yaptıkları, disiplinli davranmaya dikkat etmedikleri, düzenli bir yaşam sürmedikleri ve ikiyüzlü oldukları gerekçesiyle hakir görülürler.

Tüm bu boyun eğmeme ve tahakküm iddialarına rağmen dik başlı paranoidlerin, derinlerinde yer etmiş suçluluk duygularından ve misillemeye maruz kalma korkusundan kaçınmaları pek mümkün olmaz. Ayrıca çoğu zaman normal işlev gösterirmiş gibi görünseler de son derece net bölmelere ayrılmış zulmedilme hezeyanları vardır. Bu eğilimler büyük oranda gözden kaçar ama kişinin aşırı hassas antenleri her daim tetiktedir, çevredeki kişilerin en ufak kıpırtısını, yorumunu veya mimiğini yakalamaya hazırdır. Dik başlı paranoid örüntünün öfkesini başkalarına yansıtması da olağandır; böylelikle zararsız işaretlerden ve hatta mevcut bile olmayan işaretlerden düşmancıl bir niyet çıkarabilir, bu yönde algı oluşturabilir. Aslına bakarsanız, artık "klasik paranoya" dendiğin-

de aklımıza gelen o bölmelenmiş, hastanın olağan düşünce sürecinden ayrı bir yerde konumlandırılmış inanışlar genellikle dik başlı paranoidlerden çıkar zira bu kişilerin inanış yapısı sıkı kontrol altındadır ve bölmelere ayrılmıştır; hassas bir noktaya dokunulduğunda normal seyretmekte olan işleyiş bozulur ve gizli inanışlar yüzeye çıkar.

## Mızmız Paranoid

**Mızmız** tip paranoid ve negativist örüntülerin özelliklerini taşır. Negativist örüntünün memnuniyetsizlik, kötümserlik, inatçılık, kararsızlık ve intikamcılık gibi yanlarını almıştır. Paranoid yansıtmayla birleştiğinde bu özellikler şiddetlenerek açık düşmancıllığa ve düpedüz hezeyana dönüşür. Ortaya çıkan sonuç; kusur bulma, somurtkanlık, alınganlık, kavgacılık ve hep aldatılan veya mağdur edilen taraf olma iddiasıyla kendini belli eder. Bu kişilerin kalıcı, sağlıklı ilişkiler kurduklarına nadiren şahit olursunuz. Bunun yerine yakınlık arayışlarından vazgeçip özerk, kendi kararlarını kendi veren zoraki bir duruş benimser, sosyal ihtiyaçlarından feragat etmekle beraber içten içe keyifsiz bir ruh hali içinde olurlar. Elde ettikleri bu yeni bağımsızlığı intikamcı bir hiddetle ifade etseler de, mızmız paranoidler kişilerarası kopukluklarından ve tereddütlü duygularından son derece mustariptirler; gizliden gizliye, bazen başkalarıyla bir arada olmayı arzular ama bazen de onlardan tiksinirler.

Hasetleri biriktikçe, diğer insanların başarılarının haksız avantajlardan veya özel muameleden kaynaklandığından sıkça yakınmaya başlarlar. Kullanıldıklarına dair fantezileri başka adaletsizliklerle birleştikçe, homurtuları öfke ve hınca dönüşür. Kendilerine yamuk yapmış kişilere karşı yasal yollara başvurmaları da, yakınlığı reddederken dahi arzuluyor olmaları nedeniyle erotik hezeyanlara kapılmaları da sık rastlanan bir durumdur. İkincisinde ruhsallık içi yansıtma mekanizması devrededir; bu mekanizma sayesinde kişi kendisine ait duyguların başkalarından kaynaklandığına inanır. Dolayısıyla kendi arzularını başkalarına yansıttıklarında, gayriahlaki imalarda bulunan veya cinsel niyetlerini ortaya koyan da "onlar" olur. Sadakatsizlik, aldatma, ihanet suçlamaları genellikle masum akraba ve arkadaşları hedef alır ki bu da negativist ve paranoid örüntünün bileşiminin bir diğer yansımasıdır.

## Yalnız Paranoid

**Yalnız** paranoid, paranoid ve kaçıngan kişiliklerin özelliklerini bünyesinde toplar. Bu kişiler sıklıkla dengesiz, evhamlı, özellikle de kendi değerleri ve başarıları söz konusu olduğunda eleştiriye karşı aşırı hassas bir tablo çizerler.

Son derece kırılgan olan çoğu yalnız paranoid, teselliyi kendini merkeze koyan yöntemlerde arar. Örneğin özgüvenlerini artırmak için anlaşılması güç entelektüel faaliyetlerde bulunabilir veya korkularını yatıştırmak için alkol ve madde kullanımına başvurabilirler. Özellikle de küçük düşmekten, utanmaktan korkan yalnız paranoidler kendilerini hem gerçek hem de hayali tehditlere karşı korumaya çalışırlar. Hem tehditkâr hem de yıkıcı bir dünyadan kendilerini sakınma çabaları çoğu insandan fazladır. Hal böyle olunca da, insanların kaçınılmaz yargılarını hayatlarının dışında tutabilmek adına kendilerini uzun süreliğine dış dünyadan soyutlayabilirler.

Yalnız paranoidlerin ayrıca alışılmadık ölçüde güçlü bir yönetilme korkusu vardır. Dış etkenleri bertaraf etmeye çalışmakla kalmaz, tamamen kendi çıkarım ve inanışları doğrultusunda hareket etmek isterler. Düşüncelerini müşterek gerçeklikle kıyaslayarak kontrol etmeye gönülsüz olduklarından, çevreleriyle temasları giderek kesilir ve nihayetinde fanteziyi gerçeklikten ayıramaz hale gelirler. Mahcup olma, küçük düşme korkuları -ki hem paranoid hem de kaçıngan örüntülerin önemli bir özelliğidir- kolayca büyüyüp dört başı mamur komplolara dönüşebilir. En nihayetinde düşünceleri bazen öyle can yakıcı, öyle ürkünç duruma gelir ki algılarının devamlılığını ve odağını maksatlı biçimde kesintiye uğratmaya başlar, kendi dikkatlerini kendi düşüncelerinden uzaklaştırırlar. Kendilerini böyle terk ettiklerinde iç dünyaları çarpık, tesadüfi, birbirinden kopuk düşüncelerden müteşekkil karman çorman bir hal alır, zaten bu da dağılmış paranoid durumun eşiğidir.

## Tarihteki Öncüler

Paranoid durumların bahsi Hipokrat'ın 2000 yıldan eski yazılarının bile öncesine dayanır. Yunancadan kelimenin birebir anlamıyla tercüme edildiğinde bu terim "kendi zihninin dışında" anlamı taşır ve antik dönemlerde genel olarak deliliğe istinaden kullanılmıştır. Stone (1997) Eski Ahit'te anlatılan bazı kâhinlerin paranoid özelliklerinden bahsedilebileceğini ama bunun müphem kalmasının daha iyi olabileceğini de belirtir. Kuşkusuz, Yahve'nin birinci emirdeki "Benden başka tanrın olmayacak" ihtarının tam da kültürel sağkalım için kabile birliğinin şart olduğu bir döneme denk gelmesi tesadüf değildir ve grubun kolektif kimliği tehdit altında olduğunda paranoid ideolojilerin yükselmesinin daha muhtemel olduğunu düşündürür.

Tanrı'nın kıskanç bir tanrı olduğu ve başka inanç sistemlerine mensup kişilerin ona itaatsizlik ettikleri için sonsuza dek cehennemde yanacakları anlayışı, paranoid örüntülerde tipik olarak görülen haklılığına inanır öfkeden ve yumuşak mizaçtan yoksunluğu andırır. Paradoksal biçimde, ilahi kadirimutlaklık ve

narsisist yaralanma bir arada görünür. Yaratılanların yaratana tapınmayı arzulamaması büyük bir hakaret addedilir. Bazı manevi eserler, paranoidlerin rağbet ettiği (ancak günümüz çokkültürlülük ve dini hoşgörü çağında geçerliğini yitirmiş) vefa ve sadakati çağrıştıran vahim bir iç grup/dış grup karşıtlığı dinamiğini barındırır gibidir. Elbette tüm bu tespitler tartışmaya son derece açıktır (bkz. Odak Noktası: Paranoid Durumlar ve Kült Liderleri).

Paranoid durumlara yapılan tıbbi atıflar 2. yüzyılda kaybolup ancak 1700'lerde tekrar ortaya çıkmıştır. Kahlbaum'un (1882) önerilerini takiben Kraepelin 1896'da **paranoya** teriminin anlamını daraltarak bunu yalnızca başka kişilik bozukluğu olmayan hastalardaki hayli sistemli ve derli toplu hezeyanlara istinaden kullanmaya başlamıştır. Paranoid hezeyanları olanların belki %40'ının durumunun ağırlaşarak nihayetinde dementia praecox noktasına vardığını, kalanların büyük kısmında "parafreni" düzeyinde tuhaf düşünceler ve algısal halüsinasyonlar görülmeye başlandığını, çok küçük bir bölümündeyse daha ileri bir bozulma yaşanmadığını düşünmüştür. Kraepelin çalışmalarının ilk dönemlerinde, paranoid kişiliği dementia praecox'a uzanan yolda bir duraktan ibaret görmüştür. Dolayısıyla da bu kişiler diğer ağır sendromlarla aynı kefeye konmuştur.

Kraepelin'in bugün açıkça paranoid kişilikler olarak nitelendirilen paranoid koşullara yatkın kişilerin hastalık öncesi karakterini ele alması, meşhur kitabının sekizinci baskısını bulmuştur. Kraepelin (1921) güvensizlik; sürekli haksızlığa uğradığını, önüne engeller çıkarıldığını veya baskılandığını hissetmek; altını oymaya uğraşan gizli işbirliklerinin olduğu düşüncesi; gizli niyet ve entrikalara yoğun ilgi; duygusal gerilim ve huzursuz ruh hali; müşkülpesentlik; kendine aşırı değer verme gibi (tamamı Ron vakasında bulunan) klasik özelliklerden bahsetmiştir. Ne var ki Kraepelin paranoid kişiliği daha ağır paranoid psikozlarla aynı yelpaze üzerinde değerlendirmeyi sürdürmüştür. Üstünden yaklaşık üç çeyrek asır geçmiş olmasına rağmen bu konudaki ampirik çalışmalar hâlâ tartışmalıdır.

20. yüzyılın ilk birkaç dekatında başka kuramcılar çağımızın paranoid kişiliğine benzer kavramlar ortaya atmışlardır. Birnbaum (1909) paranoidlerden aşırı değer verdikleri, oldukça duygu yüklü fikirlere sahip kişiler olarak bahsetmiştir. Bleuler (1906) paranoid yapılanması olan kişilerin henüz bir hezeyan sistemi geliştirmediğini ileri sürmüştür. Olayları normal kişilerden daha fazla yanlış yorumlamayan insanlarınsa değişime direnç gösterebildiğini, bunun da inanışlarında katılaşmaya ve nihayetinde paranoid hezeyan sistemine yol açabildiğini savunmuştur. Bleuler gibi Meyer (1908) de paranoidlerin inanışlarını gerçeklere göre ayarlamadığı kanısındadır. Gel gelelim Meyer aynı zamanda paranoidlerin kendilerini soyutlamaya ve yanlış yorumlarını düzeltmeye çalışan diğer insanların etkilerine direnmeye eğilimli olduğunu belirtmiştir. Schneider (1923/1950) iki tip fanatik psikopattan söz etmiştir. Savaşçı tip konuşkan, saldırgan ve aktif

## Odak Noktası: Kültür

### Paranoid Durumlar ve Kült Liderleri

#### Paranoid Kişilik, Karizma ve Kişilerarası Etki

Paranoid kişilik üzerine yaptıkları bir araştırmada Hampton ve Burnham (1990), 1978'de Guyana'da yer alan Jonestown'da gerçekleşen, yaklaşık 300'ü çocuk olmak üzere 900'ün üstünde insanın, çoğu da içine siyanür karıştırılmış toz meyve suyu içerek olmak üzere ölümüyle sonuçlanan toplu intiharla ismi duyulmuş Rahip Jim Jones'un karakterini ele alırlar.

Bu yazarların belirttikleri üzere Jones yaşamının ilk yıllarından itibaren ciddi patoloji belirtileri göstermiştir. 6 yaşındayken üniversite profesörü komşusunu sık sık "Günaydın o... çocuğu" diyerek selamlamıştır. Annesi fabrikada işçidir, babasıysa Ku Klux Klan'a mensuptur. 1961'de üniversiteden mezun olmuş,1964'te papaz unvanını almıştır. Los Angeles ve San Fransisco'da kiliseler satın almış, hitabeti ve dini iddialarıyla büyülediği insanlardan kendisine bir cemaat oluşturmuştur. Cemaatinin içine korku salmak için hayli uğraşmış, yaklaşmakta olan nükleer holokosta dair kendisine gelen vahiyi onlara anlatmıştır. Bazen İsa'nın bazen de Lenin'in ruhu olduğunu iddia eden Jones sosyalizmin faydaları hakkında vaazlar vermiş ve cemaatini ceplerinde ne var ne yoksa Halkın Tapınağı'nın kasasına bağışlamaya ikna etmiştir.

Gerçi Jones iyi şeyler de yapmıştır; mesela aşevleri kurmuş, sosyal programlar yürütmüş ve yedi çocuğu evlat edinmiştir. Böylesi diğerkâm görünümlü eylemleri sayesinde dünyaya sıradışı bir imaj sunmayı başarmıştır. Sonunda *Los Angeles Herald* onu "Yılın Hayırseveri" seçmiştir.

Paranoyası artmaya başladığında Jones komuta merkezini Guyana'ya taşımaya karar vermiştir. Kilisesinin yaklaşık 1000 üyesi de onun peşinden gitmiş ve birlikte nükleer holokosttan ve ABD'deki grupların zulmünden azade olacakları güvenli limanları Jonestown'u kurmuşlardır. Oysa Jones bırakın yeryüzünde cenneti yaşatmayı, müritlerinin her tür özerkliğini ellerinden almış ve onlara "fiziksel cezalardan, dayaktan, tükenmişlikten, duygusal bağımlılıktan ve tiranlıktan müteşekkil bir korku rejimini" dayatmıştır (Hampton ve Burnham, 1990, s. 79). Sonunda Jones görünmez güçlerin, özellikle de CIA'in ona zulmettiğine kanaat getirmiştir. Kendisine itiraz edenlerin öldürüleceğini söylemiştir.

Jones'un paranoid kişilik özellikleri kolayca görülebilir. Küçük yaşlardan itibaren Jones'un gizli bir büyüklenmeciliği vardır. Örneğin Los Angeles ve San Fransisco kiliseleri döneminde kendisini İsa'nın ruhuyla özdeşleştirmiştir. Sonraları özel bilgilere erişme ayrıcalığına sahip olduğunu iddia etmiş, nükleer savaşla ilgili öngörülerini öne sürmüştür. Büyüklenmeciliğine bir de güç iştahı, "dışarıdakilere" karşı derin bir şüphecilik, mutlak sadakat talepleri, sadakatsizlik edenlere verilen ağır cezalar ve kendi sadakat görme ihtiyacını dini dogma düzeyine çıkarması eklenmiştir. En ufak fikir ayrılığı dahi ihanet addedilmiştir. Tahakküm iştahını beslemek içinse Jones, cemaatinde güçlü iç grup/dış grup duyguları, özellikle de ölümün her an yanı başlarında olduğu hissi uyandırmaya uğraşmıştır. Bunu takiben zihin kontrol teknikleri kullanmış, müritlerini uykusuz bırakıp tükenene kadar çalıştırmıştır. Büyüklenmeciliği itibariyle Jones'ta paranoid ve narsisist kişilik bozukluklarının bir karışımı olduğunu söylenebilir, ki bu kombinasyon karizmatik bir kült lideri olmaya hevesli biri için biçilmiş kaftandır.

biçimde kavgacıdır. Eskiden uğradıkları haksızlıklardan buruk bir dille şikâyet eder ve ceza için mahkeme yolunu seçebilirler. Öte yandan eksantrik tipin sessiz bir şüpheciliği vardır; diğer insanların saikleriyle ilgili gizli varsayımlarda bulunur. Ayrıca gizli tarikatların inanışlarının onları cezp edebileceği düşünülmektedir. Ron'da Schneider'in iki tipinden de özellikler bulunduğu söylenebilir.

## Biyolojik Yaklaşım

Paranoidin çabuk sinirlenen, saldırgan yapısından dolayı bu sendromların mizaç temelli olma ihtimali çok sayıda gözlemcinin zihnini meşgul etmiştir. Diğer kişilik bozukluklarına kıyasla paranoidler anormal baskılarla boğuşan ve muazzam miktarda efor sarf eden bir görüntü ortaya koyarlar. Gevşedikleri nadirdir. Aksine, sürekli savunmacı bir teyakkuz halindedirler; sempatik sinir sistemlerinin ayarı bozulmuş, ya savaşmaya ya da kaçmaya tam manasıyla seferber edilmiştir. Çoğu gergin ve diken üstünde görünür; gözleri yoğun tetkiklerinden çıkacak sonuçlara dikilmiş vaziyettedir. Bazıları ani hareketler yapabilir veya düşmanın varlığına ilişkin bir işaret beklermişçesine donup kalabilir. Örneğin Ron terapistiyle konuşurken her an koltuğundan fırlamaya hazır olduğu izlenimi veren bir pozisyonda oturmaktadır. Tehditle yüz yüze gelsin gelmesin, paranoidler hep son derece hazırlıklıdır, kapıdaki tehlikelere karşı tedbirlerini almışlardır. Yalnız olduklarında bile uğradıkları haksızlıklardan ve garezlerinden oluşan bir listeyi, düşmancıl intikam duygularıyla dolana dek kafalarında evirip çevirebilirler. Mantıken, bu ateşin sönmemesi için biyofiziksel bir enerji kaynağına ihtiyaç olduğu düşünülebilir.

Paranoid kişiliğin mizaçta bir zemini olabilir belki ama özgül bir *paranoid mizaç* muhtemelen yoktur. Bu kitap boyunca vurguladığımız üzere, kişiliğin içinden yetiştiği toprağın bir parçası da mizaç olabilir ama bunun bahçenin tamamı olmadığı kesindir. Daha ziyade, mizaç çocuğu şu değil de bu yola sokarak bazı gelişim süreçlerinin seyrinde etkili olur. Çabuk sinirlenen, saldırgan bir mizacı olan çocukta ileride paranoid, sadist, antisosyal veya sınırda örüntü (belki bunlardan bazılarının bir kombinasyonu) görülebilir. Erken gelişimin dönemindeki diğer faktörler, özellikle de kendisine bakım veren kişilerle karşılıklı etkileşimleri, çocuğun belli baş etme örüntülerini ve duygusal açıklığını mutlaka etkileyecektir. Mesela çok zor sakinleşen, yakınlık kurmayan bir çocuk çoğu ebeveynde öfke ve dargınlık yaratır. Eğer bu duygular iyi sindirilemezse, bakım verenlerin çocuğa daha uzak davranmaya ve onu bir yük olarak görmeye başlamaları olasıdır; bu da sadistçe istismarın, haliyle de ileride yetişkin paranoid kişiliğin bir parçası olarak yansıtılacak düşmancıl, saldırgan içsel nesnelerin oluşumunun önünü açar.

Ve henüz açıklığa kavuşturulmamış bir mesele de paranoid kişilik, hezeyanlı bozukluk ve paranoid şizofreni arasındaki ilişkidir. Aslında bu, daha önce bahsi geçen Kraepelin gibi erken dönem kuramcılarının meşgul oldukları meselenin aynısıdır. O halde belki de paranoid kişilik şizofreni spektrumunun bir parçasıdır, hezeyanlı bozukluk da şiddet bakımından tam orta noktada yer almaktadır. Bu üç bozukluk arasındaki kalıtımsal ilişkiyi inceleyen az sayıda araştırma vardır. Bu araştırmaları gözden geçiren Bernstein, Useda ve Siever (1995) beş araştırmadan yalnızca ikisinde paranoid kişilikle şizofreni arasında belirgin bir ilişki bulunduğunu bildirirler. Örneğin Kendler ve Gruenberg (1982) şizofrenik bir sendrom teşhisi almış evlatlık çocukların hem biyolojik akrabalarını hem de yeni ailelerindeki akrabalarını incelemişlerdir. Bu araştırmacıların bulgularına göre paranoid kişilik bozukluğu çocukların biyolojik akrabalarında daha yaygındır ki bu da kalıtımsal bir ilişkiye işaret eder.

Diğer yandaysa bu spektrum üzerinde yer alan bozukluklar arasında hiç ilişki olmadığını veya çok az ilişki olduğunu öne süren araştırmalar vardır. Örneğin Maier, Lichtermann, Minges ve Heun (1994) paranoid kişilik bozukluğunun; tek uçlu depresif bozukluk gösterenlerin akrabalarında şizofreni, şizoafektif, şizofreniform bozuklukları olan kişilerin akrabalarından daha sık görüldüğünü bulmuşlardır. Benzer şekilde Kendler, Masterson ve Davis'in (1985) araştırmaları paranoid kişilik bozukluğu ile hezeyanlı bozukluk arasındaki kalıtımsal bağlantının, bu ikisiyle şizofreni arasındaki bağlantıdan daha güçlü olduğunu göstermektedir. Hezeyanlar farklı derinlik seviyelerinde yerleşebileceğinden bunları paranoid kişilikteki bilişsel çarpıklıklardan ayırmak genellikle zordur. Bu doğrultuda hezeyanlı bozukluğun zulmedilme odaklı tipi ile paranoid kişilik arasında bir tür farkından ziyade derece farkı söz konusu olabilir. Hezeyanlı bireylerin kendi hezeyanlarından şüphe etme kapasitesine sahip olmadığı, paranoidlerinse inandığı şeylerin gerçek olmayabileceğini en azından prensipte kabul edebildiği sıkça dile getirilse de, bazı insanların şüphe duyma kapasitesinin duygusal durumlarına göre değişmesi de muhtemeldir. Bazı kişiler şüphelerini çok öfkeli veya kaygılıyken itiraf edemeyecektir.

## Psikodinamik Yaklaşım

Freud daha ilk çalışmalarından itibaren yansıtmanın (kişinin kendi nahoş özellik ve duygularını başkalarına atfetmesinin) paranoid düşüncenin merkezi mekanizması olduğuna inanıyordu. En meşhur analizlerinden biri Schreber vakasıydı. Eskiden tanınmış bir hekim ve Saksonya'nın en üst mahkemesinde başkan olan Schreber, tuttuğu detaylı günlüklerle paranoid psikotik deneyimlerini kayıt altına almıştı. Örneğin faili doktoru olan bir ruh cinayetine kurban gittiğine ve bedeninin Tanrı eliyle yavaş yavaş dönüştürüldüğüne inanıyordu.

Anlaşılan o ki Freud Schreber'le hiç bizzat görüşmemiş ve analizini tamamen bu günlük notlara dayandırmıştı (Bowlby, 1973). Örneklemi tek kişiden oluşmasına rağmen Freud çarpıcı bir sonuca varmıştı: Paranoya, bilinçdışı homoseksüel dürtülere karşı bir savunmaydı! Bilinçli farkındalık düzeyine çıkamayacak kadar iğrenç bulunan orijinal dürtü ("O adamı seviyorum.") bir dizi karmaşık dönüşümden geçirilerek önce inkâr edilir, sonra da karşıt tepki oluşturma mekanizmasıyla tersine çevrilir ("O adamı sevmiyorum, ondan nefret ediyorum."). Bunun yol açtığı saldırgan duyguların ve bunaltıcı raddedeki suçluluğun dışarı yansıtılması gerekir ("Ondan nefret etmiyorum, o benden nefret ediyor!"). Bu süreç rasyonelleştirmeyle sonlanır ("Benden nefret ettiği için ondan nefret ediyorum."). Paranoid hezeyanlar, libidonun homoseksüel nesneden çekilmesinin ardından narsisist libidinal gelişim evresine yaşanan gerileme sonucunda ortaya çıkan bir tablo olarak açıklanmıştır. Burada, birincil süreç düşünme egemen olduğundan enerji, yansıtma aracılığıyla tekrar yapılandırılıp dış dünyaya iade edilebilir (Bak, 1946). Ne kadar zekice de olsa Freud'un bu açıklaması çağdaş standartlarda fantastik kaçmaktadır.

Katkısının değeri bir yana, Freud koca bir özellik kümesinden müteşekkil daha bağlamsal bir karakter tipi olan paranoid kişiliği değil yalnızca paranoyayı, yani tek bir semptomu analiz etmiştir. Psikoseksüel karakter gelişimi kuramı iyice oturduğunda, anal sadizm kökenli paranoid karakter kavramı da gelişmiştir (Ferenczi, 1919). Anal karakter mefhumu kompülsif kişilikle yakından ilişkilidir; bu kişiler bakım verenlerin kontrolcülüğüne suçlulukla boyun eğmek ile öfkeyle baş kaldırmak arasında ikircikli bir noktada kalmış (Rado, 1959) ancak nihayetinde ebeveynlerinin kusursuzluk taleplerine karşıt tepki oluşturma mekanizması aracılığıyla abartılı ölçüde riayet etmişlerdir.

Diğer yandansa paranoidler dışkılamalarını kontrol etme girişimlerine güçlü bir tepki verir. Bakım verenler hüsrana uğradıkça; her an dışkılayabilecek olan çocuk, ebeveynlerini çevresinde dolanırken gördüğünde onların saiklerinden şüphe etmeye başlar (Menninger, 1940). Dolayısıyla özerkliğin korunması tuvalet eğitimiyle bağdaştırılan başlıca tema haline gelir ve geleceğin paranoidi otoritenin, kişinin kendi kararlarını almasını ve özgür iradeyi baltalayıcı bir işlevi olduğunu öğrenir. Zorlama içerlemeye, kin tutmaya ve direncin artmasına neden olur. Ron'da da bunu açıkça görürüz; o da mahkemenin,nafaka ödeme mecburiyeti vasıtasıyla kendisi üzerindeki kontrolüne şiddetle direnmektedir.

Psikanaliz olgunlaştıkça içgüdü psikolojisi; ego psikolojisi ve nesne ilişkileri kuramı bağlamında gözden geçirilmiştir. Freud'un kavramsallaştırdığı haliyle cinsel ve saldırgan içgüdülerin her zaman, gelişme çağındaki çocuğun zihninde oluşan (ve nesneler olarak bilinen) insan "temsilleri" ile beraber deneyimlendiği anlaşılmıştır. Gerçek insanlar gelip gider ama hayatın ilk yıllarında kişiye bakım

verenler ileride kurulacak ilişkiler için birer şablon olarak kalırlar. Nesne temsilleri böylelikle davranışı yaşam boyunca etkileyecek güce kavuşur. Bu doğrultuda psikanalizin hem kişilerarası hem de bilişsel yanı daha ön plana çıkmıştır.

Nesne ilişkileri kuramına göre gelişimin ilk aşamalarına bölme mekanizması damgasını vurur. İlkel ego henüz kendisinin ve başkalarının farklı yanlarının; tek ve karmaşık bir imgede bir araya getirilmiş bütünleşik, çok katmanlı, olumlu ve olumsuz özelliklerden oluştuğunu kavrayabilecek noktada değildir. Oysa normal bir yetişkin zihni genellikle, hemen her şeyin böyle muhtelif yanlarının olduğunu kolayca görebilir. Bazı yanları iyidir, bazılarıysa kötüdür; bunun derecesi de, biçimi de değişiklik gösterebilir. Dolayısıyla olgunluk; müphemlikle baş edebilmek, ikircikli durumlara ve çelişkili bilgilere tahammül edip bunları kabullenebilmek anlamına gelir. İlkel ego ise farklı parçaları bir araya getirebilmekten henüz acizdir; kendisinin ve başkalarının yalnızca tamamen iyi ve tamamen kötü temsillerini tanır. Mesela "iyi anne" ile "kötü anne" apayrı varlıklardır, tıpkı "iyi ben" ve "kötü ben" gibi. Bölme bu bakımdan ikili düşünmeye benzer zira bölünen nesneler tamamen kutuplaştırılarak; iyi ve hoş olarak deneyimlenenler ile kötü ve nahoş olarak deneyimlenenler biçiminde iki uca ayrılır.

Nesne ilişkileri kuramcılarına göre paranoid kişilik sınırda kişilik örgütlenmesi düzeyinde işlev gösterir (Kernberg, 1979), ki bu örgütlenmeye de tanımı itibariyle bölme mekanizması egemendir. Kişinin kendine ve başkalarına dair temsilleri tamamen iyi ve tamamen kötü olmak üzere hayli kutuplaşmıştır; sınırda düzeyde işlevselliğe sahip kişilerin duygularının sıkça ve aniden değişmesinin nedeni de budur. Tamamen sevgi dolu, karşısındakine güvenen ve onu idealleştiren bir görüntü sergilerken, onları öfkelendirecek bir şey yaptığınız anda birden içlerini büsbütün nefret kaplayabilir, suçlayıcı ve öfkeli bir tavra bürünebilirler. Paranoidlerde tamamen iyi imgeler kişinin içinde kalır, tamamen kötü imgeler ise dışarı yansıtılır. Dış dünya böylelikle her tür nahoş duygunun kaynağı haline gelirken, arzu edilen ve iyi ne varsa kişinin içinde, kirlenmeyeceği bir yerde kalır. Dolayısıyla yansıtma iki yönden pekiştiricidir: İlk olarak kendinizin ve başkalarının kötü yönleri reddedilerek nötrleştirilip kontrol altına alınır; ikinci olaraksa geride kalan iyi ve cazip kısımlar çok daha iyi, daha saf, erdemli ve masum bir niteliğe kavuşur ki bunların her biri paranoidin benlik imgesinin önemli parçalarıdır.

O halde psikodinamik paradigmaya göre yansıtma, benliği nahoş olan her şeyden arındırır ama bunun ağır bir bedeli olur: Kişinin içinde var olan sahici olumsuz duygular sanki dışarıdan geliyormuş gibi deneyimlenir. Kötü veya nahoş her şey içeriden doğduğundan, sanki bunlar kişi nereye gitse peşini bırakmıyormuş gibi bir izlenim ortaya çıkar. Bir bakıma, paranoidler kendilerinden bir türlü kaçamaz; zulüm sanki her köşebaşında onları bekler. Haliyle para-

noidler gerçekliği kendilerine atıfta bulunarak kurgulamaya, yani kastedilme zannına ve aşırı genellenmiş komplolara yatkındır. Aslına bakarsanız onlara musallat olan, onların karşılarına çıkan şey yine kendi yansıttıkları bir içerik; tamamen iyi ve masum bir kurbanın peşine düşüp ona zulmeden tüyler ürpertici hayaletlerdir. Kaçabilirler ama saklanamazlar. Paranoidler kendilerini nerede ve ne zaman savunmasız hissetseler, örneğin bunun sebebi birilerinin onlara böyle hissettirmeye uğraşıyor olmasıdır. Oysa diğer insanlar onlara baktığında her an sebepsiz yere, ortada en azından görünürde hiçbir şey yokken parlamaya ve hatta patlamaya hazır birini görür. Doğal olarak onlar da karşılığında öfkelenir, böylelikle eskiden mantıkdışı olan korkulara somut bir kanıt getirmiş olurlar. Nihayetinde yansıtma bu yolla gerçek bir zemine kavuşabilir.

Ron'da da hiç kuşkusuz bunu görürüz. Terapist kendisinden bilgi almak istediğinde Ron kızar ve bu talebi terapistin kuşkuculuğuna yorar. Ardından kendi saldırganlığını terapiste yansıtır; artık o da Ron'a saldırma ve onun arkasından iş çevirme ihtimali olan pek çok kişiden biridir. Böylelikle Ron kendi hayalet korkularını gerçek kılmış olur. Onunla muhatap olan hemen herkes öfkelenecektir. İş arkadaşları da muhtemelen benzer duygular içindedirler, hatta onlar Ron'a kronik olarak maruz kaldıklarından bunları çok daha güçlü hissediyor olabilirler. Ron'un verdiği tuhaf tepkilere istinaden fısıldaşıyorlarsa makul bir gerekçeleri var demektir. Oysa Ron'un açısından bakıldığında bu fısıltılar onun davranışına ilişkin gerçek temelli şikâyetler değil, onu alaşağı etmek için çevrilen gizli dolaplardır.

Paranoidlerin yarattığı kısırdöngüler ikincil savunma mekanizmalarına da yol açar. Stone'un (1993) belirttiği üzere paranoidler kendileriyle diğer insanlar arasına psikolojik ve coğrafi mesafe koyarlar. Soyutlanma, hem işgale hem de dış etkenlere direnmek için kullanılır. Ayrıca sosyal yaşamdan elini eteğini çekmek, paranoidin kendi kendine geliştirdiği ve diğer insanların fiziksel mevcudiyetinde şiddetlenen fikirlerin verdiği acıyı bir nebze olsun hafifletir. Paranoidler fanteziden ve haksızlık karşısında uyanan öfkeden de yararlanırlar. İntikam fantezileri kurarak onlara zulmedenlerden öçlerini alır, özerkliklerini yeniden tesis ederler. Eskiden güçsüz olan paranoid dünyanın insafına kalmış durumdayken, artık dünya onun insafına kalmıştır. Haksızlığa uğradığı düşüncesiyle hiddetlenen paranoid, (Ron'un kendini yansıttığı gibi) uzun süre çektikten sonra aniden eline güç geçen bir mağdurun ahlaki otoritesiyle şişinir. Bu öfke ve tümgüçlülük ayrıca, tıpkı narsisist kişilikte büyüklenmeci benliğin yaptığı gibi, dağılmaya tehlikeli ölçüde yakın bir benlik temsilini bir arada tutmaya yarar (Stone, 1993). Benliğin bu şekilde bir arada tutulması psikotik dağılmayı erteler veya engeller. İç ve dış dünyalar çarpıtılsa da hiç değilse benlik korunmuş olur. Son olarak, rasyonelleştirme ve yer değiştirme mekanizmalarına da sıkça rastlanır.

Çok sayıda yazar paranoidlerde mevcut olan megalomaniye, yani kendine aşırı değer vermeye ve bununla bağlantılı tümgüçlülüğe dikkat çekmiştir. Bu fenomenlerin ikisi de patolojik düzeyde düşük özgüvenle ilişkilidir. Büyüklenmecilik, derin aşağılık duygularını; tümgüçlülük ise kişinin dünyada tamamen etkisiz veya güçsüz olduğu duygusunu telafi eder. McWilliams'a (1994) göre paranoid kişilikle ilkel narsisizmin tümgüçlülüğü arasındaki ilişki; hudutsuz utanç, suçluluk ve haset meşguliyetini gözler önüne serer. Bunların üçü de narsisist benliğin kusursuzluğunu sorgulatır ve yine üçü de başkalarına yansıtılır. Mesela utanç, kişinin başkalarının nazarında bir bakımdan kusurlu, aşağı veya çirkin olduğu ve insanların bu tür eksiklerin akut biçimde farkında oldukları duygusundan doğar.

Öyle ki pek çok kastedilme zannının gelişiminin altında, utanç verici eylemlerin ifşa olmasından duyulan müphem korku yatar. Bir an durup kendi en utanç verici sırlarınızı düşünecek olursanız, en kötü senaryo gözünüzde kolayca canlanacaktır: İfşa olmakla kalmamışsınız, bir de üstüne insanlar arkanızdan konuşuyor, utanç verici eylemlerinizin dedikodusunu yapıyor ama bunları bildiklerini de size çaktırmıyorlar. Paranoidler kendilerini bu tür tahammülü imkânsız düşüncelerden azat etmek için utanç duygularını yansıtır ve böylelikle diğer insanların onları kasten utanç verici duruma düşürmeye veya mahcup etmeye çalıştığı sonucuna varır. Mesela Ron kariyerinde çok daha ileri noktalarda olması veya evdeki maddi sıkıntılardan utandığı için iş arkadaşlarının ondan faydalanmak amacıyla dolaplar çevirdiğine dair bir senaryo yazması gerektiğini hissediyor olabilir. Şüpheleri gerçekliği çarpıtır ama hiç değilse azıcık olan özgüvenini kurtarmasını sağlar. Suçluluk ve haset deneyimleriyle özünde aynı şekilde baş edilir. Paranoidler suçlu hissediyorsa birileri onlara karşı kusur işlemiş demektir. Diğer insanlar paranoidlerin haset duyduğu bir şeye sahipse, asıl onlar paranoidi kıskanıyordur.

Şimdi dâhi çocuk Stephen vakasına bakalım (bkz. Vaka 13 2). Stephen'ın 23 yaşında fizik doktorasını tamamladığı düşünülürse, ne kadar zeki olduğu açıktır. Kendileri üniversiteye gidememiş iki ebeveyninin de onunla ne kadar gurur duyduklarını tahmin edebiliriz. Ayrıca Stephen'ın vaktiyle diğer öğrenciler arasından sıyrılmak için uğraştığı gibi şimdi de iş arkadaşlarından bir adım önde olmak için muazzam baskı hissettiğini varsayabiliriz. Ne yazık ki kendi megalomanisi ilerlemesine engel olup durur; kendi "gizli gündemine" çok fazla vakit ayırıp şirket projelerini ihmal ettiğini düşünen üstleriyle arasında çatışma yaratır.

Nesnel entelektüel yetilerine rağmen, görünüşe göre Stephen'ın koruması gereken kırılgan bir benliği vardır. Ezici ölçüde düşük özgüveninin kanıtlarına yalnızca büyüklenmeciliğinde değil, yapıcı eleştirilere verdiği küçümser tepkilerde ve kendi projelerini gizleme ihtiyacında da rastlanır. Kendini korumak için, Stephen'ın babasının gittiği yoldan gitmesi gerekir; bunun da sebebi herhalde, bunu ebeveynlerinin anlayabileceği bir bahane olarak görmesidir. Baba oğul,

**VAKA 13. 2**

Eğitimsiz anne babanın tek çocuğu olan utangaç Stephen, okul yıllarının başlangıcında "dâhi çocuk" olarak görülüyordu. Ebeveynlerince hep başarılı olmaya teşvik edildiğinden fizik doktorasını 23 yaşında tamamlamıştı. Bölümde sevilen bir öğrenciydi. Gel gelelim ardından işler ters gitmeye başlamıştı. Muhtelif sanayi firmalarında araştırmacı fizikçi olarak orta kademe pozisyonlarda çalışmış; hepsinden bir dizi anlaşmazlık sonucunda, insanların onun fikirlerini çalmaya çalıştığını iddia ederek ayrılmıştı. (1)

Stephen'ın babası da kariyerinde ciddi zorluklar yaşamıştı. Resmi anlamda bir eğitimi olmasa da teknik konulara epey hâkimdi ve onun gibi bilgili, mucit fikirli birine ihtiyaç duyan çok sayıda şirkete danışmanlık yapmıştı. Ne var ki bu pozisyonların hiçbiri kalıcı olmamıştı. Bir, bilemediniz iki yıla kalmadan Stephen'ın babası çalışma arkadaşlarının neredeyse tamamını dışlıyor, onları fikir hırsızlığına teşebbüs etmekle ve ona hak ettiği maaşı vermemekle suçluyordu. Babasının "etraftaki ahmakların yanında fazla zeki kaldığı için" "yine kovulduğunu" hiddetle anlattığı akşam yemeklerini dün gibi hatırlıyordu.

Benzer bir örüntü sergileyen Stephen'ın da kibri ve benmerkezciliği amirleriyle çatışma yaşamasına neden olmaya başlamıştı. Amirleri onun "gizli işlerine" fazla vakit ayırıp şirket işlerini ihmal ettiği kanısındalardı. (3) Projelerine yapıcı da olsa herhangi bir yorum getiren herkese kibirli tepkiler veriyordu. (4) Nihayetinde Stephen'a daha önemsiz işler vermeye başlamışlardı ki bu da onda, hem astlarının hem de üstleri in onu ciddiye almayarak "onunla alay ettikleri" duygusu uyandırmıştı. (6)

Neredeyse intikam alırcasına, Stephen da "sektörde devrim yaratacak" yeni bir iş üzerinde, şirketin başlıca ürününe uygulandığı takdirde maliyeti düşürüp verimi artıracak yeni bir termodinamik yasası üzerinde çalışmaya başlamıştı. (5) Olabildiğince uzun süre kendi başına çalışmış, "dönek iş arkadaşları" ile hiçbir fikrini paylaşmamıştı. Diğer insanların "dâhice" olduğunu teslim ettiği fikri üzerinde birkaç ay uğraştıktan sonra planlarını şirketin genel müdürüne sunmuştu. (2) Fikir ne kadar dâhice de olsa, planda bazı basit mantık ve ekonomi ilkeleri atlanmıştı.

Planının reddedildiğini öğrenen Stephen kendini eve kapatmış, aşırı içmeyi huy edinmişti. O günden sonra "yeni fikirleri" takıntı haline getirmiş, bunları çok sayıda devlet görevlisine ve sanayiciye karmaşık şemalarla ve formüllerle sunmuştu.Tekrar tekrar reddedilince, şişinmek için ekstra çaba sarf etmesi gerekmişti. Çok geçmeden gerçeklik ve kontrol namına ne varsa yitirmişti. Kısa bir süreliğine kendisinin ünlü kuantum fizikçisi Niels Bohr olduğuna inanmıştı. Bu tür büyüklenmeci hezeyanların Stephen'ın alkol problemine ve kişilik sorunlarına atfedilip atfedilemeyeceği, yoksa bunların yalnızca paranoid kişilik örüntüsünün uzantısı olarak mı düşünülmesi gerektiği klinik değerlendirmedeki temel başlıklardan biriydi.

Paranoid Kişilik Bozukluğu

*DSM-IV* Kriterleri

(1) Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı bağlamlarda görülen bir örüntüdür; başkalarının niyetinin kötü yönde yorumlandığı sürekli bir güvensizlik ve şüphecilik belirgindir; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

(1) Yeterli temele dayanmaksızın başkalarının onu sömürdüğünden, aldattığından ya da ona zarar verdiğinden kuşkulanır.

(2) Dostlarının ya da iş arkadaşlarının ona olan bağlılıkları ya da güvenilirlikleri hakkında yersiz kuşkuları vardır.

(3) Söylediklerinin kendisine karşı kötü niyetle kullanılacağına dair yersiz korkusu nedeniyle sırlarını kimseyle paylaşmak istemez.

(4) Masum söz veya olaylardan aşağılayıcı veya tehditkâr anlamlar çıkarır.

(5) Sürekli kin besler; yani hakaretleri, kırıcı veya hakaretamiz davranışları affetmez.

(6) Başkalarınca anlaşılabilir olmayan biçimde, karakterine ya da itibarına saldırıldığı kanısına varıp hemen öfkeyle tepki verir veya karşı saldırıya geçer.

(7) Eşinin veya cinsel partnerinin sadakatinden sebepsiz yere sık sık kuşkulanır.

B. Sadece şizofreninin, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğunun ya da başka bir psikotik bozukluğun seyri sırasında ortaya çıkmaz ve genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.

**Not:** Şizofreninin başlangıcından önce tanı ölçütleri karşılanıyorsa "premorbid" sözcüğünü ekleyiniz; örneğin "paranoid kişilik bozukluğu (premorbid)".

çevrelerindeki insanların yanında fazla zeki kalmaktadırlar. Bu doğrultuda Stephen iş arkadaşlarının ve amirlerinin onun fikirlerini çalarak, ona hak ettiği maaşı vermeyerek ve işini "absürd dalavereler" olarak nitelendirerek onu bitirmeye çalıştıklarına kanaat getirmiştir. Bu tür yanlış yorumlanan sinyaller ve kanıtları değerlendirmeye gönülsüzlük, paranoid örüntünün birer parçasıdır. Stephen da çareyi, "sektörde devrim yaratmakla" kalmayıp kendisini eleştirenlerden de intikamını alacak planlarına daha fazla vakit ayırmakta, böyle bir karşı saldırıya geçmekte bulmuştur. Stephen'ın planı, mantık ve etkinlik bakımından bazı temel noktaları atladığı gerekçesiyle reddedilmiştir. Kolay kolay inkâr edemeyeceği nesnel bir başarısızlık emaresiyle karşılaşan Stephen kendini eve kapatıp aşırı alkol tüketmeye başlar. Bir dizi benzer ret yanıtıyla karşılaştıktan sonra nihayet önünde iki seçenek kalır: Ya kendisini hırpalaya hırpalaya mahvedecektir ya da tamamen fantezi dünyasına çekilecektir. Stephen ikincisini seçmiştir.

Akhtar (1992, s. 167-168) paranoid kişiliğin açık ve örtülü yanlarını tarif eder. Kendisinin açıklamalarını burada mealen özetleyeceğiz. Benlik kavramı alanında; paranoidler açıkça kibirli, insanlara tepeden bakan ve kolay öfkelenen bir görüntü sergiler. Oysa içten içe kendilerini ürkek ve aşağı hisseder, suçluluk ve şüpheyle boğuşurlar. Kişilerarası ilişkiler alanında dışarıdan güvensiz, espriden anlamaz, suçlayıcı ve soğuk görünürler. Halbuki içten içe son derece hassas, naif kişilerdir; güçten, otoriteden korkarlar; intikamcıdırlar, kin tutarlar. Stephen hem alenen hem de zımnen bu profile uymaktadır. Projelerine getirilen yapıcı eleştirilere verdiği tepkilerden görüldüğü üzere bariz biçimde kibirlidir ve insanlara tepeden bakar. Ancak bu tepki aynı zamanda hassasiyetinin, kendisinden şüphe ettiğinin göstergesidir. Stephen eğer kendisine daha fazla değer veriyor olsaydı, bu eleştirileri maksadı doğrultusunda kabul eder ve hatta iş arkadaşlarını da, hasedinden özel mülkü gibi kendine sakladığı fikirlerini desteklemeye teşvik edebilirdi. Ayrıca zekâsının ivmesi dolayısıyla erken yaşta ileri itilmiş dâhi bir çocuk olarak, Stephen'ın güçten ve otoriteden korktuğu kolayca görülebilir.

Sosyal uyum alanında, Akhtar paranoidlerin yalnız çalıştıklarında yaratıcı, azimli ve başarılı olduklarını belirtir. Gel gelelim gizliden gizliye, kişilerarası ilişkilerinde sıkça sorun yaşar, kişisel sorunlarını işyerine taşır, takım çalışmasında iyi performans göstermezler; estetik hassasiyetleri yoktur. Aşk ve cinsellik alanında, dışarıdan bakıldığında hiç romantik değildirler, cinsel şakalardan ve dedikodulardan hazzetmezler. Oysa içten içe cinsel becerilerinden şüphe duyar ve sadomazoşist eğilimler taşıyabilirler. Görünüşte etik ve idealler alanında entelektüel olana değer verir ama ahlakçı ve köktendinci bir tablo çizerler. Halbuki zımnen, kendilerine özgü bir ahlak anlayışları vardır ve bazen sosyopatik eğilimler sergilerler. Bunlar üzerinden düşünüldüğünde Stephen kesinlikle takım

oyuncusu değildir. Diğer tasvirler ise Ron'a daha uygun durmaktadır zira ahlakçı olduğu ve pek de romantik sayılamayacağı aşikârdır.

Paranoid kişiliğe getirilen çağdaş psikodinamik gelişimsel açıklamalarda erken yaşlardaki istismarın önemi vurgulanır. Normal insanlar erken gelişim döneminde temel bir güven duyumunu öğrenirken, paranoid temel güvensizliği öğrenir. Bu tür kaygılar sıklıkla yenilme veya yutulma gibi sembolik biçimlerde ifade edilir; bunu sınır kaybı veya yutulma korkusu olarak da ifade edebiliriz. McWilliams (1994) geleceğin paranoidlerinin yetiştiği ailelerde eleştiri ve alayın varlığını vurgular ve ailenin üstünden atmak istediği özelliklerini günah keçisi olarak seçtiği çocuğa yüklemiş olabileceğine dikkat çeker. Blum'un (1980, 1981) belirttiği üzere paranoyayla sadomazoşizmi ilintilendiren makalesi Kurt Adam'da, Freud modern görüşü öngörmüştür. Bu tür unsurlar Schreber vakasında da karşımıza çıkar. Schreber'in babası kendine özgü çocuk yetiştirme yöntemleri geliştirmiş ve bunları yayımlamıştır. Bu yöntemlerin bir kısmında kayış takımları kullanılıyor, zalimce egzersizler yaptırılıyordu; güya bu sayede kan dolaşımındaki felce kadar varabilecek bozulmalar engelleniyordu. Anlaşılan genç Schreber çocukluğu boyunca babasının "bilgeliğinden" en çok nasibini alan kişi olmuştu. Bu tür bulguların ışığında Freud'un hipotezi genellenmiştir: Paranoidlerde gizil homoseksüel arzular yoktur ama yine de bu insanlar hemcins ebeveynleri, istismarcıları yani genellikle babaları tarafından teskin edilmeyi isterler ki bu da homoseksüel arzuyla karıştırılabilir.

Paranoid kişiliğin diğer gelişimsel boyutları da sıklıkla erken dönemde yaşanan sadist istismar temasının farklı yüzlerini yansıtır veya erken istismarın anlaşılır bir sonucu olarak görülür. Searles (1956) paranoidlerde yaygın olarak görülen intikam arzusuna dikkat çeker. Cameron (1963) gördükleri bu muamelenin sonucunda çocukların en ufak düşmancıllık, küçümseme, eleştiri ve suçlama emaresine aşırı hassasiyet geliştirdiklerini vurgular. Sürekli tetikte olma hali, aldatılmaya ve ani saldırılara karşı savunma olarak kullanılır. Paranoidler yansıtmaları arasında bir ayrım yapmadıklarından, tüm dünya zulmedici ötekilerle dolu bir "sahte topluluğa" dönüşür. Büyüklenmecilik, istismarın telafisi olarak görülebileceği gibi benliğin sınırlarını dağılmaya karşı korumanın bir yolu da olabilir (Bursten, 1973; Kernberg, 1982). Auchincloss ve Weiss (1994) paranoid karakteri, bakım verenlerle büyüsel bir bağ kurma ihtiyacı ve kayıtsızlığa tahammülsüzlük üzerinden yorumlarlar. Acı çekmek ve temas halinde olmak, görmezden gelinmekten yeğdir.

Stephen örneğinde sunulan bilgiler doğrultusunda bu gelişimsel hipotezlerin hiçbirini desteklemek mümkün değildir zira vaka anlatısında istismar bahsi geçmez. Buna rağmen ön plana çıkan bazı unsurlar mevcuttur. Birincisi, Stephen narsisist kişiliğin pek çok özelliğini taşır ve bu nedenle daha önce anlatılan fa-

natik paranoidi bir nebze andırır. Ayrıca Stephen'ın ebeveynlerinin onu başarılı olmaya zorladıklarını biliyoruz. Burada amaç elbette Stephen'ın ihtiyaçlarını değil kendi ihtiyaçlarını gidermek, ailedeki elverişsiz koşulların etkisini telafi etmektir. Stephen'ın kusursuz dâhi çocuk olarak ebeveynlerince el üstünde tutulduğunu ama aynı zamanda omuzlarına büyük bir sorumluluk yüklendiğini gözümüzde canlandırabiliriz. Stephen'a verilen zımni mesaj şuydu: "Ebeveynlerin olarak bizler, olduğumuzdan çok daha fazlası olmak isterdik. Şimdi sen, bizim başaramadığımızı başarmak zorundasın. Aksi takdirde dünyanın ailene dair hükmü gerçek olacak. Kurtar bizi. Zekiysen, seviliyorsun." Bu doğrultuda Stephen'ın büyüklenmeciliği yalnızca kendine verdiği değeri değil, aynı zamanda ailenin de değerini korur. Beklentiler bu kadar büyük olunca, yetersizlikler de herhalde kaçınılmaz olmuştur. Ancak narsisist kusursuzluk ihtiyacı bunu kaldıramayacağından, bu tür noksanların dışsallaştırılması gerekir. Nihai sonuç, dağılarak paranoid psikoza erişen bir paranoid kişiliktir.

## Kişilerarası Yaklaşım

Kişilerarası yaklaşım insanların birbirleriyle nasıl etkileştiğini ve bu etkileşimlerin onların benlik imgesini nasıl desteklediğini, geçersiz kıldığını veya detaylandırdığını ele alır. Freud'un patolojiyi her zaman kişinin kendisine mal eden klasik psikanalizine karşı çıkan Sullivan bu yaklaşımın babası addedilir. Sullivan psikopatolojinin kişinin ilişkilerinden, iletişim örüntülerinden doğduğu kanısındadır.

Sullivan'a (1956, s. 145) göre yaşamın paranoid bir "meyil" almasının iki koşulu vardır. İlk olarak, kişinin sahici veya algılanan bir tür aşağılık duygusuyla bağlantılı yoğun bir güvensizlik taşıması gerekir. Bu güvensizlik öyle şiddetli olmalıdır ki, sürekli bilince çıkıp ciddi ölçüde kaygı yaratmalıdır. Geleceğin paranoidleri kendi aşağı yanlarının başkaları tarafından kolayca görülebileceğine, bunların gizlenmesinin mümkün olmadığına inandıklarından, bu yanları benliğin onarılamayacak bir kusuru haline gelir ve en çok da başkalarının yanında hissedilen kronik güvensizlik, utanç, mahcubiyet duyguları doğurur.

İkinci koşulsa suçun kişinin kendisinden başkalarına aktarılması, böylelikle "Bende bir sorun yok, o bana bir şey yapıyor" kanısının oluşmasıdır (Sullivan, 1956, s. 146). Sullivan'a göre hepimiz hayatımızın bir noktasında bizim için önemli kişilerin haksız suçlamalarına maruz kalmış, içimize oturan o kötü duyguyla "Diğer insanlar bana haksız muamele etmese böyle huzursuz olmazdım" sonucuna varmışızdır (s. 147). Kronik güvensizlik duygularıyla karşı karşıya olan paranoid kişi ise, anlaşılan bir adım daha ileri giderek küçük düşmenin sosyal ilişkilerin bir yan ürünü değil, amacı olduğu çıkarımında bulunur. Kaynakları her ne olursa olsun erken dönemdeki istismar deneyimi ve yoğun aşağılık,

güvensizlik duyguları böylelikle psikoseksüel zincirlerinden kurtulur ve bunları paranoid kişiliğin gelişiminin asli parçası olarak görmek mümkün hale gelir. Sullivan'ın açıklaması, Stephen gibi istismar mağduru da olmayan zeki birinde nesnel yetilerine rağmen paranoid kişilik gelişmiş olmasını anlaşılır kılar.

Her ilişkinin güvene dayandığı sözü bayat ama doğru bir sözdür. Arkadaşlarımızın, ebeveynlerimizin iyi niyetli olduklarına, bizim iyiliğimizi istediklerine inanırız. Partnerimizin bize sadık kalacağına güveniriz. Ne kadar hüsnükuruntu olduğunu bilsek de, öğretmenlerimizin konuları ilginç ve aydınlatıcı biçimde sunacağını temenni ederiz. Türü ne olursa olsun her ilişkinin temelinde bir ben-sen ilişkisi, iki insanın birbirine duyduğu saygı vardır. Paranoidler başkalarına saygı duyarlar ama bu saygı sadece onların birer işgalci veya hain olarak zarar verme potansiyellerine bağlıdır. Sadece güçlü olanlar hayatta kalır. Herkesi, her an sadistçe bir keyifle aldatmaya veya kandırmaya hazır hain birer psikopat olarak görmek en iyisidir. İnsanlarda güvenebileceğiniz tek şey, güvenilirmiş gibi yapacaklarıdır. Asma köprü indirildiğinde düşman lakayt lakayt içeri girecek, herkesi hazırlıksız yakalamış olma fırsatını kaçırmayıp ortalığı kasıp kavuracaktır. Sullivan'ın (1956) "O bana bir şey yapıyor" derken kastettiği nihayetinde budur.

Paranoidler herkese düşman muamelesi yaparak kendi güvenlik ve özerkliklerini güvence altına almaya, kendilerini dış etkenlere karşı korumaya çalışırlar. Dünyayı kendileri için güvenli bir yer haline getirebilmek adına saldırıları önlemek, emniyeti tesis etmek ve başkalarıyla ilişki kurmanın biçimsel yollarını sağlamanın yanı sıra bağlanmayı, bağımlılığı ve benzeri tehlikeli zayıflık emarelerini engellemek üzere de tasarlanmış birtakım kişilerarası nitelikler geliştirirler. Stratejilerinin yapıtaşları özerklik, rasyonellik ve kontroldür; hepsinin hem bariz hem de ince tezahürleri vardır. Özellikle de paranoid hezeyanlar rasyonelliğin zıvanadan çıkmış hali gibi düşünülebilir; sosyal gerçekliğin bu yeniden yapılandırılmış biçimleri içsel tutarlılıklarıyla bilinse de tamamen yanlış olma gibi kötü bir şöhretleri de vardır ki bunu, takip eden bilişsel yaklaşım bölümünde göreceğiz.

Özerklik öyle önemlidir ki paranoidler bazen kendilerini, ideal olarak, kendi kendilerine tamamen yetebilen ama sınırlarını tehdit eden düşmanların gözünü korkutacak kadar da ürkütücü bir tür faşist devlet gibi hayal ederler. İnsan sosyal bir canlıdır, evet, ama paranoidler yine de hayatlarında olup bitenin tamamen kendi kontrollerinde olmasını isterler. Marcus bunun en açık örneklerinden biridir; sınıfını demir yumrukla yönetir ve eğitimci olarak her tür faaliyetinin ince ince kaydını tutar. Kimse Marcus'u hazırlıksız yakalayamaz. Normal sınırlara yakın paranoidler kuralları kendilerinin koyduğu, kararları kendilerinin verdiği, etkileşime girdikleri herkesi kontrol edebildikleri nispeten soyutlanmış ortamlarda serpilebilirler. Sosyal temasları kendi güvenli sınırları içinde yürüterek dünyalarına kimin ne kadar gireceğini kontrol eder, kırılganlık

riskini alabilecekleri cepheleri kendileri seçer ve maruz kalma derecelerini makul düzeyde tutarlar. Mesela çoğu küçük işletme sahibi, paranoid özellikler bu tür durumlarda uyumlu işlev gösterdiği için başarılı olur. O halde paranoid kişilik tarzı olanlar kendi başlarına pekâlâ işlev gösterebilirler ama bunu ciddi bir kişilerarası mesafeden ve kendi kuralları doğrultusunda yapmaları gerekir.

Sosyal ortamlara itildiklerinde, sosyal rütbe ve statü meseleleri paranoidlerin gündemine taşınır. Zayıflık, güçlü ve incinmez benlik imgesiyle tutarsız olduğu için hor görülür. Bazen kendi eksikliklerinden duydukları tatminsizliği başkalarına yansıtarak onların kusurlarını vurgulayabilirler. Kendi kırılganlıklarıyla meşgul olduklarından, hakaret addettikleri her tür davranışa karşı aşırı hassas olmalarıyla tanınırlar; bu tür davranışlar; karşı taraftan bir saldırı olduğuna, dışsal kontrole riayet etmeleri beklendiğine veya aşağı görüldüklerine yorulur. Kompülsifler gibi paranoidlerin de espri anlayışı ya kıttır ya da hiç yoktur. Bunun da sebebi herhalde, şakalaşmak için gardlarını indirmeleri gerekmesidir. Müphem iletişimler örtülü hakaret olarak yorumlanabilir, insanların saldırma isteğine kanıt addedilebilir. Bunlara kendileri de öfkeyle, hakaret ve tehditler savurarak karşılık veren paranoidler böylelikle yıpratıcı, kavgacı, "dik başlı" olarak nam salarlar.

Her ne kadar paranoidler en iyi tek başlarına işlev gösterseler de, bazen mutlak biçimde sadık gördükleri kişileri çevrelerinde tuttukları da olur. Bu tür güvenilir kişiler paranoidin gözü kulağıdır. Bir çeşit tampon konumunda olan sadık bireyler paranoidleri dış dünyayla etkileşmenin yarattığı; gerçekliği daha çok çarpıtmalarına, sistemli ve hezeyanlı düşüncelere yol açan kaygıdan soyutlar. Gel gelelim paranoidler genellikle sadakatin son derece kırılgan olduğuna inanır. Dananın kuyruğu koptuğunda yoldaşlarının saf değiştireceğini, yalnız ve savunmasız kalacaklarını düşünürler. Mesela Ron sonunda görüşmeciye bazı sorunlarını paylaşacak kadar güvense de bu güven aynı seansın ilerleyen kısımlarında yıkılıverir. Paranoidler, sadakat diye bir şeyin olmadığı veya kolayca alınıp satılabileceği kanısındadır. Haliyle kişilerarası ilişkilere de ikircikllik bulaşır; paranoidler güvenmek ister ama zarar görmekten veya ihanete uğramaktan da fazlasıyla korkar.

Korkuları büyüdükçe, paranoidler çevrelerindeki kişileri kontrol etme ihtiyacı duyar. Diğer insanların nerede neyle niye uğraştığını her zaman bilmek zorundadırlar. Aslına bakarsanız paranoidler iş arkadaşlarının veya aile mensuplarının faaliyetlerini gözlem altında tutarak, hatta bazen takıntılı biçimde kontrol ederek, her şeyi bilmenin verdiği güvene erişmeyi umar. Bu sayede, her şeyi gören göz kuşkuculuğu dizginler. Her şey bilinince korkacak bir şey kalmaz. Gel gelelim paranoidler aynı zamanda insanları mahremiyetlerine düşkünlükleriyle, işin gerektirdiklerinin dışında duygusal yaşamlarına veya faaliyetlerine

dair neredeyse hiçbir şey paylaşmayarak etkiler. İnsanlarla gerektiği kadarını paylaşacakları bir mesafeye yerleşerek kendilerini hain planlardan korumuş olurlar. Bilgi güçtür; bu gücü karşı tarafa teslim etmenin manası yoktur. Dolayısıyla paranoidlere sadık olmak, kendi hayatınızın her detayını önlerine serip onların kontrolü altına girmek anlamı taşır.

Bozukluğun şiddeti arttıkça, kontrol ihtiyacı yerini faal, araştırmacı bir şüpheciliğe bırakır. İnsanlar ördükleri duvarlarla her şeyi gören göze engel olunca, paranoid onların saklayacak bir şeyleri olduğunu varsayar. Hal böyle olunca da bilme ve kontrol etme ihtiyacı şiddetlenir. Paranoidler kendilerini tehdit altında olmadıklarına ikna etmeye çalıştıkça, tahkikatın dozunu artırır. Sırdaşlarının sadakatini test etmek için bazen sahte suçlamalarda bulunabilir, insanların tepkilerini ölçebilmek uğruna onları böyle bir acı reçeteyle kışkırtabilirler.

Sürekli gözlem altında olmaktan, kendilerine güvenilmemesinden bunalan insanlar, normalde ne kadar dostane olsalar da herhangi bir açıklama yapmadan paranoidle ilişkilerini keserler. Bıkkın arkadaşları ilişkiyi kopardıkça, güvendikleri kişilerden oluşan yakın çevreleri haliyle giderek küçülür. Eski arkadaşların düşmanla anlaşıp saf değiştirdiği, giderken de yanlarında çok daha menfur planlar için kullanılabilecek gizli bilgileri götürdüğü düşünülebilir. Bir yerlerde sinsi bir köstebek olduğu, onların her hareketini aklına yazıp bilinmedik bir koalisyona bilgi sızdırdığı gibi takıntılı fikirlere kapılanlar olabilir. İktidar pozisyonundaki paranoidler korkudan felç olup kendi kurumlarını bölen, yıldıran cadı avları başlatabilir. Gizli servislerde bunun örneklerine rastlanmıştır. İş bu noktaya geldiğinde, itaat ve açıklık artık korkuları yatıştırmaya yetmez. Şüphelerini doğrulamayan her olay, insanların ne kadar düzenbaz olabileceğinin kanıtı addedilir.

İlişkilerindeki gerilim tırmandıkça, paranoidlerin de duygusal yoğunluğu artar. Rasyonellik yerini giderek daha da çarpıklaşan sosyal gerçeklik yapılandırmalarına bırakır. Kendilerinin olumsuz yanlarını başkalarına yansıtınca, tam da tahammül edemedikleri şeylerle karşı karşıya kalırlar. Dışarıdan bakanlar; kendisine zulmedildiğinden emin, var olmayan komploları ifşa etmeye veya hiç yapılmamış kötülüklerin intikamını almaya kararlı bir deli görür. Öfke, içerlemişlik ve düşmancıllık paranoidlerin iletişimlerini işgal eder. Giderek daha da hassaslaşınca, hayatlarında mesela sabah onlara gazete getirmek dışında bir rolleri olmayan alelade tanıdıkların bile onlara karşı affedilmez hataları olduğunu hisseder hale gelebilirler. Böylesi hassasiyetler çok sayıda uzun vadeli kin doğurur. Stephen örneğinden de gördüğümüz üzere diğer insanların onları kullandığını, onların fikirlerini kendilerine mal ettiğini, terfilerini ellerinden aldığını veya itibarlarını zedelediğini öne sürebilirler. İlk bakışta hoş görünen sosyal etkileşimler özellikle şüphe çekicidir; paranoidde sahte bir güvenlik hissi yaratıp onu uyuşturmak için tasarlanmış bir oyun olabilir.

Normal kişilerarası ilişkilerin önündeki bir diğer önemli bariyer, paranoidin bağlanma ve bağımlılık duygularına yönelik tutumudur. Paranoidler özerkliklerini sadece gizli tehditlere karşı değil, kırılganlık sinyali veren hassas duygulara karşı da korur. Aslına bakarsanız diğer insanları kontrol etme huyları, bağlanmanın yerini alır. Kişilik tarzı sınırları içinde yer alan paranoidler onlara sadık kişilere asla ihanet etmez. Bozukluk düzeyinde olanlar içinse hassas duygular zayıflıkla eşdeğerdir; yakınlık, tehditkârdır. Ron için de böyle bir durum söz konusu olabilir zira o da eşinden ve arkadaşından kronik biçimde şüphe etmektedir. Şüpheci ve inatçı bir insan böylelikle çabuk sinirlenen, kinik ve hatta belki de tehlikeli birine dönüşür.

Yansıtılan çekim duyguları olduğunda, paranoidler diğer insanların kasten onlarda yakınlık ve bağımlılık arzusu yarattığına inanmaya başlayabilir. Hal böyle olunca da mesafelerini korurlar. Kabuklarını sevgi ihtiyacına karşı sertleştirerek, kandırılma veya boyunduruk altına alınma tehdidinden kurtulmuş olurlar. Bir paranoidin eşi onun soğuk ve rasyonel olduğunu, duygularını pek paylaşmadığını, yakınlığa tahammül edemediğini, sebepsiz yere ketum davrandığını, çatışmalarda uzlaşmaya yanaşmadığını, yıllarca kin tutabildiğini, insanlar hakkında hemen acımasız yargılara vardığını, herkesin onun aleyhine hareket ettiğine inandığını ve aşırı derecede kıskanç olduğunu söyleyebilir. Cinsel partnerlerin sadakatsizlik ettiği yönündeki şüpheler önemli bir tanı kriteridir.

Paranoid kişiliğin kişilerarası gelişimini Benjamin (1996) SASB modeliyle detaylı olarak anlatmıştır. İlk olarak, geleceğin paranoidlerinin genellikle "sadist, aşağılayıcı, kontrolcü" ebeveynleri olur (s. 314). Aileye sadık olunması beklenir ama soğuk ve ciddi bir tavırla, çocuğun doğuştan kötü veya şeytani olması nedeniyle ona zulmetmenin meşru olduğu yönünde zımni bir mesajla sert cezalar tatbik edilir. "Geleceğin paranoidleri" der Benjamin, "böylelikle saldırı ve istismar beklentisi içinde olmayı öğrenir ve istismarcı bakım verenlerle özdeşleşir." Çocuk kavgaya karışırsa, ebeveyni "Ne yaptın da kavga çıkardın?" tepkisini verebilir (s. 315). Veya çocuk ağladığında aşağılanabilir, daha sert disiplin tedbirleriyle tehdit edilebilir. Bunların sonucunda ortaya muhtaçlıkla savaşan, bağımlılıktan tiksinen ve asla yardım istemeyen güvensiz, kendini soyutlamış bir yetişkin çıkar.

Benjamin (1996) ayrıca, geleceğin paranoidlerinin sık sık günah keçisi ilan edildiğini ve onlara diğer aile bireylerine kıyasla olumsuz gözle bakıldığını, bunun da çocuğun; özünde kötü olduğu ve bundan dolayı cezalandırılmayı hak ettiği kanısını sürdürdüğünü belirtir. Çocuk aptallıkla veya tembellikle değil; kibirli, düşmancıl, inatçı veya aşırı tahakkümcü ya da bağımsız olmakla suçlanır. Ebeveynler açıkça çifte standart uygulayıp bazı çocuklarını kayırırken açıkça kendisinin kontrolü dışında olan olaylar için paranoidi suçlayabilir, disipline edebilir veya ona karşı kin güdebilirler. Çocuğu utandırmak için başkalarına ondan olumsuz bir dille bahsedebilirler, hatta bazen bunu çocuğun yanında yapar-

lar. Tüm bunlar iktidar ve statü meselelerine karşı hayli hassas, ödül ve cezaların eşit paylaştırılıp paylaştırılmadığını fazlaca kafaya takan bir yetişkin yaratır.

Son olarak, yine Benjamin'e (1996) göre geleceğin paranoidleri bakım verenlerin onayladığı bir alandaki, özellikle de bir ebeveynlik rolündeki yetkinliklerinden dolayı ödüllendirilmiştir. Kendisinden yüksek performans beklenen çocuğun başarı ve katkıları pek takdir görmemiş, bu da yıllar boyunca hınç biriktirmesine neden olmuştur. Bunun sonucu, kendi haline bırakıldığında iyi işlev gösterebilen ama katkılarının takdir edilmesini talep ederek çatışmalar yaratan ve mevcut çatışmaları kızıştıran bir yetişkindir.

## Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel açıdan paranoidlerin kompülsif kişilikle pek çok ortak noktası vardır. İkisi de keskin gözlemcidir, korkunun verdiği motivasyonla detaylara son derece dikkat eder. Gel gelelim kompülsifler içsel nesnelerini, yani şikâyetçi bir süperegoya yerleşmiş ayıplayıcı ebeveynlerini tatmin edebilmek için kişilerarası çatışmalarını yüceltir. Oysa ki paranoider sürekli olarak kendi iç nesnelerinin saldırısı altındadır ama bu saldırıları yansıtır, dış kaynaklardan geliyormuş gibi tecrübe eder. Örneğin hayatı boyunca ebeveynlerinin beklentilerini karşılamaya zorlanan Stephen'ın kendini ne kadar hırpaladığını tahmin edebiliriz.

Ayrıca hem kompülsifin hem de paranoidin süperego patolojileri hayatın tüm neşesini soğuran cinstendir. Gel gelelim kompülsifler "aşırı uyum sağlar", paranoidler ise insanların saiklerine son derece şüpheyle yaklaşan keskin gözlemcilere dönüşür. Tehlikeyi gözden kaçırmaktan duyulan sabit korku, onları etkileşimlerindeki en ufak detaya dahi titizlikle yaklaşmaya iter. Her iletişimdeki nüanslar ve çifte anlamlar; bunların güç ve statü bakımından anlamları, özerkliğe tehditleri üzerinden analiz edilir. Soyut olanın zemini doğası gereği kaygan olduğundan, her şey somutlaştırılmalıdır. Müphemliğe tahammül ortadan kalkar.

Shapiro'nun (1956) belirttiği gibi şüphecilik bağlamsal bir özellik olmaktan çıkıp aktif bir biliş tarzına dönüşür; artık yalnızca sonuç değil, aynı zamanda bir sebep, "zihni meşgul eden bir beklentidir" (s. 56) ve sürekli tetikte olma hali de bunun önemli bir parçasıdır. Şüphecilik, biliminsanının mesafeli merakıyla aynı şey değildir. Şüphecilik orijinal şüpheyi doğrulayacak şeyleri keşfetmek amacıyla, taraflı biçimde harcanan enerjidir. Paranoidler gerçekliği sınama peşinde değildir; birilerinin onlara komplo kurduğuna veya mesela onları etkilediğine dair kendi üretimleri olan senaryoları doğrulayacak ampirik bir zemin ararlar. En başından itibaren maksatları hipotezleri sınamak değil, keşifte bulunmaktır. Ron iş arkadaşlarının onu parasından ettiğini ispatlamakla ilgilenmez; onun tek derdi kendisine bir tuzak kurulduğunu ispatlamaktır.

O halde paranoidin merkezi bilişsel sorunu algıyla değil yorumla ilişkilidir. Temel verilerin alınmasında herhangi bir sorun yaşanmaz ama bilgi açıkça komploları, eziyetleri, hakaret ve eleştirileri tespit etmek amacıyla işleme sokulur. Örneğin Stephen fikirlerinin kısıtlayıcı yanlarını ve nasıl amaca daha uygun hale getirilebileceğini keşfetmekle ilgilenmez. Yapıcı eleştirilerle karşılaştığında gördüğü sadece "eleştiri" olur, "yapıcı" kısmını kaçırır. Dolayısıyla şüphe, bu bozukluğun pekişmesinde asli mekanizmadır. Keşfedilen her yeni kanıtla birlikte kaygı, öfke ve dargınlık alevlenir, bu da süregelen tahkikin gerekliliğini meşrulaştırır.

Paranoid düşünme normal düşünmeden farklı olduğundan, kendine özgü başarı kriterleri vardır. Hepimiz olguları kendi filtrelerimizden geçirerek algılarız ama bunu yaparken her halükârda gerçekliği bir nebze olsun bilimsel bir mesafeden sınarız. Ortaya çıkan tutarsızlıklar yoğun ilgi görür. Nihayetinde bu tutarsızlıklara mantık çerçevesinde yaklaşılır ve bunlar ya çözüme kavuşturulur ya da henüz açıklanamadığı kabullenilir. Pek az şeyin mutlaka şu veya bu şekilde olduğunu, müphemliğe ve karmaşıklığa tahammül etmenin çağdaş yaşamdaki önemini çoğumuz teslim ederiz.

Paranoid düşünmeyse ne nesnel biçimde tümevarımcıdır ne de mantık doğrultusunda tümdengelimci. Bunun yerine, paranoid düşünme bir arama sürecidir ve başarısı dış görünüşün ardını görebilme, gizli gerçekleri açığa çıkarabilme becerisine bağlıdır. Yüzeysel gerçekliklere bir şekilde nüfuz edilmediği müddetçe paranoidler hakikatin gizlenmiş olduğuna inanır; başkaları her şeyin farkındadır, bir tek onlar bilmiyordur. Bu nedenle paranoidler diğer insanların yorumlarından etkilenmemek için direnmek zorundadır çünkü onu kandırmaya çalışabilir, ona yanlış bilgiler verebilirler. Bilakis paranoidler kendi kendilerine yeter; dış etkenlere veya düzeltmelere kapalıdırlar.

Shapiro'nun (1965, s. 64) dikkat çektiği üzere paranoid tarz nihayetinde kompülsifinkine benzeyen ama ondan çok daha ağır olan bir "gerçeklik yitimi" ile sonuçlanır. Sharpiro burada şüpheciliğin illa ki psikotik çöküşe yol açan bir biliş modu olduğunu değil, sosyal gerçekliğin tamamının; dokusunun ve hissinin tamamen yitirildiğini kastetmektedir. İpucu arayışına en ufak detayı mercek altına alan bir dikkat eşlik etmektedir; adeta paranoidler tekrar tekrar "Hepsi bu kadar mı? Hepsi bu kadar mı? İşte burada bir şey var, bir şeyler yapmak lazım" der. Ufacık nokta dahi kompülsif biçimde mikroskopla incelenmelidir.

Shapiro (1956) örnek olarak duyma ile dinleme arasındaki farkı verir. "Bir ses teknisyeni" der Shapiro, "müziği değil, sesin teknik özelliklerini duyar." Aynısı paranoid için de geçerlidir. Ufacık detaya yoğunlaştıklarında, bütüncül değerlendirmelerde bulunma yetilerini kaybederler. Bir partinin keyifli atmosferi, güzel bir restoranın ortamı... Bu tür şeyler takdir edilmez. Akhtar'ın (1992)

dikkat çektiği ve daha önce de aktardığımız üzere, estetik zevkler bile imkânsızlaşır. Örneğin sosyal ortamın genel tonunu anlayamayan paranoidler, kişilerarası etkileşimlerin detaylarını değerlendirmek için gereken muhakeme yetisine de sahip değildir. Bunun da nihai sonucu tuhaf bir detay otizmidir; bağlamından koparılmış detaylardan yepyeni bir dünya inşa edilir. Bağlamdan yoksun paranoid, olasılığı hayli şüpheli hipotezleri gündemine almakta ve bu detaylara kendi karanlık şüphelerine uygun eşsiz anlamlar yüklemekte serbesttir. Paranoid kişilerle normal kişilerin olayların nesnel akışında hemfikir olmakla birlikte bunlara dair yorumlarında ayrışması gibi paradoksal bir gerçeğin açıklaması da budur.

Shapiro'nun görüşleri üzerinden gitmeye devam edecek olursak, paranoidlerin her daim ipucu arayışında olmasının önemli bir nedeni daha vardır: İddialarını kesin biçimde kanıtlayabilecek kanıtlar yoktur. Elbette paranoidler tuhaf ve en azından kendileri açısından ikna edici bazı tesadüfler keşfeder. Gel gelelim çizdikleri dünya resmi düpedüz yanlıştır. Kanıt olmamasının sebebi, kanıt olmamasıdır. Belki paranoidlerin insanların onlardan bir şeyler sakladığını, dış görünüşün karanlık sırları gizlediğini hissetmesinin sebebi de budur. Böylesi bir kanı geliştirdikten sonra herhalde nesnel kanıtlara erişmek tuhaf biçimde imkânsız görünmeye başlıyordur. Yanılsamalı bir gerçeklik düzeyine erişmek için uğraşıp duran paranoid bilinç, en nihayetinde göstergeler ve gerçekleşme sıklığı verileri arasında darmadağın olur. Çok sık gerçekleşen her şey şüphelidir, keza yeterince sık gerçekleşmeyen veya olağandışı görünen şeyler de öyledir. Ve hayat gözlemlenebilecek binlerce unsurla dolu olduğundan, bunların bir kısmının çizgidışı görülmesi kaçınılmazdır. Bu üretilmiş ipuçları, arayışı idame ettirir.

Paranoid profesör Marcus örneğini ele alalım (bkz. Vaka 13. 3). Marcus 20 yılı aşkın süredir kimya dersleri vermektedir. Moleküllerin atomlara ayrılabilmesi gibi, Marcus da dünyaya analitik bir gözle bakmaya alışkındır. Öyküsünde yakın kişisel ilişkilerin eksikliği göze çarpar; bu kısmen ailesinin sık sık taşınmış olmasına ama aynı zamanda katı, güdümlü çocukluğuna bağlıdır. Ebeveynleri artık ölmüş olduklarından ve erkek kardeşiyle de çok az teması kaldığından başka kimsenin ona, hakkında aleyhinde kullanabileceği bilgiler toplayabilecek kadar yaklaşmamasını sağlamıştır. Mevcut sorunları öğrencilerinin, bölümdeki diğer hocaların ve bölüm başkanının ona komplo kurduğu düşüncesiyle meşguliyetinin yansımasıdır. Diğer hocaların garezini, öğrencilerin onu kaba ve katı olduğu gerekçesiyle şikâyet etmeleriyle ilintilendirip bunu kanıt olarak kabul etmiştir.

Günlük yaşamın bütüncül açısından bakıldığında, yani insanların nelere değer verdiği ve gerçekte nasıl davrandığı düşünüldüğünde Marcus'un iddiası absürd kalır. Bir defa böyle bir şeyin mümkün olabilmesi için iyi ve kötü öğren-

cileri gizlice ayırıp kötü olanları özellikle Marcus'a karşı kışkırtabilecek gizli bir mekanizmaya ihtiyaç vardır. Aylakçılar Marcus Hoca'nın tersten esen rüzgârıyla karılaştıklarında, onun derslerinde yan gelip yatarak onu kullanamayacaklarını hemen öğrenirler. Gel gelelim aynı öğrenciler bölüme şikâyette de bulunurlar ve işte Marcus'un, işine son vermek için kanıt gösterileceğini düşündüğü şikâyetler de bunlardır. Marcus durumu doğru açıdan göremez hale gelmiştir. Bölümdeki pozisyonunu korumak için üniversiteyle er ya da geç mahkemelik olacağından emindir; bu nedenle kusursuz kariyerini belgelemek için epeyce uğraşmıştır. Pek çok açıdan Marcus saldırı altında olduğuna ikna olmuş durumdadır. Kendisini korumak amacıyla kopya çekenlere tuzaklar kurar ve onları akademik dürüstlüğü ihlal etmekle suçlar.

Paranoid düşünceyi anlamak için kullanabileceğimiz bir diğer araç da sinyal algılama teorisidir. Bir göstergede, mesela radar ekranında yanıp sönen bir noktada sinyal tespit edilir. Bu sinyallerin bazıları gerçektir, bazılarıysa değildir. Gerçek olanların doğru pozitif olduğu söylenir: Pozitiftir çünkü gösterge bir sinyal veya işaret algılamıştır; doğrudur çünkü bu işaret nesnel gerçekliği yansıtmaktadır. Öte yandan, sonradan yanlış çıkan bir sinyale yanlış pozitif denir: Sinyal tespit edilmiştir ama nesnel gerçeklikle örtüşmemektedir. Sinyalin de göstergenin de olmadığı durumlara doğru negatif denir. Eğer gerçekten olan, sinyal vermesi gereken bir şey varsa fakat herhangi bir gösterge tespit edilemediyse, gösterge hatalı biçimde negatife işaret ediyorsa, bu da yanlış negatiftir.

Savaşta hayatta kalmak için, bu uğurda çok sayıda yanlış pozitif ortaya çıksa da düşmanı tespit edebilmek gerekir. Bu bakımdan paranoidlerin hayatı denizaltı savaşlarını andırır. Düşman denizaltı karşı tarafı gafil avlayabilirse, torpil saldırısına başlar. Diğer denizaltı çoğu zaman karşılık verme fırsatı bile bulamadan batar. Paranoidler işte böyle bir denizaltı savaşının içindedir çünkü hayatta kalabilmeleri için, bu süreçte çok sayıda yanlış pozitif üretilecek dahi olsa yanlış negatiflere asla geçit vermemeleri, yani hiçbir tehdidi gözden kaçırmamaları gerekir. Paranoidler doğaları gereği gerçekliği çarpıtır; haliyle hangi pozitiflerin doğru hangilerinin yanlış olduğundan emin olamazlar. Paranoidler hakikatin yerini asla tam olarak tespit edemez. Düşman orada bir yerdedir; bundan şüpheleri yoktur. Gel gelelim düşmanın onlara ne kadar yakın olduğu, ne kadar içeri sızmış olduğunu bilmeleri mümkün değildir.

Olmayan iplikleri pazara çıkarma çabası içindeki paranoidler kendilerini kronik bir olağanüstü halin içine iter. Barbarlar kapılarına dayanmıştır; yutulma kehanetleri gerçekleşmenin eşiğindedir. Yanlış negatifin bedeli hezimet olduğundan, hiçbir denizaltı gözden kaçırılmamalıdır; bu süreçte kaç hayalet yaratıldığının önemi yoktur. Tek bir yanlış negatif yok olma anlamına gelirken, ne kadar ürkütücü de olsa bin yanlış pozitif hayatta kalmak açısından değerlidir. Güven

**VAKA 13. 3**

Üniversitede hoca olan Marcus 20 yılı aşkın süredir kimya dersleri veriyordu. Kendini bildi bileli öyle arkadaş canlısı biri değildi ama son yıllarda iş arkadaşlarından giderek daha da soyutlanmıştı. Öğrenciler ofis saatlerindeki kaba davranışlarından şikâyet etmeye başlamışlardı. Ders anlatırken birden durup sınıfa "Ne yaptığınızı biliyorum" diyordu. Bölüm başkanının ona terapiye başvurması yönündeki telkinlerine kulak asmayınca, daha net bir dille yazılı yönlendirmede bulunulmuştu. Defalarca randevu alıp iptal eden Marcus, eğer terapiye gelmezse ders saatleri in elinden alınacağını sonunda anlamıştı.

Marcus kendisini "asker çocuğu" olarak tanımlıyordu. On sekiz yaşına basana dek ailece 11 defa taşınmışlardı. Ebeveynleri artık hayatta değildi ve ağabeyiyle çok az görüşüyordu. Çocukluk yıllarını asker yaşamının bir uzantısı olarak tarif ediyordu. İki kardeşin evdeki kurallara itirazsız tepkisiz uyması beklenmişti. Cılız bir çocuk olan Marcus gittiği her okulda zorbaların açık hedefi olmuştu. Diğer çocuklara mesafeli yaklaşarak, derslerde yüksek başarı göstererek ve her daim tetikte kalarak saldırıları savuşturmayı öğrenmişti.

Seansın başında Marcus kendisinde bir sorun olmadığını söylemişti. "Sistem vasatlığın önünü açıyor" dedi, "ama *kendi* sınıfımda buna izin vermeyeceğim. Öğrenciler derslerimi yata yata geçebileceklerini sansalar da ilk haftanın sonunda ne kadar yanıldıklarını anlıyorlar." Marcus bu noktada durup kendinden memnun olduğunu düşündüren bir tavırla gülümsemişti.

Görüşmenin devamında Marcus'un, öğrencilerin şikâyetlerini aslında diğer hocaların ve hatta bölüm başkanının da dahil olduğu büyük bir oyunun parçası olarak gördüğü anlaşılmıştı. Bu oyunu bozmak için sınıfı "demir yumrukla" yönetmeye karar vermişti. Kopya çekenlere tuzak kuruyordu; bugüne dek çok öğrenciyi yakalayıp disipline sevk etmişti. "Diğer hocalarla işim olmaz" diyordu küstahça. "Onlar zekâmı kıskanıyorlar. Onları kötü gösteriyorum diye bölümden ayrılmamı istiyorlar. Ellerine bir fırsat geçmişti, değerlendiremediler. Şimdi bir açmazdayız. Bir daha asla onlara ne boyun eğerim ne de güvenirim." Yanılıyor olabileceğini kabul ediyordu ama "çok düşük ihtimalle". "Okul bana her sene en kötü öğrencileri veriyor" diyordu. "Böylelikle öğrenciler notları düşük diye şikâyette bulununca ben kötü bir hocaymışım gibi oluyor."

Marcus kanaatlerine sıkı sıkıya bağlıydı. Bugüne dek hep bildiğini okuduğunu ve hiç yanılmadığını söylüyordu. Üniversitedeki yerini korumak için savaşması gerekeceğinin bir süredir farkındaydı. Mahkemelik olabileceklerini öngördüğünden, eğitimci kimliğiyle her tür faaliyetini kayıt altına almaya özen gösteriyordu. Sanki çıkacak savaş ona keyif veriyordu. "Sicilim tertemiz" diyordu gururla. "Kurallara hep harfiyen uydum ve uymayanlara dair deliller de elimde." Görüşmenin sonunda, terapiye devam etmesi yönündeki talimata riayet edeceğini çünkü bölümün onu işten çıkarmak için bahane aradığının farkında olduğunu söylemişti.

**Paranoid Kişilik Bozukluğu**

*DSM-IV* Kriterleri

(1) Genç erişkinlik döneminde başlayan ve birbirinden farklı bağlamlarda görülen bir örüntüdür; başkalarının niyetinin kötü yönde yorumlandığı sürekli bir güvensizlik ve şüphecilik belirgindir; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur: ← 1

(1) Yeterli temele dayanmaksızın başkalarının onu sömürdüğünden, aldattığından ya da ona zarar verdiğinden kuşkulanır.

(2) Dostlarının ya da iş arkadaşlarının ona olan bağlılıkları ya da güvenilirlikleri hakkında yersiz kuşkuları vardır.

(3) Söylediklerinin kendisine karşı kötü niyetle kullanılacağına dair yersiz korkusu nedeniyle sırlarını kimseyle paylaşmak istemez. ← 1

(4) Masum söz veya olaylardan aşağılayıcı veya tehditkâr anlamlar çıkarır. ← 2

(5) Sürekli kin besler; yani hakaretleri, kırıcı veya hakaretamiz davranışları affetmez.

(6) Başkalarınca anlaşılabilir olmayan biçimde, karakterine ya da itibarına saldırıldığı kanısına varıp hemen öfkeyle tepki verir veya karşı saldırıya geçer. ← 1

(7) Eşinin veya cinsel partnerinin sadakatinden sebepsiz yere sık sık kuşkulanır. ← 5

B. Sadece şizofreninin, psikotik özellikler gösteren bir duygudurum bozukluğunun ya da başka bir psikotik bozukluğun seyri sırasında ortaya çıkmaz ve genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir. ← 6

**Not:** Şizofreninin başlangıcından önce tanı ölçütleri karşılanıyorsa "premorbid" sözcüğünü ekleyiniz; örneğin "paranoid kişilik bozukluğu (premorbid)". ← 1 ← 4

olsa olsa "Truva Atı" senaryoları doğurur; herkes düşmana dönüşür. Daha da fenası, kişi gözünü ne kadar açık da tutsa çoğu zaman bir şekilde aradan sızmayı başaran düşmanları belli ki çok sinsi ve zekidir, haliyle bir o kadar da tehlikelidir. Korunmanın tek yolu, herkesten korkmaktır. Doğal olarak dünya çapında bir komployа uzanan hezeyanlı genellemeler baş gösterir.

Ron'u hatırlayın; iş arkadaşlarının onun kazancına göz diktiğinden emindi. Henüz bunun için yeterli kanıt bulamamıştı. Asla da bulamayacaktır çünkü kimsenin onu dolandırması söz konusu değildir (Gerçi kendince bir şey keşfedip bunu kanıt addedebilir.). Olan bitenden bu kadar emin olmasına rağmen işe bakın ki bir türlü somut veriler elde edemez. Gel gelelim kendi hipotezini de sorgulayamaz çünkü kendinden emin çıktığı bu yolda kendisinden azıcık dahi şüpheye düşerse özgüveni bunu kaldıramayacaktır. Ron'un terapisti ona iş arkadaşlarıyla ilgili bu tür şeylere neden inandığını sorduğunda Ron bu bilgi talebini şüphecilik olarak görür ve antenlerini derhal aşırı hassas moda getirir. Terapist birdenbire tehdit haline gelir ve bu doğrultuda ona karşı kurulmuş koalisyona dahil olur. Düşmanlarınıza mahrem bilgilerinizi sızdırabilecek birine güvenmektense bu koalisyonu varsaymak evlâdır. Ron bu riski göze alamaz.

Paranoid kişilik ayrıca bilişsel terapi hareketi içinde de analiz edilmiştir. Paranoidlerden çok da farklı olmayan biçimde, bilişsel kuramcılar da kişilik özelliklerinin yalnızca yüzeysel birer gerçeklik olduğunu düşünürler. Kişilik özellikleri denen şey, istikrarlı davranışlardır ve her istikrarlı davranışın ardında bilişsel bir istikrar yatar. Açıkça dile getirilmese bile her kişilik özelliği bir inanışı yansıtır ve inanışlar davranışı belirler. Çekirdek inanışlar, bilinçli olsun olmasın zamandan, mekândan veya durumdan bağımsız olarak doğru kabul edilir. Koşullu inanışlar kişiyle durum arasındaki etkileşimli rolü ifade eder: Şöyle şöyle olursa, sonucu şu şu olur. Koşullu inanışlar kişinin, çevresini nasıl etkileyebileceğine veya etkileyemeyeceğine ilişkin araçsal inanışları besler.

Beck ve diğ. (1990) paranoidlerin artık uyumlu denemeyecek raddede güvensizlik taşıdığını öne sürerler. Bu kişiler kendilerini hakşinas görür, kendilerine yanlış yapıldığına inanırlar; diğer insanlarıysa sinsi, aldatıcı, içten pazarlıklı bulurlar. "Masumiyet kisvesi altında yönlendirilme veya küçük düşürülme tehdidine karşı" der Beck, "kendilerini savunmaya alır, diken üstünde durur ve şüpheci bir yaklaşım benimserler." Beck ve diğ. (s.48) ayrıca çok sayıda çekirdek inanış da sıralarlar. Bunları kısaca "Kırılganım" ve "Kimseye güven olmaz" şeklinde özetleyebiliriz. Koşullu inanışlar "İnsanların benden faydalanmamasına dikkat etmeliyim" ve "Biri sana sıcak davranıyorsa, senden bir çıkarı var demektir" minvalindedir. Araçsal inanışlaraysa "Gardımı asla indirmemeliyim" ve "Gizli saiklere karşı tetikte olmalıyım" örnek gösterilebilir.

TABLO 13. 1 Paranoid Kişilikle İlişkili Özellikler

| | |
|---|---|
| Güvensi | İnsanların iyi niyetli olduğuna itimat etmez. |
| Şüpheci | Çevresindekilerin davranışlarını, habis veya bencilce saikleri in emareleri bulmak için didik didik eder. |
| Tetikte | Etrafını sürekli kollar, etkileşimlerinde tehlike işaretleri arar. |
| Si ik | Olumlu beklentilerinin suya düşeceğine, insanın doğası gereği bencil olduğuna ve evrenin adaletsizliğine inanır. |
| Rekabetçi | Sosyal kıyaslamalar yapar. |
| Mağdur | Kendisini adaletsizliğin masum kurbanı addeder. Sosyal kıyaslamalarda kendini hep dezavantajlı konumda görür. |
| Kıskanç | Eşi de dahil tüm yakınlarının sadakatinden şüphe eder. |
| Alıngan | Kendisine yönelik nahoş bulduğu davranışlara karşı aşırı hassastır. Narsisist yaralanmalar karşısında kolay öfkelenir. |
| Kindar | Geçmişte kendisine yapılan yanlışları düşündükçe öfkeden için için kaynar. |
| İntikamcı | Gerekirse yapılması gerekeni bizzat yaparak "hesaplaşmaya" kararlıdır. |
| İhtiyatlı | Gardını her daim korur. Ayırt etmeksizin herkese ketum davranır, kaçamak yanıtlar verir. |
| Espriden anlamayan | Her şeyi ciddiye alır. Özellikle de kendisiyle dalga geçemez. |
| İkilikler üzerinden düşünen | Dünyaya iyi/kötü, adil/değil, "ben tek siz hepiniz" kutuplarının pencer inden bakar. |
| Sabit fikirli | Başkalarının tavsiyeleri doğrultusunda kendi hatalarını düzeltmeye kapalıdır. |
| Kendini fazla önemseyen | Kendi deneyiminin özel bir önemi olduğuna inanır. Nötr olayları kişiselleştirir. Kendini dünyanın merkezine koyar. |
| Burnu büyük | Başkalarından çok daha erdemli olduğuna ve her şeyi daha iyi anladığına emindir. Kibirli ve içerlemiştir. |
| Yaptıklarını meşru gören | Kendi sınır ihlallerini ya savunma amaçlı bir mecburiyet ya da başkaları kötü niyetine veya hatalarına karşı bir "ödeşme" biçimi olarak görür. |

Kaynak: Blaney, "Paranoid Conditions", *Oxford Textbook of Psychopathology* içinde, ed. T. Millon, P.H. Blaney ve R. Davis. © 1999 Oxford University Press, Inc. Oxford University Press, Inc'in izniyle kullanılmıştır.

Bunlara ilaveten daha nice inanış türetmek mümkündür (bkz. Tablo 13. 1). Hemen her kişilik özelliği, bilhassa da kişilerarası özellikler bir cümleye veya inanışa dönüştürülebilir. Örneğin sinizm "Evren adil bir yer değil" biçimini alabilir; aşırı tetikte olma hali "İncinmek istemiyorsam çevremde olup biten her şeyin farkında olmalıyım" cümlesiyle ifade edilebilir. Benzer şekilde, kendilerine karşı saygısızlık addettikleri davranışlara karşı aşırı hassasiyetleri "En ufak saldırıya karşı kendimi tüm gücümle korumalıyım" şekline büründürülebilir. Fikrisabitlik ve ikili düşünme gibi özellikleriyse "Başka insanların görüşlerimi azıcık dahi olsa etkilemesine izin vermemeliyim" ve "En saf haliyle baktığınızda her şey netleşir" inanışlarıyla resmedilebilir.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Kişiliğe dair yaklaşımların hepsi farklı birer bakış açısı sunar; hiçbiri bize resmin bütününü göstermez. Evrimsel açıdan ele alındığında paranoid özellikler tehlike dedektörüdür; özellikle de kandırılma ve ikiyüzlülükle bağdaştırılan mevcut veya olası bir saldırıdan duyulan şiddetli korkuyu gösterir. Paranoidlerin tetikteliği, her daim ya savaşmaya ya da kaçmaya hazır olmaları, bariz şeyleri dahi sürekli sorgulamaları; kaşla göz arasında çıkıp kendisini öldürebilecek yırtıcı bir hayvanın her an saldırmaya hazır ve kamufle olmuş halde beklediğinden endişe eden ve bir şeylerin ters gittiğini sezen bir hayvanın yaşadıklarından çok da farklı değildir.

Bu senaryoda av ile avcı arasında oynanan oyun, gerçek olanla gerçekdışı olanın karşıtlığıyla; sıradan, alelade görünmek için özellikle seçilmiş bir zeminde durup, gelip geçeni silip süpüren bir bukalemunun ayrıştırılmasını sağlayacak olağanüstü ince noktaları tespit edebilmekle ilişkilidir. Başarılı avcılar sizi yemeye geldiklerini davul zurnayla ilan etmez, bilakis bir köşeye siner, araya kaynar, uzaktan keskin gözlemler yapar, sessiz hareket eder, atağa geçecekleri anı belirler, usulca yaklaşır ve nihayetinde sizi gafil avlar. Çita fırlayıp koşar, ceylan ölür, dünya dönmeye devam eder.

Bu tür senaryolar evrimin işleyişini yansıtmakla beraber aynı zamanda paranoid özelliklerin varlığının gerekçesini anlamamızı sağlayan güçlü metaforlardır. Mesela son verilen örnekte paranoid özellikler, hayatımızı tehdit eden unsurlarla karşılaşma olasılığımızla yakından bağlantılıdır. Dahası algısal ve epistemolojik bilmecelerle, yani neyin gerçek olup neyin olmadığı, neyin doğru neyin yalan olduğuyla da iç içe geçmiş durumdadır. Kamufle olmuş avcı analojisi paranoyanın özellikle de algının sınırlarında bulunan tehditlerin açığa kavuşturulmasını sağladığını düşündürür.

O halde nasıl ki evrim yaşamın temel bir parçasıysa, paranoid korku potansiyeli de muhtemelen evrimin temel bir parçasıdır; en azından evrimin avlanılma ihtimalini de beraberinde getirdiği durumlar için böyle denebilir. Bu doğrultuda, paranoid korku karşımıza aşırı aktif tehlike dedektörleriyle bezeli bir epistemoloji bozukluğu olarak çıkar. Demek ki evrende hayat olan her yerde paranoidler de olacaktır. Ayrıca zeki yaşamın görüldüğü her yerde karikatürize bir rasyonellikle karşılaşmak; bariz olanın ötesine geçerek tehlikeyi tespit etme teşebbüsü olarak başlayıp makul olanın ötesine geçme noktasına varan kişisel bir kurgu sisteminden kaynaklanan ve kendi kendini idame ettiren bozukluklara rastlamak olasıdır. Bilinmeyene yapılan bu tür ontolojik atıflar, ki bunlara hezeyan denir, korkudan beslenir. Normal biri ormanda bir ses duyduğunda rüzgârla ilişkilendirip üstünde durmazken, hezeyanlı zihin gizli bir fail bulur. Paranoidlere

göre, önemsiz denen şeylerin arkasında bizim inanmamız istenenden çok daha fazlası vardır: Hakikat oralarda bir yerlerdedir.

Paranoid özellikler itidalli biçimde dışa vurulduğu takdirde hayatta kalmak adına büyük önem taşır. Tehdidi sezip kaçabilen canlılar üremek için bir gün daha kazanmış olur. O halde saldırı tehdidi altında olan veya kısıtlı kaynaklar için rekabete girmek zorunda kalan türlerin gen havuzunda şüphecilik, tetiktelik, yenilik korkusu gibi paranoid özelliklerin yaygın biçimde görülmesi beklenir. Yani bu türün her mensubu düşük düzeyde paranoidlik potansiyeli taşımalıdır ki bu da örneğin travmatik stres gibi baskın nesnel tehditlerle karşılaşıldığında paranoid bir tabloya dönüşebilir. Doğal genetik kombinasyon süreçleri sonucunda türün bazı üyelerinin paranoid potansiyeli görece daha yüksek olacaktır. Böylesi "doğal paranoidler" çevrelerinde olan bitene daha çok dikkat kesilir ve şüphe eşikleri düşüktür.

Son olarak, paranoya da tehlike kadar yaygın olduğundan, semptomlarının çok sayıda farklı ruhsal bozuklukla, özellikle de kısırdöngünün bir kaide olduğu kişilik bozukluklarıyla bağlantılı ortaya çıkmasını bekleriz. Bu tür karma vakalarda paranoid boyut genellikle ikincil, sinsi bir gelişim sürecinden geçerek daha erken dönemde oluşmuş bir örüntünün dokusuna ağır ağır karışır. Boyutu ne olursa olsun hemen hemen hiçbir tehdide direnemez bir hali olan bağımlı kişilik gibi kaynaşma temalı bozukluklarda paranoid semptomların görülme ihtimali daha yüksektir. Öte yandan paranoid özellikler ancak birkaç kişiliğin, özellikle de narsisist, kaçıngan, kompülsif, sadist ve negativist kişiliklerin asli birer parçası haline gelir. Bu kişiliklerin her biri benlik ile sosyal dünya arasındaki büyük yüzleşmelere gebedir. Bunlara daha sonraki bir bölümde değineceğiz. Paranoid kişilik örüntüsünün yapısal ve işlevsel alanlarının özetini Tablo 13. 2'de bulabilirsiniz.

Fanatik alttipin ebeveynlerinden aşırı değer görmüş ve fazlaca şımartılmış olması muhtemeldir zira bu kişilerde salt varoluşları itibarıyla değerli oldukları kanısı belirgindir. İlişkilerde sorumluluk almayı, işbirliği kurmayı, paylaşmayı veya başka insanların çıkarlarını göz önünde bulundurmayı pek azı öğrenmiştir. Ebeveynleri onlara sınır koymadığından ve kendilerinin değerinden haddinden fazla emin olduklarından fantezilerinde de pek az sınır tanımış, kudret ve başarılarına dair abartılı düşler kurabilmişlerdir. Geleceğin paranoidlerinin duyarsızlığının ve karşı tarafı sömürme eğiliminin ilişkisel zorluklara yol açması da kaçınılmaz olmuştur. Korunaklı ev ortamından çıktıklarında nesnel gerçeklik duvarına toslamışlardır. Tümgüçlülük yanılsamaları sarsılmış, benmerkezcilikleri ve katı tutumları saldırıya uğramıştır. Zamanla, itibarlı ve kusursuz olduklarına dair imajları yıkılmıştır. Gerçeklikle yüzleşmek, ona uyum sağlamak veya becerilerini yüksek özgüvenlerine denk gelecek düzeye çıkarmak yerine, fanteziye daha da fazla sığınmışlardır. Kusurlarını rasyonelleştiren ve hayali tatmin-

TABLO 13. 2 Paranoid Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Savunmacı*<br>Gözünü dört açar, gelebilecek her tür zarar, ser ve hileyi öngörüp savuşturmak için tetiktedir; dışarıdan gelen her tür etki ve kontrol teşebbüsüne karşı ayak direyen, inatçı bir tavır sergiler. | **Benlik İmgesi** | *Dokunulmaz*<br>Şahsi önemine ve kastedildiğine dair süreğen düşünceleri vardır; karakterine yönelik saldırıları bir kendisi görür; alelade eylem ve olayları kişisel bir yergi, hakaret ve hatta iftira sayar; bağımsızlığıyla gurur duyar, kendini açmaz, hayli soyutlanmıştır; ne var ki kimliğini, statüsünü, kendi yolunu çizme gücünü yitirme korkusu yoğundur. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Kışkırtıcı*<br>Geçmişe yönelik kindarlığına, affetmezliğine ilaveten yeni tanıştığı insanlara karşı da kavgacı, alıngan ve yıpratıcı bir tavır sergiler; sadakat sınavları, insanların gizli saiklerine ilişkin tacizkâr ve araştırmacı meşguliyeti çevresindekilerin bıkmasına, öfkelenmesine zemin hazırlar. | **Nesne Temsilleri** | *Sabit*<br>Önemli erken ilişkilerin içsel temsilleri, derine kök salmış inanış ve tutumlardan oluşan sabit, dirençli yapılar olmanın yanı sıra değişmez kanıların güdümündedir. Bu kanıları da inatla savunulan ancak mesnetsiz varsayım, korku ve tahminlerden oluşan sabit bir hiyerarşiyle özgül ilişki içerisindedir. |
| Bilissel Tarz | *Şüpheci*<br>Yersiz biçimde şüphecidir; siniktir; akrabaları, arkadaşları, tanıdıkları da dahil kimsenin iyi niyetine güvenmez; alelade olayların altında gizli amaçlar veya komplolar yattığını düşünür; masumane konulardan örtük anlamlar çıkarmaya, özellikle de eşinin veya arkadaşının sadakatiyle, güvenilirliğiyle ilgili konularda tali, ufak tefek zorlukları ikiyüzlülük, ihanet kanıtı addetmeye meyillidir. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Katı*<br>Temeldeki morfolojik yapılar sistemli biçimde kısıtlıdır, esnek değildir; savunmacı baş etme kanalları, çatışmalarını yönetmek ve ihtiyaçlarını gidermek için kullandığı kanallar da son derece sabittir; tüm bunların yarattığı gergin ve sıkı çerçeve değişen durumlara uyum göstermeye öyle dirençlidir ki öfke patlamalarına veya içsel kırılmalara neden olabilir. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Yansıtma*<br>Sakıncalı kişisel özellik ve saikleri faal biçimde reddedip başkalarına atfeder; kendi nahoş davranışlarını, özelliklerini görmez ama başkalarınınkine karşı son derece hassas ve eleştireldir. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Fitili kısa*<br>Soğuk, suratsız, aksi, keyifsiz bir tutumu vardır; duygusuz ve nesnel görünmeye çalışsa da gergin, hasetli, kıskançtır; hemen gücenir ve öfkeyle karşılık verir. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

lerde kaybolan bu kişiler diğer insanlardan kendilerini giderek çeker, çevrelerine günbegün yabancılaşırlar.

Habis paranoidlerin öyküsündeyse tipik olarak düşmancıl, tacizkâr ebeveynlerle karşılaşırız. Çoğu, ebeveynlerinin gerçek muhatabına göstermediği sal-

dırganlığı için günah keçisi vazifesi görmüştür. Maruz kaldıkları kötü muamele sonucunda içlerinde kaygı uyanacağı yerde, kendilerinin "uğraşılması gereken" kişiler oldukları, ısrarcı ve kışkırtıcı davranışlarıyla sıkıntı yaratıp insanları çileden çıkarabilecekleri izlenimine kapılmışlardır. Başkalarına güvenmediklerinden, kendi güçlerindense emin olduklarından, ebeveynlerin kural ve değerlerini reddedip yerine kendilerininkini koymuşlardır. Ebeveyn otoritesine karşı isyankâr tutumları nedeniyle pek az içsel denetim mekanizması geliştirmiş, itkilerini kısıtlamayı veya cezbedici unsurlardan kaçınmayı büyük oranda öğrenememişlerdir.

Güç temayülleri, diğer insanlara karşı güvensizlik ve hınçları, saldırgan ve tehditkâr tavırları bu paranoidlerin en belirgin özellikleridir. Başkalarına üstün gelme, şeytani bir intikam planıyla ve hatta gerekirse zor kullanarak geçmişte kendilerine yapılan haksızlıkların intikamını alma gibi amansız arzuları vardır. Paranoid olmayan versiyonlarının aksine bu kişiler başkalarını kurnazlıkla alt etme veya hayal kırıklığına uğratma çabalarının, başta bu çabayı tetikleyenden çok daha ağır cezalarla, reddedici tavırlarla karşılaşmalarına yol açtığını görürler. Kibirli ve gaddar stratejileri geri tepmiştir; onlar da buna misillemeyle yanıt vermek isterler ancak bunu artık doğrudan eyleme geçerek değil, daha ziyade fantezi yoluyla yapacaklardır.

Dik başlı alttip, paranoid ve kompülsif kişilik özelliklerinin bileşiminden oluşur. Bu kişilerin geçmişinde onlara keyfi cezalar veren aşırı kontrolcü ebeveynlere rastlanır. Çoğu, ebeveynlerinin taleplerini karşılamak, hatalardan ve ihlallerden kaçınmak, böylelikle de cezai uygulamaları ve terk edilme tehdidini savuşturmak için uğramıştır. Yaşamlarının ilk yıllarında otorite figürlerini kendilerine örnek almış, bağımsızlıklarından feragat edip kurallara harfiyen uymaya çabalamışlardır. Bu katı itaatkârlıkları onları spontanlıktan ve inisiyatif kullanmaktan uzaklaştırmış, derin ve sahici ilişkiler kuramaz hale getirmiş, bilmedikleri şeyden korkan kararsız kimselere dönüşmelerine neden olmuştur. Kişiden kişiye değişen muhtelif sebeplerden dolayı bu paranoidler itaat ederek ve kuralların dışına çıkmayarak ulaşmaya çalıştıkları güvenlik hissine ulaşamamışlardır. Onlara yol gösterecek, onları destekleyecek kimse de olmayınca; belirsizliğe tahammül edemediklerinden, olur da bastırdıkları öfkeleri patlarsa cezalandırılmaktan da ödleri koptuğundan, kendi içlerine çekilip bağımlı uyum gösterme davranışlarından da vazgeçmiş, teselliyi (olduğu kadarıyla) kendi düşüncelerinde aramışlardır. Bağımlılıklarından ne kadar feragat etseler de, dik başlı paranoidler kadim alışkanlıklarını bırakamazlar. Kendilerini ortaya koydukça, suçluluk ve korku da akut hale gelir. Biat etmeyen davranışları yüzünden cezalandırılmayı beklediklerinden ve bunu da hak ettiklerine inandıklarından, kendilerine ilişkin bu yargılarını başkalarına yansıtır ve onları düşmancıl, onlara zarar verebilecek kimseler olarak görmeye başlarlar.

Yeni kazandıkları bağımsızlıklarını gururlu bir özgüvenle ortaya koysalar da, mızmız paranoidler çabuk sinirlenen, tatminsiz, müphemlik veya hoşnutsuzluktan rahatsız kimseler olmaya devam ederler. Vaktiyle gücendikleri şeyleri, kendilerine haksızlık yapıldığına veya suiistimal edildiklerine inandıkları durumları unutamazlar. Diğer insanların başarılarını çoğunlukla haksız avantajlara, hak etmedikleri halde kayırılmalarına bağlar ve aynı koşulların onlardan esirgendiğini düşünürler. Hoşnutsuzlukları, şikâyetleri biriktikçe birikir. Fantezileri genişleyip akıldışı bir hasede karışır. Bunların hepsi adaletsiz bir kör talih temasında birleşir. Kontrol altında tutulmadıkları takdirde gıdım gıdım psikotik bir gücenik kıskançlığa doğru sürüklenirler. Benzer şekilde bu hastalarda erotik hezeyanlar da ortaya çıkabilir. Başkalarına olan ihtiyaçlarını bilinçli biçimde inkâr etseler bile aslında insanlardan yakınlık görmek isterler. Gel gelelim bu arzularını itiraf etmektense bunları yansıtır, böylelikle insanların alelade söz ve davranışlarını gizli aşk emareleri olarak yorumlarlar. Öte yandan bunca "ilgiye" tahammül de edemezler çünkü ihanete uğramaktan veya kendilerinden faydalanılmasından korkarlar. Hal böyle olunca da, mızmız paranoidler diğer insanların onları baştan çıkarmaya yönelik erotik tavırlarından "korunmaları" gerektiği konusunda ısrar ederler. Masum kurbanlar bu paranoidlere karşı onur kırıcı davranışlar sergiledikleri, iffetsiz imalarda bulundukları veya onları taciz ettikleri gerekçesiyle suçlanabilirler.

Fena halde küçük düştüğünde veya insanlar tarafından bozulduğunda açık bir psikotik bozukluğa kayma ihtimali en yüksek olan, yalnız paranoid tipidir. Sosyal temaslarını minimum düzeye çekmek için faal biçimde kendilerini geri çekmiş, soyutlamış olsalar da bu savunma duvarının da bazı delikleri vardır. Kabaran öfkelerini kontrol etmek için çırpınırken duygularını içe döndürüp kendilerine yönelik sert yargılarda bulunabilir, cezalar verebilirler. Gel gör ki bu çabaları bazen başarıya ulaşmaz. Kendi değersizliklerine ilişkin suçlamaları esasında, hissettikleri şüphe ve hiddetin karşısında ancak hafif bir sitemdir. Kendine zarar verme ve intihar teşebbüsü gibi kendinden kaçmaya yönelik bazı simgesel eylemler veya diğer insanlara karşı öfkelerini doğrudan ifade eden acımasız saldırılar ancak "suçla örtüştüğü" takdirde gerçek birer ceza haline gelir.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Paranoid korkunun ne kadar yaygın olduğu ve makul düzeyde seyrettiği takdirde hayatta kalmak açısından faydası düşünüldüğünde, paranoid kişiliğin pek çok diğer kişilikle ortak özellikler taşıması şaşırtıcı olmayacaktır.

Tüm ağır kişilik sendromlarında (paranoid, şizotipal ve sınırda kişiliklerde) geçici psikotik nöbetler yaşanır. Şizotipallerinki eksantrik, batıl inançlara dayanan veya büyüsel içerikli olma eğilimindedir; sınırda kişiliklerinki büyük oranda

mantıksız, dağınık, sistemsizdir. Paranoidler ise dünya daha acımasız bir yer olsa, kendi içlerinde belki nispeten akla yatkın gelebilecek tutarlı inanış sistemleri geliştirme konusunda maharetli sayılabilirlerdi. Ayrıca kendi yönlerini tayin edebilmek paranoidler için son derece önemlidir. Çevrelerindeki itibar ve güçlerini kaybettiklerinde sıkça içsel kaynaklarına başvurur, fantezi vasıtasıyla güçlü, takdire şayan bir benlik imgesi oluştururlar. Bu sebeple paranoid kişilerin tersine çevrilmesi mümkün psikotik durumlarında büyüklenmecilik ve haksızlığa karşı öfke göze çarpar; bunlar bir yandan kendi haline bırakılıp tamamen özerk bir varoluşa geçme gibi güçlü bir arzuyu ifade eden ama aynı zamanda kırılgan bir benlik oluşumunu telafi eden veya bir arada tutan stratejilerdir. Sınırda kişiler ise stres altında dağılır, terk edilme olasılığı baş gösterdiğinde çılgına dönerler.

Hem kaçınganlar hem de paranoidler kronik biçimde gergin ve güvensizdir, ayrıca olası kişilerarası tehditlere karşı da aşırı tetiktedir. Buna ek olarak iki kişilik tipi de şüphecidir ve utandırılmaktan, küçük düşmekten, mahcup olmaktan korkar. İkisi de son derece ketum davranabilir. Fantezi ikisi için de kendi yetersizlikleriyle baş etmek için önemli bir araçtır. Gel gelelim kaçınganlar kendilerini içler acısı ölçüde yetersiz veya kusurlu bulurlar. Paranoidlerde bu tür kaygılar daha bilinçdışı düzeydedir ama onlar, zayıflıklarını yansıtma ve karşıt tepki oluşturma vasıtasıyla güçlü olduklarına dair telafi edici yanılsamalara dönüştürürler. Dolayısıyla kaçınganlar genellikle çatışmadan kaçarken paranoidler memnuniyetsizliklerini hemen tahliye eder.

İki kişilik de başkalarına güvenmeye gönülsüzdür. Ne var ki kaçınganlar olumsuz benlik imgelerini doğrulamasından korktukları için kendileriyle ilgili bilgileri paylaşmaktan geri dururlar; paranoidler ise bu tür bilgilerin aleyhlerinde kullanılmasından endişe ederler. İki kişiliğin de pek az arkadaşı veya sırdaşı vardır. Öte yandan kaçınganlar vahim yalnızlıklarının farkındayken, paranoidler ilişkileri bir tür zayıf nokta olarak görür. Son olarak paranoidler soğuk, espriden anlamayan, estetik değerleri körelmiş kişilerdir; kaçınganlar ise duyarlı davranışlar sergileyebilirler, iyi bir mizah anlayışları vardır ve çoğu zaman sanatsal kapasiteleri gelişkindir. Gel gelelim özgüveni çökme noktasına gelmiş kaçınganlarda paranoid kişiliğin özellikleri ortaya çıkabilir.

Hem narsisist hem de paranoid kişilikler büyüklenmeci olabilir, kendi kusurlarının farkına varmaya iki grubun da tahammülü yoktur. Ayrıca ikisi de sevmedikleri insanlara soğuk davranıp uzun süre kin tutar. Paranoidler insanlara yavaş ısınır, narsisistler ise övgüye karşı hassastır. Paranoidlerdeyse övgü, aksine şüphe uyandırır. Buna rağmen paranoidler kendilerini bir şeylere adayabilir, kendileriyle aynı değerleri paylaştığına inandıkları sadık kişilerle eşit düzeyde ilişkilenebilirler. Narsisistler ise çevrelerindeki hemen herkesi sömürür. Son olarak, narsisistler diğer insanların onların ihtiyaçlarına hizmet etmesini bekler,

kendilerini üstün gören havalı bir tavır takınır, her şeyin sonunda iyi olacağını düşünür ve sosyal açıdan cezbedici olabilirler. Oysa paranoidler insanların gizliden gizliye onların ihtiyaçlarını baltalamasını bekler, gergin görünür, her an saldırıya uğrayabileceklerini düşünürler ve sosyal açıdan yıpratıcıdırlar. Ne var ki uzun süredir havası sönük olan narsisistlerde paranoid savunmalar gelişebilir; örneğin sürekli karşılarına çıkan engelleri veya nesnel, aleni başarısızlıkları açıklamak için kıskanç insanların onların başarılarını sabote ettiğini veya dahice fikirlerini gerçekleştirmelerine engel olduğunu öne sürebilirler.

Sadist ve paranoid kişiliklerin gözlemlenebilir davranış düzeyinde bazı benzerlikleri vardır. İkisi de katı ve dogmacıdır, ikisi de dünyayı siyah beyaz görme eğilimindedir, ikisi de hassas duyguları zayıflık emaresi sayar ve ikisi de muhtemelen çocukken ciddi istismara maruz kalmıştır. Gel gelelim paranoidler saldırgan dürtülerini yansıtır. Yansıttıkları nesneler onlara tam manasıyla musallat olunca, kendi davranışlarını da böylesi çekilmez, zalim bir dünyaya verilen normal bir tepki olarak görmeye başlarlar. Halbuki diğer insanlar onları her daim savunmada olan kurbanlar olarak değil, eylemleri çoğu zaman belirgin ölçüde sadistçe olan azmettiriciler olarak deneyimler. Sıradan bir insanın gözünde, kendisine ihanet etmiş veya zulmetmiş birine karşı saldırıya geçmiş bir paranoidin sadist kişilikten pek bir farkı yoktur.

Tüm bunlar bir yana, iki kişilik arasında belirgin farklar da vardır. Geleceğin sadist kişiliklerinin gelişim süreçlerinde kendilerini saldırganlarıyla özdeşleştirmiş olmaları muhtemeldir. Bu çocuklar yetişkin olduklarında öfkeden, düşmancıl duygulardan keyif alır, ego ideallerinin bir parçası olarak diğer insanları kurbanlaştırırlar. Sadist kişiler bazen sebep olabilecekleri acıyı maksimum düzeye getirebilme amacıyla insanlara ilişkin karmaşık çalışma modelleri oluştururlar. Paranoidler ise dünyaya daha basit bir pencereden bakar: Ben tek, siz hepiniz. Öte yandan sadist kişilerde bazen, diğer insanları acımasızca istismar etmelerinin bir bedelinin olacağından veya buna misliyle karşılık verileceğinden duydukları kronik, yoğun korku nedeniyle paranoid özellikler görülebilir.

Paranoid kişiler de, antisosyal kişiler de özerkliklerini gözü gibi sakınır ama gerekçeleri farklıdır. 5. Bölüm'de belirttiğimiz üzere antisosyal kişiliğe talihsiz bir isim verilmiştir; "antisosyal" etiketi sebepten çok sonucu ima ediyor gibidir ve ortaya çıkan ürünün arkasındaki sürece dair pek bir şey söylemez. Haliyle de birbirinden epeyce farklı özellikler bu kategori altında bir araya gelir. *Saldırgan kişilik* daha iyi bir terim olabilirmiş zira bu kişiler özerkliklerini genel psikolojik yapılarının içsel bir bileşeni, psikodinamik unsurların dönüşümünden geçmemiş bir parçasıymışçasına savunur. Böyle insanlar doğaları gereği baskındır, sınırlarına önem verir, serbest hareket etmelerini kısıtlayacak her tür engeli yıkıp geçer, vicdansız bir görüntü sergiler. Başka insanlar zarar görse bile bu onları bağlamaz.

Diğer yandaysa paranoidler sınırlarını ihlalci saldırganlara karşı aktif biçimde ve haklı olarak korudukları inancındadır. Kendi yansıttıkları kötücül nesneler peşlerine düşünce, dünyanın tamamını antisosyallerle ve psikopatlarla, en ufak suçluluk duymadan her şeyi yok edebilen insanlarla dolu görmeye başlarlar. Paranoidler, kendisiyle ortak değerlere sahip kişilerle arkadaşlık kurabilir ve bu ilişkilerde hayli vicdanlı davranır. Oysa saldırgan kişilikler herkesin üstünde tahakküm kurmak peşindedir.

Son olarak, paranoid ve kompülsif kişilikler rasyonelliğe değer verir, başkalarını aşırı kontrol eder veya suçlarken kendilerini de sıkı denetim altında tutarlar (Benjamin, 1996). Gel gelelim gerekçeleri birbirinden farklıdır. Ayrıca ikisi de dogmacı bir ahlakçılık sergileyebilir, katılıkları dikkat ve bilişsel süreçlerini çarpıtabilir (Shapiro, 1965) ama yine burada da gerekçeler farklıdır. Kompülsifler hata yapmaktan çok korkar. Çocukken soğuk, şekilci bakım verenlerle özdeşleşmiş, dümdüz dar bir yoldan gitmeye teşvik edilmiş, kusursuzluğa erişemediklerinde sert cezalarla karşılaşmışlardır. Hal böyle olunca da soğuk, kurallara körü körüne uyan, duygusal açıdan dışarıya kapalı kimselere dönüşmüşlerdir. İçe attıkları nesneler, yani süperegolarının bünyesindeki nesneler düşük performanslarını yüzlerine vurup durur. Bu durumu telafi edebilmek için dikkatlerini tamamen detaylara odaklarlar; öyle ki, bir sorunun olası tüm çözümlerini belirlemek veya karar vermeden önce gerekli tüm bilgileri toplamak gibi hayalperest girişimlerde bulunup nihayetinde kendi kararsızlıklarında boğulabilirler.

Diğer yandaysa paranoidler çocukken performanslarından bağımsız olarak saldırıya uğramışlardır. İçe attıkları nesneler öyle sadist ve zalimdir ki benliğin istenmeyen her parçasının tükürülmesi, başkalarına yansıtılması, yerine (kompülsifinki gibi çoğu zaman hatalı ve itaatsiz olan bir benlik imgesinin değil) daha saf ve masum bir benlik imgesinin konması gerekir. Bu tür gelişimsel farklar kompülsiflerin aşırı itaatkâr davranmalarına ve kimliklerini ikinci plana itmelerine neden olur. Oysa paranoidler isyan eder, her tür otoriteyi potansiyel bir saldırı olarak görür, kendi kararlarını kendileri verme haklarını canhıraş biçimde savunurlar. Paranoid kişi dikkatini potansiyel saldırı noktalarını tespit edip saldırı gerçekleşmeden önce barikatlarını kurabilmek amacıyla daraltır. Savunma açısından önemli bir hata yapmaktan, mesela kendi taburlarındaki bir ihaneti gözden kaçırmaktan korkarlar.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Herkesin belli başlı özellikleri birbirinden farklı olduğu ve dolayısıyla herkeste farklı bozukluklar görüldüğü halde kişilik bozukluğuyla onu takip eden sendrom arasında mantıklı bir bağlantı vardır. Geri çevrilebilen paranoid du-

rumlar bazen geçici tıbbi tablolardan kaynaklanır. Duyumsal veya bilişsel işlevselliğin kaybı da bazen paranoid tepkilere yol açabilir; örneğin Alzheimer hastalığının ilerlemesi paranoid bir seyir ortaya çıkarabilir. İlginçtir ki eşlerinden hastaların kişiliğini değerlendirmeleri istendiğinde, paranoid hezeyanları olanların başından beri daha düşmancıl oldukları görülmektedir (Chatterjee, Strauss, Smyth ve Whitehouse, 1992). Paranoid tepkiler ayrıca sonradan edinilmiş işitme kaybından da kaynaklanabilir; bu fenomeni, hipnotik telkinle sebebini bilmeseler de artık duyamaz hale gelen kişileri değerlendirerek ortaya koymak mümkündür (Zimbardo ve diğ., 1981). Aşağıdaki paragrafları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Hezeyanlı Bozukluk*

Daha önce de belirtildiği üzere paranoid kişilikle hezeyanlı bozukluk arasında bir ilişki olduğunu düşündüren bazı genetik bulgular vardır. *DSM-IV*'te paranoid kişiliğin sıkıntılarını hatırlatan birkaç hezeyanlı bozukluk alttipi verildiği düşünülürse bu hiç de şaşırtıcı değildir. Bu doğrultuda kıskanç alttip eşinin onu aldattığına inanır; büyüklenmeci alttip kendisinin muazzam bir yeteneği olduğuna veya çok büyük bir şey keşfettiğine inanır; zulmedilme odaklı alttip ise insanların ona komplo kurduğuna, onu zehirlediğine, gizliden gizliye taciz ettiğine veya gözlemlediğine vesaire inanır. Kanılarda, inanışların sistemli hale gelmesinde bütün mesele bunun ne derecede gerçekleştiğidir. Haliyle paranoid kişilikle hezeyanlı bozukluk da aynı yelpaze üstünde yer alır gibi görünmektedir. Bunlardan birinin tanı olarak koyulması diğerini ihtimal dışı bırakmaz; hatta ikisi birden tanı olarak verilebilir. Kendisinin Niels Bohr olduğuna inanan Stephen bu duruma örnek teşkil eder.

### *Kaygı Bozuklukları*

Savunmacılık, aşırı tetiktelik, savaş-kaç sisteminin harekete geçmesi paranoid kişilikle kaygı bozuklukları arasında bir bağlantı olduğunu düşündürür. Paranoid kişiliğin görece hafif örneklerinde kronik ve dağınık bir kaygıya, bitkinlik şikâyetlerine, konsantrasyon güçlüğüne rastlanır, ki bunlar da yaygın kaygı emareleridir. Hangi durumun güvenli, hangisinin güvensiz olduğunu birden ayırt edememeye başladıklarını hisseden paranoidler saldırıya uğrama veya özgüvenin çökmesi beklentisine bağlı olarak panik atakları yaşayabilirler. Panik ataklarının belirtilerinden bazıları aniden başlayan kalp çarpıntısı, terleme, titreme, derealizasyon ve kontrolü kaybetme korkusudur. Bu alandaki ilk çalışmalardan birini yürüten J. Reich ve Braginsky (1994), toplum ruh sağlığı

merkezinin kaygı kliniğinde panik bozukluk tanısı alan hastaların yarısından fazlasında paranoid kişilik tespit etmişlerdir. Paranoid kişilerde bazen obsesif kompülsif bozukluk da görülür. Obsesyonların içeriği muhtemelen kendilerine yönelik hakaret addettikleri davranışlarla veya statü, kıdem meseleleriyle ilişkili olacak, bunlar zihinde tekrar tekrar oynatılacaktır.

### *Duygudurum Bozuklukları*

Psikodinamik düşünürlerin dikkat çektikleri üzere, paranoid kişilik çöküşün eşiğinde denebilecek kadar düşük bir özgüveni dengelemek için ortaya çıkan bir savunma mekanizması olarak düşünülebilir. Kişi kendi içinde patlamaktansa bu çaresiz durumunu dış dünyaya atfeder ve nihayetinde benlik temsilinin derli toplu durmasına ve depresyonunun örtülmesine yardımcı olan bazı paranoid özellikler göstermeye başlar. Bunun da ötesinde insanların sebepsiz yere size cephe aldığı, eşinizin sizi aldattığı, sadık dostlarınızın sizi düşmanınıza sattığı, kalan herkesin de sürekli size hakaretler ettiği, sizi aşağıladığı bir dünyada depresyonun aslında doğal bir tepki olduğu iddia edilebilir. Bipolar bozuklukta olduğu gibi, A Kümesi'ndeki kişilik bozukluklarıyla bolca bağlantı mevcuttur. Bu tür semptomlar sergileyen paranoidlerin muhtemelen narsisist yatkınlıkları da güçlü olacaktır. Özellikle de fanatik paranoidler kendilerine atfettikleri değerle ve herkese tepeden bakmalarıyla bilinirler.

### *Somatizasyon Bozuklukları*

Çoğu kişilik bozukluğunda fiziksel semptomlar görülür; *DSM-IV*'te bunlardan somatoform bozukluklar olarak bahsedilir. Hepsinin ortak noktası, tıbbi bir durumla veya akut bir fiziksel hastalıkla yeterince açıklanamayan fiziksel semptomların varlığıdır. Fiziksel semptomlar gizli bir psikolojik amaç için ideal adaydır; tıp mutlak bir bilim değildir, her tıbbi tahlilin bir yanılma payı vardır ve fiziksel algılar büyük oranda özneldir. Somatizasyon bozukluğuyla kişilik bozukluğunun eşzamanlı olarak görüldüğü durumlarda daha çok kaçıngan ve paranoid örüntülere rastlanmıştır (Rost ve diğ., 1992). Her iki kişiliğin de utanç ve küçük düşme korkusuyla kendisini sosyal dünyadan çektiği göz önünde bulundurulduğunda herhalde bu o kadar da şaşırtıcı gelmeyecektir.

Paranoid kişilerde somatik semptomlar dış dünyadan daha da uzaklaşma, araya daha büyük bir duvar örme çabasının parçası olabilir. Aynı temanın bir diğer versiyonunda da fiziksel semptomlar, dünyada etkin bir rol alamamaktan duyulan utançtan sıyrılmak için kullanılabilir. Ne de olsa fiziksel koşulları buna izin vermeyen birinin diğer insanlarla ilgilenmesi beklenemez. Bazen de fiziksel semp-

tomlar ailenin, genel başarısızlığından dolayı kişiyi suçlamasına engel olur veya onu günah keçisi ilan etmeye meyilli aile bireylerinde ona karşı sempati uyandırır. Bu tür bozukluklar hezeyanlı bozukluğun somatik tipiyle birlikte görülebilir, örneğin kişiye kasten sinsi bir hastalık bulaştırıldığı kanısıyla dışa vurulabilir. Son olarak, bulguları henüz kesin bir noktaya işaret etmemekle beraber bazı araştırmalar paranoid, kaçıngan ve kompülsif kişiliklerle beden dismorfisi bozukluğu arasında yaygın bir ilişki olduğunu düşündürmektedir (Veale ve diğ., 1996).

### *Madde Kullanımı*

Kronik kaygının görüldüğü her yerde, kişinin madde kullanarak kendi kendini tedavi etmeye çalışması riski de mevcuttur. Paranoidler alkol, opiatlar, kokain (Kranzler, Satel ve Apter, 1994) ve amfetamin gibi pek çok madde kullanır. Kaygı, hep diken üstünde olma hali, savunmacılık ve alınganlıklarını bir nebze olsun hafifletebilmek için özellikle de alkole başvurabilirler. Gel gelelim alkolün aynı zamanda normal denetimi kaldırıp saldırganlığı serbest bırakma, böylelikle şiddete davetiye çıkarma gibi bir etkisi de vardır. Alkolik katiller genelde asosyal psikopatlardan çıkar; alkolik olmayan ancak cinayet anında sarhoş olan bireylerinse çoğu zaman paranoid kişiler oldukları görülmektedir (Vuckovic, Misic-Pavkov ve Doroski, 1997). Bazı araştırmacılar paranoid kişiliğin alkolizmle ilişki içinde olduğu durumlarda aynı zamanda daha ağır bir semptom tablosuyla da ilişkili olduğunu bulmuştur (Morgenstern ve diğ., 1997). Son olarak, yapılan bir çalışmada alkolizm tedavi programına devam eden ayık poliklinik hastaları arasında paranoid kişilik bozukluğunun antisosyal kişilik bozukluğundan iki kat daha yaygın olduğu tespit edilmiştir (Nurnberg, Rifkin ve Doddi, 1993).

## Terapi

Paranoid kişilik zorlu bir psikoterapi vakasıdır. Çoğu paranoid ciddi hezeyanlarda ayak direr; psikolojik hizmetlere ancak başkalarının talebiyle başvurur, ki bu bölümde aktarılan iki vaka özetinde de durum böyleydi. Eşleri onları terapi ve boşanma arasında bir seçim yapmaya zorlayabilir veya patronları terapiye gitmezlerse işten çıkarmakla tehdit edebilir. Paranoidlerin büyük kısmı şüpheci, asabi, duygusal açıdan kapalı kişiler addedilir. Terapide en fazla mesafeyi işlevselliği nispeten yüksek, sadistçe muameleye maruz kalma beklentisi çok derine işlememiş, zulmedilme algılarının gerçeklikle sınanıp yalanlanmasına daha açık kişilerin alması muhtemeldir. Daha ağır vakalardaysa, çok sıkıntılı dönemleri eskiye nazaran daha seyrek hale getirmeyi başarsa bile terapinin kişilik sistemini topyekûn değiştirmesi mümkün olmayacaktır.

Turkat'ın (1990) belirttiği üzere, ki bu çoğu patolojik kişilik örüntüsü için geçerlidir, paranoidler kapıdan "Yardıma ihtiyacım var, ben paranoidim" diyerek girmezler; bilakis kendi düşmancıl kısırdöngülerinin yan etkilerinden kaynaklanan semptomların hafifletilmesi beklentisi içindedirler. Biri gevşeyemediğinden yakınabilir, diğeri ona düşmanca davranan insanlara karşı daha girişken olmayı isteyebilir, kimisi de terfi döneminde kendisinin pas geçilmesinden mustarip olabilir. Semptom odaklı tedaviler gerçek sorunu gözden kaçırdığından terapistin, bu semptomların altta yatan bir kişilik bozukluğundan kaynaklanması ihtimalini değerlendirip "Bu insan neden böyle sorunlar yaşıyor?" diye kendine sorması gerekir (s. 47). Öte yandan karşı tarafa yöneltilecek sorular destekleyici bir bağlam içinde olmalıdır çünkü paranoidler doğaları gereği ketumdur ve kendilerini incelenmek üzere öyle kolay kolay açmazlar.

## Terapideki Tuzaklar

Paranoid kişiyle terapi belki diğer kişilik bozukluklarına kıyasla tuzağı en bol savaştır. Yanlış yola sapmak an meselesidir. Şüphesiz, hataların en ölümcülü yarı hezeyanlı düşüncelerle kişiyi doğrudan yüzleştirmektir. Paranoid sistemler bilimsel hipotezler değildir, haliyle sözüm ona nesnel kanıtlarla yalanlanmaları söz konusu olamaz. Bir kere paranoidlerin saldırı altında olduğu inanışı, gelişim öykülerinde mevcut bulunan ancak yetişkinlikteki uygunsuz bağlamlara da taşınmış ampirik bir gerçektir. Bu tür inanışlar paranoidin kimliğinin o kadar özündedir ki böyle bir girişimde başarı elde etmek, benliğin yanlışlanması anlamı taşır. Dolayısıyla yüzleştirme, kişinin kimliğiyle ilgili yanlış bir şeyler olduğunu ima eder ki bu da yeni bir saldırıya dönüşür. Bu durum en iyi niyetli terapistin bile şüphe nesnesine dönüşmesine yol açar.

Çoğu paranoid için terapiye sadece başlamak bile yeterince stresli bir deneyimdir. Bu bozukluk saldırıya uğrama, suçlanma korkularının güdümünde olduğundan, güven ve terapötik işbirliği kritik önem taşır. Pek çok terapist daha güven kurulamadan ilerleme kat etmeye çalışır. Bazısı doğrudan hastaya ona güvenebileceğini söylemeyi seçer ancak paranoidler genellikle bunu sinsice bir teşebbüs olarak görürler. Terapi içinde bir işbirliği kurulsa bile bu hep kırılgan nitelikte olacaktır; müphemlik taşıyan ufacık bir hata dahi aşağılayıcı, incitici algılanabilir, güç bela atılan temelleri yok edebilir, terapiyi aylar öncesine döndürebilir. Stone (1993) ebeveynleri istismarcı olan paranoidlerle, ebeveynleri hem istismarcı hem de yalancı olan paranoidler arasında bir ayrım yapar. "İkinci grup" der Stone, "diğer insanların ona yalan söylediği korkusu içinde yaşar ve bazen terapiste güvenmesi aylar hatta yıllar alabilir."

Bunlara ek olarak yakınlık paranoidlerin ifşa olmuş, kırılgan hissetmelerine neden olduğundan, yakınlık ve sıcaklık emaresi gördükleri her şeye duygusal açıdan kendilerini soyutlayarak, böylesi bir güvenli kabuğa çekilerek tepki verirler. Hatta bazıları terapiyi bırakabilir. Beklenmedik, şiddetli saldırılara uğrama ihtimali karşısında seferber olmuş kişiler için koşulsuz sıcaklık yeni bir deneyimdir. Paranoidi yeniden açık alana çıkarmaya yönelik fazla hevesli girişimler genellikle rahatsızlık hissini şiddetlendirir. Bu tür durumlarda sabrın sonu selamettir. Terapistler aktarımda paranoidin verebileceğinden daha fazla rahatlık beklememelidir. Bu doğrultuda karşı tarafa zaman vermek, istikrarı korumak ve mesafe ihtiyacına saygı gösteren bir "Ben OK'im, sen OK'sin" tutumu benimsemek muhtemelen en iyi yol olacaktır. Mesafe hiç değilse kontrolü tekrar paranoide verir; seçilebilecek diğer yollarsa onun henüz güvenmediği birine tabi olmasını gerektirir, ki bu da bir çelişkidir.

Paranoidler çoğu zaman suçlayıcı ve yıpratıcı davranışlar sergilediklerinden, haliyle aynı nitelikte karşıaktarım tepkileri uyandırırlar. Terapistlerin bu danışanlarla olan süreçlerini tatminkâr buldukları nadirdir. Yine de ilerleme sağlanabilmesi için terapistin iletişiminde en ufak bir savunmacılık veya karşı saldırganlık emaresi bulunmaması şarttır. Terapistler kendi savunmacı ve düşmancıl duygularını tutabilmelidirler. Aksi takdirde saldırı ve kırılganlık duyguları için gerçekçi bir zemin oluşur ve terapi paranoidlerin gerçek hayatta deneyimlediği o kısırdöngüyü tekrarlamaktan öteye geçemez. Provokasyon karşısında bazı terapistler kendiliğinden daha yönlendirici bir hale bürünüp seansın kontrolünü eline alır. Bu durum paranoidi küçük düşürür; kontrolü kaybettiğini hisseden paranoid, terapistin onu kırılgan veya saldırıya açık halde ortada bırakmaya çalıştığı hissine kapılır. Dolayısıyla, özellikle de terapist erkekse veya terapistin rekabetle, otoriteyle ilgili kişisel meseleleri varsa, yapılan yönlendirici müdahalelerin altında ne gibi saiklerin yattığına dikkat edilmelidir.

Son olarak, paranoidlere yorum yapmak, onlara ilişkin bazı tespitlerde bulunmak ancak zamanla gelişen incelikli bir sanattır. Saygısızlığa aşırı hassas olmaları ve her şeyi aşırı basitleştirme eğilimleri düşünüldüğünde, en iyi niyetli tespiti bile iftira addedebilirler; bu da çalışmayı sabote edecek bir kinin temelini atabilir. Bazı paranoidler durumu sahiden de yanlış algılar; bazılarıysa terapiste gücenmiş gibi yaparak onun, karşısında kıvranmasını izlemekten ve bunun hissettirdiği kudretten zevk alır. Böylesi sınavlarda paranoid kişi özellikle de terapistin tepkisini merak eder: Terapist onu mu suçlayacaktır yoksa kimseyi suçlama ihtiyacı hissetmeden konuyu halledecek midir? Kendi olumsuz karşıaktarımını kapsamayı başaran terapist sınavı geçer ve çok farklı bir ilişkinin zeminini hazırlamış olur. Paranoidlerle terapi her zaman dikkatli hareket etmeyi, kelimeleri başka türlü, saldırganca algılanmaya yer bırakmayacak şekilde titizlikle seçmeyi gerektirir.

## Terapi Teknikleri ve Stratejiler

Kişilerarası yaklaşımla yazan Benjamin (1996) paranoidlerin doğaları gereği terapistleri eleştirel ve yargılayıcı bulduklarını, aradaki güvenin ancak terapi başladıktan epeyce sonra tesis edilebildiğini öne sürer. Paranoidlere ailelerine sadık olmaları öğretildiğinden, gelişim öyküleriyle mevcut durumları arasındaki bağlantıları keşfetmeye genellikle gönülsüzdürler. Sırlarını terapiste açmak onlar için aile mahremini yabancı birine emanet etmeye eşdeğerdir.

Gelişim öyküleri nedeniyle paranoidler Benjamin'in (1996, s. 332) "zorlamadan tutma" dediği şeye, yani yaşamlarının ilk yıllarında maruz kaldıkları istismarın panzehiri olarak sakinleştirici bir empati ve onaya ihtiyaç duyarlar. Ayrıca paranoidler kendilerini kırılgan hissetmelerinin illa saldırıya uğradıkları anlamına gelmediğini, bu saldırı beklentisinin doğrudan onlara bakım veren kişilerle deneyimleriyle ilişkili olduğunu er ya da geç fark edeceklerdir. Kendi düşmancıl tutumlarının zımnen onları bakım verenleriyle aynı role yerleştirdiğini gördüklerinde, alternatif rolleri değerlendirme gücünü kendilerinde bulabilirler. Bakım verenlerle duygusal bağlarını koparark, onlara gece gündüz saldıran ve bu düşmancıl muameleden kurtulmak için dışarıya yansıtılması gereken kötücül iç nesnelerden arınabilirler. Benjamin ayrıca, karşıaktarım duygularının açıkça ve yapıcı biçimde ifade edilmesinde fayda görür. Böylelikle çoğu paranoidin çocukluğundaki başat unsurlardan biri, ailesinden gördüğü zımni suçlayıcı tutum telafi edilebilir.

Beck ve diğ. (1990) kapsamında yazan Pretzer, kimseye güvenilemeyeceği ve insanların fırsat bulduğunda kasten can yakacağı yönündeki çekirdek inanışın paranoid kişiliği pekiştirdiğini belirtir. Yapılan müdahaleler bu kabulü değiştirmeyi hedeflemeli ancak kişisel bir saldırı olarak da algılanmamalıdır. Paranoidler güvenliğe ihtiyaç duyduklarından, tetikte ve savunmacı hallerini gevşetmeyi başaramazlar ki bunlar da yine bozukluğu pekiştirir. Bu doğrultuda kişinin kendi kendine yetebildiği hissinin güçlendirilmesi; sorunların altında ezilmeyeceği, çıkan engellerle etkin biçimde baş edebileceği konusunda onu temin edecektir. Nihayetinde bu kendi kendine yetebilme hissi bir nebze rahatlama sağlayacak, böylelikle paranoid otomatik düşüncelerin araştırılması gibi geleneksel bilişsel yöntemlere açık hale gelecektir. Ne var ki bu tür teknikler insanın kendini açmasını gerektirir ve bu durum ketum paranoidi rahatsız eder.

Tüm bunların ışığında Pretzer terapinin davranışçı başlamasını, öncelikle kişinin koyduğu hedefler arasından en az tehditkâr görünenlere odaklanılmasını önerir. Bu sorunlar kişilik sisteminin tamamının sonucu olduğundan, terapistin müdahale edilmesi gereken noktalar olarak tespit ettiği meseleler de ister istemez denkleme dahil olur. Kendine yetme hissinin güçlendirilmesinin iki temel yolu vardır. İlk olarak, paranoidler nesnel tehditlerin şiddetini olduğundan fazla

görme veya kendilerinin sorun çözme becerisini olduğundan az görme eğilimindedirler. Burada daha gerçekçi değerlendirmeler yapabilirlerse kendi kendilerine yetecekleri hissi de güçlenir. İkincisi, durumla baş etmek için gereken becerilere sahip değilse, yapılan müdahalelerde kişinin tehdit algısını veya kaygısını azaltabilecek baş etme becerilerini ona öğretmeye odaklanılabilir.

Son olarak, Pretzer bilişsel tarzdaki müdahalelerle paranoidin siyah beyaz düşünme ve aşırı genelleştirme eğiliminin hedef alınabileceğini belirtir. Mesela bazı taleplerinin ne kadar karşılandığını veya belli alanlardaki yetkinliklerini puanlamaları istenebilir. Spesifik noktalara odaklanmak genellemeci bilişleri kırmaya, kişi ve olayları daha gerçekçi bir gözle görmeye ve ikili dünya görüşünü bir miktar karmaşıklaştırmaya yarar. Terapi seansındaki kazanımlar gerçek hayata genellendiğinde paranoidler durumları daha iyi, daha nesnel bir gözle değerlendirebilir hale gelirler ki bu da yansıtma yapma ihtiyaçlarını azaltır. Kişilerarası deneyimleri ve bunlara eşlik eden biliş ve duyguları gözlemlemek de insanlara farklı pencerelerden bakmayı sağlayabilir. Daha fazla bilgi topladıklarında, diğer insanların saiklerine ilişkin bilgilerindeki boşlukları doldurabilirler. Böylelikle alternatif açıklamalar üzerine düşünmek mümkün hale gelir.

Konuya davranışsal açıdan yaklaşan Turkat (1990) ise paranoid kişilerde işe yarayabilecek çeşitli yöntemlerden bahseder. Eleştiriye aşırı hassasiyetleri kaygı uyandırdığına göre, kaygıyı azaltmaya yönelik davranışçı tekniklerden de fayda görmeleri gerekir. İşin özü kişinin önce kaygı karşıtı bir tepki öğrenmesidir; bu tepki örneğin kademeli kas gevşetme egzersizi veya bilişsel modifikasyon olabilir. Ardından, kaygı uyandıran durumlar hiyerarşik biçimde sıralanır. Kişi listede aşağıdan yukarıya doğru ilerledikçe her bir madde, öğrenilen kaygı karşıtı tepkiyle eşleştirilir. Bu tekniği defalarca uyguladıktan sonra kaygılarının yoğunluğunu kontrol edebilmeye başlarlar; zaten kaygı da yavaş yavaş söner ve yerini rahatlatıcı bir alternatif alır.

Gel gelelim kaygı bu bozukluğun yüzeysel bir dışavurumundan ibaret olduğundan, Turkat (1990) paranoidin sosyal davranışının değiştirilmesini önerir. İlk olarak sosyal ilginin ne çapta olduğunun incelenmesi gerekir. Bunu mesela paranoid kişiyle terapist birlikte pembe diziler gibi insan etkileşimi videoları izleyerek yapabilirler. Paranoidler çok sayıda sosyal ipucunu kaçırdıklarından, klinisyen dikkatlerinin nasıl dağıldığını kolayca değerlendirip onların kafasında insan ilişkilerine dair daha gerçekçi bir tablo oluşmasına yardımcı olacak şekilde düzeltici geribildirimlerde bulunabilir. Sosyal bilgi işlemleme süreçleri paranoide sosyal ipuçlarını doğru yorumlamayı öğreterek düzeltilebilir. Bunu karşılıklı rol yapma egzersizleriyle, video kaydı eşliğinde verilen geribildirimlerle ve doğrudan talimatlar vererek başarmak mümkündür. Burada hedef, paranoidlerin nihayetinde gözlemci rolüne geçip kendi kendilerini düzeltmeye başlamalarıdır.

Psikodinamik yaklaşım da bu diğer yaklaşımların dikkat çektiği pek çok noktaya vurgu yapar ama aynı zamanda çift kutuplu benlik temsilleri kuramından da faydalanır. Buna göre, paranoid büyüklenmecilik altta yatan depresyonu ve onun bir parçası olan düşük özgüveni, kırılganlığı, yetersizliği, güçsüzlüğü, kişinin kusurlu veya değersiz olduğu hissini telafi eder. Kleinci nesne ilişkileri kuramı paranoid şizoid konumun ilkel bir gelişim evresi olduğunu, bu evrede egonun sentez işlevlerinin benliğin iyi ve kötü özelliklerinin bütünleşmesine izin vermediğini söyler. Paranoid kişilikte "iyi ben" ile "kötü ben" ayrı varlıklardır; "kötü ben" benliğin dışına, başkalarına yansıtılır ve böylelikle bu kişiler saldırgan veya avcı rolüne bürünürler. Paranoid şizoid konum çözümlendiğinde depresif konuma geçilir. Dolayısıyla paranoid düşünceyi kabul edilen bir depresyona çeviren tedavilerin başarılı olma olasılığı daha yüksektir.

Nesne ilişkileri gelişiminin bu daha ileri evresinde ikircikli duygular ve hayal kırıklıkları tolere edilebilir, kapsanabilir, haliyle de üstüne bilinçli olarak düşünmeye uygun hale gelir. Ayrıca paranoid konumdan depresyona geçen kişiyi daha geleneksel yöntemlerle tedavi etmek de mümkündür. Gabbard'ın (1994) altını çizdiği üzere terapinin nihai amacı tutumda değişimdir; paranoidlerin sorunlarının dış dünyadan değil, kendi içsel sebeplerinden kaynaklandığını görmeleridir. Psikodinamik düşünürler ayrıca paranoidlerin dünya ve ilişki görüşüyle empati kurmanın, ancak bir yandan da alternatif yorumlar öne sürmenin önemine dikkat çekerler. Terapistler olumsuz bir yorumun haklı olabileceğini kabul etmekle beraber daha uyumlu veya gerçekçi bir hipotezin daha olası görünmesini sağlamaya çalışmalıdırlar (Stone, 1993).

## Özet

Paranoid kişilerde güven kapasitesi ortadan kalkmıştır. Özellikle de küçükken (yabancı kaygısı) ve hayati tehdit barındıran koşullarda yaşarken insanlara biraz güvensiz yaklaşmak normal gelişimin bir parçası olsa da, sürekli ve aşırı güvensizlik çevreye uyum sağlamaya hizmet etmez. Normal yelpazedeki paranoid özellikler de taşıyan kişilik tarzlarına örnek olarak Oldham ve Morris'in (1995) son derece bağımsız olan ve bağımsızlığına büyük önem veren tetikte tarzı örnek gösterilebilir. Normal paranoid tarzlar ayrıca *DSM-IV* kriterlerinin normalleşmesi üzerinden, mesela arkadaşları ve aileyi kendine yabancılaştırmadan, yakın arkadaşları sebepsiz yere hain ilan etmeden dürüstlük ve sadakate önem verebilmek olarak da düşünülebilir.

Paranoid kişiliğin, paranoid özellikleri diğer kişiliklerle birleştiren pek çok çeşidi vardır. Fanatik paranoid, ciddi bir narsisist yara almış narsisist kişilikle ortaya çıkan bir karışımdır. Habis paranoid, paranoid kişiliğin özelliklerini sa-

dist kişiliğinkiyle birleştirir; iktidar ve tahakküm meselelerine aşırı hassastır. Dik başlı paranoid kompülsif kişilikle ortak özellikler taşır ve toplumda çoğu paranoide nazaran daha normal biçimde işlev gösterebilir. Mızmız paranoid hayatta sürekli kazık yediğini hisseden, bünyesinde negativist özellikler barındıran bir çeşittir. Son olarak, yalnız paranoid kaçıngan kişilikle ortak özelliklere sahiptir ve paranoidler arasında genellikle kendini en çok soyutlamış olandır.

Biyolojik açıdan bakıldığında paranoidlere özgü bir mizaç varmış gibi durmamakla beraber antisosyal, sadist veya sınırda kişilikle de sonuçlanabilecek aynı gergin ve saldırgan mizacın paranoid kişilikte de pay sahibi olması muhtemeldir. Gel gelelim erken dönemdeki çevresel faktörler gelişimin nihayetinde ne yönde seyredeceğinde daha fazla söz sahibidir. Paranoid kişiliğin kalıtımsallığı üzerine yürütülmüş kısıtlı sayıdaki ampirik çalışmada net bir sonuç elde edilememiştir. Aynısı, paranoid kişiliği şizofreni ve hezeyanlı bozuklukla ilişkilendirmeye çalışan araştırmalar için de geçerlidir.

Klasik psikodinamik yaklaşım bize paranoid kişiliğe dair ilginç bir içgörü kazandırarak bu kişilerin yansıtma mekanizmasından haddinden fazla yararlandıklarına dikkat çeker. Paranoid kişilik katı bir Freudcu çerçeveden ele alındığında, kişinin kabul edemediği homoseksüel dürtülerinden dolayı paranoyayı bir savunma olarak kullandığı düşünülür. Yüzyılın daha sonraki dönemlerindeyse nesne ilişkisi kuramcıları paranoidi hayatı tamamen iyi veya tamamen kötü üzerinden kutuplaştıran biri olarak görmüşlerdir. Yansıtma mekanizması sayesinde benliğin her tür kötü yanı ortadan kaldırıldığında kişi tamamen iyiye dönüşür; haliyle dışarısı da tamamen kötü olur. Negatif düşünceler paranoidin içinde olduğundan, o nereye gitse peşinden gelir. Daha sonraki dinamikçilerse soyutlanma, gücenme, megalomani, kendine aşırı değer biçme gibi ikincil savunma mekanizmaları önermiş, ayrıca paranoid kişiliğin gelişiminde erken dönemlerde istismar yaşandığını iddia etmişlerdir.

Paranoidler bilişsel tarzları itibarıyla kompülsifleri andırır. İkisi de keskin gözlemcidir, durumun her detay ve nüansına dikkat eder ve müphemliğe tahammülleri yoktur. Paranoidlerde şüphecilik yegâne düşünme biçimi haline gelir, enerjilerinin tamamını insanların onları aldatıp aldatmadığından da öte, ne şekilde aldattığını tespit etmeye ayırırlar. Kendilerine ilişkin şöyle beyanlarda bulunabilirler: "Gardımı asla indirmemeliyim", "Gizli saiklere karşı uyanık olmalıyım."

Kişilerarası açıdan, Sullivan paranoidlerin aşağılık duygularıyla ilişkili olarak yoğun bir güvensizlik yaşamanın yanı sıra kusur gördükleri şeyler için de kendileri yerine başkalarını suçladıklarını öne sürer. Paranoidler diğer insanlara düşman muamelesi yaparlar ki bu da başkalarıyla bağ kurmalarına engel olur. Arada bir de olsa paranoidler çevrelerine onlara sadık kalacak kişileri toplayabilirler. Bu kişiler paranoidin gözü kulağı olur, arkasından dönen her tür şeytani planı bulup

çıkarmasına yardım ederler. Gelişimsel olaraksa Benjamin çocuklukta verilen sert cezaların paranoidde dünyanın kendisine saldıracağı algısını oluşturduğunu söyler. Paranoid ayrıca ailenin günah keçisi olarak da kullanılmış olabilir.

Biyopsikososyal evrimsel yaklaşım da paranoid kişiliğin anlaşılması adına farklı bir bakış açısı sunar. Paranoid özellikler "tehlike dedektörü" görevi görür, kapıda bekleyen saldırıları tespit etmeye yarar ve kişinin hayatını kurtarma gibi hayırlı bir amaca hizmet eder. Dolayısıyla paranoid korku potansiyeli herhalde evrimin kaçınılmaz bir sonucudur. Bu korku makul düzeylerde kaldığı müddetçe canlı için hayli faydalıdır.

Paranoid özellikler tüm ağır kişilik bozukluklarının yanı sıra kaçınganlarda, narsisistlerde, sadistlerde, antisosyallerde ve kompülsiflerde de dışa vurulur. Bunlar ayrıca hezeyanlı bozukluk, kaygı bozuklukları, duygudurum bozuklukları (özellikle depresyon ve belki bipolar bozukluk), (dünyada etkili bir varoluş gösterememenin utancından kaçmak için) somatizasyon bozuklukları ve (özellikle de paranoid kişi kaygı semptomları gösteriyorsa) madde kullanımıyla da üst üste biner.

Terapinin en çok yelpazenin normal ucuna yakın paranoidlerde başarılı olduğu anlaşılmaktadır. Paranoid biriyle çalışırken kaçınılması gereken çok sayıda tuzak vardır. Bunların en tehlikelisi, paranoidi yarı hezeyanlı düşünceleriyle doğrudan yüzleştirmektir zira danışan bunu yine bir saldırı emaresi olarak görecektir. Benjamin, yatıştıran bir empatinin erken dönemdeki istismarın panzehiri olacağını, terapistle danışan arasındaki yakınlığı artıracağını savunur. Bilişsel teknikler, diğer insanlara güven olmayacağı varsayımını değiştirme ve kendi kendilerine pek çok şeyin üstesinden gelebilecekleri hissini güçlendirme odaklı olmalıdır. Davranışsal olaraksa kişiye baş etme becerileri kazandırmak etkili olabilir. Ayrıca bilişsel gevşeme yöntemiyle birlikte kaygı hiyerarşisine kademeli olarak maruz kalma gibi kaygıyı azaltacak egzersizlerden fayda görülebilir. Nesne ilişkileri terapisi de paranoidlerin paranoid semptomlarını depresyona dönüştürmesini sağlamak bakımından yararlı bir ilk adım olabilir. Bunun ardından geleneksel yöntemlerle tedaviye geçilebilir.

# XIV
# Sınırda (Borderline) Kişilik

## Amaçlar

Sınırda kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Değişken kişilik, sınırda kişiliğin normal bir çeşididir. Bu çeşidin özelliklerini tarif etmek ve bunları *DSM-IV*'teki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek nasıl sınırda kişiliğin her bir alttipini oluşturduğunu açıklamak.
HIV'in sınırda kişilikle ne gibi bir bağlantısı vardır?
Sınırda kişilikler yoğun duygusal dalgalanmalar yaşar ve duyguları aniden değişir. Duygudurum bozuklukları ve manik depresif bozukluklarla bir ilişkileri var mıdır, varsa nedir?
*Sınırda nevroz grubu* teriminin psikanalitik kökenini açıklamak.
Kernberg'ün örgütlenme düzeyleri kavramının sınırda kişiliği nasıl yansıttığını anlatmak.
Sınırda kişilikte nesne sürekliliğinin olmamasının sebebi nedir?
Masterson ve Adler'in sınırda kişiliği yaratanın nihayetinde anne olduğu düşüncesini gerekçelendirmek.
Sınırda kişilerde kendine zarar verme davranışının dinamiklerini açıklamak.
Sınırda kişiliğin kişilerarası dinamiklerini tarif etmek.
Benjamin'in sınırda kişiliğin gelişiminde en önemli gördüğü unsurlar nelerdir?
Çocukluktaki cinsel istismar ve sınırda patoloji arasındaki ilişki nedir?

Sınırda kişilikler neden dış yapılara bilişsel açıdan bu kadar bağımlıdır?
Kroll'un ortaya attığı *TSSB/sınırda* teriminin anlamı nedir?
Sınırda kişiliğin çekirdek inanışları nelerdir?
Sınırda kişiliklerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özellikleri vardır. Bu diğer bozuklukları sıralayıp her birinin sınırda kişilikten farkını açıklamak.
Sınırda kişilikler neden terapide bu kadar zor hastalardır? Bu kişilerle çalışan terapistlerin karşıaktarım meselelerine karşı neden tedbirli olması gerekir?
Sınırda kişilikte terapi hedeflerini sıralamak.

---

Pembe diziden hallice bir yaşam sürmek, **sınırda kişiliğin** yaşamını sürmek demektir. Duygusal iniş çıkışlarla bezeli bir yaşamı olan bu bireyler dengesizlikleriyle, özellikle de öfkeleriyle meşhurdur. Bu ateşi körükleyen, yoğun ilişki ihtiyaçları ve insanlar hakkındaki fikirlerini aniden değiştirmeleridir; bir an sevecen, hassas, zeki gördükleri birini aniden onları ihmal etmekle veya onlara ihanet etmekle suçlayabilirler. Tek başlarına kaldıklarında, bu kısa bir süreliğine bile olsa, sınırda kişilikler kendilerini tahammül edilemez düzeyde yalnız ve boş hissederler. Romantik ilişkileri genelde fırtınalı ve yoğun olduğundan, çoğu zaman ya ayrılmakla ya da barışmakla meşguldürler. Terk edilmekten kaçınmak için çılgınca uğraşırlar, ki buna intihar davranışları da dahildir. Ayrıca aldıkları dramatik ve sert tedbirlerle insanlara yapışmalarının, aslında herkesin onlardan soğumasına neden olduğundansa bihaberdirler. Kaygı, depresyon, suçluluk ve aşağılık duygularından mustarip bu kişiler kendilerine zarar verecek davranışlarda bulunabilir, dürtüsel kararlarla madde kullanımına veya gelişigüzel cinsel faaliyetlere yönelebilir. Hatta bazıları kendini keserek veya yakarak bedenine zarar verebilir. Olgun bir benlik kimliği taşımadıklarından değerler ve hedefler arasında daldan dala dolaşır, anlık kararlarla işlerini değiştirir, eski fikirlerini tam aksi yönde değiştirmekte beis görmezler. Stresli dönemlerde bu tutarsızlıkları onları geçici psikotik durumlara ve dissosiyatif nöbetlere açık hale getirir. Diğer kişilik bozukluklarına ait pek çok özellik, sınırda kişiliği çeşnilendirir. Bu bölüm boyunca, bu kişiliğe cuk oturan bir benzetme olan hız treninde seyahat edeceğiz.

Metnin rahat okunabilmesi için sınırda kişiliklerden kısaca sınırdalar olarak bahsedeceğiz. Jenny örneğini ele alalım (bkz. Vaka 14. 1). Pek çok sınırda kişide olduğu gibi Jenny'de de ilk dikkat çeken, ilişkilerindeki belli bir dengesizliktir. Jenny, sanki başka türlüsü mümkün değilmişçesine, insanları sevmek ve onlardan nefret etmek arasında salınıp durur: Bir kişi ya dünyanın en iyi insanıdır (tamamen yüceltme) ya da cehennem zebanisidir (tamamen değersizleştirme) (bkz. 2.

**VAKA 14. 1**

25 yaşındaki Jenny'yi psikolojik değerlendirmeye üvey annesi Vera getirmişti. "Bazen bana adeta tapıyor ama bazen de benden nefret ediyor" demişti Vera hayretle. "Onu sevdiğimizi biliyor ama hep böyle yapıyor. Bazen işler iyice kötüye gittiğinde, bizi onu incitmek için arkasından dolap çevirmekle suçluyor." Jenny'nin duygularını dizginlemeye çalıştığı açıkça görülüyordu. İlk başlarda düzgün davranışlar sergilerken birden çılgınca bir öfke ortaya çıkmış, bunu suçlamalar ve ihanete uğradığı duygusu izlemişti. Sözlerinin, duygularının anlamını takip etmek güçtü.

Jenny psikoterapiye yabancı değildi. Üvey annesinin anlattığına bakılırsa Jenny ergenlik yıllarında hastaneye yatmış ve ondan önce de iki defa, yaklaşık birer yıl terapiye devam etmişti. Öyküsünde esrar, alkol, amfetamin, "ekstazi", LSD ve son dönemde kokain gibi madde kullanımları mevcuttu. İlk cinsel birleşmesini 12 yaşındayken büyük kuzeniyle yaşamıştı, o günden beri cinsel olarak aktifti ve erkek arkadaşsız kalmaktan nefret ediyordu. Jenny'nin annesi, o 9 yaşındayken kanserden ölmüştü. Babası iki yıl sonra Vera'yla evlenmişti. Vera'nın iki oğluyla Jenny'nin ağabeyi ilk günden beri iyi anlaşıyorlardı.

Jenny ise annesinin ölümüne ve akabinde babasının Vera'yla evlenmesine içine kapanarak, öfkelenerek, taşkınlık dozunu giderek artırarak, karışık tepkiler vermişti. Bir intihar teşebbüsünün, evden kaçma girişiminin, uyuşturucu bulundurmak sebebiyle tutuklanmasının ardından aile artık onunla baş edemeyeceğine karar vermiş ve onu 14 yaşındayken katı bir yatılı okula göndermişti. Hâlâ arada intihar tehditleri savurduğu oluyordu. Ayrıca görünüşe bakılırsa, hayatta ne bir amacı ne de gerçek değerleri vardı.

Jenny'nin öfkesi bütüncül, kimseyi ayırt etmeyen bir yapıya sahipti. Onu bu noktaya getiren koşullara öfkeliydi. Hastaneden yeni taburcu olmuştu; bir konsere giderken daha önce hiç yapmadığı bir şey yapıp erkek arkadaşının cipinden atlayınca iç organlarında hafif yaralar oluşmuş, bu nedenle hastanede tedavi altına alınmıştı. O esnada erkek arkadaşıyla tartışmakta olduklarını, kafasının iyi olduğunu, sadece ondan uzaklaşmak istediğini, bu nedenle arabadan atladığını söylüyor, erkek arkadaşını "şeytan" diye tanımlıyordu. Vera'dan nefret ettiği açıktı: Görüşme sırasında onu birkaç defa "kötü kalpli cadı" olarak nitelendirmişti.

Gel gelelim en yoğun öfkesini babasına ayırmıştı. Babasının "hiçbir şeyi umursamadığını", Vera'yla evlenerek onu ve annesinin anısını terk ettiğini düşünüyordu. En kötüsü onu terk etmesi de değildi üstelik; bunun farkında bile olmamasıydı. "Bugüne dek yaptığı tek hayırlı şey bana insanlara güvenmemeyi öğretmesi oldu. Çünkü bir gün yanında dururlar ama ertesi gün bir bakmışsın yok olmuşlar" diye sürdürmüştü sözlerini. Açlık grevi bile yapmış, kendisini odasına kilitleyip babasının Vera'dan boşanmasını talep etmişti.

Jenny; annesine benzediği için, hal ve tavırları bile annesiyle aynı olduğu için babasının onu kendisinden uzaklaştırmak istediğine inanıyordu. Ona göre, babası yeni yaşamında rahmetli eşinin genç versiyonuna yer açamamıştı. Annesinin ölümünün ve babasına bu şekilde yabancılaşmasının, ona "içi boşalmış gibi" hissettirdiğini söylüyordu. "Bazen hayat ağır çekimde hareket etmek gibi ve ben de sanki gözlemciyim, her şeyi dışarıdan gözlemliyorum, hissizim." Bu dönemlerde kimi zaman kendini jiletle kesiyordu. "Çünkü acıyor ama sonrasında daha iyi hissediyorum. Beni içerden sarsıp yeniden gerçekliğe çekiyor."

Sınırda Kişilik Bozukluğu

*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve muhtelif bağlamlarda görülen sürekli bir örüntüdür; kişilerarası ilişkilerde, benlik imgesinde ve duygulanımdaki dengesizliklerle kendini belli eder; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. Gerçek ya da hayali bir terk edilmeden kaçınmak için çılgınca çaba gösterme (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.). (4)

2. İdealleştirme ve değersizleştirme uçları arasında gidip gelen dengesiz ve şiddetli bir kişilerarası ilişki örüntüsü vardır. (2)

3. Kimlik karmaşası: Sürekli olarak belirgin biçimde dengesiz bir benlik imgesine ya da benlik duygusuna sahiptir. (3)

4. En az iki alanda, kendine zarar verme riski de yaratan dürtüsellik (örneğin para harcama, cinsellik, madde kullanımı, pervasızca araba kullanma, tıkınırcasına yemek) (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.). (4)

5. İntihar meyilli mükerrer hareketler, intihar tehditleri veya kendine zarar vermeye yönelik davranışlar. (5)

6. Duygulanımdaki belirgin tepkiselliğe bağlı olarak duygudurumda dengesizlik (örneğin şiddetli süreksiz disfori, sinirlilik veya birkaç saat, nadiren birkaç gün süren kaygı). (6)

7. Kronik boşluk duyguları. (8)

8. Uygunsuz, yoğun öfke ya da öfkeyi kontrol etmekte zorlanma (örneğin öfkeyi sık sık dışa vurma, geçmek bilmeyen öfke, sık sık kavgaya karışma). (9)

9. Stresten kaynaklanan gelip geçici paranoid düşünceler veya ağır dissosiyatif semptomlar. (9)

kriter). Üvey annesi bu değişken tutumlara doğrudan maruz kalmaktadır. Vera, Jenny'nin bu denli ani ve sonu gelmez tutum değişimleri karşısında haliyle afallamış vaziyettedir. Sonradan öğreneceğimiz üzere Jenny, Vera'dan "kötü kalpli cadı" olarak bahsetmekte ve erkek arkadaşını da "şeytan" diye nitelendirmektedir. Jenny'nin ona, sanki sadakat iki kutuptan ibaretmiş gibi, "Bir gün yanında dururlar ama ertesi gün bir bakmışsın yok olmuşlar" diyerek "insanlara güvenmemesini" öğretmiş olan babasından bahsedişinde de benzer bir tutum hissedilir.

Jenny'nin en büyük ihtiyacının sevgi dolu bir bakım verenle büyüsel bir kaynaşma yaşamak olduğu anlaşılmaktadır. Babasına karşı yoğun öfkesinin altında da terk edilme korkuları yatıyor gibidir. Belli ki Jenny Vera'nın yalnızca gerçek annesinin değil, kendisinin de yerini aldığını hissetmektedir. Açlık grevine girmesi, kendisini odasına kilitlemesi, babasının Vera'dan boşanmasını istemesi gibi teşebbüslerin hepsinin amacı terk edilmekten kaçınmak ve geçmişi yeniden canlandırmaktır (bkz. 1. kriter). Jenny ayrıca intihar tehditlerinde de bulunmuş, evden kaçmış ve uyuşturucu bulundurmaktan tutuklanmıştır (bkz. 5. kriter).

Ayrıca Jenny'nin yaşamında ne uzun vadeli hedefler ne de tutarlı değerler olduğu görülmektedir. Normal insanlarda onları tanımlayan, yaşamlarına yön veren somut bir benlik duygusu gelişir. Jenny'deyse onu, yaşamını ciddi ölçüde tehdit eden yoğun ve değişken dürtülerin etkisinden koruyacak (bkz. 4. kriter), ona bir çapa görevi görecek (bkz. 3. kriter) sabit bir kimlik mevcut değildir. Söz konusu dürtülerin yol açtığı sonuçlar arasında çoklu madde kullanımı ve "şeytan" erkek arkadaşından kurtulmak için hareket halindeki araçtan atlaması yer almaktadır.

Bunlara ek olarak Jenny'nin şiddetli ve sürekli değişen duygularına (bkz. 6. kriter), özellikle de öfkesine (bkz. 8. kriter) kapılıp giden bir hali vardır. Görüşmenin başında iyi bir izlenim bırakmaya teşebbüs etse de sonunda öfkesi patlar ve bu, bir dizi suçlamayı da beraberinde getirir. Hatta Jenny genel olarak her daim her şeye sinirli gibidir. Vera'dan nefret eder, "şeytan" erkek arkadaşıyla kavga eder. Vera'yla evlenip onu ve annesini terk ettiği için babasına kızgındır ama babasının, ona karşı işlediği bu "suçlardan" haberi yoktur. Bazen öfkesi öyle tırmanır ki Vera'yı ve babasını ona zarar vermeye çalışmakla suçlar (bkz. 9. kriter). Belki de hayatın nasıl bu kadar nahoş bir noktaya geldiğini tahayyül edemiyor, olayların böyle berbat bir seyir izleyebilmesinin ancak şer odaklarının müdahalesiyle mümkün olabileceğine inanıyordur.

Jenny'nin kimsenin onu anlamadığını düşündüğü, kendini yabancılaşmış, yalnız kalmış hissettiği açıktır. Elbette herkes ara sıra böyle hissedebilir ama Jenny sürekli olarak "içi boşalmış gibi" hissettiğini bildirir, ki bu da boşluk duygularına işaret etmekle beraber (bkz. 7. kriter) daha ziyade dissosiyasyonla ilişkili durmaktadır (bkz. 9. kriter). Jenny, örneğin hayatın bazen "yavaş çekimde iler-

lediğini" söyler, kendisi de "olan biteni 'dışarıdan' seyreden bir gözlemci gibidir". Bunlar, bilincin normalde bütünleşik olan işlevlerinde çöküş yaşanmakta olduğuna delalettir. Kendisini bu tür bozbulanık hallerden çekip çıkarmak için "kesi" yöntemine başvurur; böylelikle o keskin acının inkâr edilemez gerçekliğini kendine referans noktası alıp ani bir şokla tekrardan gerçek dünyaya dönebilir.

Jenny gibi örneklere çoğu terapist aşina olsa da, sınırda yapılanma epeyce tartışmalı bir konu olmuştur. Hatta sınırda tabirinin kendisi, doğrudan tanımla ilgili sorunlara işaret etmektedir. Mantıken, alametifarikası başka bir şeyin sınırına dayanmak olan bir şeyin bağımsız bir varoluşu olamaz. Bu doğrultuda sınırda kişiliğin defalarca baştan tanımlanmış olması şaşırtıcı değildir. Zanarini ve Frankenburg (1997) altı ana tarihsel anlayıştan bahsederler:

1. Sınırdalığı, nevrozdan psikoza çeşitli karakter patolojileri barındıran bir kişilik örgütlenmesi seviyesi olarak gören (Kernberg, 1967) psikodinamik yaklaşım.
2. Ruhsal bozuklukların biyolojik kökenli olduğuna ve haliyle, Gunderson'ın (1984) çalışmalarında görüldüğü gibi ayrı kategoriler biçiminde tanı alması gerektiğine ilişkin neo-Kraepelinci görüşün etkisini yansıtır. Sınırda terimi kategorik bir anlayışa açıkça ters düşse de, *DSM* bu yaklaşımı destekler.
3. Geçici psikotik durumlar yaşama eğilimini temel alır ve sınırdalığı şizofreniyle süreklilik ilişkisi içerisinde görür.
4. Duygularda ani değişimler, asabiyet, kronik depresif durumlar üzerinden düşünür ve sınırdalığı duygudurum bozukluklarıyla aynı yelpaze üzerinde görür (Akiskal, 1981).
5. Doyumu erteleyememeye odaklanır, sınırdalığı madde kullanımı ve antisosyal kişilikle bağlantılı bir dürtü kontrol bozukluğu olarak görür (Zanarini, 1993).
6. Çoğu sınırda kişinin geçmişinde cinsel istismar olduğu inanışından yola çıkarak, bu sendromun travma sonrası stres bozukluğuyla pek çok ortak noktası olduğunu öne sürer (Herman ve Van der Kolk, 1987; Kroll, 1993).

Sınırda kişiliğin tarihçesinde yer alan bu akımlardan her biri kendi yazınını oluşturmuş, bazılarında bu yazın yüzlerce makale içerir hale gelmiştir. Hatta sınırda kişilik hakkında diğer kişilik bozukluklarında olmadığı kadar (burada etraflıca gözden geçirip bütünlüklü olarak sunamayacağımız kadar) fazla yazılıp çizilmiştir. Yer kısıtlaması dolayısıyla bu bölümün iki asli amacı vardır: İlk olarak sınırda kişilik sendromunu tanımlamaya yönelik (temelde biyolojik ve psikodinamik yaklaşımların çatısı altında toparlanabilecek) girişimlerdeki güncel ve tarihsel meseleleri ele almak; ikincisiyse, her ne kadar ihtilaf ve tavizler

yüzünden bu sendrom heterojen bir kavram olarak kalmışsa da, sınırda kişiliğin semptom ve özelliklerini tartışarak okuyucuda bu insanlara dair bir izlenim oluşturmaktır.

Jenny örneğini verdiğimize göre artık bu bölümün planında yer alan diğer meselelere geçebiliriz. Önce normallik ile anormalliği kıyaslayacak, ardından temel sınırda temanın çeşitlerine geçeceğiz. Sonrasında sınırda kişiliğe biyolojik, psikodinamik, kişilerarası ve bilişsel yaklaşımları açıklayacağız. Bu bölümler kişiliğin bilimsel yanının özünü oluşturuyor. Jenny gibi karakter tasvirlerinde gözlemlediklerimizi açıklamaya çalışmaktaki amacımız, edebi anekdotların ötesine geçip kuram sınırları içerisine girmektir. Her zaman olduğu gibi tarihle tasviri yan yana vererek, her biri bozukluğun farklı tarafına odaklanmış eski düşünürlerin katkılarına değineceğiz. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama her kişilik bozukluğunda bu hipotezlerin geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda vardır. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" bölümünde kişilik bozukluğunun nasıl evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göstereceğiz. Ayrıca sınırda kişilikle diğer kuram temelli yapıları karşılaştırarak, sınırda kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiğini tartışacağız. Son olarak bozukluğun psikoterapiyle nasıl tedavi edilebileceğini ele alacağız ve yine malzememizi alandaki klasik yaklaşımlar yani kişilerarası, bilişsel ve psikodinamik yaklaşımlar doğrultusunda düzenleyeceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Apaçık ağır semptomlarına rağmen sınırda kişiliği bir ucunda normalliğin yer aldığı bir yelpaze üzerinde düşünebiliriz. **Değişken tarz** (Oldham ve Morris, 1995) hız treni misali bir hayat sürer. Sık iniş çıkışlar kaidedir, bağlanma ise tüm ilişkilerin merkezi temasıdır. Sınırda kişinin terk edilmemek için delice çabalamasının bir yankısı da, her zaman tutkulu bir romantik ilişki içinde olma arzusudur. "Bu kişiler" diye açıklar söz konusu yazarlar, "deneyimlerini mantıksal olarak değil duygusal olarak işlemler, duygularını spontan ve yaratıcı biçimde ortaya koyarlar." Sosyal açıdan canlı ve cezbedici kimselerdir; muhtelif rol ve değer sistemlerini tecrübe etmeye açıktırlar. Bağımlı ve histrionik kişiliğin bazı yanlarını onlar da taşır, partnerleriyle hemen yakınlaşmayı, adeta ruhlarının bütünleşmesini (hatta daha bile yoğununu) arzu ederler. Başkalarından da aynısını bekler, benzer bir arzuyla karşılaşmayınca hemen incinirler. Bu sayılanların çoğu Jenny için geçerli olmakla beraber onun patoloji düzeyini yansıtmaya yetecek kadar ağır değildir.

Sınırda kişiliğin normal bir çeşidini geliştirmenin bir yolu da *DSM-IV*'te sıralanan sınırda kişilik bozukluğu özelliklerinin daha uyumlu paralel versiyonlarını

yaratmaktır (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olan kişi ufukta gördüğü terk edilme ihtimalinden kaçınmak için neredeyse her şeyi yapabilecekken, sınırda kişilik tarzı olanlar sadece ilişkilerindeki bağın kalitesini etkileyebilecek şeylere hassastır. Sınırda kişilik bozukluğu olanların idealleştirme ve değersizleştirme arasında sıkça gidip gelen dengesiz ilişkileri vardır, bu kişilik tarzından olanlarsa çevresindekilerin davranışlarına veya olan bitenlere gerekenden fazla anlam yükleyebilmekle beraber ilişkilere daha gerçekçi ve çok boyutlu bir yerden yaklaşabilir. Bozukluğu olanlarda kimlikte bir sıkıntı vardır, benlik imgeleri dengesizdir. Bu tarzdan olanlarsa farklı yaşam tarzlarını, rolleri, değer sistemlerini merak ederek, hayata daha deneysel yaklaşarak kendilerine olan güvensizliklerini hafifletir. Bozukluğu olan biri kendine zarar verebilecek biçimde dürtüsel davranabilir. Oysa tarzı olanlar sadece heyecan arayışındadır; üstelik bunu deneyimlerinden bir şeyler eksiltecek şekilde değil, bilakis onu zenginleştirecek şekilde yaparlar.

Öfkeli üvey kızımız Jenny, saydığımız bu karşıtlıkların her birinde açıkça patolojik tarafa yakındır. İlişkisel bağlarının niteliğiyle meşgul olmanın çok ötesinde davranışlarında, özellikle de babasıyla ve üvey annesiyle ilişkili yoğun, baskın bir terk edilme teması egemendir. Olaylara gereğinden fazla anlam yüklemek şöyle dursun, Jenny'nin başta Vera olmak üzere diğer insanlara ilişkin duyguları sevgi ile nefret arasında salınır. Değil kimliğini besleyecek şekilde deneysel ve meraklı olmak, Jenny duygusal çalkantılarıyla öyle meşguldür ki hayatta kendine hedefler koymaya veya gerçek değerler geliştirmeye sıra gelmez. Son olarak Jenny hayatını zenginleştirecek bir heyecan arayışı sergilemez. Bilakis zararlı biçimde dürtüseldir, ki madde kullanmak ve erkek arkadaşının cipinden atlamak da bu dürtüselliğe dahildir.

Sınırda kişiliğin diğer tanı kriterlerini de normallikle aynı yelpazeye yerleştirmek mümkündür (bkz. Sperry, 1995). Bozukluğu olanlar duygusal açıdan dengesizdir, intihar meyilli hareketlerde bulunur veya kendilerine zarar verecek davranışlar sergiler. Sınırda tarz ise spontan davranma eğilimindedir, duygularını yoğun yaşar, sadece nadiren aşırı veya abartılı tepkiler verir. Bozukluğu olanlar kronik boşluk duygularından mustariptir; bu tarzdan olanlarsa hayatlarını daha eğlenceli kılmak adına sosyal etkinliklere bizzat katılır, yaratıcı uğraşların peşinde koşar. Bozukluğu olanlar kontrol altına alınması güç öfke patlamaları yaşar. Tarzı olanlarsa duygularını daha yoğun yaşamakla beraber bir adım geri çekilip ruh hallerinin başkalarını nasıl etkilediğini görebilir. Bozukluğu olanlar strese girdiklerinde geçici paranoid düşünceler ve dissosiyatif semptomlar baş gösterebilir, tarzı olanlarsa bu semptomlara karşı kırılgan değildir.

Sınırda kişiliğin saydığımız bu özelliklerini Jenny örneğinde görürüz fakat onunki bu karşıtlıkların patolojik olanlarına daha yakındır. Sıradan birine kıyasla duygusal açıdan daha hararetli veya spontan olmak şöyle dursun, klinik görüş-

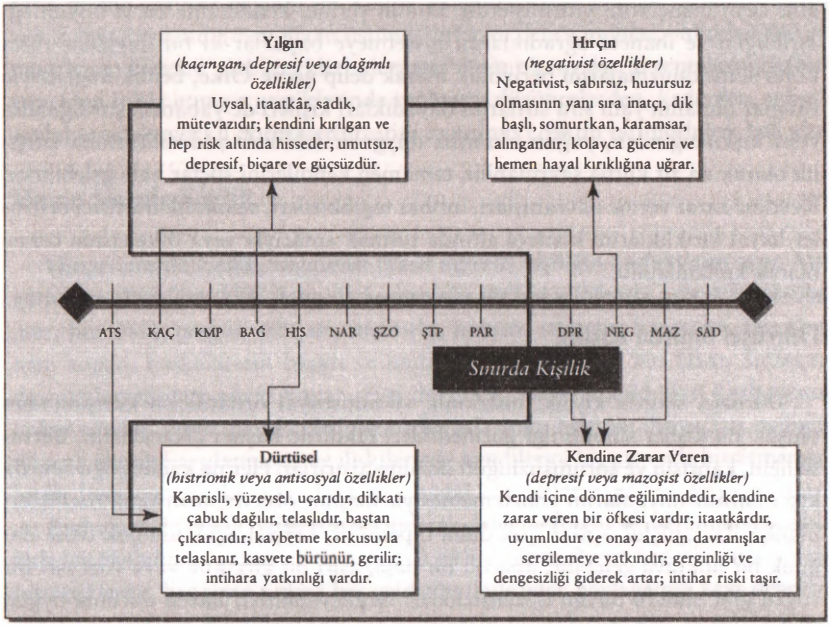
menin daha en başından ve erkek arkadaşıyla olan kavgalarından rahatlıkla anlaşıldığı üzere, Jenny'nin duyguları fazlaca değişkendir. Ayrıca duygularını öyle yoğun yaşar ki iş dissosiyatif disfori noktasına varır ve Jenny bunu, jiletle kendini keserek "tedavi eder". Son olarak, güç bela kontrol altına alabildiği şiddetli öfke dönemleri vardır. Görüşmenin başındaki sözüm ona düzgün davranışlarının hızla erozyona uğraması, arkasından Vera'ya yönelik nefret ve suçlama selinin gelmesi buna delalettir. Bockian'ın (2002) kısa ve öz şekilde açıkladığı üzere, sınırda kişilik bozukluğu olan kişiler hayatları boyunca bir tür kimlik duyumu elde edebilmek için uğraşırken bir yandan da yetersizlik duygularını, dürtüselliklerini, kendine zarar verme davranışlarını ve hatta intihar düşüncelerini yönetmeye çalışırlar.

## Sınırda Kişilik Çeşitleri

Genellikle kişilik bozukluklarına tekil olarak teşhis koymak zordur; hele ki sınırda kişilikler en sık yanlış tanı alanlardandır (Bockian, 2002). Gerek kuramlara gerekse araştırmalara bakılırsa *DSM*'de tarif edilen sınırda örüntü, tek tük istisna haricinde hemen her kişilik bozukluğuyla örtüşür. Sınırda tanısı alan kadınlar erkeklere oranla iki kat hatta daha da fazla olduğundan bağımlı, histrionik, kaçıngan, depresif ve negativist özellikleri olanlar da yaygındır. Gel gelelim her bireyin, taşıdığı bu özellikler için farklı bir gerekçesi vardır. Genel olarak, hayatının merkezine başkalarını alan her kişilik örüntüsü sınırda kişiliğe dönüşme riski taşır. Sizi duygusal açıdan destekleyecek ve her ihtiyacınızı karşılayacak kişilerle büyülü biçimde yekpare olma arzusu, hem ego zayıflığının hem de kimlik bozukluğunun işaretçisidir ve kişilerarası ilişkilerde dengesizliğe, diğer insanların uzaklaşmakta olduğu hissedildiğinde baş gösteren boşluk ve çaresizlik duygularına yol açar. Öte yandan kompülsif, sadist, paranoid veya narsisist kişilikli bazı erkeklerin *DSM*'ye dayalı bir sınırda kişilik tanısı alma ihtimali daha düşüktür zira bu kişilerde dogmacılık, haksızlığa uğradığı algısından doğan öfke ya da büyüklenmecilik benliğin tutarlılığını yapay biçimde güçlendirir, ona sınırda kişiliğin daha geçirgen sınırlarına uymayan katı sınırlar kazandırır. Şekil 14. 1'de sınırda kişiliğin alttiplerini özet halde bulabilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.

### Yılgın Sınırda Kişilik

**Yılgın** sınırda kişilik bağımlı ve kaçıngan örüntülerin karışımıdır. Bu kişiler sadece bir veya iki kişiye biat ederek bağlanma stratejisi izler. Başlıca kişilik özellikleri arasında rekabetten kaçınma, sadakat ve tevazunun yanı sıra mazoşist itaat ve parazitimsi bir yapışkanlık sayılabilir.




**ŞEKİL 14. 1** Sınırda Kişiliğin Çeşitleri

Yalnızca tek bir kişiye sırtlarını dayayan yılgın sınırda kişilikler "tüm yumurtalarını aynı sepete koymuş" olurlar. Hayatta tutunacak tek dallarının her daim tehdit altında olduğuna inandıklarından, dünyalarına daima dengesizlik hâkimdir. Haliyle, güvenlik hissedemeyişleri ve çaresizlikleri zihinlerini hep meşgul eder. İlişkilerini güçlendirebilmek için bulduklarına yapışır, kendi kimliklerini partnerlerininkiyle birleştirirler. İhtiyaçları bu kadar büyük olunca, soyutlanma veya yalnızlık duygusu onları hemen panikletir, depresif veya güçsüz hissetmelerine neden olur. Bazı sorumlulukları gözlerinde çok büyütürler, her şey onlara yük gelir; hayatı boş ve ağır bulurlar. Her şeyin beyhude olduğu hisleri şiddetlenirse, belirgin bir depresyon veya çocuksu bir bağımlılık tablosuna bürünebilir, insanları onlara bebek gibi bakmaya mecbur bırakabilirler.

Yılgın sınırda kişiliklerin bazıları da depresif kişiliğin özelliklerini taşır. Bu bireylere vazifeşinas ve edepli olmaları öğretilmiştir. Otoriteye saygı duyarlar, mizahtan anlamayan sıkıcı bir tarzları olabilir, uyumlu ve itaatkâr davranışlarının ödüllendirilmesini beklerler. Bu ilişkisel antlaşmanın fazlaca ihlal edildiğini, insanların vaat edilen yakınlık ödülünü bencillikleri yüzünden göstermediğini hissettikleri noktalarda sınırda kişilik özellikleri ortaya çıkmaya başlar. Artık içerlemiş, öfkelenmiş, karşı tarafa uyum sağlamanın terk edilmelerini önleyece-

ğine olan inançlarını yitirmişlerdir. Bunun yerine, kendilerine zorla boyun eğdirildiğini ve ihanete uğradıklarını hissetmeye başlarlar ki bu duygular rutin kontrol mekanizmalarını periyodik olarak delip geçer. Öfke, benlik imgeleriyle tutarsız olmanın yanı sıra sırtlarını dayadıkları kişileri de yabancılaştırdığından veya kışkırttığından, yoğun olumsuz duygular tehlikeli addedilir. Buna karşılık olarak da zıt kutba savrulabilir, tamamen kendilerini suçlar hale gelebilirler. Kendine zarar verme davranışları, intihar teşebbüsleri, sembolik dürtüsel eylemler hayal kırıklıklarını kontrol altında tutmak amacıyla veya öfkelerinin cezası olarak kullanılabilir.

## Dürtüsel Sınırda Kişilik

**Dürtüsel** sınırda kişilik, histrionik ve antisosyal örüntülerin karışımından oluşur. Bu kişiler sürekli ilgi görmedikleri takdirde baştan çıkarıcılığın, dürtüselliğin, kaprisin ve sorumsuzluğun dozunu artırırlar. Her ne kadar çoğu sınırda kişi olumsuz duygularını yönetememesiyle meşhur olsa da, histrionik özellikleri olanlar davranışsal açıdan çok daha hiperaktif, bilişsel açıdansa çok daha dağınık bir noktaya gelebilir; abartılı bir neşe, aşırı bir girginlik veya yüzeysel bir coşku gibi olumlu duygu düzensizlikleri sergileyebilirler. Bazen duruma uygun davranma ve muhakeme becerilerini hepten yitirirler. Antisosyal öyküsü daha ağır basan kişiler hepten fevri ve düşüncesiz davranmaya başlar, kendilerini sosyal sınırlamalardan kurtarmaya uğraşırken sonrasını planlamayı ihmal edebilir veya davranışlarının yol açacağı sonuçları önemsemeyebilir. Sınırda düzeyde, temel histrionik ve antisosyal örüntülerin stratejileri eskiye nazaran pek az başarıya ulaşır. Hal böyle olunca da çokça hayal kırıklığı yaşamaları, muhtaç oldukları güvenlik duygusuna uzun süre erişememeleri, umutsuzluğa ve depresyona yenik düşmeleri olasıdır.

Dürtüsel sınırda kişiliğin; kaotik bir aile ortamında (Linehan, 1993) veya dramatik olayları ve uyaran çeşitliliği arzusunu teşvik edip kişiyi sıkıntıya tahammülsüz kılan pembe dizi tadında bir çevrede (Benjamin, 1996) yetişmiş olması kuvvetle muhtemeldir. Bu kişilerin çoğu ancak ebeveynleri onların teşhirci bir performansını fark ettiğinde veya yaramazlıkları fondaki kaos ve ihtilafı bastıracak kadar çarpıcı olduğunda güvenlik ve bağlanma hislerini deneyimleyebilmiştir. Çoğu teşhirci ebeveyn modellerine maruz kalmış ve özgüvenlerinin temeli olarak biyolojik cinsiyet rollerine dayalı klişe iltifatlardan medet ummayı öğrenmiştir (Histrionikler bu iltifatları fiziksel çekicilikleri, antisosyaller ise erkeksilikleri dolayısıyla duymuştur.). Genelde dışsal ödül kaynaklarına karşı aşırı hassastırlar ve alımlı unsurlar arasında dürtüsel, değişken bir salınım içindedirler. Dış dünyaya bu şekilde uyumlandıklarından, stresli dönemlerde onlara

çapa görevi görecek sağlam bir kimlik geliştiremezler. Haliyle de altlarındaki zemin hep kaygandır, hep diken üstündedirler ve delice muhtaç oldukları ilgi ve uyarılmayı kimden alabileceklerinden asla emin olamazlar. Durumlarını kabul etmekten inkâr etmeye geçtiklerinde saplantılı düşüncelerden, kederden, umutsuzluktan müteşekkil dönemlerin yerini uyarılmış coşkun bir mutluluk hali alır.

## Hırçın Sınırda Kişilik

**Hırçın** sınırda kişilik, negativist (pasif agresif) kişiliğin özelliklerini taşır. Negativistin aktif ikircikliği daha da kontrolsüz bir hal aldığında ortaya öngörülemez, huzursuz, gergin, sabırsız, sinameki, huysuz, suratsız, karamsar, buluttan nem kapan, başkalarının başarı ve mutluluğunu kıskanan biri çıkar. Sırtlarını dayadıkları kişilere gönül koyar, sevgi dilenmek zorunda kaldıkları kişilerdense nefret ederler. Diğer sınırda alttiplerine kıyasla çoğu hırçının ihtiyaçları nadiren düzenli olarak karşılanmıştır ve ilişkilerinde kendilerini hiç güvende hissetmemişlerdir. İnatçı ve talepkâr olan bu kişiler hayal kırıklıklarını açıkça dışa vururlar.

Başkalarında teselli bulamayınca giderek daha da hırçın ve memnuniyetsiz bir hale bürünebilir, iki patolojik uç arasında sıkışabilirler. Bazen kendilerini değersiz hissettiklerini, her şeyin onlara boş geldiğini ifade eder, hayli gergin veya depresif bir moda girerler. Kendilerini suçlar veya suçlu olduklarına dair sanrılara kapılırlar. Bazen de alışkanlık haline getirdikleri negativizmleri tamamen akıldışı bir noktaya varır, onları gerçekliği çarpıtan öfke krizlerine sürükler, başkalarından abartılı taleplerde bulunmalarına ve onları tuzağa düşürdüğünü veya tahammül edemeyecekleri çatışmaların içine sürüklediğini düşündükleri kişilere amansızca saldırmalarına neden olur. Duygudurumlarını, bir şey yapılmadığı takdirde daha fazla bela çıkacağı tehdidini savurmak için kullanırlar. Ne var ki tüm bu kontrolsüz patlamaların ardından, hırçınlar düşmancıl tavırlarını kendilerine yöneltir ve pişmanlık duyar, affedilmeyi talep eder, artık uslu duracaklarına ve çizgiyi aştıkları durumları da telafi edeceklerine söz verir. Ya da hem ilgi çekmek hem de insanlara sorumluluk yüklemek amacıyla çok bitkin olduklarını ifade edebilir veya somatik bozukluklardan yakınabilirler. Çocukken muhtemelen hor görüldüklerini, kandırıldıklarını hissetmişlerdir; çocuğu maşa olarak kullanan bakım verenler arasındaki güç çatışmasının ortasında kalmış olabilirler. Onların gözünde duygusal yakınlık asla çatışmalı duygulardan azade olmamıştır.

Georgia vakasını ele alalım (bkz. Vaka 14. 2). Sorunlu bir ebeveynle baş etmesine yardımcı olacak tavsiyeler alma ümidiyle üniversitenin danışmanlık birimine başvuran Elizabeth, annesi Georgia'dan bahseder. Georgia'da sınırda ve negativist kişiliklerin pek çok özelliği bir aradadır. Örneğin Elizaheth'i suçlamakla onu sevgiye boğmak arasında gidip gelir ki böylesi bir idealleştirme ve

## *Odak Noktası: Risk Faktörleri*

### HIV ve Kişilik Bozuklukları

**Yüksek Riskli Davranışlar ve Hastalığa Yatkınlık**

İnsan Bağışıklık Yetmezlik Virüsü (HIV) taşıyan bireyler arasında kişilik bozuklukları daha yaygındır ve sınırda kişilik de bu anlamda en sık rastlanan bozukluklardan biridir. Örneğin Perkins, Davidson, Leserman, Liao ve Evans (1993) kişilik bozukluklarının HIV-pozitif kişilerde HIV-negatif olanlara kıyasla daha sık görüldüğünü ve sınırda kişiliğin başat tanı olduğunu bulmuşlardır. Daha sonra yapılan çalışmalar da bu bulguları desteklemiştir. Boylamsal bir araştırma yürüten Jacobsberg, Frances ve Perry (1995) seropozitif kişilerin neredeyse beşte ikisine kişilik bozukluğu tanısı koyulabildiğini keşfetmişlerdir. HIV taşıyıp taşımadığını bilmeyen kişilerden HIV-pozitif olanların sınırda kişilik tanısı alma olasılığı, negatif olanlara göre daha fazla bulunmuştur. Kişilik bozukluklarının ve diğer ciddi ruhsal rahatsızlıkların risk değerlendirme becerisini baltalayabileceğini, eğitim programlarının etkinliğini azaltabileceğini tespit eden araştırmacılar da vardır (Knox, Boaz, Friedrich ve Dow, 1994).

HIV ve kişilik bozukluğu neden birlikte görülür? Kişilik bozuklukları genellikle dürtüsellikle ilişkilendirilir ve dürtüsellik de riskli davranışlarla bağlantılıdır. Tanımı itibarıyla dürtüsel kişiler eylemlerinin sonuçlarına kafa yormaz. Mesela sınırda kişiler duygularındaki ani değişimlerle ve dürtüsel hareketleriyle meşhurdur ki bu hareketlerden bazıları aşırı para harcama, ağır alkol alımı ve madde kullanımıdır. Ayrıca dürtüsellik korunmasız cinsellikle ve çok sayıda cinsel partnerle ilişkilidir; bu da HIV'in temel bulaşma yoludur. Benzer şekilde, antisosyal kişilik bozukluğu olan kişilerin olmayanlara kıyasla belirgin ölçüde daha büyük bir kısmı iğne paylaşmaktadır.

Kişilik bozukluklarını HIV'in bulaşmasıyla ilişkilendiren diğer hipotezleri test etmek için daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç vardır. Örneğin bazı narsisist kişiliklerin kendine özgü bir "bana bir şey olmaz" hissi taşıması veya prezervatif kullanmasına gerek olmadığına inanması muhtemeldir. Bağımlı kişiler, korunmasız cinsellik talep eden partnerlerini geri çevirmekte zorlanabilir. Sadistik özellikleri olanlar kasten insanlara hastalık bulaştırabilir. Antisosyaller cinsel öyküleri veya HIV taşıyıp taşımadıkları konusunda yalan söyleyebilir. Toplumumuzda tek gecelik ilişkiler yaygın olduğundan bu tür bir cinsel yaşamları olanların, partnerlerini yüksek riskli davranışlarla ilişkili olabilecek kişilik özellikleri bakımından değerlendirmesi gerekmektedir.

değersizleştirme sınırda kişilik emaresidir. Negativistin ideal sevgiyi tekrar tesis etmeye çabalama temayülüyle tutarlı biçimde, Georgia evliliklerinin başında eşi Harold'a hayranken sonraları ona ilgisi kaybolmuş, Harold'un onun için yaptıklarının asla doğru veya yeterli olmadığını öne sürmeye başlamıştır. Hatta en hırçın anlarında Georgia size bugüne dek kimsenin onu takdir etmediğini söyleyecektir. Negativist kişiliğe has olan bu sonuncu özellik burada sınırda kişiliğin dengesiz ilişkileriyle birleşmiştir. Mahalledekilerle sosyal teması, sinir krizleri

geçirmesi, insanları kendinden uzaklaştırması hep buna delalettir. Ayrıca Georgia'nın kariyer geçmişine baktığımızda da tipik bir negativistle karşılaşırız; kendisine kötü muamele edilmesinin simgesi addettiği ufacık bir sorunu öyle büyütür ki işyerinde infial çıkar, nihayetinde işini kaybeder. Gel gelelim öfkesi ve yaşamda anlamlı bir yön bulamayışı da sınırda kişilerdeki kimlik bozulmasının, istikrarsız duygulanımın ve ani uygunsuz öfkenin işaretleridir. Hatta normalde pasif agresif birinden beklenmeyecek kadar yoğun bir öfke ortaya koyması, vakanın alametifarikalarındandır.

Öyküsüne bakıldığında Georgia'nın tek ve sabit bir eylem planı oluşturmasına engel olan çözümsüz bir çatışmada sıkışıp kaldığı görülmektedir. Yaşamındaki önemli kişilerle duygusal yakınlık kurmayı, onların onayını almayı delice istese de bunu nasıl talep edeceğinden emin değil gibidir. Ayrıca kalbi hayli kırık olsa da öfkesini ifade etmekten korkmaktadır. Hal böyle olunca da sürekli bir çalkantı içindedir. İlk başta uysal ve sırnaşık davranmayı denese de bu işe yaramayınca patlayıp sevilmediğine, takdir edilmediğine yönelik suçlamalar ortaya atar. Umutları suya düşen Georgia giderek daha düşmancıl bir tavır takınmaya başlar. Kırgınlıkları kendi içine döner, suçluluk ve değersizlik duyguları yaratır.

## Kendine Zarar Veren Sınırda Kişilik

Sınırda kişilerin hepsi arada sırada kendine zarar verecek, hatta fiziksel olarak incitecek davranışlar sergileyebilir. **Kendine zarar veren** sınırda kişilik tipinde ise bu, eşzamanlı olarak görülen mazoşist örüntünün ihtiyaçlarına hizmet eder. Hırçın sınırda kişilik gibi, kendine zarar veren tip de başkalarının yanında kendine rahat bir yer açamaz. Gel gelelim hırçın tipin aksine, kendine zarar veren sınırda kişiler zamanla insanların sabrını daha da sınayan, daha da sert bir tutum sergilemez. Bunun yerine, mazoşist özellikleri onları kendi içlerine dönmeye iter; böylelikle yıkıcı duygularını kendileri üzerinden dışa vurabilirler. Bu kişiler bir zamanlar dışarıya sosyal ve uyumlu bir görüntü sergilemiştir. Oysa alttan alta hem bağımsız olmayı arzulamış hem de özerklikten ciddi ciddi korkmuşlardır. Dolayısıyla sosyal ortamlardaki edepli davranışları aslında başkalarının beklentilerine boyun eğmeye ilişkin derin çatışmalarını gizlemeye hizmet etmiştir. Bu karşıt eğilimlerini yönetebilmek için, kendini sınırlandıran ve kendini feda eden biri imajı oluşturmaya çalışmışlardır. Sürekli itaat eden ve onay beklentisi içinde olan bu kişilerin çoğunun, uyumlu davranışlarıyla üstlerini etkilemek için atmadığı takla kalmamıştır. Tüm bunları yaparken bir yandan da bağımlılıklarını reddetmiş, böylece içinde bulundukları çatışmalı hal daha da ağırlaşmıştır.

Bazen bu tür karşıtlıklar doğrultusunda olay çıkarmış; haksızlığa uğradıkları, başkalarınca hayal kırıklığına uğratıldıkları ve onaylanmadıkları, artık ita-

**VAKA 14. 2**

21 yaşındaki Elizabeth, evdeki bazı sorunlarla ilgili profesyonel yardım almak amacıyla üniversitenin danışmanlık merkezine başvurmuştu. Annesi Georgia'nın psikolojik sorunları çok eskiye dayanıyordu ve bu aralar da zor bir dönemden geçmekteydi.

Georgia; annesi, eşi, çocukları ve işverenleri de dahil kimsenin bugüne dek onu takdir etmediğine inanıyordu. Ortadirek bir ailenin ortanca çocuğuydu. Üç kardeşin ikincisiydi, onu hep o dönem dört dörtlük bir öğrenci, şimdiyse meşhur bir avukat olan ablasıyla kıyaslıyor, Georgia'yı yetersiz buluyorlardı. Çünkü Georgia vasat bir öğrenciydi, gerçi öğretmenleri istese daha başarılı olabileceğine inanıyorlardı. Geogia ailenin "yüz karası" idi, annesinin beklentilerini asla karşılayamamıştı. Sık sık patlak veren tartışmalarda annesinin ona defalarca "Ne kadar sefil bir çocuk olduğunu fark ettiğimde keşke seni terk etseymişim" dediğini hatırlıyordu.

Georgia, liseden mezun oldukları yaz Elizabeth'in babası Harold'la evlenmişti; o günlerde Harold'a hayrandı. Harold da Georgia için elinden gelen her şeyi yapmıştı ama nedense hiçbiri ona doğru veya yeterli gelmemiş, Georgia'nın Harold'a karşı tutumu değişmişti. Elizabeth'in sağlam biri olarak nitelendirdiği Harold, Georgia'yı "hayatını bir türlü yoluna koyamayan" garibanın teki olarak görüyordu. Elizabeth ve küçük erkek kardeşi annelerinden olabildiğince kaçınıyorlardı. "Bazen modu birden değişiyor, mesela sizi suçlarken birden sevgisiyle sizi boğmaya başlayabiliyor" diye anlatıyordu Elizabeth. "Sizi sevsin mi, sizden nefret mi etsin karar veremiyor. Çok saçma." (2)

Georgia'nın bu dengesiz davranışlarının hem sosyal alanda hem de kariyer anlamında benzer sonuçları olmuştu. İyi bir ilk izlenim yaratsa da, girdiği sayısız yarızamanlı işin hepsi aynı şekilde, Georgia'nın ufak bir sorunu abartıp gördüğü muameleden dolayı infial yaratmasıyla son bulmuştu. (6) Sosyal iletişimleri de aynı seyri izlemişti. "Mahalledeki herkesi kendinden uzaklaştırdı" diye anlatıyordu Elizabeth. "Bazı insanları kızdırdı, bazılarını yapışkan tavırlarıyla boğdu, bazılarına ikisini birden yaptı. Her defasında (8) aynı şey: Arkadaş ediniyor, sonra bir sinir krizi geçiriyor, onlara sövüp sayıyor. (9) Mahalle faaliyetlerinin dışında kaldığında da sinirleniyor çünkü buluşup onu dışlamanın yollarını aradıklarına inanıyor."

Şimdi Georgia depresyon tedavisi kapsamında haftada iki gün terapiye devam ediyor. Elizabeth'in anlattıklarına göre Georgia'nın öyküsünde (5) intihar tehditleri de vardı ama hiç tehditten ileri gitmemişti. Şu sıralar, (8) çocukların üniversite masrafları için kenara koydukları paranın bir kısmını Karayipler'de bir aylık tatile harcamayı Harold reddettiği için çok öfkeli; bir (4) daha onunla konuşmayacağını söylüyor. Harold'ın buna tepkisiyse bıkkınlıktan ibaret.

Sınırda Kişilik Bozukluğu

*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve muhtelif bağlamlarda görülen sürekli bir örüntüdür; kişilerarası ilişkilerde, benlik imgesinde ve duygulanımdaki dengesizliklerle kendini belli eder; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. Gerçek ya da hayali bir terk edilmeden kaçınmak için çılgınca çaba gösterme (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.).
2. İdealleştirme ve değersizleştirme uçları arasında gidip gelen dengesiz ve şiddetli bir kişilerarası ilişki örüntüsü vardır.
3. Kimlik karmaşası: Sürekli olarak belirgin biçimde dengesiz bir benlik imgesine ya da benlik duygusuna sahiptir.
4. En az iki alanda, kendine zarar verme riski de yaratan dürtüsellik (örneğin para harcama, cinsellik, madde kullanımı, pervasızca araba kullanma, tıkınırcasına yemek) (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.).
5. İntihar meyilli mükerrer hareketler, intihar tehditleri veya kendine zarar vermeye yönelik davranışlar.
6. Duygulanımdaki belirgin tepkiselliğe bağlı olarak duygudurumda dengesizlik (örneğin şiddetli süreksiz disfori, sinirlilik veya birkaç saat, nadiren birkaç gün süren kaygı).
7. Kronik boşluk duyguları.
8. Uygunsuz, yoğun öfke ya da öfkeyi kontrol etmekte zorlanma (örneğin öfkeyi sık sık dışa vurma, geçmek bilmeyen öfke, sık sık kavgaya karışma).
9. Stresten kaynaklanan gelip geçici paranoid düşünceler veya ağır dissosiyatif semptomlar.

atkârlıklarının, gayretlerinin ve fedakârlıklarının yeterince ödüllendirilmediği gerekçesiyle sert eleştirilerde bulunmuşlardır. İkircikli duygular böyle baskın olunca, kendine zarar veren sınırda kişiler genellikle muhtelif fiziksel semptomlardan şikâyet etmeye başlar. Olumsuz duygularını boşaltmak için kullandıkları daha nazik ve incelikli yöntemlerin kendi ayaklarına dolandığı ortaya çıktığında, gerilim ve depresyon kaldırabilecekleri düzeyi aşar. Diğer insanları onları hor görmekle, değerlerini sıfırlamaya çalışmakla, onları terk etmenin yollarını aramakla suçlayabilirler. İlgi ve teminat taleplerini haddinden fazla dile getirmeye başlayabilirler. İntihar edeceklerini, böylelikle insanları onları yavaş yavaş yok etme zahmetinden kurtaracaklarını iddia edebilirler. Kendine zarar veren ve yılgın sınırda kişilik alttipleri kendilerini sürekli aşırı kırılgan pozisyonlara sokarak, insanlara onları canından bezdirecek kadar yapışarak, bağlanarak kendi patolojilerini pekiştirirler.

## Biyolojik Yaklaşım

Özellikle de şiddetli duygusal salınımlar, duygulardaki hızlı değişimler nedeniyle gözlemciler, sınırda kişiliğin biyolojik bir anomaliden kaynaklandığı veya en azından bu yönde gelişimi teşvik eden bir yatkınlığın bulunduğu ihtimali üzerinde durmuşlardır. Sınırda kişilerin Jenny ve Georgia örneklerinde gördüğümüz yoğun duygusal tepkiselliğini besleyecek biyolojik bir temel, elzem görünmektedir. Ne de olsa öfke son derece uyarıcı bir duygudur; Jenny'de bunu vaka öyküsü boyunca gözlemleriz. Bir diğer seçenek de doğrudan tepkiselliğin biyolojik kökenli olduğunu varsaymaktır. Belki bazı insanlar başkalarına nazaran olumsuz uyaranlara görece daha şiddetli tepkiler verebilir ama sınırda kişiler bu yelpazenin en tepe noktasına karşılık gelir.

Sınırda kişiler sadece abartılı hareketler sergilemekle kalmayıp aynı zamanda sıkça depresifleşebildiğinden, sınırda kişilik kavramı ilk zamanlar manik depresif hastalığın tarihçesiyle karışmıştır. En eski dönemlerden bu yana yazarlar şiddetli ve değişken ruh halleri olan kişileri fark etmişlerdir. Homeros, Hippokrates, Aretaios gibi isimlerin hepsi fevri bir öfkeden, yoğun hareketlilikten, çabuk sinirlenme ve depresyondan bahsetmiş, bu "nöbetler" arasındaki salınıma ve bunların ne tür insanlarda vücut bulduğuna değinmiştir. Tıbbi veya bilimsel bilgilerin çoğu gibi bu ilk makaleler de ortaçağda baskılanmış, ancak Rönesans'ın başlangıcıyla tekrar günyüzüne çıkmıştır. Bu dönemde bazı yazarlar duygusal dengesizliği bu sendromun en temel noktası olarak ön plana çıkarmış, bazılarıysa heyecanla depresyon arasındaki geçişlere odaklanmıştır. Sınırda kişilikle duygulanım bozuklukları arasında olduğu varsayılan ilişki bugün dahi tartışmalı bir meseledir.

Betimleyici yaklaşımlarıyla meşhur isimler olan Kraepelin (1921), Kretschmer (1925) ve Schneider (1923/1950) bugün sınırda kişilik olarak adlandıracağımız semptomlardan söz etmiş fakat bunu daha ziyade manik depresif hastalıkla bağlantılı olarak yapmışlardır. Kraepelin ilişkili dört mizaç tespit etmiştir ki bunların biri, telaşlı kişilik, çağdaş sınırda kişiliği andırır. Bu kişiler "duygusal dengelerinde büyük dalgalanmalar" yaşayabilir, "sınırsız öfke patlamalarına kapılabilir", "sebepsiz gözyaşı dökebilir, intihar düşüncelerini dışa vurabilir, hipokondriyak şikâyetler ortaya atabilir" (s. 130-131). Kretschmer bu kişilere "sivri, gergin, sarsak, huzursuz duygusal salınımların" eşliğinde "dünyaya karşı düşmancıl bir tutum" atfetmiştir (s. 140). Günümüzdeki sınırda kişilik kavramına asıl benzeyense Schneider'in "duygudurumdaki beklenmedik, ani değişimler" ile kendini belli eden ve haliyle "bazen küçük bir uyaranın bile şiddetli bir tepki doğurabildiği" kararsız kişiliktir (s. 116). Kraepelin'e göre bu tür semptomların sorumlusu metabolik bir anomalidir. Kretschmer ise bunların, sınırda kişilik ile şizoid arasında uzanan bir mizaç yelpazesinin uç dışavurumları olduğunu düşünür. Schneider asıl sıkıntının bünyesel olduğunu, kişinin organik yapısından kaynaklandığını savunur. Sebebi her ne olursa olsun, bu tasvirlerin Georgia ve Jenny'ye benzerliği çarpıcıdır.

Sınırda kişilerin hayata güçlü mizaç özellikleriyle başladığı hipotezine insan sezgisel olarak hemen çekilir. Sınırda kişiliğin bazı başat özellikleri (dürtüselliği, çabuk sinirlenmesi, uyaranlara aşırı hassasiyeti, duygusal değişkenliği, tepkiselliği ve pek çok şeyi şiddetli yaşaması) biyolojik bir temelle ilişkilendirilmiştir. Gel gelelim her ne kadar küçük yaşlardan itibaren bazı uç özelliklerin görülmesi uzun vadede doğan uç sonuçlarla ilişkiliyse de, hemen hemen hiç kimse hayata sınırda kişilikle başlamaz. Mesela yüksek duygusal tepkiselliğe yatkın olmak yaşam boyunca hararetli ilişkilere zemin hazırlar ki anneyle çocuk arasındaki hararetli ve olasılıkla da itici ilişki bunların başında gelir. Çocuk bu özelliklerden herhangi birini taşıyorsa ebeveynlerin dikkatli davranmaları gerekir. Öte yandan sınırda kişilerin kaotik ve çoğu zaman da bir o kadar hararetli olan aile ortamı düşünüldüğünde, sınırda kişi adaylarının duygularını kontrol etmelerine veya onları ifade biçimlerini sınırlandırmalarına imkân sağlayacak davranış standartlarını içselleştirebilmeleri mümkün olmayabilir. Haliyle davranışlarını sadece biyolojik unsurlar yönetir.

Mizaç hipotezinin çağımızdaki en büyük savunucusu olan Akiskal (1981), Kraepelin'e benzer bir görüşle sınırda kişilerin ve onların aile bireylerinin sıklıkla siklotimik mizaç özellikleri taşıdığını savunur. Bu kişilerin duygudurumlarında manik depresyonu andıran dalgalanmalar yaşanır. Dışarıdan bakan biri onların duygularının rasgele ve dengesiz bir biçimde ortaya çıktığını, dışsal olaylarla hiçbir alakasının olmadığını düşünebilir. Bu açıdan bakıldığında duygusal dengesizlik bir tür kişilik özelliği gibidir; sınırda kişi de II. Eksen'den başlayıp

siklotimideki görece daha az şiddetli değişimlere ve manik depresif hastalığın abartılı döngülerine kadar uzanan bir dengesizlik yelpazesinin başlangıç noktasını temsil eder.

Sınırda kişilik konusunda nörotransmitterler arasındaki bağlantıyı inceleyen araştırmacılar da olmuştur. Siever ve Davis (1991) bu bozukluğu sinir akımındaki bozulmalarla ilişkilendirirler; serotoninin azaldığını ve norepinefrinin aşırı faal hale geçtiğini, böylelikle de davranışta ketlenme yaşanmaksızın aktivasyon meydana geldiğini öne sürerler. Sınırda kişiliğin başlıca özelliği olan dürtüsel saldırganlıkla olduğu kadar (intihar, intihar riski (Van Praag, 1991) veya kendine fiziksel zarar verme gibi) kendine yönelik saldırganca davranışlarla da serotonin arasında ilişki olduğu görülmüştür. Hatta kişilik bozukluğu olanlar arasında kimlerin serotonerjik anomalileri en fazlaysa, kendilerine yönelik saldırganlık bakımından en yüksek riski de onların taşıdığı bildirilmiştir (New, Trestman, Mitropoulou ve Benishay, 1997).

## Psikodinamik Yaklaşım

Eski analistler normal, nevrotik ve psikotik şeklinde üç işlevsellik düzeyi olduğu görüşündeydi. Herkesin bu üç düzeyden birinde işlev göstermesi beklenmekle beraber, zamanla bazı kişilerin bu üç parçalı şemaya tam olarak oturmadığı fark edilmeye başlandı. Freud'a göre, tamamen kendi içine çekilmiş bir libidosu olan psikotik hastalar psikanalize yanıt vermezdi; onların bu içe kapanıklığına olağan analitik araçlarla müdahale etmek mümkün değildi. Freud'un yeni bilimi zihnin tamamını ele alan bir bilimdi ama terapi olarak sadece nevrotiklere uygundu. Gerçekle teması iyi olan kimse, tanımı gereği psikotik değildi ve haliyle (en azından prensip itibariyle) analize uygundu.

Ne var ki zamanla, analistler psikotik denemeyecek ama standart psikanalitik terapiden de fayda görmeyen daha sıkıntılı bir grup hasta olduğunu fark etmeye başladılar. Georgia ve Jenny de herhalde bu gruba dahil olurlardı. Bu hastaların gerçeklikle temasları kesilmemiş olduğundan, varlıklarına bir açıklama getirmek gerekiyordu. Bu tür kişileri tanımlamayı amaçlayan Stern (1938) "sınırda nevroz grubu" ifadesini kullandı; nevrotik değildiler ama divana da dirençliydiler. Stern bu ilk sınırda kişilerin 10 özelliğini sıralayıp tartıştı ki bunlar arasında çabuk öfkelenme, özgüvenlerine dokunan yorumlara tepki olarak baş gösteren depresyon veya kaygı, içsel öfkeyi çevredeki düşman unsurlara atfetmek için yansıtma mekanizmasından yararlanma, "gerçekliğin sınanmasıyla ilgili zorluklar" yani muhakeme ve empatik isabet becerilerinde psikotik düzeyde olmayan eksikler bulunmaktaydı. Stern'ün katkısıyla birlikte "sınırda" terimi psikodinamik tartışmaların gayiresmi bir sabiti olma yoluna girmiş oldu.

1940 ve 1950'lerde nice yazar, sonraları çağdaş görüşün bünyesine katacağı pek çok katkıda bulunmuştur (Stone, 1986). II. Dünya Savaşı'nın hemen ardından sınırda terimi resmi analitik literatürde görülmeye başlamıştır. Schmideberg (1947, 1959, s. 399) bugün halen önem teşkil eden bazı temaları daha o günlerden görmüştür. Sınırda kişi onun deyimiyle "nevrozla psikozun nicel olarak tam ortasında durmakla kalmaz; bu tepki biçimlerinin karışım ve kombinasyonu nicel açıdan çok farklı bir şey ortaya çıkarır". Yine Schmideberg'e göre sınırda kişiler "istikrarsızlıkları konusunda istikrarlıdır" (veya Elizabeth'in aktardığı üzere babasının dediği gibi, Georgia "hayatını bir türlü yoluna koyamayan" garibanın tekidir). Sınırda kişilerin hepsi "kişiliklerinin ve yaşamlarının hemen her alanını, özellikle de bireysel ilişkilerini ve duygusal derinliklerini etkileyen bozulmalar" yaşar (1959, s. 399). Bazı yazarlar da bu terimi kullanmamakla birlikte sınırda kavramını etkilemiştir. Mesela Erikson (1956) ego kimliği ve erken kimlik oluşumu üzerine yürüttüğü (*DSM*'deki kimlik karmaşası kriterinin öncülü olan) tartışmalarla, sınırda yapıya dolaylı bir katkıda bulunmuştur.

1950'lerin başı, bu kavramın tarihinde önemli bir dönem noktasıdır (Stone, 1986). Eskiden sınırda terimi şizofreni sendromlarıyla bağdaştırılırdı. Knight (1953) ile birlikte bu kavram çok daha analitik bir form almış, bu da popülerliğinin ciddi ölçüde artmasını ve bugünkü çağdaş yapısına kavuşmasını sağlamıştır. Knight ego zayıflığının ve bunun psikotik dönemlerle bağlantısının önemini ön plana çıkarmış, "ikincil süreç düşünme, bütünleştirme, gerçekçi planlama, çevreye uyum, nesne ilişkilerinin korunumu ve ilkel bilinçdışı dürtülere karşı savunma gibi normal ego işlevleri ciddi ölçüde zayıflar" diye belirtmiştir (s. 165). Knight'a göre sınırda kişinin egosu travmatik olayların ve patolojik ilişkilerin yarattığı strese karşı "fena halde emek vermektedir". "Bütünleştirme, kavram oluşumu, muhakeme, gerçekçi planlar yapma, id dürtülerinin ve bunların fantezi boyutunda geliştirilmesinin bilinçli düşünceye sıçramasına engel olma" becerilerinde belirgin bozulma olur, "çevreye olağan (ama yüzeysel) biçimde uyum sağlama ve nesne ilişkilerinin yüzeysel korunumu gibi diğer ego işlevleriyse muhtelif derecelerde sağlam kalabilir" (Knight, 1953, s. 165). Çoğu yazarın dikkat çektiği üzere sınırda kişiler sıklıkla olduklarından çok daha uyumlu veya yetkin görünür. Mesela Georgia kendini işe aldıracak kadar iyi bir ilk izlenim bırakır ama işte kalıcı olmayı başaramaz.

Çağdaş psikodinamik kavramsallaştırmalara en önemli katkı Kernberg'in (1967) kişilik örgütlenmesi düzeyleridir. Sınırda durumlar veya koşullar mefhumundan farklı olarak sınırda kişilik örgütlenmesi düzeyi, ruhsallık içi unsurların bütünleşme düzeyinin zaman içinde istikrarını koruyan ancak nevroz-psikoz yelpazesinde orta noktaya denk düşen niteliğine işaret eder. Çok sayıda psikodinamik karakter tipi gibi kişilik bozukluklarının da tamamını bu yelpaze üzerine

yerleştirmek mümkündür. Kişilik örgütlenmesi düzeyi olarak düşünüldüğünde sınırdalık *DSM*'de tarif edilen sınırda kişilikten çok daha kapsamlıdır. Örneğin Kernberg şizoid kişiliği sınırda işlevselliğin daha düşük bir seviyesine yerleştirir. Oysa şizoidlerin sosyal hayata mesafeli tarzları, *DSM*'de sınırda kişilikler için verilen ilk kriter olan yoğun kişilerarası ihtiyaçlarla, özellikle de terk edilmekten kaçınmak için çılgınca çaba göstermekle örtüşmez. O halde sınırdalık, kişilik örgütlenmesi düzeyi olarak ne anlam ifade eder?

Sınırda kişiliği anlamanın en iyi yolu herhalde onu normallikle kıyaslamaktır, böylelikle sınırda kişinin nerelerde eksik kaldığını daha iyi tespit edebiliriz. Kernberg'in (1994) yazdığı üzere, normal kişilerde benliğe ve başkalarına dair **ego kimliği** olarak bilinen bütünleşik bir kavrayış vardır. Ego kimliği yalnızca benliğe bütünlük kazandırmaz, ayrıca kalıcı bir sağlıklı özgüvenin, zamandan ve durumdan bağımsız, yaşamdaki hedeflere yön veren bir benlik duygusunun da temelini oluşturur. Çoğumuz kim olduğumuzu, neleri sevip sevmediğimizi, temel değerlerimizin ne olduğunu, diğer insanlarla farklı ve benzer yönlerimizi, hayatımızın ne yönde seyrettiğini biliriz. Ayrıca iyice bütünleşmiş bir ego kimliği egoya güç verir; nasıl ki gemiler safraları sayesinde fırtınayı atlatabiliyorlarsa, bu güç de egonun stres veya baskı karşısında direnebilmesini sağlar. Bunlara ek olarak Kernberg normal insanlarda olgun, içselleştirilmiş bir değer sistemi (yani süperego) olduğunu, bu sistemin kişisel sorumluluk ve yerinde özeleştiri gibi uyum sağlamaya hizmet eden yetişkin becerilerinin önünü açtığını belirtir.

Nevrotik düzey, normalliğe biraz daha benzer. İyi gelişmiş bir ego kimliği, köklü bir kişilerarası yakınlık ve cinsel sevgi kapasitesini destekler; egonun kaygıya tahammül etmek, dürtüleri kontrol altında tutmak, etkin ve yaratıcı çalışabilmek için yeterli gücü olur (Kernberg, 1994). Her ne kadar nevroz bir psikopatoloji biçimi olsa da, kesinlikle baltalayıcı değildir. Kernberg'e göre normal ve nevrotik arasındaki ayrım temelde bilinçdışı cinsel suçluluk duygularının mevcut olup olmamasına bağlıdır. Saldırganlık patolojileriyse daha düşük örgütlenme düzeylerinde bulunur. Kernberg'in şemasında obsesif kompülsif, depresif-mazoşist ve histerik kişiliklerin tamamı nevrotik düzeyde işlev gösterir. Yoğun öfkeleri ve düşmancıl tutumları itibarıyla ne Georgia'nın ne de Jenny'nin bu düzeyde işlev gösterdiği söylenebilir.

Normal ve nevrotik kişilerin ego kimliğinden ve bütünleşikliğinden farklı olarak, psikotik düzeyin alametifarikası bu kimliğin tamamen parçalanması veya dağılmasıdır. Kişilik dendiğinde aklımıza gelen hemen her şey bu düzeyde yok olur. Mesela gerçekliği sınama kapasitesi veya kendini başkalarından ayırabilme becerisi bir görünür bir kaybolur. Kişinin kendisini ve hayatındaki başlıca kişileri temsil eden yapılar bütünleşik, tek parça halde anlaşılmaz. Bunun yerine, benliğin bazı parçaları geçici olarak başkalarının özellikleriyle kaynaşabilir, bu

da dışsal gerçeklikle pek teması olmayan bir nesne ilişkileri kaleydoskopu ortaya çıkarır. Tanımı itibariyle psikotik düzeyin en belirgin özelliği ego gücünün olmayışı ve dolayısıyla, en zayıf dürtülerin dahi yaşamın olağan akışına müdahalesine engel olunamamasıdır. Dahası, bütünleşik bir ego olmadığında kişi bırakın id dürtülerindeki rasgele, kendi bilinç akışındaki içsel uyaranların veya dışsal gerçek olayların tetikleyebileceği patlamalar ve süperegonun ketlemeleri arasındaki dengeyi sağlamayı, hedeflerinin peşinden verimli şekilde gitmesi sağlayacak eylem planını dahi oluşturamaz. Psikotik düzeyler Georgia ve Jenny için fazla ağır kaçar zira bu kişilerin gerçeklikle temasının sürdüğü ve kimlik duyumlarının parçalanmamış, kısmen akışkan olduğu görülmektedir.

Sınırda kişilik örgütlenmesi düzeyi, nevrotik ve psikotik arasında yer alması nedeniyle ikisinin de özelliklerini taşır. Kernberg (1994) burada kimlik dağılması, hayli şiddetli ilkel duygusal dışavurumlar ve dürtü kontrol sorunlarından oluşan bir üçlüden söz eder. Nevrotik kişiler gibi sınırda kişilerde de gerçekliği sınama kapasitesi korunmuştur. Hatta çoğu sınırda kişi genellikle nevrozdan ayırt dahi edilemeyecek kadar yüksek bir düzeyde işlev gösterir. Gel gelelim nevrotiklerin kullanabileceği olgun savunma yelpazesi geniştir; sınırda düzeydekilerse görece ilkel "bölme" çeşitlerine başvurur. Nesnelerin iyi ve kötü imajları birbirinden açıkça ayrılır. "Annemin iyi yanları da var, kötü yanları da var" gibi düşünceler olası değildir.

Kernberg'e göre bu iyi ve kötü imajlar iki ayrı özdeşim sistemi oluşturur. Bu sistemlerin her ikisi de kendiliğe veya dış dünyaya yansıtılabilir. Dolayısıyla bu kişiler diğer insanları idealleştirmek (iyi imajın yansıması) ve tamamen değersizleştirmek (kötü imajın yansıması) arasında hızlı geçişler yapabilir. Georgia'nın Elizabeth'i suçlamakla sevgiye boğmak arasında gidip gelmesi, Jenny'nin Vera'ya bazen bayılması bazen de ondan nefret etmesi bundandır.

Bölme mekanizmasının daha geniş çaptaki sınırda semptomlarla ilişkisini anlamak için, öncelikle normal gelişimdeki rolünü anlamak gerekir. Kernberg'e göre sınırda kişiler Mahler'in ayrışma-bireyleşme evresinde, özellikle de 16-30 ay civarında yaşanan yeniden yaklaşma altevresinde takılı kalmıştır (Mahler ve diğ., 1975). Ama isimlerin ve zaman dilimlerinin teknik açıdan önemi yoktur. Önemli olan, ayrışma-bireyleşme evresinin nesne devamlılığından önce gelmesidir; haliyle geleceğin sınırda kişi adayları, ona bakım veren bireyin imgesini kalıcı bir mevcudiyet içinde içselleştiremeden, kendisiyle başkalarını da ayıramaz. Ne derler bilirsiniz: Gözden ırak, gönülden ırak. Anne giderse, sonsuza kadar kaybolacak, asla dönmeyecek diye korkulur.

Sınırda bir yetişkin bu bunaltıcı ayrılma kaygısını tekrar tekrar yaşamaya devam eder. İşte bu nedenle sınırda kişiler genellikle bağımlı ve yapışkan bir görüntü sergiler, tek başına kalmaya uzun süre dayanamaz. Anne gibi, eş veya

sevgili de bir daha geri dönmeyebilir. Jenny örneğinde bu ilkel ayrılma kaygısı babasıyla ilişkisinde yeniden canlanmıştı. Jenny'nin babasına dair içselleştirdiği sabit bir imge olmadığından, zamandan ve koşullardan bağımsız biçimde kalıcı olabilecek bir sevgi bilmiyordu. Haliyle babasının aynı anda iki tür sevgiyi de taşıyabileceğini, yani hem Vera'yı hem de kızını sevebileceğini tahayyül edemiyordu. Bu doğrultuda Vera'yı aileye yeni bir katılım olarak değil, bir ikame olarak görüyor; kendisinin yerini aldığına inanıyordu. Bu nedenle de Vera'dan tamamen nefret ediyordu, değersizleştirmenin en uç noktasıydı bu. Bağlanma figürleri istikrarlı biçimde içselleştirilmediğinde, ciddi miktarda kaygı baş gösterebilir ve buna bağlı olarak özellikle de üniversite eğitimi için başka bir şehre gitme veya iş gereği bir süre eşten ayrı yaşama gibi ayrılık gerektiren gelişim basamaklarıyla karşılaşan sınırda kişilerde daha ilkel ego durumlarına gerileme olasılığı gündeme gelebilir.

Nesne devamlılığına engel olan nedir? Kernberg'e göre sınırda kişilerde saldırganlık fazlası vardır; bu ya yapısal bir fazlalıktır ya da duyarsız bakım verenlerin onların ihtiyaçlarını yeterince gideremediği olmasından kaynaklanır. Bu bağlamda "zıt niteliklerdeki özdeşim sistemlerinin" bütünleşmesi (Kernberg, 1985a, s. 69) son derece tehditkâr bir hal alır. Bütünleşme yaşanacak olursa, kötü imgeye yöneltilmiş öfke ve nefretin şiddeti muhtemelen iyi imgeyi yok edecektir. Sınırda kişiler partnerine dair bütünleşik bir kavrayış geliştirmeyi başarsa bile, bu imge öyle çok hiddete maruz kalacaktır ki söz konusu bileşim tamamen mahvolacak veya yabancılaştırılacak, iyi nesneyi (iyi anneyi) de beraberinde götürecektir. Bu durum beyaz boyayla siyah boyayı karıştırmaya benzer: Siyah baskın çıkar.

Hal böyle olunca da sınırda kişiler daha sofistike değerlendirmeler yapmasına imkân sağlayacak bilişsel becerileri gelişemeden ayrışma-bireyleşme evresinde takılı kalır, iyi ve kötü nesneleri ayrı tutabilmek için bölmeyi savunma amaçlı kullanır. Dolayısıyla bölme, sınırda kişilerdeki kimlik dağılmasını ve onların hayli olumlu duygulanımlardan hayli olumsuz duygulanımlara bir anda geçebilmesini açıklar. Bu özellikler kaotik ilişkilerinin, yaşamlarına ilişkin planlara sadık kalamamalarının, varoluşlarını tanımlayacak temel değerlere dair içgörülerinin olmayışının, madde kullanımı ve gelişigüzel cinsellik gibi güçlü duygulanım ve dürtülerin dışavurumunu dizginleyememelerinin zeminini oluşturur. Kişiliğin yönetim birimi olan egonun yaptığı her şey ciddi oranda zayıflar. Kernberg (1985a, s. 121) bu kişilerde ayrıca cinsel patolojiler görülebileceğini, ayrıca hepsinde "ego zayıflığının özgül olmayan tezahürlerine; yani kaygıya tahammülsüzlüğe, dürtü kontrolünün olmayışına, yaptıkları işlerde istikrar, sebat ve yaratıcılık gösterememeleri doğrultusunda yüceltme işlevlerinin noksanlığına rastlandığını" belirtir. Tüm bu özellikler, farklı biçimlerde olmakla beraber hem George'da hem de Jenny'de mevcuttur.

Madem ki bu savlara göre sınırdalık ruhsallık içi yapılara dair bir örgütlenme düzeyini tanımlıyor, o halde bunun klasik psikanalizdeki karakter tarzlarıyla ve *DSM*'deki kişilik bozukluklarıyla ilişkisine de bakmak gerekir. Kernberg (1994) bunların hepsini tek bir sınırdalık düzeyine yığmak yerine, sınırdalığı da iki alt düzeye bölerek bir miktar daha ayrışma sağlar. Bu alt düzeylerden birinin psikozla daha fazla ortak noktası vardır, diğerinin ise nevrozla. Daha nevrotiğimsi olan sınırda kişilik örgütlenmesinde sadomazoşist, siklotimik, bağımlı, histrionik ve büyüklenmecilikle telafi edilen narsisist kişilikler yer alır. Daha düşük düzeyde ise paranoid, hipokondriyak, şizotipal, hipomanik ve antisosyal kişiliklerin yanı sıra Kernberg'in "habis narsisizmi" bulunur. Alt veya üst düzeylerdeki tüm kişiliklerde sınırda kişilik örgütlenmesi vardır ama farklı şekillerde ifade bulur. Oysa *DSM*'deki sınırda kişilik bozukluğunda bu tür tarz çeşitlemeleri yer almaz; bu kavram yalnızca, pek çok kişilik bozukluğundan sadece biri olarak sunulur.

Kernberg en etkilileri olmakla beraber, diğer nesne ilişkileri düşünürleri de bağlanma ve ayrışma-bireyleşmeyle ilgili temalara vurgu yapmışlardır. Her çocuk hayata kendisine bakım verenlere tamamen bağımlı halde başlar ama er ya da geç büyüyüp ayrı bir birey olması gerekir. Masterson ve Rinsley'e (1975) göre geleceğin sınırda kişisinin gelişen özerkliği, bakım verenin ona yakın kalma arzusuna ters düşer. Hal böyle olunca da çocukta bakım verene, yani genellikle anneye karşı ikircikli duygular uyanır; çocuk bazen zorlama yapışkanlığa boyun eğer, bazen de negativist bir çekilmeyle karşılık verir. Bakım verenden ilgi görme isteği ile özgün bir birey olarak büyüme arasındaki çatışma, çocuğun anneye dair iyi ve kötü imgeleri birleştirmesini engeller. Keza çocuk, bu şekilde ikilemde kaldığından kendi kimliğini de oturtamaz.

Bakım veren kişinin de sınırda örgütlenmesi olabileceğine dikkat çeken Masterson (1972, 1976) annenin çocuğu simbiyotik yapışkanlığını sürdürmeye teşvik ettiğini düşünür. Bir yandan da anne çocuğunu, olur da özerkliğini kazanmaya çabalarsa onu sevgisinden mahrum bırakmakla tehdit eder. Bunun yarattığı belirgin terk edilme korkusu yaşam boyu varlığını sürdürür; bağımlılık ödül getirirken bağımsızlık sevginin kaybına denk görülür. Dolayısıyla çocuk kendini öne sürme ve terk edilme arasında kalır, ne yapsa kaybedeceği ikircikli bir duruma düşer. Bu da dengesiz ilişkiler, idealleştirilmiş veya romantikleştirilmiş kaynaşmalara temayül, boşluk ve depresyon durumları gibi klasik sınırdalık semptomlarının zeminini oluşturur. O halde Masterson'a göre, sınırda patolojinin sorumlusu nihayetinde kişinin fıtratı değil annesidir.

Nesne ilişkileri yaklaşımına farklı yön veren bir diğer isim de Adler'dir (1985). Adler sınırda kişinin nesne devamlılığında sorun olduğunu, bunun da duyarsız veya yetersiz annelikten kaynaklandığını savunur. Başka bir deyişle, sı-

nırda kişi bakım verenin ona güven sağlayan bir temsilini, "kapsayan-yatıştıran nesneyi" içselleştirememiş, bakım veren kişi fiziksel olarak mevcut bulunmadığında onu içinde taşıyabilir hale gelmemiştir. Adler'in yetersizlik kuramı adını verdiği bu görüş başat semptomların pek çoğunu açıklayabilir. İlk olarak, anlamlı ve empatik etkileşimleri mümkün kılan bir bakım veren olmadığında, geleceğin sınırda kişisi zorlu zamanlara tahammül etmesini sağlayacak istikrarlı bir kimlik geliştiremez. Haliyle de ilkel bir ego durumuna gerileme riski her daim mevcuttur. İkincisi, gelişmekte olan benlik kendisini bakım veren kişiyle olumlu etkileşimler üzerinden örgütleyemediğinden, pozitif içselleştirilmiş nesnelerin de olmayışı ve kronik disfori doğrultusunda -ki bu depresyonun nesne yitiminden kaynaklandığını öne süren klasik analitik görüşü anımsatır- elinde sadece belirgin bir boşluk duygusu kalır. Üçüncüsü, nesne devamlılığının olmayışı sınırda kişilerin terk edilmekten delice kaçınmasını ve partnerinin fiziksel mevcudiyetine ihtiyaç duymasını açıklar. Aslında erken gelişimde mahrum kaldıkları kapsayan-yatıştıran nesneyi arıyorlardır. Jenny'nin annesi hakkında bir bilgimiz yok ama Georgia'nın ailenin "günah keçisi" ilan edildiğini, şimdi meşhur bir avukat olan ablasıyla kıyaslanıp asla yeterli bulunmadığını biliyoruz. Adler'e göre Georgia onu sevip takdir edecek bir kapsayan-yatıştıran nesne arayışındadır.

Sınırda kişiliğin ayrı bir tanı kategorisi olarak görülmesi de psikodinamik geleneğe dayanır. Sınırda kişilerden oluşan bir örneklemle yapılan ilk sistemli ampirik araştırmayı Grinker, Werble ve Drye (1968) yürütmüşlerdir. Küme analizi yöntemlerini kullanan bu araştırmacılar, "asıl veya yegâne duygulanımın öfke olması, duygusal ilişkilerde bozukluk, kim olduklarını belli eden işaretçilerin olmayışı ve depresif yalnızlık" gibi pek çok ortak özelliği olan dört grup tespit etmişlerdir (s. 176). Sınırda diye nitelendirilen grubun "başkalarıyla kararsız ilişkiler kurduğu", "öfkesini açıkça veya eyleme dökerek gösterdiği", yaygın bir depresyon sergilediği, "istikrarlı bir kimlik duyumunun işaretçilerini taşımadığı" gözlemlenmiştir (s. 87).

En gelişkin araştırma programındaysa Gunderson ve çalışma arkadaşlarının imzası vardır (Gunderson, 1977, 1979; Gunderson, Carpenter ve Strauss, 1975; Gunderson ve Singer, 1975). Bu yazarlar sınırdalığı, şizofreni sendromlarından ve nevrotik durumlardan rahatlıkla ayrıştırılabilecek ayrı bir tanı kategorisi olarak görmüşlerdir. Önceki çalışmaları etraflıca gözden geçirerek (Gunderson ve Singer, 1975) ve nasıl bir dizi ampirik çalışma yapabileceklerini araştırarak yola çıkan bu yazarlar, sonunda Gunderson ve Singer'ın (1975) sınırda durumlar literatürünü değerlendirmelerine dayanarak "özellikle sınırda hastalar için tanısal güvenilirliğin sağlanabilmesi amacıyla" (Gunderson, Kolb ve Austin, 1981, s. 896) Sınırda Kişiler İçin Tanısal Görüşme'yi [*Diagnostic Interview for Borderlines,* DIB] geliştirmişlerdir.

Bir kavramı incelemenin en iyi yollarından biri, yerleşik enstrümanların içeriğine bakmaktır. Tek bir kavrama odaklanıldığı zaman, enstrümanın içerdiği muhtelif unsurların kendi arasındaki ilişki hemen belirgin hale gelir. DIB daha isabetli ölçüm sağlayabilmek ve "formatını, ifade biçimini, puanlama sistemini" iyileştirmek amacıyla gözden geçirilmiştir (Zanarini ve diğ., 1989). Bu başlıklarda yapılan ölçümleri inceleyen klinisyenler daha geniş çaptaki kişilik örüntüsünün bünyesinde barındırdığı özelliklerin nasıl da kümelenmiş olduğunu hemen fark ederler. Gözden geçirilmiş DIB'in 97 maddesi vardır, bunlar dört büyük alandaki (duygulanım, bilişsel, dürtüsel eylem örüntülerini ve kişilerarası ilişkiler alanlarındaki) işlevselliği ölçebilmek için 22 özet ifade biçiminde gruplandırılmıştır. Zanarini (1993) ilaveten ciddi bir öneri getirerek sınırda kişiliğin, duygulanım bozukluklarından biri yerine "dürtü yelpazesi bozukluğu" olarak değerlendirilmesinin daha isabetli olacağını öne sürmüştür. Sınırda kişiliğin *DSM* tanımı büyük oranda Kernberg ve Gunderson'ın katkılarının bileşimidir. DIB-R'deki 22 özet ifadeyi Tablo 14. 1'de görebilirsiniz.

## Kişilerarası Yaklaşım

Her ne kadar sınırda kişiler öfkeli, zor, fevri ve dengesiz halleriyle meşhur olsa da, bazı durumlarda uzun süre boyunca istikrarlı biçimde işlev gösterebilirler. Belli bir çerçeveleri olduğu müddetçe sorun yaşamazlar ama olmadığında çok sıkıntı çekerler. Dengeli, onlara kucak açan bir çevre yaratabilecek bir partnerin, sınırda kişilerin ilişkilerinin ahengi bakımından bir hayli faydalı olduğu görülmüştür. Bu tür durumlarda ilişkinin çerçevesi net çizgilerle ve karşılaması kolay beklentilerle muhafaza edilir. Gel gelelim sınırda kişiler kalıpyargılarından dolayı partnerinin niyeti veya davranışlarını yanlış yorumladığında ilişkideki istikrarın bozulması riski doğar. Yine burada da durumu idare etmek hayatlarındaki ilgili ve anlayışlı kişilere kalır zira olası yanlış anlaşılmaları öngörerek sözcüklerini dikkatli seçme, karşılarındakinin mevcut ilişkilerdeki otantik ve sağlıklı gerçekliklere odaklanmasını sağlayarak sıkıntıyı bertaraf etme konusunda becerikli olan taraf onlardır. Hatta gerektiğinde kişiyi izole de ederler ama genellikle kaos dönemlerinin hemen başında sınırda kişiye güvence verir, onun gerçeklikle olan temasını telafi ederler. Her ne kadar Georgia'nın negativist özellikleri bazen Harold'un işini epeyce zorlaştırsa da, Georgia ve Harold buna örnek gösterilebilir.

Ayrıca çoğu kişilik bozukluğu gibi sınırda tanısı da esasında bir derece meselesidir. Bazı insanların ihtiyaç ve patolojileri diğerlerinden daha belirgindir. Benlik duyguları daha az bütünleşmiş olanlar, duygularını daha az yönetebilenler, daha fazla kimlik bozukluğu sergileyenler onlara patolojilerini hafifletmeleri

## TABLO 14. 1 Sınırda Kişiler İçin Gözden Geçirilmiş Tanısal Görüşme'deki Özet İfadeler

Duygulanım Bölümü (Kişi ...)

Düşük düzeyde kronik depresyonu vardır ya da bir veya birden fazla majör depresyon nöbeti geçirmiştir.
Kendini sürekli çaresiz, umutsuz, değersiz veya suçlu hissetmektedir.
Kronik olarak hayli kızgındır veya sık sık öfkeli biçimde hareket etmektedir.
(Örneğin sıklıkla alaycı veya kavgacı davranır, çabuk parlar.).
Kendini kronik olarak epey kaygılı hisseder ve sıklıkla, kaygıdan kaynaklanan fiziksel semptomlardan mustariptir.
Kronik yalnızlık, sıkıntı, boşluk duyguları yaşar.
Biliş Bölümü (Kişi...)
Tuhaf düşüncelere veya sıradışı algısal deneyimlere yatkındır.
(örneğin büyüsel düşünme, mükerrer yanılsamalar, depersonalizasyon).
Geçici, hezeyanlı olmayan ve sık tekrarlanan paranoid deneyimlere sahiptir
(örneğin yersiz şüphecilik, kastedilme zanları, diğer paranoid düşünceler).
"Yarı" hezeyan ve halüsinasyonları defalarca tecrübe etmiştir.

Dürtüsel Eylem Örüntüleri Bölümü (Kişi...)

Ciddi madde kullanımı örüntüsüne sahiptir.
Cinsel sapkınlık örüntüsüne sahiptir (örneğin gelişigüzel cinsellik veya parafili).
Fiziksel olarak kendine zarar verme örüntüsüne sahiptir.
Manipülatif intihar tehditlerinde, intihara yönelik eylemlerde veya intihar teşebbüslerinde bulunma örüntüsüne sahiptir (Yani intihar çabaları büyük oranda "kurtarılma" beklentisi taşır.).
Başka bir dürtüsel davranış örüntüsüne sahiptir.

Kişilerarası İlişkiler Bölümü (Kişi...)

Yalnız kalmaktan genellikle kaçınmış veya yalnız olduğunda aşırı disforik hissetmiştir.
Terk edilme, yutulma, yok olma korkularını defalarca yaşamıştır.
Bakım alıp verme konusunda ya bağlanmaya dirençlidir ya da ciddi çatışma içindedir.
Bugüne dek hararetli, dengesiz yakın ilişkilere meyilli olmuştur.
Yakın ilişkilerde bağımlılık veya mazoşizmle ilgili mükerrer sorunları vardır.
Yakın ilişkilerde değersizleştirme, manipülasyon veya sadizmle ilgili mükerrer sorunları vardır.
Yakın ilişkilerde talepkârlık veya kendine bir şeyleri hak görmeyle ilgili mükerrer sorunları vardır.
Psikoterapi sürecinde açık bir davranışsal gerileme yaşamış veya psikiyatrik nedenlerle hastaneye yatması gerekmiştir.
Poliklinikte veya psikoterapide ciddi karşıaktarım tepkileri doğurmuş veya ruh sağlığı uzmanıyla "özel" bir ilişki kurmuştur.

Gunderson ve Zanarini'den (1992) uyarlanmıştır.

için gereken "kucaklayıcı ortamı" sağlamaya istekli birini terapi ofisinin dışında biraz zor bulurlar. Oysa benlik duygusu daha bütünleşik olan, duygularını kontrol etmekte daha az zorlanan ve daha az kimlik bozulması yaşayanlara kötü dönemlerinde tahammül etmek daha kolaydır çünkü aradaki ilişkiden iki taraf da hiç değilse ara sıra fayda görür. Bu kişilerin genellikle, eşlerine veya sevgililerine bu tür zorlu zamanlara "değdiğini" düşündüren bazı telafi edici özellikleri olur. Onları dengede tutacak bir ilişkileri olduğunda sınırda kişiler mesela dışadönük, son derece zeki, iyi bir mizah anlayışı olan bir görüntü ortaya koyabilirler. Veya bazen de partnerlerinin taşıdığı bazı bütünleyici özellikler onları, her nedense bir miktar sakinleştirir.

Tüm bunlar bir yana, sınırda kişinin ruh haline göre serbestçe hareket ettiği fırtınalı ilişki dünyası efsanevidir. Herkes hayatında özel biri olsun ister ama sınırda kişilerin kendi varoluşunu tasdikleyecek o tek ilişkiye, ona güvende olduğunu hissettirecek güçlü ve şefkatli bir figüre duyduğu açlık başkadır. İlk başta aralarında büyüsel bir bağ kurulduğunu hisseder, partnerlerini idealleştirir, onu bulunmaz Hint kumaşı mertebesine çıkarırlar. Partnerleri bu kadar özel olunca, haliyle kendileri de özel olur; ne de olsa kusursuz birinin sevgi ve ilgisine layık görülmüşlerdir. Mesafeye katlanılamaz, ayrılık akla dahi getirilemez. Bir dönem Jenny de muhtemelen erkek arkadaşına böyle hisler besliyordu.

Biriyle yoğun bir duygusal bağ kurma ihtiyacı bu kadar ön planda olunca, sınırda kişiler terk edilmekten de son derece korkar. Bunu psikodinamik bağlamda halihazırda ele almıştık ama içsel yapılara odaklandığından psikodinamik açıklamaların bir miktar gözden kaçırdığı aciliyet hissini ve bağlamı kişilerarası yaklaşım tamamlar. Çoğu sınırda kişi birine bağlandığında sözde psikolojik ihtiyaç düzeyi, su veya hava ihtiyacı gibi şiddetlidir; Jenny'de de böyle olmuştu. Güvenli bir ilişki içinde olsalar dahi terk edilme korkuları gerçeklikte kendini öyle bir hissettirir ki iş neredeyse hezeyana varır, ilişki biterse dağılacakları veya kimliklerinin tuzla buz olacağı duygusuna kapılırlar. Mesela o kişi olmadan bir hiç olduklarını, hayatlarının bomboş kalacağını, ilişkinin devamının hayat memat meselesi olduğunu hissedebilirler. Bu korkuları telafi etmek için partnerlerinin onlara şefkatle yaklaşması, onları sevip koruması, her zaman fiziksel anlamda orada bulunup asla bir yere gitmemesi gerekir. Jenny ara sıra Vera'ya hayranlık beslese de herhalde en çok istediği şey Vera'nın birden yok oluvermesidir.

Terk edilme korkuları fanteziyle sınırlı kalmaz, sınırda kişilerin gündelik yaşamdaki iletişim ve eylemleri de yanlış algılamasına yol açar. Başka insanların farkına bile varmadığı şeyler onları kolayca kışkırtır. Masumane veya ilgisiz olay ya da yorumlar eleştiri gibi, suçlama gibi duyulabilir. Kimi olaylar da sevdikleri insanın onlardan soğuduğuna, onların duygularını göz önünde bulundurmadığına veya genel olarak artık onları umursamadığına yorulabilir. Hatta

## *Odak Noktası: Davranış*

### Sınırda Kişiler ve Kendine Zarar Verme

**Kendine zarar vermenin bir mantığı var mıdır?**

Çoğu araştırmacı kendine zarar verme davranışıyla kendini sakatlama arasında bir ayrıma gider (Herpertz, 1995). Kendine zarar verme dendiğinde kesi, kazıma, cildi yakma, manipülatif intihar davranışları gibi kişinin kendi bedenine kötü muamelesinin nispeten hafif biçimleri kastedilir. Bunlar sınırda kişiliğin alametifarikalarıdır. Kendini sakatlama ise daha geniş çaplı bir kategoridir ve içinde kendine zarar verme davranışlarına ek olarak gözlerini oyma, kastrasyon, farklı uzuvların ampütasyonu gibi daha ciddi eylemleri de barındırır. Bu daha ağır davranışlar genellikle şizofrenik bozukluklarla ve bazen de transeksüel hastalardaki psikotik çöküşlerle ilişkilendirilir.

Kendini sakatlayan sınırda kişilerde genellikle daha ciddi intihar düşünceleri görülür ve kendini sakatlamayan gruba göre yakın zamanda daha fazla intihar teşebbüsünde bulunmuşlardır (Soloff, Lis, Kelly, Cornelius ve Ulrich, 1994), kendine zarar veren sınırda kişiler genellikle bunu intihar maksadıyla yaptığını reddeder ve bedeninde açtığı yaralar hayatını tehdit edecek düzeyde değildir. Araştırmalar (Herpertz, 1995) olası bir tutarlı özellik kümesine işaret etmektedir. Kendine zarar verme davranışı daha çok kadınlarda, erken yetişkinlikten başlayarak, özellikle de 18-24 yaş arasında görülür. Hayal kırıklığı yaratan olaylar ve bunaltıcı duyguların (disfori, öfke, umutsuzluk ve kaygının) birikmesi sonucunda çoğu zaman kendine belli bir süre için zarar verme davranışları baş gösterir. Bu sürecin, doğası gereği dürtüsel bir yapısı varmış gibi görünür ve genellikle akabinde gerilim hızla boşalır; hastaların bu evrede acılarının ciddi ölçüde hafiflediğini bildirmeleri nedeniyle özellikle teşvik edici bir yanı olduğu söylenebilir. Hatta bazı araştırmacılara (Liebenluft, Gardner ve Cowdry, 1987) göre kendine zarar veren sınırda kişilerin yarısı bu evrede hiç acı hissetmediğini beyan eder. Bu "analjezik" hastalar, canlarını yakan duyumları yeniden yorumlayan ve dissosiyatif bozukluklara daha yatkın olan ayrı bir kendine zarar verme kategorisi teşkil eder (Russ ve diğ., 1996).

Hangi gelişimsel faktörler kişiyi kendine zarar vermeye daha yatkın kılabilir? Çocukluk döneminde ebeveynlerin cinsel istismarı veya duygusal ihmali, sınırda kişiliğin ortaya çıkmasında etkili olduğu gibi, kendine zarar verme davranışıyla da ilişkilidir (Dubo, Zanarini, Lewis ve Williams, 1997). Ayrıca nasıl ki sınırda kişiler büyüdükçe tükeniyorsa, kendine zarar vermeye yönelik davranışların da yaşla birlikte azaldığı görülmektedir. Ne yazık ki bazı hastalarda kendine zarar verme davranışı ömür boyu devam eder. İleri yaşlarda buna tedaviyi sabote etme, kendini aç bırakma, çoklu ilaç kullanımı eklenebilir (Wijeratne, Stern ve Howard, 1996).

basit sınırlar çekme çabası bile tamamen reddedilme emaresi gibi görülebilir ki bu da sınırda kişilerin en büyük korkusudur. Mesela "Öğlen araba bana lazım" cümlesini kafalarında "ve sen benimle gelmeyeceksin" diye tamamlayabilirler. Hal böyle olunca da en ufak olaya bile yersiz bir önem yüklenir, konu olma-

dık yerlere taşınır, bu da büyük çaplı ilişkisel felaketler doğurur. Sınırda kişilere kalsa pek yakında bir kenara atılacak, bir başlarına yitip gidecek, kimsesiz kalacaklardır. Önem verdikleri birinin onlara mesafe almakta olduğu hissi ivedi tepkiler vermelerine sebep olabilir; bu da nihayetinde gözyaşları içinde, biçare bir tepkisizlikle veya öfkelerini neredeyse manik, hiperaktif biçimde dışa vurmalarıyla sonuçlanabilir.

Terk edilme korkularının algıyı çarpıtması, patolojiyi şiddetlendirip kısırdöngüler yaratır. Partnerin öylece sırtını dönüp gitmesine izin verilemez. İlişkilerindeki bağları güvenceye almak amacıyla, sınırda kişiler ayrılıktan kaçınmak için delice uğraşır. Normal biri ilişkiyi onarabilmek için bir süre konuya mesafe almayı, iki taraf için de makul olabilecek alternatif önerilerde bulunmayı veya karşılıklı anlaşıp biraz ara vermeyi deneyebilir. Oysa ayrılık korkusu sınırda kişide panik ve öfke karışımı özgün bir tepki uyandırır ki bu da en hoşgörülü insanı bile nihayetinde bıktırır. İşte bu nedenle Jenny açlık grevine girer, kendisini odasına kapar, babasının Vera'dan boşanmasını talep eder.

Nihayetinde sınırda kişiler en çok korktukları kısırdöngüleri yine kendileri yaratır. Mesela bu kadar çalkantıyı kaldıramayan partnerleri doğal olarak ilişkiyi bitirmeyi düşünmeye başlar. Başta yalnızca kendi kafalarında olan terk edilme korkuları böylelikle yavaş yavaş gerçeğe döner. Jenny'nin erkek arkadaşının "şeytan" yaftası yediği bir ilişkide kalmak istemesini, karşı tarafın öfke ve dengesizliğine tahammül etmeye devam etmesini beklemeyiz. Bu tür düşünceler kaçınılmaz biçimde, belki araya duygusal mesafe koyarak veya şefkati ortadan kaldırarak ilişkinin niteliğini etkiler. Sınırda kişiler bunu sezer ve ilişkilerini kırılma noktasına sürükleyecek kadar öfkelenir. Bazen de çaresiz bir görüntüye bürünüp nedamet getirebilir, affedilmek için yalvarabilirler. Kimi zamansa iki taraf birbiriyle öyle iç içe geçer ki kaos ve karmaşa ilişkinin özü haline gelir. İlişkiyi bitirirler, evleri ayırırlar, tekrar barışırlar, tekrar birlikte yaşamaya başlarlar, bir daha kavga ederler, sonunda tekrar ayrılırlar ve tüm bu süreçte intihar teşebbüsleri, kendilerini baltalayan dürtüsel eyleme dökmeler sergilerler.

Elsa örneğini ele alalım (bkz. Vaka 14. 3). Üçüncü kez boşanmanın eşiğine gelen Elsa, kendini umutsuz ve depresif hissetmektedir. Eşiyle bir süredir ayrı yaşasalar da ilişkileri düzelebilecekken, Elsa onu günde dört beş defa aramaya başlayıncaya bu ihtimal de ortadan kalkmıştır. Sınırda kişilerin alametifarikası olan terk edilmekten çılgınca kaçınma çabası Elsa'da bu şekilde tezahür etmiştir. Eşi de herhalde artık kısırdöngüye girmiş evlilikleri için tek çarenin Elsa'yı tamamen terk etmek olduğuna kanaat getirmiş olacak ki, telefon numarasını değiştirip taşınmıştır; Elsa onun nerede olduğunu dahi bilmemektedir. Elsa'nın evliliğin ona "biri olma fırsatı" sunduğunu söylemesi bu ilişkideki patolojinin kaynağını gözler önüne serer. Boşanma koşulları hayli elverişli olsa da güçlü bir

**VAKA 14. 3**

47 yaşında bakımlı ve çekici bir kadın olan Elsa terapiye "Kendimi yeterince iyi hissetmiyorum, hiç de hissetmedim" diyerek başvurmuştu. Depresyon ve umutsuzluk duyguları üçüncü evliliğinin dağılma arifesine gelmesiyle ciddi ölçüde artmıştı. Henüz boşanmamış olmakla beraber eşiyle evleri ayırmış olan Elsa, biçare halde yalnız başına bırakılmış olmaktan dolayı son derece öfkeliydi ve kendini değersiz hissediyordu. Bu durumla baş edemediğini, vaktini büyük oranda alışveriş yaparak, bütçesinin üstünde şeyler alarak, çok içerek, eşinin yerine koyabileceği birini arayarak geçirdiğini ifade ediyordu. "Evlilik terapisi işe yaramadı" diye anlatmıştı, "onu günde dört beş defa aramaya başladığımda numarasını değiştirip taşındı. Nerede olduğu hakkında hiçbir fikrim yok."

Elsa'nın adeta iki yanı vardı. Bir yandan, ergenlerden beklenecek türden varoluşsal meselelerle meşguldü; hâlâ "Elsa'nın gerçekte kim olduğunu" keşfetmeye çalışıyordu. Bir yandan da sert, hesapçı, hırçın görünüyordu. Eşine duyduğu öfke, boşanma koşullarının hayli makul olduğu düşünüldüğünde uygunsuz kaçıyordu. İlişkilerinin çok da iyi olmadığını kabul ediyordu ama yine de bu evlilik Elsa'ya "biri olma fırsatı" vermişti. Bazen eşini "dünyanın en sevgi dolu insanı" diye tanımlıyor, bazense ondan "it herif" diye bahsediyordu.

Elsa'nın dengesizliği eskilere dayanıyordu. Büyük ağabeyiyle iletişimleri kopmuştu. Annesinin çok sayıda evliliğinden bir dizi kız ve erkek kardeşi, bir o kadar da eski üvey kardeşi vardı. Aile içi çatışmalar artık samimi iletişimin yerini almıştı. Geniş ailenin hiziplesen bazı üyeleri birbiriyle görüşmeyi kesmişti. Elsa, annesi ne zaman evlense "kabağın onun başına patladığını" söylüyordu. Her evlilikle birlikte taşınmaları gerektiğinden, Elsa çocukken kalıcı arkadaşlıklar kuramamış ve derslerinde de sıkıntı yaşamıştı. Notları annesinin umrunda olmayınca, okula tüm gücüyle asılmak yerine umursamaz bir tavır benimsemek Elsa'nın da işine gelmişti.

Elsa, eşlerinin hiçbirini gerçekten sevmediğini, her evliliğin sonunda "kendisini tamamen kaybettiğini" anlatmıştı. Biraz daha açması istendiğinde; üç defa hastaneye yatırıldığını, bunların ikisinin intihar teşebbüsü, diğerininse madde kullanımı yüzünden olduğunu paylaşmıştı. Her yatışın ardından tedavisine terapiyle devam ediliyordu, şimdi de görüştüğü bir terapist vardı. Bu son terapistini ilk başta çok beğenmiş, nihayet sorunun kökenine inebileceklerine inanmıştı. Oysa şimdi ona istediği zaman ulaşamamaktan, onunla haftada ikiden daha sık görüşememekten şikâyetçiydi; bu durum onu hayal kırıklığına uğratmış ve öfkelendirmişti. Buraya daha fazla ilgi görebilmek için başvurmuş olduğu anlaşılsa da, Elsa yeniden halihazırda görüşmekte olduğu terapistine yönlendirildi.

8
4
1
3
8
2
6
5
2

Sınırda Kişilik Bozukluğu

*DSM-IV* Kriterleri

Genç erişkinlik döneminde başlayan ve muhtelif bağlamlarda görülen sürekli bir örüntüdür; kişilerarası ilişkilerde, benlik imgesinde ve duygulanımdaki dengesizliklerle kendini belli eder; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

1. Gerçek ya da hayali bir terk edilmeden kaçınmak için çılgınca çaba gösterme (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.).
2. İdealleştirme ve değersizleştirme uçları arasında gidip gelen dengesiz ve şiddetli bir kişilerarası ilişki örüntüsü vardır.
3. Kimlik karmaşası: Sürekli olarak belirgin biçimde dengesiz bir benlik imgesine ya da benlik duygusuna sahiptir.
4. En az iki alanda, kendine zarar verme riski de yaratan dürtüsellik (örneğin para harcama, cinsellik, madde kullanımı, pervasızca araba kullanma, tıkınırcasına yemek) (**Not:** 5. kriterdeki intihar veya kendine zarar verme davranışları buna dahil değildir.).
5. İntihar meyilli mükerrer hareketler, intihar tehditleri veya kendine zarar vermeye yönelik davranışlar.
6. Duygulanımdaki belirgin tepkiselliğe bağlı olarak duygudurumda dengesizlik (örneğin şiddetli süreksiz disfori, sinirlilik veya birkaç saat, nadiren birkaç gün süren kaygı).
7. Kronik boşluk duyguları.
8. Uygunsuz, yoğun öfke ya da öfkeyi kontrol etmekte zorlanma (örneğin öfkeyi sık sık dışa vurma, geçmek bilmeyen öfke, sık sık kavgaya karışma).
9. Stresten kaynaklanan gelip geçici paranoid düşünceler veya ağır dissosiyatif semptomlar.

kimliği olmayan Elsa'nın kaybettiği asıl şey kendisidir. Bir bakıma o da bağımlı kişiler gibidir; partneriyle büyüsel bir kaynaşma içine girmiş, kimliğini tanımlayan ilişki sonlanınca da perişan olmuştur. Elsa'da bu örüntü her defasında tekrarlamakta, her defasında "kendisini tamamen kaybetmekte", intihar teşebbüsleri gündeme gelmektedir. Yeni bir kaynaşma nesnesi arayışında olan Elsa daha önceki terapistini, haftada birkaç seans yapma talebini frenlemeye çalıştığı için değersizleştirmiştir. Onunla ilgilenebilecek yeni biri arayışındadır.

İkinci geribildirim döngüsüyse algılanan terk edilmenin benlik imgesi açısından sonuçlarıyla ilgilidir. Sınırda kişiler kendini sık sık değersiz ve içi boş hisseder. Kendimizi başkalarının bizi gördüğü gibi görme eğiliminde olduğumuzdan ve sınırda kişiler başkalarını hep onu terk etmenin eşiğinde sandığından, bir noktada tek layığının terk edilme olduğunu düşünmeye başlar. Hararetli ilişkilerin kopardığı yaygaranın üstüne çoğu zaman bir de erkek çocuklarında fiziksel, kız çocuklarındaysa cinsel istismar öyküsü eklenince (Stone, 1993) haliyle, "Gözden çıkarılabilirim, kimse beni sevmeyecek", "Ben ancak terk edilmeye layığım", "Başkalarının geçici isteklerini tatmin etmek için varım, beni olduğum kişi için sevmezler" gibi bilişlerin de desteğiyle ortaya kendini boş ve değersiz hisseden bir birey çıkar. Depresyonu, umutsuzluğu, değersizlik duyguları artık günlük yaşamının bir parçası haline gelmiş olan Elsa'da gördüğümüz de tam olarak budur.

Kişilerarası ilişkilerde süregelen kaos bu inanışları iyice alevlendirir. Depresyon, Elsa örneğinde de görüldüğü üzere bu tür dinamiklerin doğal bir uzantısıdır. Elsa'yı hastaneye yatırmalarına sebep olan intihar teşebbüsleri ve intihar düşünceleri için de aynısı geçerlidir. Bunların ikisi de insanlardan zorla ilgi ve bakım görmek amacıyla manipülatif olarak kullanılabileceği gibi, öfke ve hayal kırıklığını ifade etmenin birer aracı da olabilir. Depresyon, kişiyi "yarı yolda bırakan" veya "ondan çok şey talep eden" kişileri hüsrana uğratır, intihar davranışlarıysa teşebbüsün başarılı olması halinde kendini suçlaması olası kişilere bu duyguyu peşinen yüklemiş olur. Kendine zarar vermeye yönelik dürtüsel hareketler, ki bunlara kesi veya yakma gibi klasik sakatlayıcı eylemler de dahildir, hem sınırda kişinin benlik imgesinin bir sonucudur hem de diğer insanları şok ve kontrol etmenin bir yoludur. Terk edildiğinizi hissettiğinizde yapabileceğiniz şeylerden biri, kendinizi terk etmektir.

Gel gelelim her sınırda kişi bakım veren biriyle bütünleşme arzusuyla yanıp tutuşmaz. Bütünleşme, sağladığı güçlü yakınlıkla boşluk ve değersizlik duygularını ortadan kaldırır (Hiç değilse kişiye, ruhunu onunla bir hale getirmek isteyecek kadar değer veren biri vardır.) ve aynı zamanda tehlikelerden korunma gibi yine hayli güçlü bir duygu uyandırır. Ne var ki bu tür bir kaynaşma aynı zamanda yutulma korkusu doğurur. Sınırda kişiler sonsuz kaos döngüleri yaratarak ilişkilerini sabote etmediklerinde, kimliklerini ilişki içerisinde kaybetmekten

veya son derece gerçek bir unsur olan biçare bağımlılıklarından dolayı alabora olmaktan korkabilirler. Kaynaşma fantezilerine bağlı olmamanın verdiği boşluk; çoğunlukla büyüsel bir romantik figürün idealleştirilmesi, değerli olduğunu hissetmek ve kendine güvenmek için tamamen başka birine bağımlı olma korkusuna yol açar. Yakınlık artıkça kırılganlık ve ifşa olma korkusu da artar, bu da ayrılma arzusunun yanında boşluk, değersizlik, depresyon gibi kronik duygulara sebep verir. Bu paradoksa bulunan çözüm, hiçbir ilişkinin fazlaca istikrar kazanmasına izin vermemektir. Burada kaos salt patolojik bir sonuçtan ibaret değildir; aynı zamanda kullanışlı bir stratejidir. İlişkiler fazla normalleştiğinde veya işler fazla iyi gitmeye başladığında, istikrarın sabote edilmesi gerekir. Sınırda kişiler diğer insanları hüsrana uğratarak, bıktırarak, ikilemin her iki yüzünü de güç bela da olsa tahammül edilebilir kılan bir pembe dizi yaratır. Verdiğimiz vaka örneklerinden bu dinamiğe kapılması en muhtemel kişi Georgia'dır. Bir yandan diğer insanlarla bağ kurmak ister ama fazla yaklaştığında da kendisini kırılgan hisseder, tedirgin olur.

Sınırda kişilik Benjamin'in (1996) SASB yaklaşımıyla da ele alınmıştır. Diğer yazarlar gibi Benjamin de sınırda kişilerin terk edilme korkusuna ve bakım görme arzusuna dikkat çeker. Sınırda kişiye göre, bakım veren içten içe ona muhtaç olunmasını ister; haliyle sınırda kişi de dostane bir bağımlılık stratejisi izler ama bu onun mutluluğa veya başarıya erişme şansını baltalar. Dostane bağımlılık bir kurtarıcı ihtiyacı doğurur ve bu kurtarıcı hemen idealleştirilir. İkili arasındaki sınırlar ortadan kalkınca, kişi kurtarıcısına kendini bir hayli açar ve onun kendisine çokça zaman ayırmasını beklemeye başlar. Sınırda kişi yeterince sevgi alamadığı takdirde bakım verenler onun gözünden düşer, değersizleştirilirler. Böylelikle düşmancıl bir kontrolcülük stratejisine geçiş yapan sınırda kişi, aslında duyarsız bulduğu karşı taraftan ilgi görebilme çabasından ibaret bir intikam duygusuyla hareket etmeye başlar.

Benjamin (1996) sınırda kişiliğin gelişiminde etkili dört unsurdan bahseder. Bunların ilki, "tartışmalar, evlilik dışı ilişkiler, kürtajlar, sadakatsizlik, sarhoşken yapılan taşkınlıklar, intihar teşebbüsleri, cinayetler, hapis cezaları, evlatlıktan ret, gayrimeşru çocuklar" gibi durumlarla kendini belli eden aile içi kaostur (s. 118). Bu olayların hepsi birbirinden trajik olmakla beraber, sınırda aileyi her daim çalkantı içinde tutarak aile üyelerinin sıkılmasına engel olur. Geleceğin sınırda kişisinin de genellikle aile içinde merkezi veya elzem bir rol oynadığı görülür. Ailenin istikrarsızlığı, yapısının ve bütünlüğünün hızla değişebilmesi yetişkin sınırda kişideki yoğun ve değişken duygulara model oluşturur. Dengesiz eş Elsa da buna örnek teşkil eder. Ailesi artık birbiriyle konuşmayan hiziplere bölünmüştür; annesi defalarca evlenmiştir ki bu da aile yapısındaki süregelen dengesizliğe katkı sağlamıştır; ağabeyiyle görüşmemektedir.

Aile içi kaosa ikinci bir unsur daha eşlik eder: travmatik terk edilme. Benjamin'e göre (1996) çocuk ona bakacak, onu gözetecek kimse olmadan bir başına kalır ve en önemlisi de, kendisine bakım verenlerin ne zaman geri döneceğini bilemez. Burada çocuğun kötü olduğu için terk edildiği gibi zımni bir mesaj vardır. Bu dönemlerde çoğu çocuk güçlü ötekilerin cinsel istismarına maruz kalır, bu da dissosiyatif nöbetlere zemin hazırlar. Bazı çocuklar "uyuşur"; bazı çocuklardaysa acı, erotik hazla ilişkilendirilir. Bu ikinci grup ileride kendini sakatlama riski taşır. Gel gelelim Benjamin'in belirttiği üzere her sınırda kişi cinsel istismar mağduru değildir.

Benjamin'in (1996) tartıştığı üçüncü unsur ise geleceğin sınırda kişisinin geçmişi aşıp patolojinin kıskacından kurtulmasına imkân sağlayabilecek yapıcı dürtüleri dizginleme amacı taşır. Aile; özerkliği kötü, "aile içindeki sempatik mutsuzluk ve bağımlılığı" ise iyi bulur (s. 121). Çocuğun, kendisinin özel olduğuna inanmak için bulduğu her gerekçe aşağılanarak cezalandırılır, çocuk yeniden mutsuz ailenin kusurlu üyesi pozisyonuna yerleştirilir. Aynısı, başarılardan duyulan gurur ve hatta basit mutluluk gösterileri için de geçerlidir. İçten neşe veya yapıcı çabalar sadakatsizlik addedilir. Genellikle kendimize başkalarının bize davrandığı gibi davrandığımızdan, geleceğin sınırda kişileri hayatta (psikoterapi de dahil) bir şeylerin fazlaca iyi gittiği zamanlarda kendini sabote etmeyi öğrenir. Erken dönemdeki bakım verenlere dair içselleştirdikleri imgeleri tatmin edebilmek için başarısız olmak, hatta kendine zarar vermek gerekir. İçlerinde şöyle bir konuşma geçer: "Canımın yanmasını istiyorsan yapman gerekeni biliyorsun. Cezalandırılmayı, acı çekmeyi hak ettiğimi kabul ediyor ve onaylıyorum. İşte bu da kanıtı. Artık seni ne kadar sevdiğimi anlamış olman gerek. Sen de beni sevmeye mecbursun." (s. 122) Dolayısıyla kendine yönelik saldırı aslında acımasız iç nesneleri tatmin etme amaçlı bir "aşk hediyesidir" (s.122). Ne zaman ki sınırda kişi tamamen mutsuz olur, ona karşı eleştirel yaklaşanlar veya ondan bir şeyleri esirgeyenler ona bakım vermeye başlarlar ki zaten bu da Benjamin'in bahsettiği dördüncü ve son unsurdur.

## Bilişsel Yaklaşım

Sınırda kişilerin bilişsel tarzını, doğrudan bölünmüş nesne ilişkileri yapısının sonucu olarak görebiliriz. Devamlı bir nesnenin bulunduğu yapılandırılmış koşullarda iyi işlev göstermeleri, ancak başkalarının sürekli mevcut bulunmadığı çerçevesiz koşullarda daha ilkel işleyiş düzeylerine kaymaya meyilli olmaları, açık bir gerileme göstergesidir. Yani onlar için önemli kişilerin yanlarında bulunması sağlandığı müddetçe sınırda kişiler gerçekliğe daha sıkı tutunabilir.

Oysa ilişkileri tehdit altına girdiğinde ego işlevsellik düzeyleri bozulmaya başlar. Gerçeklik ilkesine bağlı olan ikincil süreç düşünme yerini arzulara, fan-

## Odak Noktası: Gelişim

### Sınırda Kişilik ve Cinsel Travma

#### Travma ve Güvenli Bağlanma Arasındaki Bağlantılar

Her ne kadar sınırda kişiliğe ve sebeplerine dair kavramsallaştırmalar halen net değilse de (Paris, 1994a, 1994b; Zanarini ve Frankenburg, 1997), ampirik çalışmaların çoğu, çocukluk travmasıyla sınırda semptomlar arasında belirgin bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Genellikle kayıp, cinsel ve fiziksel istismar öyküsü, ağır ihmal veya duygusal istismar, aile içi şiddete şahit olmak, ebeveynlerin madde kullanımı veya suça karışması gibi risk unsurları sınırda hastaları ayrıştırır (Guzder, Paris, Zelkowitz ve Marchessault, 1996; Laporte ve Guttman, 1996; Zanarini ve diğ., 1997).

Bu unsurlar arasında pek çok çalışma özellikle de çocukluktaki cinsel istismar ve sınırda kişiliğin gelişimi arasında belirgin bir ilişki olduğuna işaret etmektedir (bkz. Paris, 1994b; Sabo, 1997; Zanarini ve Frankenburg, 1997). İstismara katkıda bulunacak unsurları tespit etmek amacıyla Silk, Lee, Hill ve Lohr (1995) bir şiddet endeksi oluşturmuşlardır. Vakalar kişiyi kimin istismar ettiğine, istismarın ne kadar sürdüğüne, birleşme yaşanıp yaşanmadığına göre kodlanmıştır. Sonuçlar, çocuklukta devamlı cinsel istismarın (manipülatif intiharlar, kronik çaresizlik ve değersizlik, geçici paranoya, terapide gerileme ve yalnız kalmaya tahammülsüzlük gibi) sınırda semptomların şiddetini en iyi yordayan faktör olduğunu göstermiştir.

Bu araştırmacılar, devamlı ve ağır cinsel istismarın çocuğun tatminkâr, güvenli bağ kurma kapasitesini etkilediğini tahmin etmektedirler. Çocuk diğer insanların "güvenilmez ve yalnızca kendini tatmin etmenin peşinde olduğu" kanısına varır, bu da "habis bir nesne dünyası inanışı" doğurur (s. 1062). Ne yazık ki Micheal Stone'un (1981) şu sözleri, üstünden neredeyse yirmi sene geçmiş olmasına rağmen hâlâ geçerlidir:

> Sınırda hasta grubunda kadınların bu kadar ağırlıklı olmasında tamamen psikolojik kökenli diğer bir unsurun daha etkili olabileceğini düşünüyorum (...) çocukluk ve ergenlikteki ensest deneyimler. (...) Baba veya amca eliyle yaratılan bu tür kronik mağduriyetler, küçük kızın ruhsal gelişiminde elbette etkili olacak, hasara yol açacaktır. Bu etki genellikle erkeklerle olan ilişkilerin bozulması, erkeklere güvensizlik, cinsel temalarla yersiz meşguliyet, cinsellik alanında dürtüsel davranışlar ve sıkça da depresyon biçiminde kendini gösterir (s. 14).

tezilere ve dürtülerin doğrudan tahliyesine bağlı olan birincil süreç düşünmeye bırakır. Olguları tartabilme, durumu ilişkili herkesin gözünden değerlendirebilme, gerek kısa gerekse uzun vadede verimli olacak bir plan yapma, id dürtülerinin bilinçli kontrol mekanizmalarının önüne geçmesine engel olma becerileri; ego işlevleri zayıfladıkça veya geçici psikotik nöbetler sırasında tamamen askıya alınınca çökmeye başlar. Bu düzeyde, bölme ve bununla ilişkili yansıtmalı özdeşim gibi mekanizmalar klinik tabloya egemen olur. Bu kişiler ihtiyaçlarını şeffaf biçimde sergiler; dışarıdan yapışkan, talepkâr, öfkeli (veya arka arkaya bunların

hepsi) görünebilirler. Ego işlevinin daha düşük düzeylerine gerileme eğilimi, bazılarının bu kişileri psikotik karakter olarak nitelendirmesine yol açmıştır (Frosch, 1960, 1964, 1970).

Sınırda biliş düzeyi ayrıca dış dünyadaki çerçevenin ne kadar güçlü olduğuna bağlıdır. Klinisyenler, sınırda kişilerin kâğıt kalem usulü kişilik testleri gibi yapılandırılmış testlerde daha sağlıklı göründüklerinin, Rorschach Mürekkep Lekeleri Testi veya Tematik Algı Testi gibi projektif enstrümanlardaysa daha sağlıksız bir tablo ortaya çıktığının eskiden beri farkındadırlar. Her projektif durumda kişi dış dünyadaki ikircikli uyaranlara düzenli bir yorum getirebilme umuduyla kendi iç dünyasına başvurur. Çoğu insan davranışı bireysel özelliklerle durumsal sınırlar arasındaki etkileşimden doğar. Hemen herkes kırmızı ışıkta durur; yapılması gerekenin bu kadar net olduğu durumlarda -ki bunlar yapılandırılmış testlerin sosyal hayattaki dengidir- sınırda kişiler çoğu zaman sosyal beklentilere göre hareket edebilirler. Haliyle de gerçekte olduklarından daha yetkin veya sağlıklı görünürler. Öte yandan, sınırda kişilerin kuralları önceden belirlenmemiş durumlara kendi içlerinden katabilecekleri pek az yapı olduğundan, ikircikliğe ancak akışkanlık yansıtabilirler. Aslına bakarsanız sınırda kişiler kendilerini düzenleyebilmek için gereken yapıyı da çevreden ödünç alırlar. Böyle bir yapı olmadığında, hemen daha ilkel ego durumlarına gerileyebilirler.

Her kişilik bozukluğunun belli bir bilişsel tarzı vardır. Kompülsif kişilikte "-meli/-malı cümlelerinin" ağırlığı nedeniyle aşırı katılık söz konusudur. Kompülsifler kusursuz düzeyde performans göstermelidir, mükemmel olmayan her şey korkunç derecede kusurlu görülüp ayıplanır. Narsisistler herkesin onlara her daim sadık kalıp hizmet etmesini hak eder çünkü varoluşları itibariyle en iyi onlardır, her şeyin en iyisini onlar bilir. Histrionikler ise aşırı derecede dışavurumcudur; hiçbir şeyi derinlemesine işlemlemez. Sınırda kişileri ayıransa düşünce ve duygularındaki akışkanlıktır; bu akışkanlık düzeyi ilişkilerin niteliğine ve yapmaları gerekenlerin ne kadar yapılandırılmış olduğuna bağlıdır. Sınırda kişilerden nevrotik düzeye daha yakın olanların bile bütünleşik muhakemeleri kırılgandır ve gerileme dönemlerindeki gibi yoğun duygulanımların baskısına dayanamaz. Mesela Jenny erkek arkadaşının cipinden, her şey güllük gülistanlıkken atlamamıştır; keza Elsa'nın alışveriş çılgınlığı da evliliğinin sıkıntılı dönemlerine denk düşer. Dolayısıyla sağlam bağlar kurmak, muhakeme becerisini de güçlendirir.

Sınırda kişiliğin diğer bilişsel özelliklerini bölünmüş nesne temsilleri kavramından çıkarsamak mümkündür. Bütünleşik kimlik algısı olan kişilerde yoğun bir bilişsel çelişki yaratacak çoğu beyan veya eylemin, sınırda kişide böyle bir etkisi olmaz. Bölünmüş nesne temsilleri aslında kendini, başkalarını ve dünyayı iki zıt açıdan görmek anlamına gelir; duruma göre bu bakış açılarından biri ön plana çıkabilir. Diyelim ki bir arkadaşının yaptıkları ona kontrolcü, küfürbaz

bir bakım vereni hatırlatıyor; sınırda kişi böyle bir durumda kuşkusuz öfke patlaması yaşayacaktır. Ancak birkaç dakika sonra aynı arkadaş bir şekilde, sınırda kişinin bilinç akışına bağlı olarak dünyanın en iyi dostu addedilebilir. Bu tür ayrı imgeler tanımları itibariyle özellikle ayrı tutulur ki çatışmasın; böylelikle bilişsel çelişki yaratmazlar. Fikir ve eylemlerindeki bu tür 180 derece dönüşlere dikkat çekildiğinde sınırda kişiler genellikle bu farklılıkları yüzeysel rasyonelleştirmelerle ve umursamaz bir tavırla görmezden gelirler. Sınırda kişiler kendi paradoksal davranışlarına kafa yormak istemezler.

Sınırda kişiliğe dair bilişsel yaklaşımla da kesişen bir diğer gözlemde bulunan Kroll (1993), sınırda kişilerin sıklıkla kendi bilinç akışlarının insafına kalmış göründüklerine dikkat çekmiştir. Sınırda kişilerdeki kimlik dağılması, onların (*flashback*ler ve kâbusların da arasında bulunduğu) işgalci düşünce ve imgelere karşı bilhassa kırılgan olduklarını gösterir. Sınırda kişilerin sahiden de nahoş düşünceler arasında serbestçe dolaşan bir hali vardır; bu düşünceler de sadece kendi öznel deneyimlerine dayanan yoğun duygu hallerini arka arkaya uyandırıyor gibidir. Örneğin yeni tanıdıkları birine hayranlıkla bakabilirler, ta ki eskiden tanıdıkları ve hâlâ hakkında çözüme ulaştıramadıkları bazı meseleler olan başka birine benzediğini fark edene dek... Bu benzerliği fark etmek akıllarına bazen öyle fena, öyle yoğun anılar getirir ki yeni tanıştıkları o kişi istemeden uyandırdığı tüm o olumsuz duygulara karşı bir paratoner haline gelir. Oysa dışarıdan bakan biri bu duygu akışını rasgele ve mantıksız bulacaktır. Gerçekteyse bilinç akışının kendi mantığı vardır ve bu mantığın temeli kişinin özgün yaşam öyküsüne dayanır.

İşte bu nedenle Kroll (1993) sınırda kişiliğin aslında travma sonrası stres bozukluğuna (TSSB) benzediğini, zaten çoğu sınırda kişinin de geçmişinde travmatik deneyimler olduğunu öne sürer. Bu bağlamda Kroll, istismar geçmişi nedeniyle TSSB'dekine benzer bilişsel bozulmalar yaşamış kişilere istinaden "TSSB/sınırda" diye melez bir kavramdan bahseder. Bu kişilerin "ilk ve öncelikli olarak bir bilinç akışı bozukluğundan" mustarip olduklarını, bu bilinç akışının "kendi kendinin düşmanı" haline geldiğini ve önünün alınamadığını yazar (s. xv). TSSB'deki gibi TSSB/sınırda kişinin de bilişsel aygıtı, onu esas travmayı tekrar yaşamaya mahkûm edecek şekilde değişmiştir. Gerçek imge ve anılar hiç beklenmedik anlarda bütün halinde veya parçalı olarak bilince taşabilir. Ayrıca bilinç akışı "istenmeyen somatik algılardan; kişinin kendisine dair, zihninde bozuk plak gibi dönen yorumlardan; istismar deneyimlerine ilişkin çocukluktan kalma, düşlenen ve korkulan değerlendirmelerden; bunlara eşlik eden birbirinden güçlü disforik, kaygı ve öfke eksenli duygudurumlardan" oluşur (s. xv). Dengesiz kimlik, yalnızlığa tahammül edememe ve kendine zarar verme gibi diğer özellikler de geçmişteki istismar deneyimleriyle ilişkili olabilir. Bu açıdan

bakıldığında psikodinamik yaklaşımda ciddi bir eksik vardır çünkü gerçek istismar deneyiminin öneminden çok, nesneye yani fantezi düzeyindeki yansıtmalara vurgu yapılır.

Beck ve diğ.'nde (1990) yer alan yazısında Pretzer ikili düşünme tarzını yani birbirini dışlayan kategorilerin kronik biçimde kullanılmasını, sınırda kişiliğin merkezi bilişsel çarpıtması addeder. Dünyayı "ya şu ya bu" üzerinden yapılandıran sınırda kişiler, durumun gerektirdiğine göre uyumlu tepkiler vermelerine imkân tanımayan uç yorumlara mecbur kalırlar; arada tepkiler, gri tonları, mesafe alarak yapılan bir değerlendirmenin ardından varılan karmaşık nitelikli tespitler onlarda pek az görülür. Kendilerine, dünyaya ve geleceğe dair fikirleri ya tamamen olumlu ya da tamamen olumsuzdur. Pretzer'ın (alıntılayan Beck ve diğ., 1990, s. 186) belirttiği üzere bu bağlamda oluşan inanışlara "Dünya tehlikeli ve habis bir yerdir", "Güçsüz ve kırılganım", "Kabul edilemez bir fıtratım var" gibi örnekler verilebilir.

İkiye bölünmüş düşünce tarzları nedeniyle sınırda kişilerin ince düzeltmeler yapmaya veya eski fikirlerini tamamen üstünü çizmeden şu veya bu yönde tekrar değerlendirmeye pek fırsatları olmaz. Bu da onları ciddi bir açmaza sokarak "İnsan fikrini nasıl değiştirir?" sorusunu doğurur. Sınırda kişi için bu sorunun yanıtı bir uçtan diğer uca hızlı geçişler yapmaktan geçer. Ayrıca duygulanım ve biliş yakın ilişki içinde olduğundan, sınırda kişiler duygularının şiddetini kolayca değiştiremez. Bunun yerine duygularını hep yoğun ama zıt kutuplarda yaşarlar; dışarıdan bakanlar da peşi sıra gelen yoğun, rasgele, akıl almaz duygusal durumlarla karşılaşırlar. Bu bölümde yer verilen vakaların hepsinde bu tür bir "katı akışkanlık" söz konusudur.

## Evrimsel-Nörogelişimsel Yaklaşım

Bu kitabı bütünleştiren evrimsel model açısından bakıldığında, sınırda kişiler kendini herhangi bir kutba sıkı sıkıya bağlamayı başaramaz. Bu durumu yoğun ikircikli tavırlarından ve istikrarsızlıklarından, duygusal dengesizliklerinden, davranışlarının öngörülememesinden, kimliklerindeki dağılmadan ve zıt pozisyonlar arasındaki gelgitlerinden görebiliriz. Çoğu okur, kişiliğin zamandan ve durumdan bağımsız özelliklerden oluşması ve sınırda kişilerin bu tür özellikler taşımaması nedeniyle bunun bir kişilik bozukluğu olarak sınıflandırılmasına karşı çıkacaktır. Ayrıca *DSM*'de sınırda kişiliğin büyük oranda, kişilik özelliklerinden ziyade semptomlar (örneğin kendine zarar verme) üzerinden tanımlandığı ve diğer kişilik bozukluklarıyla da hayli örtüşen tanı kriterleri barındırdığı düşünüldüğünde, bu kişilik bozukluğunun nadiren tek başına tanı aldığı da söylenebilir. Son olarak, bu kavramın asıl menşei olan psikodinamik yaklaşım

açısından sınırdalığın bir veya daha fazla kişilik tanısı gerektiren bir kişilik örgütlenmesi düzeyinden ibaret olmasına (Kernberg, 1967, 1984, 1985a) dikkat çekenler de olacaktır. Bu doğrultuda sınırda teriminin daha çok, sözgelimi nispeten bütünleşmiş, nevrotik düzeydeki bir histrionik kişiliği -ki psikodinamik klinisyenler buna histerik karakter adını verir- duygusal açıdan daha dengesiz bebeksi histrionikten ayıran bir gösterge olduğu savunulabilir.

Öte yandan daha geniş bir kavramsallaştırma yaparak sınırdalığın kişilik bozukluklarının sınıflandırılmasında gerekli olduğunu savunabilir; üstelik bunu, bu kavramı tek bir kişilik yaklaşımından yola çıkarak açıklamak gibi bir bütünleştirme safsatasına düşmeden veya onu sınıflandırma sistemine sırf böylesi daha pragmatik olacağı için dahil etmeden de başarabiliriz. Her ne kadar bir önceki paragrafta verilen eleştirilerde haklılık payı olsa da, kişiliğin bütünleşmişlik düzeyi aslında yalnızca soyut, akademik, idealleştirilmiş bir kavramsallaştırma tarzıdır. Nasıl ki insanların tek bir kişilik prototipine benzerliği muhtelif düzeylerde olabiliyorsa, kendi kişiliklerinin barındırdığı unsurların birbiriyle ne denli sıkı veya gevşek bir ilişki içinde olduğu da farklılık gösterir. Normal kişiliğin tanımı gereği iyi bütünleşmiş olması gerektiğinden, barındırdığı unsurlar da ahenk içinde işlev gösterir. Burada, biliş veya savunma gibi kişilik alanları başlı başına bütünü bozar çünkü kişiyi parçalara indirger ve bu parçalar ana odak noktası haline gelir.

Daha önce herhangi bir tekil yaklaşımdan yola çıkarak geçerli bir kişilik sınıflandırması yapamayacağımızı savunmamızın nedeni tam da buydu: Parça, hiçbir şekilde bütünün ikamesi olamaz, bütünün yerine işlev gösteremez. Bilişsel tarzlar, nesne ilişkileri veya biyoloji üzerinden kişiliği tartışabiliriz ama bunu yaparken her bir yaklaşımın bazı şeyleri açığa çıkaran, bazılarınıysa gizleyen bir noktadan yola çıktığını biliriz. Her kabulün kendine göre avantajı ve dezavantajı vardır. Nihayetinde daha bütünsel bir kavramsallaştırmaya dönmek zorunda kalırız; aksi takdirde tarifsiz bir şeyi, kişilik denen davranış örgütlenmesinin bütününü yitirmiş oluruz. İşte sınırda kişilikte de yitirilen tam olarak budur.

Bu mantık doğrultusunda sınırdalığın kişilik bütünleşme düzeyine dair bir patoloji olduğu ortaya çıkar ama psikodinamik kavramsallaştırmalarla da sınırlı kalmaz. 1. Bölüm'de kişiliğe dair ideal bir nedensel modelde kişiliğin her alanının diğer alanları etkilediğini, kişiliği parçaların toplamından fazlası kılmakla kalmayıp kişilik bozukluklarının tedavisi zor addedilmesine de sebep olan o inatçılık tezahürünü bütüne kazandırdığını belirtmiştik. Psikodinamik savunmalar, kişilerarası etkileşimler, bilişsel tarzlar ve biyolojik değişkenler birbiriyle etkileşerek iç içe geçmiş tekil bir dinamik sistem oluşturur. Aksi halde kişilik diye bir şeyden bahsetmek dahi mümkün olmazdı. Bu bağlamda sınırdalık da haliyle gevşeklik ve akışkanlıkla, kişiliğin bir boyutunun veya belli bir meselenin

bütünü ele geçirdiği ama ardından yerini bir diğerine bıraktığı anlarla tanımlanır. Nihayetinde de ortaya hızla değişen duygular ve hayli düzensiz, hatta tesadüfi görünen bir dizi dürtüsel davranış çıkar.

Kişiliğin bütünleşmesine dair bir patoloji olan sınırda yapı, hemen her kişilik bozukluğuna uygulanabilir. Gel gelelim klinik deneyimler bize bağımlı, histrionik, narsisist, antisosyal ve negativist kişiliklerin sınırda tanısına daha sık eşlik ettiğini göstermektedir. Verili durumdan bağımsız olarak bu kişiler iki gelişim sürecinin birinden geçer. İlk süreçte kişilikte belirgin bir bütünleşme sağlanır ama sürekli çevresel strese maruz kalındığında kırılmalar yaşanır. İkinci süreçteyse belirgin bir bütünleşme olmaz. İlk süreçten geçenlere örneğin sınırda histrionik demek, yani sınırdalığı histrionik kişiliğe dair bir gösterge olarak kullanmak daha doğru olacaktır. İkinci süreçten geçenlereyse bağımlı sınırda kişiler denebilir ve böylelikle kişilik özelliklerinin örgütlü davranışa sunduğu katkıların, bütünleşme yoksunluğunun doğurduğu sonuçlar tarafından gölgede bırakıldığı ifade edilebilir. Her halükârda örgütlenme veya içsel düzenleme zayıflığı; (dürtüsel davranışlardan kolayca görüldüğü üzere) davranışların çevresel mecburiyetlere uydurulamaması, hızlı duygu geçişleri ve aniden değişen duygular sınırda kişiliklerin hepsinin ortak noktasıdır. Bu kavramsallaştırmayı, bu bölümün asıl odak noktası olan *DSM*'deki sınırda kişilikten ayrıştırmak gerekir. Sınırda kişiliğin sekiz klinik alan bağlamında bir özetini Tablo 14. 2'de bulabilirsiniz. Yapısal kusurlar barındıran sınırda kişiliğin alttiplerinin gelişim sürecindeki deneyimlerine dair aşağıda verdiğimiz özet, önceki bölümlerde daha basit kişilik tarzlarına dair yürüttüğümüz tartışmalara atıfta bulunarak desteklenebilir.

Kendine zarar veren ve yılgın sınırda kişilikler sorumluluklarından el çekip başkalarına inatla yapışarak içinde bulundukları zor durumu iyice ağırlaştırır. Bu da onları hayli kırılgan bir konuma sokar çünkü özerklik kapasiteleri giderek azalır ve bağımlı oldukları kişilerin onlardan iyiden iyiye bıkmaya başladıklarını fark ederler. Başkalarından destek alamayınca kendilerini yermeye başlayabilir veya insanların ilgi ve onayını toplayabilmek için delice bir çabaya girişebilirler. Bu tür davranışlar ve duygusal çalkantılar içlerindeki ahenksizliği, dış dünyaya olan uyumsuzluklarını hepten alevlendirir; bunun sonucunda da içsel kontrollerini yitirip kısa psikotik nöbetler geçirebilirler.

Dürtüsel (histrionik) sınırda kişinin baştan çıkarma maharetleri, yeni zorluklar yaratmasının yanında kullanışlı bir strateji olma özelliğini de yitirir. Bu kişiler hem yüzeysel ve hercaidir, hem de başkalarından belli belirsiz fakat abartılı taleplerinin karşılığında pek az şey verir; haliyle de kalıcı yakın ilişkiler kuramaz. Ayrıca dışarıya odaklı olup kendi iç dünyalarını bastırdıklarından, beslenebilecekleri içsel kaynaklar da edinemezler. Dolayısıyla ayakları yere sağlam basmaz, sürekli diken üstündedirler ve ihtiyaç duydukları ilgi ve güveni başkalarından

temin edip edemeyecekleri konusunda hep tereddütlüdürler. İnsanların onlarla ilişkilerini kesip onları bir başına bırakmasından korktuklarından; ihtiyaç duydukları ilgiyi çekmeye hizmet eden yapay bir öfori haliyle, saplantılı bir keder ve umutsuzluk içine düştükleri, kendilerini değersiz hissettikleri dönemler arasında salınıp dururlar. Terk edilme korkuları muazzam boyutlara ulaştığında kontrolü tamamen kaybederler; ya kaotik ve manik bir yardım çığlığı olarak görülebilecek davranışlar sergiler ya da derin ve inatçı bir kasvete gömülürler.

Hırçın sınırda kişiler salınımları, öngörülemezlikleri, uzlaşmazlıkları, terslikleri ve kindar doğaları dolayısıyla kendi dengesizliklerini yine kendileri yaratır. Hayal kırıklığı beklentisi içinde olmayı öğrendiklerinden çoğu zaman aceleci davranır, başkaları onları dışlamadan onlar insanları dışlar. Ayrıca içsel gerilimleri köpüre köpüre yüzeye yaklaşır, huysuzluk etmelerine, fevri ve aceleci davranmalarına neden olur. Kontrolsüzlükleri diğer insanlarla sürekli hırlaşmalarına yol açar ve muhtaç oldukları ilgiyi görmelerine engel olur. Keyifsiz, öfkeli ve karamsar halleri nedeniyle periyodik biçimde saldırganlaşabilir, patlayıp iğneleyici şikâyetlerde veya dünyaya karşı ithamlarda bulunabilir ya da, aksine kendi içlerine dönüp kendilerini kurban etmeye, nedamet getirip af dilemeye, kendileri ayıplamaya ve kendilerini değersiz görmeye başlayabilirler.

Geniş çaplı ve yaygın sosyokültürel güçler de sınırda kişilik örüntülerinin tamamının gelişiminde etkili olabilir. Bu özellikle de değer ve uygulamaları değişken olan, istikrar göstermeyen toplumlarda geçerlidir; günümüz Batı toplumlarında, özellikle de ABD'de bu durum giderek daha belirgin hale gelmektedir.

Modern çağımızın alametifarikalarından olan düzensiz ve dağınık kültür dünyası, sınırda kişiliğe damgasını vuran kişilerarası dalgalanmalara açıkça yansır. Sosyal değişimin günbegün ivme kazanması ve çocukların da uyum göstermesi beklenen ikircikli ve uyumsuz kaidelerin giderek yaygınlaşması mevcut kültürümüzün temel özelliklerindedir. Hızlı sanayileşme, göç, sosyal hareketlilik, teknoloji ve kitle iletişim araçlarının kümülatif etkisi sebebiyle geleneksel değer ve standartlarda sürekli erozyon yaşanmaktadır. Çocuklar basit, tutarlı uygulama ve inanışların yerine sürekli değişen tarzlarla ve kalıcı olup olmayacağı belli olmayan, kararsız, her daim sorgulanan normlarla karşı karşıya kalmaktadır (Millon, 1987). Öte yandan sınırda kişiliği kavrayışımız her ne kadar klinik açıdan karmaşık ve sorunlu olsa da bu kişilik türü çokça yaygın olduğundan, ona dair biyososyal modellerin diğer kişiliklere kıyasla çok daha gelişkin olmasına şaşırmamak gerekir. Linehan (1993) bu bozukluğu asıl olarak duygunun düzenlemesiyle ilişkili görür, ki zaten bu da hem duygusal kırılganlıkla hem de duygusal durumları yönetebilme beceriksizliğiyle bağlantılıdır. Sınırda kişiler geniş bir duygusal uyarım yelpazesine karşı hassas olmakla kalmaz, aynı zamanda çabuk ve şiddetli tepkiler verir ve geç yatışır; bu da tekrar kışkırtılmalarının işten bile olmadığı anlamına

## TABLO 14. 2 Sınırda Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *İstikrarsız*<br>Enerji düzeyi istikrarsızdır, bazen ani, beklenmedik, dürtüsel patlamalar yaşar; dürtü durumunda ve ketleyici kontrol mekanizmalarında içsel kaynaklı ani ve keskin geçişler olur; bu mekanizmalarının faaliyete geçmesini ve duygusal denge halini sürekli risk altına sokmakla kalmaz, tekrarlayan intihar girişimleri ve kendine zarar verme davranışları sergiler. | **Benlik İmgesi** | *Kararsız*<br>Olgunlaşmamış, belirsiz veya dalgalı bir kimlik algısı vardır, çoğu zaman buna altta yatan boşluk duyguları eşlik eder, aceleci davranışlarını ve değişken benlik sunumlarını nedamet getirerek ve kendine zarar vererek telafi etmeye çalışır. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Paradoksal*<br>İlgi ve sevgiye ihtiyaç duyduğu halde öngörülemez biçimde zıtlaşmaya meyillidir, manipülatif ve değişkendir, insanlarda destekten çok ret tepkisi uyandırır; terk edilme ve soyutlanma korkusu onda abartılı tepkiler doğurur ama bu tepkiler çoğu zaman öfkeli, birdenbire patlayan, kendine zarar veren niteliktedir. | **Nesne Temsilleri** | *Uyumsuz*<br>İçselleştirilmiş temsilleri, iptidai ve kendiliğinden oluşturulmuş fakat tekrar tekrar hezimete uğrayan deneyimlerden oluşur, bu da çatışmalı anılar, uyumsuz tavırlar, çelişkili ihtiyaçlar, zıt duygular, fevri dürtüler ve çatışmayı azaltmaya yönelik birbiriyle çakışan stratejiler doğurur. |
| Bilişsel Tarz | *Dengesiz*<br>Olan biteni hızla değişen, dalgalı, birbiriyle çelişen biçimlerde algılar, ayrıca kendine ve başkalarına karşı zıt duyguları ve çelişkili düşünceleri vardır, bunlardan özellikle sevgi, öfke ve suçluluk ön plandadır; başkalarının davranışları onda dalgalı ve çatışmalı tepkiler uyandırır ki bu da çevresinden yine çatışmalı geribildirimler almasına neden olur. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Bölünmüş*<br>İçsel yapıları hayli parçalı ve çatışmalı vaziyettedir, barındırdığı unsurlar arasındaki tutarsızlık ve uyumsuzluk belirgindir; bilinç düzeyi sıkça değiştiğinden birbiriyle çelişen algı, anı ve duygulanımlar arasında hızlı geçişler yaşanır ki bu da zaten hayli kısıtlı olan ruhsal düzen ve ahengin periyodik olarak parçalanmasına neden olur, strese bağlı geçici psikotik nöbetler sıkça yaşanabilir. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Gerileme*<br>Stresli durumlarda kaygıya tahammülü, dürtü kontrolü ve sosyal uyumu gelişimsel açıdan daha erken seviyelere geriler; ergenlerde yetişkinliğin talep ve çatışmalarıyla baş edememe söz konusudur ki bu da hiç olgun olmayan, hatta çocuksu davranışlarla kendini belli eder. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Değişken*<br>Dengesiz duygudurum düzeyini dışsal gerçeklikle uyumlu hale getirmeyi başaramaz; normallik, depresyon, heyecan arasında belirgin geçişleri olur veya arasına uygunsuz, yoğun öfke ya da kısa süreli kaygı veya öfori dönemleri serpiştirilmiş keyifsiz ve kayıtsız dönemler yaşar. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

gelir. Yoğun duygusal durumlar böylelikle kronik ve kendi kendini idame ettiren bir nitelik kazanır. Linehan'ın açıkladığı üzere duyguyu düzenlemek için kişinin öncelikle duygusal durumlarını doğru isimlendirmeyi, ardından da bu durumların aklına getirdiği duygusal çağrışımlarla baş edebilmeyi öğrenmesi gerekir.

Birbiriyle rekabet halindeki güçlerin zımni uyumsuzluğunun sürekli etkisi altında olan yetişkin sınırda kişi "zor mizacın" (Thomas ve Chess, 1977), "onaylamayan çevre" ile bir araya geldiğinde nelere yol açabileceğine örnek teşkil eder. Linehan (1993) bunu etraflıca açıklamıştır:

> Onaylamayan çevre çocuğun dünyaya dair kişisel deneyimini aynalayıp tasdik etmektense, cezalandırır ve önemsizleştirir. İlk olarak kişiye kendi deneyimlerine ilişkin tasvir ve tahlillerinin, özellikle de duygularına, inanışlarına ve eylemlerine neyin yol açtığı konusundaki tespitlerinin hatalı olduğunu söyler. İkinci olaraksa kişinin deneyimleri sosyal açıdan kabul görmeyecek niteliklere veya kişilik özelliklerine atfeder. (s. 49)

Bu türden bir çevre kişisel deneyimi tanıyıp tasdikleyeceği yerde kendi duygu, saik ve özelliklerini geleceğin sınırda kişisine yansıtır. Linehan (s. 50) "Öfkelisin ama bunu kabul etmiyorsun" ve "'Hayır' dese de aslında 'Evet' demek istiyor" örneklerini verir. Aynı zamanda gerçek olumsuz duygular aşırı tepkisellik veya aşırı hassasiyet gibi eskiye dayanan olumsuz yatkınlıklardır. Yine burada da kabahat kişidedir. Son olarak başarısızlık da, disiplinsizlik veya tembellik gibi olumsuz özelliklere atfedilir. Linehan'ın görüşünü özetleyecek olursak, gelişimsel çevre sınırda kişinin gerçek potansiyelleri olan eşsiz biri olarak görülmesine engel olan değişken, rasgele iletişimlere yol açmakla kalmaz, bir de üstüne sürekli olarak "Kötüsün" mesajını verir. Bunların bir kısmını, annesinin ona tekrar tekrar "Ne kadar sefil bir çocuk olduğunu fark ettiğimde keşke seni terk etseymişim" dediğini hatırlayan sınırda anne Georgia'da görebiliriz.

Bu gelişim örüntüsünün ağır sonuçları olur. Yeterli aynalama ve onaylama olmadığında kişi özel ve duygusal deneyimlerini isabetli biçimde isimlendirmeyi öğrenemez, gerçekçi amaçlar belirleyemez, normal etkileşimlerin nasıl olması gerektiğine dair beklentiler geliştiremez, kendi tepkilerinin geçerli olup olmadığını yorumlayamaz. Ayrıca onaylamayan çevreleri olumsuz duyguların ifade edilmesine tahammül edemediğinden, sınırda kişiler herhangi bir tepki alabilmek için abartılı hareketlere mecbur olduklarını öğrenirler. Sınırda kişiliğe zemin oluşturan aile türlerinde madde kullanımı, ebeveyn yokluğu veya ihmali, genel bir pembe dizimsi yaşam tarzı sıkça görülür. Cinsel istismar ve kültürel ideallerin kadınların yaşamındaki rolü gibi, sınırda kişiliğin gelişimine dolaylı yoldan katkıda bulunan daha geniş çaplı biyososyal unsurların tartışması için Linehan'a (1993) bakabilirsiniz.

Mizacın sosyalleşme etkenleriyle etkileştiği yakın çevreyi yine aile şekillendirse de, bazı yazarlar sosyokültürel çevrenin kişilik gelişiminde güçlü fakat dolaylı bir etken olduğunu öne sürmüştür. Paris'in (1994b) belirttiği üzere zaman içindeki bütünleşme düzeyi toplumdan topluma değişir. Bütünleşik bir toplumda büyüyen kişiler sınırda özelliklerin gelişimine karşı nispeten korunaklıdır. Oysa dağılan bir toplumsal bağlamda büyüyenler sıkça sınırda davranışları teşvik eden yollardan geçmek zorunda kalır. "Bizim toplumumuz" der Paris, "sapkın davranışları kapsama çabalarının ve sosyal destek düzeyinin düşüşte olmasına rağmen kişiden bağımsız işlev göstermesini bekler." Bunun da dürtüselliğin, madde kullanımının ve nihayetinde, kendine zarar verme ve intihar davranışları gibi sınırda kişiliğin belirgin özelliklerinin artması gibi açık bir etkisi olur.

Benzer şekilde Millon (1987) geleneksel toplumlarda diğer insanlarla ve kurumlarla olan deneyimlerin aile içindeki erken istismarın etkisine karşı bir miktar koruma sağladığını savunur. Günümüzdeyse geniş aile eskisi kadar bir arada olmadığından çocuklar teyzeleriyle, amcalarıyla, büyükanne ve büyükbabalarıyla daha az temas halindedir; bu da ebeveynlerin veya kardeşlerin açtığı yaraları iyileştirecek veya telafi edecek sağlıklı bağlar kurma şansını düşürmektedir. Keza akademik eğitim vermenin yanı sıra inanış, değerler, uygun davranışlar gibi kavramları da vurgulayan kilise veya okul gibi geleneksel kurumların rolü de azalmıştır. Böylelikle ortaya, yarattığı sınırda kişiler gibi dağınık ve değişken bir toplum çıkmıştır.

## Diğer Kişiliklerden Farkı

Tarihçesi düşünüldüğünde, *DSM*'deki sınırda kişiliğin pek çok diğer kişilik bozukluğuyla örtüşmesi şaşırtıcı olmayacaktır. İlk tanı kriteri olan "gerçek ya da hayali bir terk edilmeden kaçınmak için çılgınca çaba gösterme" bağımlı ve histrionik kişilikleri hatırlatır. Bağımlı kişiler de kullanışlı bir ikame nesneye muhtaçtır; o olmadan panik duyguları çabucak yüzeye çıkar. Histrioniklerin de böyle bir nesneye ihtiyacı vardır ama onlar aynı zamanda fiziksel açıdan çekici olmaya, tüm dikkatleri üzerlerinde toplamaya, birlikte oldukları kişilerin onları idealleştirdiğine inanmaya gerek duyar. Dolayısıyla terk edilmek histrionikler için hem ayrılık anlamına gelmesi hem de çekici güçlerinin yetersizliğine ilişkin bir mesaj taşıması itibariyle çifte risk taşır. Buraya belki kaçınganı da dahil edebiliriz çünkü kaçınganlar da onlara mahcup, yetersiz, beceriksiz hissettiren dünyayla onların yerine yüzleşebilecek eşler arar.

İkinci tanı kriterine geldiğimizdeyse,; bağımlılar, histrionikler, narsisistler ve negativistler romantik ilişkileri idealleştirmeye bilhassa yatkındır; narsisistler ise artık onlara hayranlık duymayan, şu veya bu nedenle "narsisist tedariği" kesen

kişileri değersizleştirmeye meyillidir. Bağımlı ve histrioniklerin benlik algısı genellikle pek gelişmemiş olur; histrionik, narsisist, negativist kişiler hayli dengesiz bir benlik duygusuna sahiptir ki bu da sınırda kişiliğin üçüncü kriteridir. Narsisist, histrionik ve negativist kişilikler ayrıca öfke dahil uç duygulara yatkındır. İlaveten, daha patolojik narsisist ve histrionik kişilikler kronik boşluk duyguları yaşayabilir. Son olarak sınırda, şizotipal ve paranoid kişilerde paranoid korkular; sınırda ve histrionik kişilerdeyse dissosiyatif nöbetler görülebilir. Sınırda kişilikle en çok örtüşense herhalde *DSM-III-R*'deki kendini baltalayan kişiliktir (Gunderson, Zanarini ve Kisiel, 1995) çünkü bu kişiliğin kişilerarası kaosu ve kendine zarar veren davranışları hiç kuşkusuz sınırda kişiler için de ıstıraplı deneyimlere ve başarısızlığa zemin hazırlar.

Gel gelelim aynı konu başlıklarında tezat teşkil edebilecek noktalar da bulunabilir. Sınırda kişinin gerileyici düşünce bozukluğu sıklıkla şizotipal kişiliğe benzer ama sınırda kişilik dengesiz duygudurumları ve bunun depresyonla ilişkisiyle tanınır. Ayrıca sınırda kişilerin düşünceleri ilişkisel temalara bağlı olarak dağılırken şizotipallerin düşünceleri hemen her konuda eksantrik görünür. Sınırda kişilerdeki geçici psikotik nöbetler bu nedenle daha çok dışsal olayların niteliğine verilen tepkilerdir. Hem sınırda hem de histrionik kişiler duygusal açıdan kırılgandır ve dikkat çekmek ister. İkisi de ilişkilerine cinsel bir nitelik yükleyebilir ama sınırda kişiler öfkelerine daha çabuk yenilir, boşluk ve yalnızlık duygularını daha çabuk deneyimler; oysa histrionikler bu duyguları genellikle bastırır. Hem sınırda hem de histrionik kişilerde paranoid korkular görülse de, paranoid katı bir izlenim verir ve kendi haline bırakılmak ister. Halbuki sınırda kişi kırılgan ve değişken görünür, ayrıca yalnız bırakılmaktan da korkar. Buna ek olarak sınırda kişiler çoğu zaman alenen kendilerine zarar verir, bazen de kendilerini suçlarlar; paranoidler ise başkalarını suçlar. Hem sınırda kişiler hem de antisosyaller kendilerine zarar verecek raddede dürtüsel davranabilir. Gel gelelim antisosyaller genellikle yaptıklarından pişmanlık duymaz ve dürtüsel tatmini başlı başına bir amaç olarak görür. Oysa sınırda kişilikte dürtüsellik daha ziyade boşluk ve değersizlik duygularını yatıştırma amacıyla kullanılır. Son olarak sınırda kişiler de, bağımlı kişiler de terk edilmekten korkar. Ne var ki bağımlılar ayrılık tehdidi karşısında daha itaatkâr ve tatmin edici bir tavra bürünür, sınırda kişiler ise ilgi görme umuduyla öfkeli taleplerde bulunur.

## Semptomların Dışavurum Kanalları

Her kişilik bozukluğu, kendi içsel mantığı doğrultusunda I. Eksen'den bazı kırılganlık örüntüleri taşır. *DSM*'deki sınırda kişilik, özellikleri kadar semptomları doğrultusunda da tanımlanmış olduğundan, I. Eksen'le ilişkisini de hali-

hazırda zımnen tartışmış olduk. Sınırda kişiler kişilerarası olayların anlamını çarpıtmaya yatkın olduklarından, ilişkilerini sürekli olarak kaos ve karmaşaya sürüklediklerinden, genellikle devamlı bir yaygın kaygı içindedirler. Aldıkları desteğin geri çekildiğini veya terk edildiklerini düşündüklerinde bazen panik nöbetleri geçirebilirler, bu nöbetlere dissosiyatif semptomlar veya paranoid düşünceler eşlik edebilir. Eğer kurdukları bağların nispeten güvence altında olduğuna kendilerini temin edebilirlerse, semptomları hafifleyecektir. Ağır bir istismar öyküsü olan kadınlarda (Galletly, 1997) dissosiyatif semptomlar özellikle ön planda olabilir. Aşağıdaki kısımları okurken kişilikle semptom arasındaki bağlantıyı tespit etmeye çalışın.

### *Depresyon*

Depresyon ve sınırda kişilik arasında öyle güçlü bir ilişki vardır ki, çoğu kişi depresyonu yaşam tarzından kaynaklanan bir durumdan fazlası olarak görür, sınırda kişilerin depresif dönemlere biyofiziksel bir yatkınlığı olduğunu savunarak bu bozukluğu duygulanım bozuklukları yelpazesinde konumlandırır (Akiskal, 1981). Bu hipotezin ne kadar geçerli olduğu bilinmez fakat sınırda kişilerde depresyon; çabuk sinirlenme ve düşmancıllığın sıklıkla bir arada görüldüğü, bunlara da bir dizi fiziksel şikâyetin eşlik ettiği bir gerçektir. Ayrıca bu kişilerin özgüvenleri ezici raddede düşüktür; üstüne bir de kendilerini sürekli kötü ve değersiz görmeleri, genel olarak yetersiz ve çaresiz hissetmeleri eklenince bu durum daha da şiddetlenir. İnsanlar, çoğu zaman da düşmancıl kontrol çabaları nedeniyle hayatlarından uzaklaşınca yoğun bir suçluluk duyabilir, kendilerini suçlayabilirler. Sarsılan ilişkilerini güvenceye almaya yönelik patolojik bir teşebbüs olarak kendilerine zarar vermeye yeltenebilir, bunu acımasız iç nesnelerini memnun etmek için bir araç olarak kullanabilirler (Benjamin, 1996). Gel gelelim kendine zarar verme davranışlarına aynı zamanda dissosiyasyon riskine karşı bir panzehir olarak, "bir şeylerin gerçek olduğunu" kanıtlamak amacıyla da başvurulduğu anlaşılmaktadır.

### *Diğer Bozukluklar*

Sınırda kişiliğe eşlik edebilecek başka I. Eksen bozuklukları da vardır. Bağımlı ve histrionik özellikleri belirgin olan kişilerde somatik semptomlar görülmesi özellikle olasıdır. Bu semptomlar sayesinde kadim bakım görme arzusu nesnel biçimde talep edilebilir, böylelikle sınırda kişiler bakım verenleri kendilerine sıkıca bağlarken terk edilme tehdidini ve onlara yönelik yeterli performans beklentilerini azaltabilir. Sınırda kişilerin kaotik ailelerinde madde kullanan modeller vardır

(Feldman, Zelkowitz, Weiss ve Vogel, 1995) ve ebeveynlerin madde kullanımı çocukta sınırda patolojinin gelişmesi riskini doğurur (Guzder ve diğ., 1996). Sürekli kaygı veya depresyon yaşamaları halinde kendilerini "tedavi etme" amacıyla arkadaşlarıyla keyfi biçimde pek çok maddeyi kullanabilirler. Antisosyal özellikleri olanlarda madde kullanımı ihtimali daha da artar. Ayrıca madde kullanımı daha yüksek düzeyde sınırda patolojiyi, kendine zarar vermeye veya intihara ilişkin düşüncelerin daha fazla olmasını, daha kötü bir klinik seyri haber verir (Links, Hesle-grave, Mitton ve Van Reekum, 1995). Son olarak, yeme bozukluğu olan kişilere sıkça sınırda kişilik bozukluğu tanısı da konmaktadır (Kernberg, 1995; Steiger, Jabalpurwala ve Champagne, 1996). Bu da ailedeki belli işlevsiz noktalarla ilişkilidir (Waller, 1994) ve kiloyla aşırı meşguliyetin habercisi olarak görülmüştür (Claridge, Davis, Bellhouse ve Kaptein, 1998).

## Terapi

Sınırda kişilerin zor hasta olmak gibi kötü bir şöhreti vardır. Çoğu deneyimli terapistten sürekli sorun yaratan sınırda kişilerle ilgili pek çok anı duyabilirsiniz. Sınırda kişiler ilk bakışta olduklarından daha sağlıklı göründüklerinden, terapi de genellikle başta basit addedilen bir konuya odaklanır ama zamanla mesele giderek karmaşıklaşır. Hatta sırf terapi işbirliğini kurmak bile bir hayli zor olur. Sınırda kişilerin büyük kısmı terapiyi bırakıverir; terapistte bolca kusur bulur, onu da diğer pek çok insanı yaptıkları gibi değersizleştirir. Terapiye devam edenlerinse, kendine zarar verme veya intihara teşebbüs etme dürtülerinin gücüne bağlı olarak defalarca hastaneye yatırılmaları gerekebilir. Buna rağmen sınırda patolojinin bir derece meselesi olduğu, çok ağır olmayan hastaların tedavi sürecinin son derece tatminkâr geçebileceği de bir gerçektir. Çoğu sınırda kişinin bir dizi gelişkin sosyal becerisinin yanı sıra çelişkili ve sıkıntılı dürtüleri dizginlemek için içsel bir motivasyonu vardır. Terapideki kazanımlar sayesinde uzun süreler boyunca üretken bir işlevsellik ve kişilerarası ahenk sağlanabilir, bu da terapiste terapideki hedeflerin gerçekleştirilmesi için alışılmadık bir fırsat verir.

### Terapideki Tuzaklar

Terapinin temel ilkelerinden biri, kişilerarası patolojilerin terapi ilişkisinde tekrarlanacağıdır. Sınırda kişi özelinde bu, terapistten yoğun bakım görme beklentisi içinde olmak ve bu doğrultuda kaçınılmaz biçimde, terapi ilişkisine dair çarpık bir algı geliştirip dönem dönem yoğun öfke ve manipülasyon sergilemek anlamına gelir. Sınırda kişiler terapisti idealleştirip ardından değersizleştirmekle kalmaz, aynı zamanda terapiye intihar tehditleri getirir ve bazen de kendilerine

sık sık, defalarca zarar verir, psikopatolojilerinin çarpıcı fiziksel kanıtlarını ortaya koyar. Sınırda kişilerle çalışan terapistlerin her seansın gebe olduğu duygusal kırılganlık ve yoğunluğa sağlıklı bir mesafe alabilmek adına kendi karşıaktarım duygularını dikkatle izlemeleri gerekir. Aslına bakarsanız çoğu klinisyen aynı anda ancak belli bir sayıda sınırda hastayla çalışma ihtiyacı hisseder. Aksi takdirde tükenmeleri, sınırda hastalarla seanslarından kaçar hale gelmeleri, hatta karşıaktarımdaki duygularının diğer terapi seanslarına da taşmaya başladığını fark etmeleri olasıdır. Bir diğer tuzak da kişisel sınırları korumayı başaramamak, sınırda kişinin daha fazla ilgi ve bakım görme talebine sürekli boyun eğerek bir kısırdöngü içine girmektir (Benjamin, 1996).

Potansiyel sorunlardan biri de eşlik eden kişilik bozukluklarının önemini yadsımaktır. *DSM*'deki sınırda kişilik bozukluğu, hem semptomlar hem de kişilik özellikleri üzerinden tanımlanan heterojen bir bileşimdir. Bu hastalar çoğu zaman karşımıza başka bir kişilik bozukluğunun, özellikle de negativist, depresif, histrionik veya kaçıngan kişilik bozukluğunun ağır bir türeviyle gelir. Sınırda kişilik, kişilik örgütlenmesinin bir düzeyi olarak da görülebileceğinden, herhangi birinin kendine özgü semptomlarının ve taşıdığı I. Eksen bozukluklarının anlamı çoğu zaman ancak eşlik eden kişilik bozuklukları bağlamında çözülebilir. Başka bir deyişle bağımlı ve mazoşist özellikleri olan sınırda bir hastanın kendine zarar vermesinin, histrionik özellikleri olan bir sınırda hastadakinden farklı anlamları olabilir. Sınırda kategorisi diğer kişilik bozuklukları kadar homojen olmadığından, tedavi de sırf sınırda tanısı üzerinden kolay kolay yürütülemez.

Çoğu terapist, gerçeklikten akut kopuşlara işaret eden depresyonun ve patlamalar halinde kendini gösteren düşmancıl tavırların daha kalıcı dağılmalara yol açmasından korkar. Belli dönemler boyunca görülen belirgin hevessizlik ve sürekli keyifsizlik, yaklaşan çöküşün erken sinyallerindendir. Bu evrede terapistlerin daha destekleyici bir moda geçmesi ama bunu yaparken sınırları koruyup bariz manipülasyonlardan kaçınması önerilir. Terapistlerin büyük kısmı sınırda kişilerin, sırtlarına büyük yük yüklediğini ve onları hayal kırıklığına uğrattığını hissettiğinden; terapist baştan savan bir tavra bürünebilir, karşı tarafa zımnen "Çık artık şu ruh halinden" mesajı verebilir. Bu tür tepkilere sınırda kişinin öyküsünde ve mevcut kişilerarası ilişkilerinde de tipik olarak rastlanır; nasıl bir ruh halinde olurlarsa olsunlar, onlardan işlev göstermeleri beklenir (Linehan, 1993). Eğer terapist de aynı şekilde algılanırsa gerileme şiddetlenebilir. Güçlü bir terapi işbirliği eşliğinde gösterilen uygun düzeyde istikrarlı ilgi, sınırda kişilerin fırtınalı ilişkilerine dair gerçekçi yorumlara tutunmasına yardımcı olur, boşluk duygularının ve depresyonun güçlenmesinin çoğu zaman önüne geçer. Krizdeki hastalarda intihar riski uygun bir üslupla değerlendirilmeli ve gerekirse bu kişiler hastaneye yatırılmalıdır.

## *Odak Noktası: Terapi*

### Marsha Linehan ve Diyalektik Davranış Terapisi

**Kişilik Bozukluğunun Tedavisinde Öncü Modeller**

Marsha M. Linehan'ın geliştirdiği diyalektik davranış terapisi (DBT; 1993) sınırda kişilik bozukluğuna ve intihar davranışlarına özel olarak geliştirilmiş bir terapi yaklaşımı olup en zorlayıcı kişilik bozukluklarından biri olan sınırda kişiliğin tedavisinde günümüzde kullanılan başlıca modeldir. Bu modelde problem çözme, maruz bırakma teknikleri, beceri eğitimi, kriz yönetimi, bilişsel değişiklikler gibi bilişsel ve davranışçı tekniklerden yararlanılarak hiyerarşik olarak sıralanan tedavi amaçlarının gerçekleştirilmesi hedeflenir. DBT müdahalesi sayesinde sınırda kişilere duygularını düzenlemelerine, strese tahammül etmelerine, diğer insanlarla etkili biçimde iletişim kurmalarına yardımcı olacak beceriler kazandırılabilir. Gel gelelim bu denli cazip becerilerin kazanılabilmesi için DBT'nin kendine özgü bazı özelliklerine riayet edilmesi; mevcut davranışların kabullenilip onaylanması, terapi sürecini bozma tehdidi taşıyan davranışların tespit ve tedavi edilmesi, terapi ilişkisinin tedavinin olmazsa olmazı olarak görülmesi ve diyalektik süreçlerin ön plana çıkarılması gerekir. En çarpıcı ve temel diyalektik strateji, kişinin davranışını bir yandan kabul ederken diğer yandan onu değişime yönlendirmektir. Burada aynı zamanda hastanın bilişsel katılığını hedef alırken diyalektik düşünceyi korumaya ilişkin güçlükler söz konusudur. Terapist, örneğin hastanın geçmişteki intihar davranışlarına, kendine zarar veren işlevsizliğinden, öğrenme ve sorun çözme deneyimlerine varıncaya kadar bir dizi meseleye dair görüşlerini yeniden çerçevelendirirken, onun duygu ve hislerini onaylamayı da ihmal etmeme gibi zorlu bir görevle karşı karşıyadır. Böylesi bir paradoks diyalektik modelin asli parçası olmanın yanında, bu modelin işe yaraması için de şarttır.

## Stratejiler ve Teknikler

Önemli hedeflerden biri, sınırda kişinin kaotik ilişkilerini yatıştırmaktır. Benjamin'e (1996) göre sınırda kişi ilerleme sağlansa da sağlanmasa da terapiyi sabote eden bir açmaz içindedir. Terapi genellikle iyi başlasa da, çok geçmeden sınırda kişi terapistin sonsuz bir bakım kaynağı olmadığını fark edip aşırı dozda madde kullanımı, kendine zarar verme, intihar tehditleri gibi uç davranışlar sergilemeye başlar. Benjamin'in açıkladığı üzere, bu da terapistin yavaş yavaş kendini geri çekmeye başlamasına neden olur; belki ilk başta sadece ekstra seanslar vermeye tereddüt edebilir veya telefonları açmaktan kaçınabilir.

"Artan mesafeyi sezen sınırda kişi" der Benjamin (1996): Terapiste karşı daha eleştirel bir tutum geliştirmeye başlar, onu kendisini yeterince umursamamakla suçlar ve terapiyi olaylı şekilde bırakır. Bir süre sonra tekrar telefon açıp devam etmek istediğini söyler, olası yasal sonuçlardan veya sınırda kişinin ken-

dine zarar vermesinden korkan terapist de bunu kabul eder. Elbette bu kısırdöngünün oluşması için sınırda kişinin terapiyi bırakması şart değildir; terapistin hastanın manipülasyonlarına boyun eğip ona arzu ettiği duygusal tedariği sağlaması yeterlidir. Terapistin bir şeyleri geri tuttuğuna inandığı müddetçe, sınırda kişi durumu alevlendirmeye ve gerilemeye devam eder. Bir diğer ihtimal de, sahiden iyileşme gösterdiği halde terapinin sonuna yaklaştıkça aniden gerilemesidir. Sağlıklı bir noktaya varmak danışan-terapist ilişkisinin bitmesi gerektiği imasını taşır, ki bu da sınırda kişiye terk edilmiş hissettirir, onu ürkütür. Yine burada da, en azından danışanın bakış açısına göre çözüm patolojidedir.

Bu döngüleri kırmanın en iyi yolu, başlamasına hiç izin vermemektir. Sınırda kişi asıl sorunun yeterince ilgi ve sevgi görmemesi olduğuna inansa da, terapist "güçlü yanlarını geliştirme" konusunda uzlaşmayı teklif etmelidir (Benjamin, 1996, s. 134). Bazı sınırlar belirlenmeli ve muhafaza edilmelidir. Sınırda kişilerin klasik manipülasyonlarına boyun eğmeme davranışı, bunlar peşinen daha geniş bir bağlamda, terapinin, yani sağlığa uzanan yolun hedefleri arasında konumlandırıldığı takdirde, hayata geçirilebilir. Mesela terapist "Haklısınız, her aradığınızda sizinle konuşmaya istekli olmayacağım. (...) Bunun bir sebebi var (...) şu an hayli talepkâr bir örüntü içindesiniz (...) istediğiniz her şeyi istediğiniz gibi yapmam sizi güçlendirmeyecek, bilakis zayıflatacaktır" diyebilir (s. 134). Bu yaklaşım hem sınır koymaya hem de danışana teminat vermeye yarar; böylelikle sınırda kişi kendini ne göz ardı edilmiş ne de terk edilmiş hisseder.

Terapi ilerledikçe, telefon görüşmeleri ve ilave seanslar sınırlandırılmalıdır. Odak noktası danışanın güçlü yanları ve bu yanların belli bir durumda nasıl kullanılabileceği olmalıdır. Bu hedefi bilinçli olarak akılda tutmak, terapistin de sınırda kişinin de ortak düşman olarak patolojiye yoğunlaşmasına yardımcı olur ve terapiyi, kişinin diğer ilişkilerindeki kaosa sürüklenmekten kurtarır. Uyumsuz örüntüler tespit edilirse terapi bunların pekişmesine engel olabilir. Örneğin Benjamin'e göre (1996, s. 136) sınırda kişiler "içselleştirilmiş istismarcı bağlanma figürlerinden" "boşanabildikleri" takdirde kendilerine zarar veren davranışları bırakabilir. Kendilerine zarar vererek kimi memnun etmeye çalıştıklarını tespit etmek için fanteziler incelenebilir. Ardından "Bu insanı kendine zarar verecek kadar çok mu seviyorsun?" gibi konuya nüfuz eden sorularla mevcut durum ve geçmiş arasındaki bağ zayıflatılabilir. Bir diğer seçenek de içselleştirilmiş imgenin sevilmez hale getirilmesi veya bu imgenin etkisinin yerini alacak şekilde başka biriyle bağ kurulmasının sağlanmasıdır.

Beck ve diğ.'nde (1990) yer alan makalesinde Pretzer sınırda kişilerin pek çok bilişsel çarpıtma sergilediğini ancak ikiye bölünmüş düşünmenin özellikle ön planda olduğunu öne sürer. Örneğin bağlanma figürü tamamen kucaklayıcı veya tamamen kınayıcı görülebilir. Duygu ve düşünce yakın ilişki içinde olduğundan,

bu tür siyah beyaz değerlendirmeler aynı oranda yoğun duygusal tepkiler doğurur, sınırda kişilerin yaşamlarını ümitsiz bir paniğe sürükler ve kişilerarası ilişkilerinde karmaşa yaratır. Kişi göz ardı edildiğini ilk hissettiğinde değerlendirme biçimi değişir, bağlanma figürü zihninde tamamen habis bir görüntüye bürünür. Benzer şekilde, sınırda kişiler birazcık suçlu hissedemez; sadece tamamen kötü ve değersiz hissedebilirler. Onlarda grinin hiçbir tonu bulunmadığından, daha uyumlu davranış diye bir şey de söz konusu değildir. Hal böyle olunca da terapistle aralarında güçlü bir ilişki olması büyük önem kazanır zira terapistin de tamamen habis veya güvenilmez sınıfına dahil edilmesi an meselesidir.

Bu zemin oluşturulduğunda, terapist ikici düşünme tarzının egemen olduğu alanlarda sınırda kişinin gerçekliği sınamasına yardımcı olabilir. Örneğin kişiden güvenilirlik veya güvenilmezlik emaresi unsurları tanımlaması istenebilir. Yeterince karmaşık bir tanıma ulaşıldığında, kişinin yaşamındaki kişiler bu tanımlar doğrultusunda değerlendirilerek aslında iki kutbun arasında bir yerde durdukları gösterilebilir. Pratik yapa yapa, sınırda kişiler kişilerarası dünyalarını karikatürize eden bazı otomatik düşünceleri tespit etmeyi öğrenir, böylelikle diğer insanları daha gerçekçi biçimde deneyimlemeye açık hale gelir: Herkes onları eleştirmeyecek, incitmeyecek, terk etmeyecektir. Eğer bu süreçte başarıya ulaşılırsa, mevcut ilişkilerin bir nebze olsun yatışması ve yeni ilişkilere daha gerçekçi başlangıçlar yapılması beklenir. Aynısı, sınırda kişinin benlik algısı için de geçerlidir. Kendilerine dair ikili düşünceleri çürüttüklerinde; tamamen gözden çıkarılabilir olmadıklarını, bunun yerine iyi ve kötü özellikleri bünyelerinde barındırdıklarını ve terapide bu kötü özellikleri ayıklayıp onlar üzerinde çalışabileceklerini öğrenirler. Bu değişimler duygusal yoğunluğun da azalmasına yardımcı olur. Mesela öfke daha makul dozlarda ve yapıcı biçimde dışa vurulabilir. Gerekmesi halinde rol yapma egzersizlerinden ve sosyal beceri eğitiminden yararlanılarak sınırda kişinin makul yoğunlukta kişilerarası etkileşimleri deneyimlemesi sağlanabilir.

İkici düşünmeye odaklanılması kısmı çok net olmakla beraber, sınırda kişiliğin bazı özellikleri bilişsel terapide komplikasyonlara neden olur (Beck ve diğ., 1990). Çoğu sınırda kişi yola temel bir güvensizlikle çıkar, bu da her tür terapi işbirliğinin en iyi ihtimalle narin bir nitelik taşımasına neden olur. Terapist zorlukları açıkça ifade ettiğinde, net ve kesin bir dille, dürüstçe iletişim kurmaya özen gösterdiğinde, özellikle de sözlü ve sözsüz ifadeleri tutarlı olduğunda zamanla işbirliğinin gelişmesi beklenir. Ayrıca temel güven eksikliği kişinin yakınlıktan rahatsızlık duymasına yol açar. Çoğu sınırda kişi sınırları aşıldığı takdirde kaygıya kapılır. Terapinin nasıl daha rahat hale getirilebileceği tartışılabilir, terapinin hızı ve ele alınan konularda danışanın fikirleri alınabilir. Son olarak, Pretzer somut davranışçı yaklaşımların pek çok önemli amaca hiz-

met edebileceğine dikkat çeker. Net bir kimliği olmayan çoğu sınırda kişi, hedef belirlemekte ve her hafta o haftaki önceliklerini belirlemekte zorlanır. Oysa somut ve açık hedefler koyulabildiği takdirde ilerleme belirginleşecek, ölçümü de kolaylaşacaktır. Buna ek olarak danışanların, terapide güven ilişkisi oturmadan derin kişisel duygu ve düşüncelerini paylaşmaları beklenmez ve elde edilen ilk başarı, terapiye devam etme motivasyonu sağlar. Danışanın dikkatinin dağılmaması için hedeflerin sık sık ele alınması gerekir.

Psikodinamik düşünürler, sınırda kişilerin divanın yapılandırılmamış ortamında gerilemesine engel olabilmek için klasik teknikte bazı değişikliklere gidilmesi gerektiği konusunda hemfikirdir. Gel gelelim destekleyici terapinin mi yoksa dışavurumcu terapinin mi tercih edilmesinin daha iyi olacağı ihtilaflıdır. Sınırda kişi ego zayıflığından mustarip olduğundan ve terapist onun yardımcı egosu görevi gördüğünden, destekleyici terapi kulağa mantıklı gelmektedir. Ne var ki Kernberg (1985a) destekleyici terapinin sınırda kişilerin patolojik ihtiyaçlarına sınırsız doyum sağlayarak, özellikle de çocukluklarına ait, artık terapistin temsil ettiği bakım veren kişilere olan öfkelerini ifade etmelerine sınırsızca izin vererek patolojiyi pekiştirebileceğini savunur. Sınırda kişilik ego zayıflığıyla değil, nesne ilişkileriyle ilgili bir patolojidir. Kernberg, sınırda kişilerin idealleştirme ve değersizleştirme arasında gidip gelme eğilimini hedef aldığı müddetçe yüzleştirmenin sağaltıcı olabileceğini öne sürer. Yüzleştirme düşmancıl olmak zorunda değildir; aksine, terapistin sınırda kişinin terapi içinde yaptığı tutarsız yorumlara ve bunları ne kadar kayıtsızca yaptığına dikkat çekmeye çalışması kâfidir.

Bu doğrultuda eğer danışan istismarcı sevgilisinin kusursuz olduğunu öne sürerse, terapist "Kafam karıştı. Az önce bana sizi fiziksel olarak istismar ettiğini anlattınız. Kusursuz bir sevgili böyle mi yapar?" yanıtını verebilir. Yüzleştirici faaliyetlerde terapist, ifade ve davranışlarda tutarlılık arayan olgun, kendini gözlemleyen bir ego görevi görür. Bu tür sorular sormak içgörü için zemin oluşturmakla kalmaz, ayrıca danışanın kendine ve başkalarına ilişkin bölünmüş nesne temsillerini daha gerçekçi bileşenler oluşturacak şekilde bütünleştirmesini gerektirir, ki bu da sınırda kişinin partnerine karşı daha net sınırlar çizmesini sağlar, benliğini daha tutarlı hale getirir, böylelikle de kimliğindeki dağılmayı azaltır. Aktarımdaki sorunlar gecikmeden ele alındığında, ileride terapiye daha gerçekçi bir gözle bakılması sağlanır; bu da fantezi nesnelerine dayanmayan sahici bir işbirliğinin kurulabilmesi anlamına gelir.

Bazı düşünürler de erken yüzleştirme ve yorumların sınırda kişileri kışkırtacağını, onların terapiyi bırakmasına neden olacağını savunur. Örneğin Adler'e (1985) göre sınırda kişi, onu yatıştıran-kapsayan iç nesnelerin yokluğundan mustariptir. Bilişsel çarpıtmaları yüzünden sınırda kişiler, terapistin samimiyetle onların iyiliğini düşünen ayrı bir birey olduğunu göremezler. Bu evrede yalnız-

ca kendi yansıtmalarını anlamlı bulduklarından, işbirliğinin kurulması henüz mümkün değildir. Oysa istikrarlı destek sağlandığı takdirde kişi terapi ilişkisinin yatıştıran-kapsayan niteliklerini içselleştirebilmeye başlar. Bu noktadan itibaren sınırda kişi artık terapisti gerçek biri olarak kavramaya daha hazırdır. İronik biçimde, mevcut verilere bakılırsa (Wallerstein, 1986) yüzleştirme ve destekleyici terapi de iki zıt kutuptur. Hal böyle olunca ikisi de farklı hastalarda işe yarar ve bazen aynı hastada ikisini de kullanmak gerekebilir.

Sınırda kişilik bozukluğuyla çalışırken alternatif terapi biçimlerine başvurmaktan nice terapist fayda görmüştür. Örneğin Bockian (2002) sınırda kişilik bozukluğu tedavisinde gevşeme egzersizi, dışavurumcu sanat terapisi ve müzik terapisini destekleyici terapi stratejileri olarak kullanmıştır. Bu tür alternatif terapi teknikleri depresif ve kaygılı semptom tablosunu hafifletmekte etkilidir. Gevşeme teknikleri kişiye gündelik yaşamla baş ederken kontrol ve sükunet hissi vermeye yarayabilir. İster otojenik yapılsın ister yönlendirilmiş imgelemle, bu egzersizlerde amaç sınırda kişinin gevşeme becerilerini artırmak, böylelikle kaygı durumlarına müdahale etmektir. Dışavurumcu sanat terapisinde (dans, müzik, sanat terapisinde veya psikodramada) arzu edilen sonuç ise çekingenliği olabildiğince azaltmak, kişinin kendisini keşfetmesini teşvik etmek, kendini ifade etmesinin alternatif yollarını güçlendirmek ve kendine yönelik farkındalığını artırmaktır. Amerika Müzik Terapisi Birliğine göre müzik terapisi (her biri sınırda kişilikle de sıkça ilişkilendirilen) cinsel istismar, travma sonrası stres bozukluğu ve madde kullanımıyla bağlantılı semptomların tedavisine uygundur (Bockian, 2002).

## Özet

Sınırda kişilerin alametifarikası, dengesiz ilişkileri ve duygusal tepkileridir. Onlara dair her şey delice, kaotik, dürtüsel bir görünüme sahiptir. Yalnızca birkaç dakika içinde, üstelik ortada görünür bir sebep de yokken hayranlıktan nefrete savrulabilirler. Sınırda kişilik kavramı ve terimi yıllarca tartışılmış, büründüğü her yeni biçimle birlikte hakkındaki bilimsel yazın da genişlemiştir.

Ağır bir bozukluk olması dolayısıyla sınırda kişiliğin normal bir çeşidinin olduğunu hayal etmek dahi güç olsa da gerçekten böyle bir şey vardır. Oldham ve Morris (1995) sürekli tutkulu bir ilişki içinde olma ihtiyacı duyan, her an partnerinin yakınlığını arayan, yaşamı hız trenleri gibi inişli çıkışlı, hayatı genellikle mantık çerçevesinden ziyade duygusal olarak değerlendiren değişken tarzdan bahsederler. *DSM-IV* kriterlerini normalleştirdiğimizde de, ilişkilerini etkileyebilecek her şeye karşı epey hassas olan ve hayatlarını mahveden değil zenginleştiren biçimde heyecan arayan daha normal bir çeşide ulaşırız.

Sınırda kişilik pek çok diğer kişilik tarzıyla örtüşür ve bazı ilginç türevleri vardır. Yılgın sınırda kişiler, genellikle bir veya iki kişiyle özel bağ kuran bağımlı ve kaçıngan kişilerin bazı özelliklerini taşır. Dürtüsel sınırda kişiler ise histrionik veya antisosyal özellikler taşır, çoğu zaman olağanüstü hiperaktif davranışlar sergileyebilir. Hırçın sınırda kişiler negativist özellikler barındırır ve ihtiyaçlarının hiçbir zaman yeterince karşılanmadığını hissedebilir veya kurdukları bağlara güvenemeyebilir. Kendine zarar veren sınırda kişiler, yıkıcı duygularını kendi içlerine yöneltmelerine sebep olan mazoşist özelliklerden nasiplerini almışlardır.

Mantıken, sınırda kişilerin onları daha sonra gelişen yoğun ve çalkantılı ilişkilere yatkın hale getiren temel bir yüksek duygusal tepkisellik mizacına sahip olması beklenebilir. Sınırda kişiliğin gelişiminde etkili olması muhtemel bir biyolojik yatkınlık olarak "siklotimik mizaç" diye bir kavram öne sürülmüştür. Kimi araştırmacılar da bazı nörotransmitterlerle sınırda kişilik arasındaki bağlantıyı araştırmaktadır.

Freud, psikotik olmayan ancak terapiye hayli direnç gösteren bazı hastalar olduğunu fark etmiştir. Ardından Stern bu tür hastaları "sınırda nevroz grubu" olarak tanımlamıştır. Bu hastalar içlerindeki öfkeyi genellikle çevrelerine yansıtırlar. Daha sonraki analistlerse sınırda kişiliğin, nevrozla psikozun karışımından fazlası olduğuna kanaat getirmiştir. 1950'lerde sınırda terimi, normal ego işlevleri travmatik olaylar ve patolojik ilişkiler sonucunda hayli zayıflayan kişiler için kullanılmaya başlanmıştır. Bu durumun, kişinin kendisine dair bazı özelliklerin başkalarının özellikleriyle karışmasına yol açtığı düşünülmüştür. Sınırda kişiler şeylere dair iyi ve kötü imgeler oluşturur, iki ayrı özdeşim sistemi kurar, böylelikle aynı nesneye bir an hayranlık duyarken ardından hızla ondan nefret etmeye geçebilir. Bu formülleştirmenin yapılmasından bu yana, dinamik yönelimli çevrelerdeki sınırda kişilik tartışmalarına, arasında Masterson ve Adler gibi isimlerin de yer aldığı nesne ilişkileri kuramcıları egemen olmuştur.

Kişilerarası açıdan, sınırda kişilerin en belirgin özelliği insanlarla ilişkilerinin çalkantılı olmasıdır. Partnerlerine hayranlık beslerken, onunla yoğun bir duygusal bağ içindeyken hızla ondan nefret etmeye, ona içerlemeye başlamalarıyla ünlüdürler. Her ilişkide çıkardıkları kaos yüzünden ilişkilerini sabote ettikleri anlaşılmaktadır. Terk edilmekten son derece korktuklarından, insanların eylem ve iletişimlerini çarpık biçimde algılarlar. Depresyon, intihar düşünceleri ve teşebbüsleri sınırda kişide etkili olan dinamiklerin doğal sonucudur. Benjamin'in SASB modeline göre sınırda kişiliğin gelişiminde pay sahibi dört unsur vardır: Aile içi kaos; travmatik terk edilme; özerkliğe, mutluluğun dışa vurulmasına, başarıya engel olup bağımlılığı ve ıstırabı teşvik eden aile değerleri; ancak kişi mutsuz olduğunda onunla ilgilenen bir aile.

Bilişsel açıdan, sınırda kişilerin değişken olduğu söylenebilir. Bu değişkenlik düzeyi genellikle ilişkilerinin niteliğine ve yapması gereken işin ne denli yapılandırılmış olduğuna bağlıdır (Somut bağlar muhakemelerini güçlendirir.). Bölünmüş temsilleri de bilişlerine damga vurabilir, paradoksal görünen davranışlar sergilemelerine sebep olabilir. Sınırda kişilerde ikici düşünme biçimine de rastlanır, ki bu da gerek davranışlarında gerekse duygusal dışavurumlarında yaşanan hızlı değişimleri açıklamaya yardımcı olabilir. Sınırda kişiliğin, diğer bazı bilişsel özellikleri itibarıyla TSSB ile ilişkili olduğunu öne sürenler de mevcuttur.

Evrimsel nörogelişimsel bir sentez sınırda kişiliğe dair gelişkin bir kuram ortaya koyar. Linehan sınırda kişiliğin asıl olarak duyguların düzenlenmesiyle ilgili bir sorun olduğunu düşünür; bu sorun nedeniyle kişiler hem çabucak uyarılmaya yatkın hale gelmekte hem de kolay kolay yatışamamaktadır. Gelişimsel açıdan, Linehan'a göre "zor bir mizacı" olan çocuk "onaylamayan bir çevre" ile karşılaşır, bu çevre çocuğun duygularını cezalandırır ve önemsiz görür, haliyle de çocuk deneyimlerini doğru isimlendirmeyi de, kendi duygularına güvenmeyi de öğrenemez. Millon modern toplumun yapısının çocuklara, ebeveynlerinden gerekli unsurları temin edememeleri halinde sağlıklı bağlar kurabilmeleri için "ikinci bir şans" sunmadığını öne sürer. Sınırda kişiler hiçbir kutba bağlanamaz, ki bu da onların belirgin düzeyde ikircikli ve değişken yapısına işaret eder. Bu açıdan sınırda kişiliğin kişilik örgütlenmesinin, düzeyi bakımından patolojik olduğu savunulmaktadır.

Her ne kadar çoğu sınırda kişi ilk başta nispeten sağlıklı görünse de, çok geçmeden zor bir kişiye dönüşür ve tedavisi karmaşıklaşır. Depresif ve somatik semptomlar, madde kullanımına, yeme bozukluklarına yatkınlıkları terapi sürecinde çoğu zaman ortaya çıkar. Kişilerarası ilişkilerdeki kaotik örüntülerini terapistle de sık sık yeniden canlandırır, terapistin kişisel sınırlarını ihlal etmeye uğraşır dururlar. Terapistin ayrıca eşlik eden kişilik bozukluklarına karşı uyanık olması ve sınırda kişinin manipülasyon girişimlerine karşı tedbirli davranması gerekir. Terapinin en kritik hedeflerinden biri, sınırda kişinin kaotik ilişkilerini yatıştırmaktır. İkici düşünme tarzlarını da ele almak gerekir ama genel olarak güvensiz tavır içinde olmaları bunu zorlaştırır. Destekleyici terapinin patolojiyi pekiştirmekten başka işe yaramadığı ve daha yüzleştirici bir terapi tarzının daha etkili olacağı kanısı yaygındır. Gel gelelim yüzleştirici yaklaşım da sınırda kişinin terapiyi bırakmasına neden olabilir. Dolayısıyla iyi bir terapi ilişkisi kurmak adına istikrarlı destek göstermek ama diğer yandan da nazik, anlayışlı yüzleştirmeler yapmak en iyi sonucu verecektir.

# XV

# *DSM-III-R* ve *DSM-IV*'ün Eklerindeki Kişilik Bozuklukları

## Amaçlar

*DSM-III-R*'nin ekinde bulunan ancak *DSM-IV*'te yer verilmeyen iki kişilik bozukluğu hangileridir?

Kendine zulmeden (mazoşist) kişiliğin *DSM-III-R* kriterleri nelerdir?

Fedakâr ve teslimiyetçi kişilikler, mazoşistin normal türevleridir. Bunların özelliklerini tarif etmek ve *DSM-III-R*'deki bozukluk kriterleriyle ilişkilendirmek.

Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek mazoşist kişiliğin her bir alttipini nasıl oluşturduğunu açıklamak.

Mazoşist kişilik, aşırı sosyal yetersizliğe uyum sağlamanın uygunsuz bir yolu olarak düşünülebilir mi?

Mazoşistlerin başka kişilik özellikleriyle de ortak noktaları vardır. Bu bozuklukları sıralamak ve her birinin mazoşistle farkını açıklamak.

Sadist kişiliğin *DSM-III-R* kriterleri nelerdir?

Kontrolcü kişilik, sadist kişiliğin normal bir çeşididir. Kontrolcü kişiliği tarif etmek ve bunu *DSM-III-R*'deki bozukluk kriterleriyle bağdaştırmak.

Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek sadist kişiliğin alttiplerini nasıl oluşturduğunu açıklamak.

Sadist kişiler diğer kişilik bozukluklarıyla ortak özellikler taşırlar. Bu kişilik bozukluklarının hangileri olduğunu sıralamak ve her birinin sadistle farkını açıklamak.
*DSM-IV*'ün ek bölümünde yer alan iki kişilik bozukluğu hangileridir?
Depresif kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Depresif kişiliğin normal bir çeşidi olabilir mi?
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek depresif kişiliğin alt alttiplerini nasıl oluşturduğunu açıklamak.
Depresyon ve distimi aynı bozukluk mudur?
Depresiflerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak noktaları vardır. Bu kişilik bozukluklarının hangileri olduğunu sıralamak ve her birinin depresiflerle farkını açıklamak.
Kompülsifler ve negativistler hangi açılardan birbirlerine benzerler? Ne bakımdan farklıdırlar?
Pasif agresif kişiliğin *DSM-IV* kriterleri nelerdir?
Negativist kişiliğin normal bir türevi olabilir mi?
Farklı kişilik tarzlarının bir araya gelerek negativist kişiliğin alt alttiplerini nasıl oluşturduğunu açıklamak.
Negativistlerin diğer kişilik bozukluklarıyla ortak noktaları vardır. Bu kişilik bozukluklarının hangileri olduğunu sıralamak ve her birinin negativistlerle farkını açıklamak.

---

Her *DSM*'de bir ek bölümü vardır. Bu bölümde, ana kısımlarda yer verilen bozukluklardan farklı olarak halen üstünde çalışmalar yürütülmesi gereken bozukluklara yer verilir. İdeal koşullarda, ampirik veriler biriktikçe bu geçici bozuklukların durumu da tamamen bilimsel bulgular eşliğinde gözden geçirilir. Böylelikle ya klinik açıdan kabul görür ya da *DSM*'den tamamen çıkarılır.

Bu bölümde dört kişilik bozukluğu yer alıyor; ikisi *DSM*'nin üçüncü gözden geçirilmiş versiyonunda (APA, 1987) bulunsa da bilimsel olmaktan çok, politik gerekçelerle *DSM-IV*'ten çıkarılmıştır. Tartışmalı doğalarına rağmen bu kişilik bozukluklarına klinisyenlerin çoğu aşinadır ve bunlar bize insan doğasının, diğer kavramların gösteremeyeceği yüzlerini gösterir. Ayrıca evrim kuramı da bunların varlıklarını öngörür.

## Kendine Zulmeden (Mazoşist) Kişilik

Hayat biz işleri yokuşa sürmeden de yeterince zordur. Buna rağmen bazı insanlar bile isteye kendi önlerine engeller çıkarır, adeta ıstıraba yeşil ışık yakar, başarısız olmaya ihtiyaç duyar. Bunlara **mazoşist kişiler** denir ama *DSM-III-*

*R*'de onlara istinaden "kendine zulmeden" kişilik tabiri kullanılmıştır. Kendi kendilerini alt etme gibi tekinsiz bir eğilimle lanetlenmiş bu kişiler sık sık fırtınaya yelken açar, her tür engeli, kaybı, hayal kırıklığını, kederi mıknatıs gibi çekerler. Talihleri iyi gittiğindeyse şaşırırlar, canları sıkılır; başkalarının onlar adına mutlu olmasından içten içe rahatsızlık duyarlar. Sırf kendileriyle gurur duymak zorunda kalmamak için gerçek başarılarını şansa yorarlar. Paradoksal biçimde, başkalarının başarılarına canıgönülden destek verirken kendi hedeflerine uzanan yola zımnen dinamit döşeyebilirler. Aşk hayatlarına geldiğimizdeyse, onlara samimiyetle değer veren kişileri sıkıcı veya bunaltıcı bularak başlarından savar, normalde gayet sıradan kişiler olan partnerlerini birer zalime dönüştürür, duyarsız ve hatta sadist kişilere gizliden gizliye çekim duyarlar (bkz. Vaka 15. 1).

Dolayısıyla kendine zulmeden veya mazoşist kişilik diğer kişilik bozukluklarından farklıdır. Diğerleri, başarı kriterleri öznel de olsa başarılı olmak ister ama taşıdıkları özellikler tekrar tekrar ayaklarına dolanır. Mazoşistler ise ne yapıp ne edip, çoğu zaman da tam başarıya erişmek üzereyken kendi kendilerine çelme takarlar. Mazoşistlerin hayat felsefesini, Descartes'ın meşhur sözünü sapkınca değiştirerek şöyle ifade edebiliriz: "Acı çekiyorum, öyleyse varım." (Shainess, 1987)

Mazoşizmin anlamı ve kabul görme derecesi zaman içinde dalgalı bir seyir izlemiştir. Aslında bu terim yeni icat edilmiş; ilk olarak 1896'da Alman nörolog Krafft-Ebing tarafından, istismara uğramadığı veya küçük düşürülmediği müddetçe iktidarsız olan erkeklerdeki bir cinsel sapkınlığa istinaden kullanılmıştır. Acı çekmekten zevk almayı yaşam tarzı haline getirmiş insanlar kavramıysa yüzlerce yıldır mevcuttur. Terimin anlamı da bu kavramı da kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Bu doğrultuda, psikodinamik yönelimli olanlar başta olmak üzere çağdaş klinisyenlerin çoğu mazoşist kişiliğe diğer tanı kategorileri kadar aşinadır. 1987'de *DSM*'nin gözden geçirilmiş üçüncü baskısının ekler bölümünde kendine zulmeden kişilik başlığıyla geçici olarak tanımlanmıştır.

Adının hakkını verircesine bu bozukluk, daha tanımlanır tanımlanmaz güçlüklerle karşılaşmıştır. Erkeklerin yaşadığı bir sorun üzerinden tanımlanmasına rağmen tarih boyunca mazoşizmin feminenliğin ve teslimiyetçiliğin bir uzantısı olduğu görüşü egemen olmuştur. Klasik psikodinamik anlayışa göre mazoşist kişiler kendilerine kötü muamele edilmesini bilinçsizce teşvik eder ve bundan da keyif alırlar. Ampirik veriler ise aile içi şiddetin büyük oranda erkek eliyle yaşandığını göstermektedir. Bu iki bilgi bir araya geldiğinde ortaya siyasi bir barut fıçısı çıkar. Kısmen de olsa bu gerekçeye dayanarak bu bozukluğa *DSM-IV*'te yer verilmemiştir. Buna rağmen klinisyenler arasında insan davranışının pek çok boyutunu açıklayan bir kavram olarak halen sıkça kullanılmaktadır. Ayrıca bu bozukluğun yaygın biçimde görüldüğüne işaret eden çalışmalar olduğu gibi (Kass, 1987; J. Reich, 1987), varlığı evrimsel modelin öngörüleriyle de örtüşmektedir.

Terapistin ofisine mahzun bakışlarla, çökkün omuzlarla, kıpkırmızı bir yüzle giren Theresa'nın sanki az önce ağlamış gibi bir hali vardı. Terapiye eşinin önerisiyle başvurmuştu. Eşi onun için randevu alırken Theresa'nın depresif olabileceğini belirtmiş ancak ardından tuhaf bir şekilde "Kendine eziyet ediyor (...) ben onu tanıdığımdan beri böyle (...) adeta bunun için yaşıyor. Umarım ona yardımcı olabilirsiniz ama olsanız bile muhtemelen ne yapıp edip eski haline dönecektir" diye eklemişti. "Dikkat edin de hayattan fazla keyif almaya başlamasın" demişti alaycı bir tavırla, "yoksa intihara meyledebilir."

Theresa 21 yaşındaydı ama çok daha genç gösteriyordu. İfadesi, postürü itibarıyla yaptığı yanlış bir şeyden dolayı cezalandırılmayı bekleyen küçük bir çocuğa benziyordu. Aslında çok çekici bir kadın olabilirdi ama kendini geri planda tutan hal ve tavırları onu gölgede bırakıyor, güzelliğinin fark edilmesi i geciktiriyordu. Theresa sözlerine "Başka insanlara yardım edebileceğiniz bu vakti benim işgal etmem doğru değil" diyerek, peşinen özür dileyerek başlamıştı. "Benim için yapılabilecek bir şey yok, ben bu dünyaya acı çekmeye gelmişim" diye de eklemişti.

Theresa, annelerinin elinde büyüyen iki kız kardeşin büyüğüydü. Babası, kızlar onu hatırlayamayacak kadar küçük yaştayken evi terk etmişti. Annesi sevecen bir kadındı ama aynı anda iki işte çalıştığından kızları ancak günde birkaç dakika görebiliyordu. Buna rağmen ailedeki istikrar sürmüştü, ta ki Theresa ergenliğinde tekrar tekrar enfeksiyona yakalanıp hastaneye yatmak zorunda kalana kadar. Evin tek gelir kaynağı anne olduğundan, çoğu zaman iki yakalarını zor bir araya getiriyorlardı. Mevcut noktada ne annenin emeklilik için birikimi vardı ne de çocukların üniversite teminatı. Theresa sorumluluğu tamamen üstlenmişti; kendisini son derece suçlu hissediyordu. "Annem resmen beni sağlıklı tutabilmek için çalışa çalışa hayatını harcadı" diyordu dolu gözlerle.

Ne kadar uğraşırsa uğraşsın, Theresa'nın işleri bir türlü yoluna girmiyordu. Okula gidiyor, tam zamanlı bir işte çalışıyor, evi çekip çeviriyordu ama bunca emeğe rağmen kendi i yetersiz buluyordu. "Dokunduğum her şey darmadağın oluyor" diyordu. İşyerinde kusursuz bir performans sergilese de arasınav dönemlerinde yükünün biraz hafifletilmesini talep etmeyi "unutuyor", haliyle hastalık izni almak zorunda kalıyor ve bu da iş arkadaşlarını öfkelendiriyordu. Bunu telafi etmek adına final haftasında kendisine ek mesai yazdırınca da zaten zar zor yaptığı not ortalaması düşüveriyordu. Bazen önkoşullarını yerine getirmediği çok ağır dersler alıyor, sonra da dersi yarıda bırakıp onca çabasını çöpe atıyordu. Eşi ona bir özel hoca bulmayı, ev işlerini üstlenmeyi teklif ettiğindeyse onu reddediyor, açıkça kendisine ait olan sorumlulukları ona yüklemek istemediğini söylüyordu. Oysa o kadar işine rağmen eşin dostun özel günlerinde onlara kart atmaya, kilisede gönüllü olmaya bile vakit ayırıyordu. Gel gelelim kimsenin onun halini hatırını sormadığından, depresif olduğu için kimsenin onunla arkadaşlık etmek istemediğinden şikâyetçiydi.

Hasbelkader bir şeyler iyi gittiğindeyse Theresa bundan dolayı sevinmeyi reddediyor veya sevinse bile bunu gönülsüzce yapıp sonraki haftalarda daha sıkı çalışıyordu. "En kötüsü Noeller ve doğum günleri" diyordu eşi. "Tüm o hediyelerin yükünü sırtından atmaya çalışmasını izlemek çok zor oluyor ki zaten çoğunu da götürüp iade ediyor. Bir keresinde artık o kadar sinirlendim ki, sırf canını sıkmak için büyük ikramiyenin ona çıktığını söyleyesim geldi."

Kendine Zulmeden Kişilik Bozukluğu *DSM-III-R* Kriterleri

Erken erişkinlik döneminde başlayan ve çeşitli koşullar altında ortaya çıkan, kendine zulmetmeye yönelik davranışlardan oluşan bir örüntüdür; kişi çoğu kez zevkli yaşantılardan kaçınır, ıstırap çekeceği durumlara ya da ilişkilere yönelir ve başkalarının ona yardım etmesini engeller; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

(1) Daha iyi seçeneklerinin olduğu barizken bile kendini hayal kırıklığına uğratacak, başarısızlığına neden olacak ya da ona kötü davranılmasına yol açacak kişi ve durumları seçer.

(2) Başkalarının ona yardım etme girişimlerini reddeder veya boşa çıkarır.

(3) Olumlu kişisel olayların (örneğin yeni bir başarının) ardından depresyon ya da suçluluk duyguları yaşar veya yine kendi canını yakacak bir davranışta bulunur (Örneğin kaza yapar.).

(4) Başkalarında kızgın ya da reddedici tepkiler uyandırır, sonra da kendini kırgın, aşağılanmış ya da küçük düşmüş hisseder (Örneğin herkesin önünde eşiyle alay eder, onu kızdırır, sonra da perişan olur.).

(5) Bir şeylerden zevk alma fırsatını geri çevirir veya (yeterince sosyal becerisi ve haz kapasitesi olmasına karşın) keyif almakta olduğunu kabul etmeye yanaşmaz.

(6) Yapabilecek yetenekte olmasına karşın, kişisel amaçlarına ulaşması için büyük önem taşıyan görevleri yerine getiremez; örneğin diğer öğrencilerin ödevlerini yapmalarına yardımcı olur ancak kendininkini yapamaz.

(7) Ona sürekli iyi davranan insanlar ilgisini çekmez veya onları reddeder; örneğin ona ilgi gösteren cinsel partnerleri çekici bulmaz.

(8) Ondan böyle bir beklentisi olmayan kişiler için aşırı özveride bulunur.

B. A maddesinde sözü edilen davranışlar yalnızca fiziksel, cinsel ya da psikolojik istismar sonucunda veya bunların olası olduğu durumlarda ortaya çıkmamaktadır.

C. A maddesinde sözü edilen davranışlar kişinin depresyonda olduğu dönemlerle sınırlı değildir.

Mazoşist kişiliğe örnek olarak Theresa vakasını ele alalım. Eşinin verdiği bilgiler tanının zeminini oluşturmaya yeter, ki bunları gönüllü olarak anlatması durumu daha bile çarpıcı hale getirir. Böylelikle Theresa'nın kendine eziyet ettiğini, bunu bir yaşam tarzı haline getirdiğini, "adeta bunun için yaşadığını" öğreniriz (bkz. 1. kriter). Hatta önkoşullarını dahi sağlamadığı çok ağır dersler alıp sonra bunları bırakmak zorunda kalıyor, zamanını ve emeğini boşa harcıyordur. Mazoşist kişilerden beklendiği üzere Theresa da ona yardım teklif edenleri geri çevirir (bkz. 2. kriter). Derslerde başı sıkıştığında eşi ona özel hoca bulmayı önerir ama Theresa bu teklifi, ona yük olmak istemediği gibi zayıf bir gerekçeyle geri çevirir, böylelikle kötü sonuç elde etmeyi de garantilemiş olur. Başına iyi şeyler geldiğindeyse bunların olumlu etkilerini baltalamanın bir yolunu bulur (bkz. 3. kriter). Mesela iyi şeylere sevinmeyi reddeder ya da sevinse bile bunu gönülsüzce yapar. Hatta Noel'de aldığı hediyelerin bile çoğunu iade eder. Öyle ki, eşi "Dikkat edin de hayattan fazla keyif almaya başlamasın, yoksa intihara meyledebilir" diyerek terapisti uyarma ihtiyacı duyar. Eşi her ne kadar bunu alaycı bir tavırla söylese de, vermek istediği mesaj açıktır. Theresa ayrıca kendine koyduğu hedeflere ulaşamayarak kendini cezalandırır (bkz. 6. kriter). "Dokunduğum her şey dağılıyor" der. Belli ki okul performansını zora sokmak için işi, iş performansını zora sokmak içinse okulu kullanmaktadır. Çoğu mazoşist gibi o da aşırı derecede fedakârdır (bkz. 8. kriter). Tanıdıkların özel günlerinde onlara mutlaka kart gönderir ve kilisede gönüllü olarak çalışır, sonra da kimsenin onunla arkadaşlık etmek istememesinden yakınır.

Theresa örneğini gördüğümüze göre bu bölümdeki diğer meseleleri ele almaya hazırız demektir. İlk olarak normallikle anormalliği karşılaştıracak, ardından temel mazoşist temanın çeşitlerine bakacağız. Bu bölümler kişiliğin bilimsel yanının çekirdeğini oluşturur. Theresa'nınki gibi ana hatları çizilen karakter örneklerinde gördüklerimizi açıklayarak yazınsal anekdotların ötesine geçmeyi amaçlıyoruz. Her zaman olduğu gibi burada da tarihle tasviri yan yana verecek, bu bölüm kapsamında ele alacağımız her bir bozukluğun alttiplerine özel yer ayıracağız. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca mazoşistle diğer kuram bazlı yapıları karşılaştıracak, mazoşist kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiğini tartışacağız.

## Normallikten Anormalliğe

Her ne kadar bu kişiler son derece nadirmiş gibi görünse de, mazoşist özellikler en az suçluluk duygusu kadar yaygındır ve bu doğrultuda, normallik yelpazesinde kolayca bulunabilirler. Normal biçimde dışa vurulduklarında bu özelliklerin

uyumlu, idealleştirilen, hatta azizlere has özellikler olduğu söylenebilir. **Fedakâr** tarza (Oldham ve Morris, 1995) sahip insanlar başkalarına hizmet etmek, yardımcı olmak için yaşar. Kendilerini büsbütün feda etmelerine izin verildiği müddetçe dünyada her şey yerli yerinde demektir. Her daim başkalarını kendilerinin önüne koyan bu kişileri herkes nazik, düşünceli, hayırsever olarak bilir. Hep hoşgörülüdürler; insanların oldukları gibi kabul edilmesi, takdir edilmesi, dışsal veya yasal standartlara göre acımasızca yargılanmaması gerektiğine inanırlar. Sevdikleri için hayatın tüm yükünü çekmeye gönüllü olsalar da, yaptıkları iyiliklerin dile getirilip övülmesinden rahatsız olur, teşekkür veya takdire samimiyetle gerek duymazlar.

Patolojik uca biraz yaklaştığımızdaysa Millon ve diğ.'nin (1994) **teslimiyetçi** tarzıyla karşılaşırız. Bu kişiler aslında iddia ettiklerinden çok daha beceriklidirler ama mütevazı, riayetkâr kalmayı tercih ederler. Gerçek yetenek ve yetilerini sergilemekten kaçınır, bunun yerine kendilerini daha aşağı bir konuma yerleştirip her tür rekabet emaresinden uzak durmaya çalışırlar. Bazen diğer insanları sırf onlardan faydalanabilmek için teşvik ediyormuş gibi görünürler. Bu tür özellikler tarih boyunca kadınlarla ilişkilendirilmişse de, aslında erkeklerde de aynı ölçüde yaygındır (Stone, 1993).

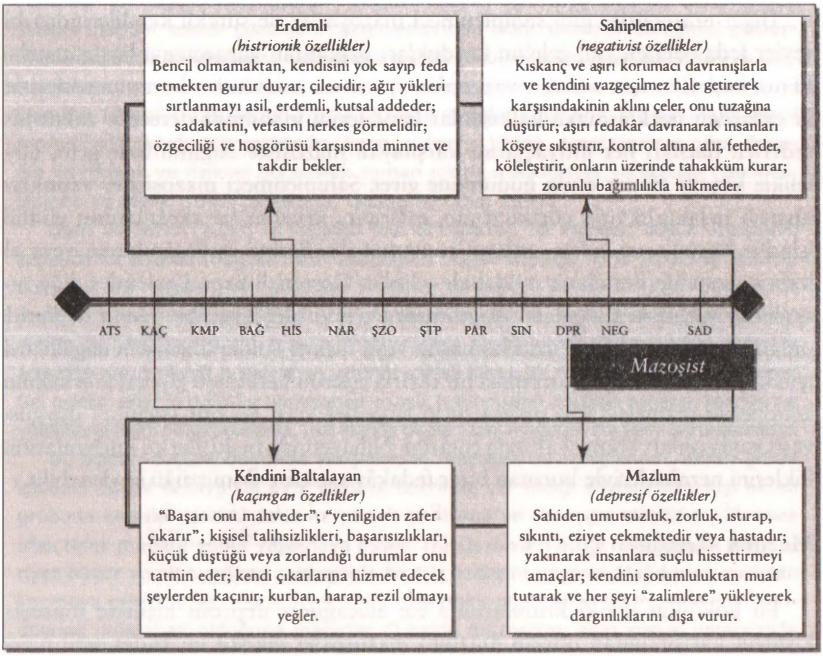
Daha normal bir mazoşist kişilik tarzı yaratmanın bir yolu da *DSM-III-R*'deki tanı kriterlerini normalleştirmektir. Mazoşist kişilik bozukluğu olanların hayal kırıklığı, başarısızlık, kötü muamele peşinde koşan bir hali vardır (bkz. 1. kriter). Bu tarza sahip olanlardaysa böyle bir şey söz konusu değildir. Bozukluğu olanlar başkalarının yardımını reddeder veya kabul etse bile sonradan her şeyi eski haline getirir (bkz. 2. kriter). Tarzı olanlarsa kendisinden önce başkalarının iyiliğini düşünme eğilimindedir. Olumlu kişisel gelişmeler bozukluğu olanlarda olumsuz duygular uyandırır (bkz. 3. kriter), tarzı olanlarsa tevazudan taviz vermez ve başarılarını açıkça üstlenip övgü toplamaktan kaçınırlar. Bozukluğu olanlar bazen diğer insanları kasten sinirlendirir veya onların kendilerini reddetmesi için uğraşırlar (bkz. 4. kriter), tarzı olanlarsa yardımsever ve uyumludurlar, öyle ki bazen göz yumdukları kötü davranışları teşvik etmiş olurlar. Bozukluğu olanlar onlara keyif verecek faaliyetlere katılmayı reddederler (bkz. 5. kriter), tarzı olanlarsa kendine hizmet eden bir hedonizm noktasına varmayan etkinliklerden hoşlanırlar. Bozukluğu olanlar becerilerine rağmen kişisel başarılar elde edemezler (bkz. 6. kriter), tarzı olanlarsa kendilerini, sahne arkasında çalışıp başkalarının başarılarına katkı sağlamaya adamışlardır. Bozukluğu olanlar meşru ilgi kaynaklarına bile sırt çevirirken (bkz. 7. kriter) tarzı olanlar bazen diğer insanların olumlu yanlarını ortaya çıkarma umuduyla fazla hoşgörülü davranabilirler. Bozukluğu olanlar aşırı derecede fedakârdırlar (bkz. 9. kriter), tarzı olanlarsa başkalarını ön planda tutmaktan tatmin olsalar da bunu patolojik düzeyde yapmazlar. Bu kıyaslamaların her birinde Theresa patolojik tarafa daha yakın düşmektedir.

## Mazoşist Kişiliğin Çeşitleri

Her mazoşist, suçluluk duygularıyla boğuşan Theresa gibi değildir. Hatta Theresa'da mazoşist kişiliğin tanı kriterlerinin tamamı dahi mevcut değildir ama yine de, onun nispeten katıksız bir mazoşist olduğu söylenebilir. Başka bir deyişle Theresa'daki temel mazoşist örüntüye başka bozuklukların özellikleri karışmamıştır. Halbuki mazoşistlerde diğer kişilik bozukluklarının emareleri sıkça görülür. Bu doğrultuda sergiledikleri ruh halleri ve eylemler de temel mazoşist örüntüyü öyle çeşitli şekillere sokar ki nihayetinde bu kişiler Theresa gibi saf örneklere benzeseler de aynı zamanda onlardan farklı görünürler. Mazoşist kişiliğin çeşitleri Şekil 15. 1'de özetlenmiştir. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.

### *Kendini Baltalayan Mazoşist*

Klasik psikanaliz, mazoşistin ona acı çektirecek ve hatta onu mahvedecek durumları bilfiil, tekrar tekrar aradığını savunur. Dışarıdan bakıldığında bu ki-




**ŞEKİL 15. 1** Mazoşist Kişiliğin Çeşitleri.

şilerin talihsizlikten, başarısızlıktan, küçük düşmekten keyif alan, aşağılanmayı, mağdur ve hatta perişan edilmeyi yeğleyen bir hali vardır. "Başarı nevrozunun" güdümünde olduklarından olumlu sonuçlardan haz ve mutluluk değil, kaygı ve suçluluk duyarlar.

**Kendini baltalayan** mazoşistler başarının gerilimini yaşamak yerine başarısızlığa uğramayı veya cezalandırılmayı amaçlar, böylelikle iyi talihlerini çaktırmadan tersine çevirirler. Dışarıdan başarılı olmak için canını dişine takıyormuş gibi görünseler de ya tam hedefe ulaşacakken vazgeçer ya da kendilerinin bu iş için yetersiz olduğuna ilişkin bazı sözde kanıtlar öne sürerler. Halbuki içten içe bu başarısızlıklarından tatmin duyarlar (Schneider, 1923/1950). Her şeyin birden tepetaklak olmasından korktuklarından, insanların onları uğraşıp da becerememiş biri olarak bilmesindense koşulların kurbanı görüp onlara acımasını tercih ederler. Artık belli başlı standartlara erişmeleri gerekmediğinden, başarısızlık onları bir nebze rahatlatır. Bu bakımdan kendini baltalayan mazoşistlerde mazoşist ve kaçıngan kişilik özelliklerinin bir arada görüldüğü söylenebilir.

### *Sahiplenmeci Mazoşist*

Diğer mazoşistler gibi **sahiplenmeci** mazoşistler de sürekli kendilerinden bir şeyler feda ederler. Gel gelelim kurdukları bağlardan vazgeçmeyi başaramazlar. Hatta başkaları için o kadar vazgeçilmez, o denli fedakâr bir konuma yerleşirler ki onlardan uzaklaşmaya kalkışanlar kendilerini inanılmaz derecede zalim hissederler. Bazıları her ihtiyaçlarını karşılayan mazoşiste bağımlı hale gelir, böylelikle köşeye sıkışıp onun güdümüne girer. Sahiplenmeci mazoşistler yaptıkları abartılı fedakârlıklarla çocuklarının, eşlerinin, arkadaş ve akranlarının günlük işlerine burunlarını sokar, onların romantik ilişkilerine, iş yaşamlarına veya ellerinin uzandığı her alana müdahale ederler. Gösterişli özgeci eylemler diğer insanlarda suçluluk duyguları uyandırmaya zemin oluşturur, bu zemin de ileride onların mazoşist kişiden uzaklaşmasını veya ilişkiyi sonlandırmasını engellemek için kullanılabilir. Aşırı korumacı bir tavırla eşlerini herkesten gözleri gibi sakınır, kendilerini sevmeleri için onlara türlü rüşvetler verir ve yine suçluluk duygusu vasıtasıyla onları kontrol altında tutarlar. Nihayetinde bu kişilerin, kurbanlarının iliklerini nezaketleriyle kurutan birer fedakâr vampire dönüştüğü söylenebilir.

### *Mazlum Mazoşist*

Bu bölümün ileriki kısımlarında ele alacağımız depresif kişilikle mazoşist kişiliğin karışımından oluşan mazlum mazoşistler sürekli ne kadar sefil halde olduklarından yakınır, mızırdanıp dururlar ama en sonunda da "Böyle acı çe-

## *Odak Noktası: Mağdur Davranışı*

### Saldırganlık Mağdurlarının Psikopatolojisi

**Pasiflik Mağdurlaştırır mı?**

Bu metinde mazoşist kişilik olarak anılan kendine zulmeden kişilik bozukluğuna *DSM-IV*'te ayrı bir tanı kategorisi olarak yer verilmedi. Bu karar, kavramın geçerliliği ve klinik açıdan kullanışlılığı üzerine uzun uzadıya tartışıldıktan sonra verilmiştir (Fiester, 1991). Hatta pek çok yazar, bozukluğun *DSM*'den çıkarılmasının büyük oranda politik gerekçelere dayandığını öne sürmüştür.

II. Eksen komitesinin bu kararı bir yana, mazoşist kişilik bazı hastaların davranışlarını tarif etmek için eskiden beri kullanılmaktadır. Elbette tehdit altında pasif kalmak uyumlu bir davranış olabilir, dolayısıyla bunu patolojikleştirmemek gerekir. Öte yandan kimi insanlar başkalarının saldırgan davranışlarının fitilini ateşleyen bazı yatkınlıklar sergiler. Örneğin kişilerarası yaklaşıma göre, karşılıklılık ilkesi doğrultusunda biri boyun eğdiğinde karşılığında tahakküm etme davranışı uyanacaktır. Mazoşisti *DSM-IV*'ten tamamen çıkarmak yerine ona, halen araştırılmaya ihtiyaç duyan geçici bir kategori olarak ekler bölümünde yer vermek daha akıllıca olurdu.

Peki bu yatkınlıklar nereden kaynaklanır? Olasılıklardan biri çocuk istismarıdır (Chabrol ve diğ., 1995). Çocuk mağduriyetiyle ilgili araştırmalar, akranlarınca sürekli mağdur edilen çocukların özgüvenlerinde ciddi sıkıntılar olduğunu göstermektedir. Belki de özgüveni halihazırda düşük çocuklar gördükleri muameleye karşılık veremiyorlardır veya alay konusu olmaları, günah keçisi ilan edilmeleri daha kolaydır. Akranları tarafından kronik biçimde mağdur edilmenin bir dizi uyum sorunuyla ilişkili olduğu bilinmektedir (Egan ve Perry, 1998). Araştırmalara göre, örneğin itaatkârlık ve fiziksel güçsüzlük zaman içinde mağduriyet yaratabilir (Hodges, Malone ve Perry, 1997; Schwartz, Dodge ve Coie, 1993).

Egan ve Perry (1998) iki hipotezi test etmişlerdir: İlk hipotez, düşük özsaygının zamanla akranlarda mağdur edici davranışları teşvik edeceği, ikinci hipotezse özsaygı düzeyinin bu mağduriyetin etkisinde belirleyici olacağıdır. Sonuçlara göre, özellikle de çocuğun kendisini akran grubunun içinde sosyal açıdan ne kadar yetkin gördüğü üzerinden ölçüldüğünde düşük özsaygı mağduriyette pay sahibidir. Ayrıca kişinin akranları arasında sosyal olarak başarısız ve yetersiz kaldığı kanısı da zamanla mağduriyeti artırır. Gel gelelim eğer ki çocuklar akranlarına kıyasla bulundukları noktaya bakarak kendilerine yetebileceklerini hissediyorlarsa, risk altında olsalar dahi mağduriyete karşı korunaklıdırlar.

Bu açıdan düşünüldüğünde yetişkinlerin mazoşist davranışlarının, akran grubu içindeki düşük özsaygıyla aynı yelpaze üzerinde yer aldığı söylenebilir. Kişi akran grubuna kıyasla kendini daha az yeterli gördükçe ve özsaygısı düştükçe, ilk önce ufak tefek mağduriyetler yaşamaya başlar. Düşüş devam ettiği takdirdeyse mağduriyet büyür ve nihayetinde saldırganla bir tür özdeşim yaşanır. Mağdurlar, cezadan kaçmaya çalışacakları yerde kendilerini öyle hakir görürler ki bu muamelenin kendilerine müstahak olduğuna inanırlar. O halde mazoşizm, aşırı sosyal yetersizliğe uyum sağlamanın uygunsuz bir yolu olarak görülebilir.

kiyorum diye benim için endişelenmeni istemem, sen yine kendin için en iyisini yap" diye eklemekten geri durmazlar. Tek bir hamleyle hem yardıma ihtiyaç duyduklarını inkâr edip kimseye yük olmak istemediklerini söylemiş hem de kendilerini olağanüstü talihsizliklerin çemberinden geçen biri olarak lanse etmiş olurlar. Ona yardım eli uzatan herkes er ya da geç duygusal açıdan tükendiğini hisseder, suçluluk duyar, kendi hayatına devam ettiği takdirde onu terk etmiş gibi hisseder. Sevgi ve bağımlılık başka yollardan elde edilemediğinde hipokondriyak manipülasyonlara başvurulabilir. Bitap bir hastaya dönüşmek gibi zavallıca bir çözüm bulunur; sahici olmakla beraber nihayetinde kişinin bizzat yol açtığı bu ıstırap sayesinde diğer insanlardan zorla ilgi ve bakım görülür. Mazlum mazoşistler acı çekmekten her zaman zevk almazlar; yaşadıkları sıkıntı daha çok, insanların onlara acıyıp yardım etmesi için tasarlanmış bir araçtan ibarettir.

### *Erdemli Mazoşist*

Histrionik ve mazoşist kişiliklerin kombinasyonu olan erdemli mazoşistler bencil olmayışlarından, kendilerini feda etmekten gurur duyarlar. Kendini yok saymak, çilecilik, zorluklar karşısında derviş sabrı göstermek onların gözünde soylu, erdemli eylemlerdir, saflık ve azizlik emaresidir, acının yüceltilmesidir. Diğer mazoşistler gibi aşağı konumlarını kabullenmek yerine, kendilerini tamamen başkaları veya saygıdeğer bir amaç uğruna feda eder, bir yandan da koşulları manipüle edip yaptıkları iyiliklerin herkesçe görülmesini sağlayarak ne kadar özel olduklarını ortaya koyarlar.

Kendilerine mesafe almaya kalkan veya duygusal yatırımlarını geri çeken kişileriyse nankörlük ve düşüncesizlikle suçlayabilir; onlara hep sadık kaldıklarını, ne istedilerse verdiklerini hatırlatma ihtiyacı duyabilirler. Yüzeysel özgecilik bazen kendi kendini besleyen bir gurura yol açabilir, geçmişte yapılan iyilikler diğer insanların duygusal desteğinin fazlasıyla hak edildiğinin kanıtı olarak kullanılabilir. Gel gelelim her şey istedikleri gibi olduğunda bile düşük özdeğerleri yüzeyin hemen altından kendini hissettirmeye devam eder: Diğer insanlardan gördükleri takdirin aslında gerçek olmadığını, kendi manipülasyonlarının ürünü olduğunu bilirler. Bazen bağımlı kişilik özellikleri de sergileyebilirler.

## Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım

Psikodinamik açıdan mazoşistlerin haz ilkesinin aksi yönde hareket ettiği söylenebilir. Freud yaşamı boyunca mazoşizmi farklı şekillerde kavramsallaştırmış, sonraki analistler de onun çalışmalarını muhtelif yönlerde genişletmiştir. Nesne ilişkileri yaklaşımı mazoşizmin pek çok olası yoldan gelişebileceğini, tek

bir mazoşist kişilik olmadığı savunur. Kişilerarası yaklaşıma göreyse mazoşistler diğer insanların onları alt edeceğini varsaydıklarından ilişkilere bir sıfır yenik başlar, daha ilk andan beyaz bayrak sallayıp hiç zorluk çıkarmazlar. Bilişsel açıdansa mazoşistler umutla korku arasına sıkışmış durumdadırlar ve eski olayları kafalarında tamamen farklı yorumlarlar. Ayrıca diğer insanlar onların ne kadar acı çektiğini anlamadığında kendilerine acımakta teselli ararlar. Evrimsel yaklaşım ise tüm bu bakış açılarını bir araya getirir. Daha net bir dille ifade edecek olursak, bu yaklaşıma göre mazoşist kişilerde haz-acı kutupları tersyüz olmuştur; yani kişi duygusal açıdan canını yakan deneyimlerin onun hayatta kalmasına hizmet ettiğini düşünür. Farklı gerekçelerle, rahatsız hissetmek ve kötü muamele görmek için uğraşabilir.

Cezalandırıcı bir dünyada büsbütün bir başına bırakılma tehdidi, bu tür olumsuz deneyimler sırasında birine bağlı olmaktan daha büyük kaygı doğurur. Yaşadığı son derece nahoş deneyimin kaynağını anlayamayan bebek, her ne kadar kendisini sık sık reddetse veya kendisine düşmanca yaklaşsa da nihayetinde bağ kurabildiği bir nesneye yakın olarak veya yapışarak kendini daha güvende hissetmeyi öğrenmiştir. Cezalandırıcı ebeveynin yaklaşımı tutarsız olduğunda bu tür örüntüler genellikle güçlenir. Böyle ebeveynler bazen çocuğu hayal kırıklığına uğratır, mahrum bırakır veya reddeder, bazen de suçluluk duyup onun fazlaca üstüne düşer veya ona tahakkümcü bir ilgi gösterirler. Bunun gibi değişken davranışlar mazoşist eğilimlerin gelişmesine daha da elverişli bir zemin hazırlar.

Çocuk başarı elde ettiğinde veya özerklik kazanmaya yönelik adımlar attığında, her defasında ebeveynlerinin destek ve teşvikini alamayabilir. Mesela ebeveynlerinden koşulsuz ilgi ve desteği *sadece* hastalandıkları, sakatlandıkları veya bir konuda yetersiz kaldıklarında gören çocuklar kendilerinin kusurlu ve beceriksiz olduğu sonucuna varmakla kalmayacak, aynı zamanda ancak bir şeyler ters gittiği takdirde sevilip desteklendiklerini öğreneceklerdir. Ayrıca normalde düşmancıl ve eleştirel olan ebeveynlerinin davranışlarını farklı bir yöne saptırmak için hasta veya muhtaç tavırlar sergilemeye başlayacaklardır. Dolayısıyla, eğer ki ebeveynleri çocuğa ancak acı çektiğinde ya da yetersiz kaldığında ilgi ve sevgi gösterirlerse, çocuk da kendi isteğiyle yoksun veya hasta bir imaj çizmenin etkili bir davranış tarzı olduğunu anlayacaktır. Bu yönde bir tavır, nihayetinde ortaya çıkacak mazoşist davranış biçiminin de tohumlarını eker.

En uç durumlarda bu çocuklar kendilerine gerçekten zarar verebilir (bedenlerini sert cisimlere çarpabilir, kendilerini yakabilir, merdivenlerden veya yüksek yerlerden kasten düşebilir), herkesin gözü önünde daha şiddetli bir ıstırap çekmelerine neden olacak her tür yola başvurabilirler. Bu tür eylemler daha fazla fiziksel ceza almalarına engel olmaya hizmet eder ama aynı zamanda bu çocuklara az da olsa bir güç kazandırır, onları hiç değilse kendi ıstıraplı deneyimle-

rinden mesul hale getirir. Böyle sapkın bir yol izleyen çocuklar ebeveynlerinin tahakkümünden kaçabilecekleri, küçük de olsa bir alana kavuşurlar. Kendisi üzerinde söz sahibi olabildiği bir niş bulmak, geleceğin mazoşistinin kendine zarar vermeye yönelik "haz veren" davranışlarının da zeminini oluşturabilir. Sıradaki bölümlerde mazoşisti ilgili kişiliklerle kıyaslayacak ve semptomların hangi kanallarla dışa vurulduğunu ele alacağız. Tablo 15. 1'de mazoşistin geneline dair bir özet yer almaktadır.

### *Diğer Kişiliklerden Farkı*

Mazoşistlerin diğer kişilik bozukluklarıyla pek çok ortak noktası vardır. Hem depresifler hem de mazoşistler baskıcı bir suçluluk duygusunun yükü altında yaşarlar ve kendilerini fazlaca eleştiren bir vicdandan mustariptirler. Gel gelelim depresifler bu sıkıntılardan bunalarak kendi acılarına gömülür, çoğu zaman tek başlarına kurup durmakla yetinebilirler. Mazoşistlerinse bir partnere, bir zalime ihtiyaçları vardır; gerekirse insanlarla olağan anlaşmazlıklarını büyütüp, çevrelerindeki kişilere olmadık saikler atfedip, sonra bunlara tıpkı paranoidlerin yaptığı gibi (McWilliams, 1994) öfkeyle veya kendilerine aşırı derecede acıyarak karşılık vererek böyle birini yaratırlar. Ayrıca mazoşizm çoğu zaman, depresiflerde olmayan sadistçe bir amacı gizler: Zalime, zulmettiği için zulmedilmelidir. Çatışmalarını eyleme dökmeleri, mazoşistleri bitap depresife kıyasla çok daha enerjik kılar.

Mazoşist kişiliği bağımlı, kompülsif ve sınırda kişiliklerle de kıyaslamak mümkündür. Hem mazoşist hem de bağımlı kişiler itaatkârdır, rekabetten açıkça kaçınır ve partnerlerine kene gibi yapışırlar. Gel gelelim bağımlılar ilgiye ilgiyle karşılık verir, yapışkan ilişkilerini iyice güçlendirmek için kendilerinden bir şeyler feda ederler. Mazoşistler ise kendilerini ilişkiye ne kadar adadıklarını herkes görsün diye uğraşır, kendilerine acımalarını menfaate dönüştürür, sevecenlik gösterdikleri kişileri nankör rolünü oynamak durumunda bırakır veya onlara iyice yapışırlar. Mazoşistlerin de, kompülsiflerin de altta yatan güçlü suçluluk duyguları vardır ama mazoşistler cezalandırılmaya çalışırlar, kompülsifler ise cezadan son derece korkarlar. Son olarak, hem mazoşistler hem de sınırda kişiler bazen kendilerine zarar vermeye meyledebilirler. Mazoşistler bunu kendi suçluluk duygularından kurtulmak için, sınırda kişiler ise daha çok varlıklarını tescil etmek ve kimlik dağılmasının önüne geçebilmek için yaparlar. Ayrıca sınırda kişiler terk edilme ihtimali baş gösterdiğinde deliye dönerken, mazoşistler bazen terk edilmeyi kendilerinin ne kadar değersiz olduğunu kanıtlamak, kendilerine acımak veya talihsizliklerini bir kez daha herkese göstermek amacıyla kullanırlar.

## TABLO 15. 1 Mazoşist Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| | *Kanaatkâr* | **Benlik İmgesi** | *Hak etmeyen* |
| Dışa Vuran Davranışlar | Kendini eli sıkı, idareli, namuslu biri olarak yansıtır; kendine haz verecek deneyimlere mesafeli yaklaşır, hayattan keyif alıyormuş gibi görünmekten kaçınır; alçakgönüllü, kendini geri planda tutan bir tavır sergiler; kendisini olduğundan daha aşağı veya adi göstermeyi tercih eder. | | Kendini küçük görür, en kötü başarısızlıklarına odaklanır ve bu doğrultuda ancak kınanmaya, aşağılanmaya ve hor görülmeye layık olduğu sonucuna varır; diğer insanların beklentilerini karşılayamadığı için her tür ıstıraplı sonuca katlanmak zorunda olduğunu düşünür. |
| | *Uyumlu* | **Nesne Temsilleri** | *Müptezel* |
| Kişilerarası Davranışlar | Ona her zaman destek olan kişilerden uzak durur, kendini feda etmesine, onlara kölelik etmesine, yalakalık yapmasına izin verecek kişilerle ilişki kurar, bu kişilerin onu sömürmelerine, ona kötü muamele etmelerine veya ondan faydalanmalarına izin verir ve hatta bunu teşvik eder; insanların ona yardım etme çabasını nafile görür ve hak etmediği suçlamaları üstüne alarak, haksız eleştirilere kapı aralayarak kendini ayıplatmaya uğraşır. | | Nesne temsilleri; başarısız eski ilişkilerden ve küçümsenen kişisel başarılardan, hiç çekici olmayan karşıtlarına aktarılan olumlu duygu ve erotik dürtülerden, bilhassa ağırlaştırılan içsel çatışmalardan, yaşanan rahatsızlığı artıran süreçler vasıtasıyla disforiyi hafifletme mekanizmalarının çökertilmesinden oluşur. |
| | *Pısırık* | **Morfolojik Örgütlenme** | *Tersyüz* |
| Bilişsel Tarz | Gözlemlerini hayra yormaya gönülsüzdür çünkü bunların sorunlu biçimlere bürünmeyeceğinden veya külfetli, kendini aşağılamasına vesile olacak sonuçlar doğurmayacağından korkar; bu nedenle daha cazip inanış ve duyguların aksi yönünde tutum ve beklentiler ortaya koymayı alışkanlık haline getirmiştir. | | Acı-haz kutupları büyük oranda yer değiştirdiğinden, morfolojik yapılar da zıt ve ikili nitelikler taşır (Örneğin biri nispeten alışıldıktır, diğeri tam tersidir.). Bu da duygulanım ve niyetin tekrar tekrar geri çevrilmesine, ihtiyaçları gidermek için kullanılan kanalların mahrumiyete açılmasına, olumsuz ve hatta kendi kendini sabote eden sonuçlar doğuracak eylemlerde bulunulmasına vesile olur. |
| | *Abartma* | **Duygudurum/ Mizaç** | *Disforik* |
| Düzenleyici Mekanizma | Eski haksızlıkları tekrar tekrar hatırlar ve gelecekte de hayal kırıklığına uğramayı bekler ki her tür dengeli gidişatı zora sokabilsin; alıştığı acı ve ıstırap düzeyini koruyabilmek umuduyla kendi amaçlarına yine kendi taş koyar, kendi talihini sabote eder. | | Karmaşık duygular yaşar; bazen kaygılı ve kuruntuludur, bazen üzgün ve hüzünlü, hatta kederli ve acizdir; bilinçli olarak hüzünlü, ağlamaklı bir ifade takınır ve bunu genellikle diğer insanlara kendini suçlu hissettirmek, onları huzursuz etmek için yapar. |

*Not:* **Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.**

### *Semptomların Dışavurum Kanalları*

Mazoşist kişiler çok sayıda I. Eksen bozukluğuna yatkındırlar. Her zaman olduğu gibi burada da kişilik örüntüsüyle I. Eksen'deki sendromlarının birbiriyle bir mantık dahilinde ilişkilendiği unutulmamalıdır. Depresifler gibi mazoşistler de sıkça kronik bir hüzün veya distimi yaşarlar. Reddedildiklerinde bu duygular şiddetlenip majör depresyon boyutuna ulaşabilir, ardından yatışıp yerini kişiliğin kendine özgü aheste ıstırabına bırakabilir.

Özellikle hayallerin suya düşmesi ve trajik fedakârlık durumlarına bağlanabiliyorsa, depresyonu kısmen de olsa başkalarında sempati uyandırmak için kullanmak mümkündür. Hayatın verdiği cezaların zalimce ve sıradışı bir doğası olduğu yönündeki dünya görüşü, karşıt tepki oluşturma mekanizmasıyla ıstırabın yerine ahlaki üstünlük kisvesini koyan erdemli mazoşistin bile havasını arada bir söndürür.

Bağımlı ve depresifler gibi, mazoşistler de kayıp ve terk edilme korkusuna karşı hayli kırılgandırlar. Bilhassa da kendilerini tek bir partnere bağımlı hale getirdilerse veya hayatta kalabilmek için belli birinin bakımına ihtiyaç duyuyorlarsa, ne kadar fedakârlık yaparlarsa yapsınlar kişisel kayıplar yaşamaktan kaçamayacaklarından korkmaları olasıdır. Böyle durumlarda, hele ki dengelerini koruyabilmek için ihtiyaç duydukları bağlar ciddi tehdit altındaysa panik hali baş gösterebilir.

Son olarak, meşru bir tıbbi zemine oturtulamayan fiziksel semptom ve hastalıklar; insanlarda sempati uyandırmak, sallantıdaki bağları sağlamlaştırmak, çevreden gelen eleştirileri ve düşmancıl tutumları azaltmak, bakım veren mutsuz kişilerin sırtına iyice yüklenip onlardan sadistçe intikam almak ve hatta bir anlamda kendi kendini kamçılayarak suçluluk duygularından arınmak için kullanılabilir.

## Sadist Kişilik

Sadizm dendiğinde çoğumuzun aklına ya saldırgan bir psikopat ya da tahakküm ve acının cinsel haz amacıyla kullanılması gelir. Oysa sadist davranışla **sadist kişilik** birbirinden farklıdır. Her ne kadar psikopatlar saldırganlığı, düşmancıl tavırları bir araç olarak kullansa, hatta bu uğurda işi cinayet noktasına kadar vardırabilse de, birinin davranışına sadistçe diyebilmemiz için onun diğer insanların acı çektiği bilgisinden haz alması gerekir. Ne zaman ki karşı tarafa psikolojik veya fiziksel açıdan acı çektirmek hayatın temel ilkesi haline gelir, o zaman kişinin sadist bir kişiliği olur. Mesela hırsızlık yaparken birine saldırmak başkadır, birine sebepsizce işkence etmek başka. Dolayısıyla bu kavramı tanımlarken asıl olan niyettir.

Mazoşizm gibi, sadist kişiliğin de kabul görmesi dalgalı bir seyir izlemiştir. **Sadizm** terimini ilk olarak Krafft-Ebing (1867, 1937), diğer insanlar üzerinde tahakküm kurarak ve onlara acı vererek cinsel haz duyan meşhur Fransız yazar Marquis de Sade'ın eserlerine atıfla kullanmıştır. Krafft-Ebing sadizmi "kişinin bizzat uyguladığı veya başkalarına, ister hayvanlara isterse insanlara uygulanırken gözlemlediği zalimce eylemler, bedensel cezalar sonucunda ona haz veren (orgazm da dahil) cinsel duyumlar yaşaması" olarak tanımlamıştır (1937, s. 80). Ayrıca "doğuştan gelen küçük düşürme ve incitme arzusunun" (s. 82) tüm insanların ortak özelliği olduğunu düşünmüştür. Sadizmin köklerinin cinsellikten ibaret olmadığını savunan Krafft-Ebing aslında insanların yüzlerce yıldır bildiği bir şeyi dile getirmiş olur: Karşı tarafa saldırganca psikolojik ve fiziksel acı verme becerisi bir grup insanın gözünde amaca hizmet eden araç değil, doğrudan amacın kendisi haline gelebilir.

Tarihte de, günümüz toplumunda da son derece meşhur olmasına rağmen sadist kişilik ancak *DSM*'nin 1987'de yayımlanan üçüncü gözden geçirilmiş versiyonunun ekler bölümünde, hakkında daha fazla araştırılma yapılması gereken ve muvakkaten eklenmiş bir kişilik bozukluğu olarak geçer. Gelgelelim, özellikle de adli bağlamlarda görülen, başta antisosyal kişilik bozukluğu olmak üzere diğer kişilik bozukluklarından farklı duran (Fiester ve Gay, 1991) ve uzun süredir varlığını sürdüren uyumsuz bir zalim, aşağılayıcı, saldırgan davranış örüntüsünü tarif etmesi itibariyle sadist kişiliğe bu kitap kapsamında yer vermeyi gerekli bulduk. Ne yazık ki bu bozukluk *DSM-IV*'e taşınmamıştır. Dışarıda bırakılması kısmen, bu bozukluğa farklı ortamlarda nispeten az rastlanması gibi bilimsel gerekçelere dayanmaktadır. Gel gelelim bir de politik gerekçeler vardır. Fiziksel istismara yatkın, sadist kişiler çoğunlukla erkektir ve bu tür bir tanının paradoksal bir etkiyle zalimce davranışları kanunen mazur görülebilir hale getirebileceği düşünülmüştür.

Sadist kişiliğe giriş mahiyetindeki Chuck vakasını ele alalım (bkz. Vaka 15. 2). Çoğu sadist kişi gibi Chuck da insanlara hayatı zindan etmesine izin veren işi sayesinde kendisine bir yaşama alanı bulmuştur. İşini yaparken insanlara durduk yerde ıstırap çektiriyorsa da bunun işinin bir parçası olduğunu iddia edecektir. Gerçekten de işinde çok başarılıdır; zaten yöneticilik görevine de kuşkusuz bu başarısı nedeniyle layık görülmüştür. Oysa sorun tam da buradadır. Herkes işinden keyif almak ister ama Chuck işinden patolojik biçimlerde tatmin duyar (bkz. 4. kriter). Ödemelerini yapsınlar diye insanların gözünü korkutmak, adeta onlarla şahsi bir meselesi varmış gibi davranmak ona heyecan verir (bkz. 6. kriter). Diğer sadist kişiler gibi o da insanları korkutarak istediğini elde eder. Mesela emeğine yeterince saygı göstermediğini düşündüğü müşterileri arada bir "bizzat ziyaret eder". Daha da fenası, görevinin yasal sınırları hakkında yalan söyler (bkz. 5. kriter); insanları, borçlarını ödemezlerse evlerinden

Chuck, icra dairesinde orta kademeli bir yöneticiydi. İşinde başarılıydı, çalışmayı seviyordu. Buraya olumsuz bir değerlendirme raporu sebebiyle gelmişti. Chuck müdürünün kasten böyle bir rapor uydurduğunu, böylelikle yerini almasına engel olmaya çalıştığını düşünüyordu; keza bunu başarabileceğinden, yani müdürünü işinden edebileceğinden de şüphesi yoktu. Rapora göre Chuck astlarına çok yükleniyor, onları alenen hizaya çekiyor ve bunu sırf onları küçük düşürmek için yapıyordu.

Büyük bir coşkuyla, Chuck kendisinin adil bir yönetici olduğunu söylemişti ama sorumluluk onda olduğu müddetçe kimsenin işten kaytaramayacağının da altını çizmişti. Herkesin tüm gün eksiksiz çalışmasını; kimsenin gevezelik etmemesini, mola vermemesini, havadan sudan konuşmamasını, geç gelmemesini, kendisine verilen işi yapamadığı için bahaneler üretmemesini bekliyordu. "Sorunlu çalışanlara ekibimde yer yoktur. Çalışana kadar onlara baskı yaparım. Eğer kendileri istifa edecek kadar makul değillerse de onları kovmak için bir sebep bulurum!" diyordu sırıtarak. "Bu iş her yiğidin harcı değil" derken adeta yüzü aydınlanıyordu, "ama benim için adeta biçilmiş kaftan. İnsanlara iş yaptırmayı da çok seviyorum fakat beni en çok mutlu eden, borç tahsil etmek. Benim kadar borç tahsil edebilen kimse yok." Bu iş ağırlıklı olarak telefon üzerinden yapılsa da, verdiği emeğe gereken saygıyı göstermediğine inandığı bazı müşterileri "bizzat ziyaret ettiğini" görüşme sırasında itiraf etmişti.

Chuck, Güney Boston'da son derece dindar bir İtalyan ailenin altı çocuğundan beşincisi olarak dünyaya gelmişti. Ailesinin "onunla ne halt edeceği konusunda hiçbir fikri olmadığını" gururla belirtiyordu. Dört kız kardeşini "manastıra kapanması gereken bakireler" olarak tanımlıyordu. Tek erkek kardeşiyse kilisede faal olarak görev alıyordu, bir ara papaz okuluna gitmeyi de düşünmüş ancak sonra öğretmen olmaya karar vermişti. "Benim böyle hırslarım yoktu, bu yüzden ailem beni hep küçümsedi" demişti Chuck ve alaycı bir dille "Aile azizden geçilmediğinden herhalde Tanrı 'Araya bir tane de şeytan atayım ki inançlarını sınayayım' diye düşündü" diye de eklemişti. Bu düşünce onu gülümsetmişti. Çocukken "çetin ceviz" olduğunu, okulda ilk başlarda sorun çıkardığını, sonra okula gitmemesinin sorun çıkardığını, ardından iyi dövüşen bir çocuk suçluya dönüştüğünü anlatmıştı. "Gevşek çenem gençken başıma çok iş açtı. İşte bu yüzden işimde bu kadar başarılıyım." Hâlâ silahlar hakkında bir şeyler okumaktan hoşlanıyordu ve savaş konulu kitapları kaçırmıyordu.

Chuck'ın ailesiyle mesafeli bir ilişkisi vardı. Hiç evlenmemişti ama "hizmet sunduğu" çok sayıda kız arkadaşı olmasıyla böbürleniyordu. Hayatının merkezinde belli ki işi vardı; burada manipülatif saldırganlığı onaylanmakla kalmıyor, ödüllendiriliyordu da. Chuck kendini "kanun görevlisi" olarak görüyor ve bu egoist yorumu nedeniyle kendini bir şekilde üstün bir yere konumlandırıyor, bundan güç alıyordu. Chuck'ın anlatmaktan özellikle keyif aldığı bir vakada borçlunun gözü öyle korkmuştu ki kadın ülkenin öbür ucuna kaçmıştı. "Bazen onlara haciz koyup evlerini alabileceğimizi söylüyorum, halbuki böyle bir şey yok" diye böbürlenmişti. "Sonra onları tekrar tekrar arayıp, evlerini kaybetmelerine kaç gün kaldığını söylüyorum." Bu yaptığında bir sorun görmüyordu.

**Sadist Kişilik Bozukluğu**
*DSM-III-R* Kriterleri

A. Erken erişkinlik çağında başlar; zalim, insafsız, merhametsiz, aşağılayıcı ve agresif bir davranış örüntüsü belirgindir; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur: ← 2

(1) Zalimliğe ya da şiddete (kişisel ilişkilerle ilgisiz bir amaç uğruna, örneğin birini soymak için saldırmakta olduğu gibi değil) ilişkide üstünlük sağlamak amacıyla başvurur. ← 3 ← 6

(2) Başkalarının yanında insanları küçük düşürür veya aşağılar. ← 4

(3) Kendi denetimi altındaki birine (örneğin bir çocuğa, öğrenciye, tutukluya ya da hastaya) olağandışı biçimde ters ve kaba davranır. ← 6

(4) Hayvanlar da dahil başkalarının psikolojik veya fiziksel olarak ıstırap çekmesi onu eğlendirir, bundan zevk alır.

(5) Yalana (sadece bir amaca ulaşmak için değil) başkalarına zarar vermek ya da acı çektirmek amacıyla başvurur.

(6) İnsanları korkutarak (gözdağı vererek, hatta zora başvurarak) istediklerini yaptırır. ← 8

(7) Yakın ilişki içinde olduğu insanların özerkliklerini kısıtlar; örneğin eşinin evden tek başına çıkmasına veya ergen kızının sosyal faaliyetlere katılmasına izin vermez. ← 6

(8) Şiddet, silahlar, savaş sanatları, yaralanmalar veya işkence onu büyüler.

B. A maddesindeki davranış, sadece bir kişiye yönelik değildir ve (cinsel sadizmdeki gibi) sadece cinsel uyarılma amacı taşımaz. ← 5

atmakla tehdit eder. Havlu atmadıkları takdirde onları aramaya devam eder ve üzerlerindeki baskıyı diri tutmak için evlerini kaybetmelerine kaç gün kaldığını onlara hatırlatır. Hatta bir defasında kadının birini öyle fena korkutmuştur ki kadın ondan kaçmak için ülkenin öbür ucuna taşınmıştır. Chuck bu hikâyeyi anlatmaktan büyük tatmin duyar.

Chuck'ın kişilerarası tek stratejisinin saldırgan tahakküm olduğu anlaşılmaktadır. Fiziksel olarak da göz korkutucu bir yapısı olduğundan kendince çok başarılı olsa da, bu yaklaşımı işyerinde geri tepmeye başlamıştır. Borçlulara baskı yaptığı gibi, astlarına da baskı yapar. Olur da biri yanlış bir şey yaparsa onu odasına çağırıp davranışının neden hatalı olduğunu açıklayacağı yerde herkesin önünde onu tehdit eder, aşağılar, küçük düşürür (bkz. 2. kriter). Patronun kim olduğunu, kuralları kimin koyduğunu herkes bilmelidir. Chuck varken kimse aylaklık edemez çünkü buna tahammülü yoktur. Sert bir disiplin uygular (bkz. 3. kriter) ve bir bahane bulup kovarak tembel olduğunu düşündüğü kişileri tek tek ayıklar. Saldırganlık Chuck'ın öyle büyük bir parçasıdır ki hobileri bile saldırı aletleriyle, savaşla ilgilidir (bkz. 8. kriter).

Chuck'la tanıştığımıza göre artık bu bölümün planı dahilindeki diğer meseleleri ele almaya hazırız. İlk olarak normallikle anormalliği kıyaslayacak, ardından temel sadist temanın çeşitlerine bakacağız. Gelişimsel hipotezleri de gözden geçireceğiz ama bunların her kişilik bozukluğunda geçici nitelik taşıdığını belirtmekte fayda vardır. Ardından "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca sadist kişiliğin diğer kişilik bozukluklarından farkına ve sadist kişiliklerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiğine de yer vereceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Başkalarının ıstırabından beslenen vampirler olan sadistlerle gündelik hayatta nadiren karşılaşırız. Buna rağmen sadistçe özellik ve davranışlar yaygındır. Mesela alay etme zararsız bir eğlence anlayışı gibi görünebilir ama aslında çoğu zaman utandırma, mahcup etme, yerme amacı taşır. Sadistçe özelliklerin normal yelpaze içinde çeşitlilik gösterdiği gözlemlenmiştir. Örneğin Millon ve diğ. (1994) yönlendirme, göz korkutma, itaat ve saygı uyandırma gücüne sahip olmayı seven **kontrolcü** tarzdan bahsederler. Katı, duygusuz bir tavra sahip bu kişiler görev dağıtma ve astlarını çalıştırma becerileri nedeniyle etkili liderler olurlar. Ayrıca çevrelerindeki insanlara nasıl yaşayacaklarını dikte etmekten, onların hayatlarını manipüle etmekten tatmin duyarlar.

Zulmün duygusaldan çok fiziksel istismar biçiminde ifade bulduğu durumlarda çoğu sadist kişi eylemlerini mantık çerçevesine oturtmayı ve böylelikle

zeytinyağı gibi üste çıkmayı başarır. Diğer insanlar onların fevri ve inatçı olduğunu düşünse de, örneğin sadistler kendilerini enerjik, girişken ve gerçekçi addedebilirler. Başkalarının tahakkümcülük ve duygusuzluk dediği onlar için rekabetçilik ve sulugöz olmamaktır zira nezaketi zayıflık sayarlar. Patolojik özelliklerini normalleştirerek güçlü, muktedir, dobra olduklarına dair algılarını pekiştirmiş olurlar.

Çoğu, sertlik ve inatçılık gerektiren roller bularak toplumda kendine yer açmayı başarır. Sadizme dair klişeler çoğu zaman normallikle patoloji arasındaki sınırı aşar. Bu klişelere; katı tutumuyla çocuğu baskılayıp bunaltan disiplinli üvey ebeveyn, cehennem ateşine sık sık vurgu yaptığı vaazlarıyla cemaati hizaya getirme amacı güden bağnaz vaiz, size ceza keserken üniformasının içinde kasım kasım kasılan otoriter polis memuru, sizi zorla mevzuatın labirentlerine sokan ve her detaya takılan alt kademe bürokrat, çocukları için saçını süpürge ettiğini diline dolayıp onlara kendilerini suçlu hissettirmekten keyif alan anne gösterilebilir (Leary, 1957). Bu durumların hepsinde başkasına kötü, güçsüz hissettirmekten veya mahcubiyet vermekten sapkınca bir tatmin sağlandığı söylenebilir.

İsmi itibarıyla çelişkili görünse de, *DSM-III-R*'deki tanı kriterlerini normalleştirerek de bir sadist kişilik tarzı oluşturmak mümkündür. Kişilik bozukluğunda fiziksel zulüm veya şiddet aracılığıyla tahakküm kurulur (bkz. 1. kriter) ancak tarzda, kişilerarası etkileşimlerde saygı uyandırmak için heybetli fiziksel mevcudiyetten yararlanılır. Bozukluğu olanlar insanları alenen küçük düşürür, aşağılarlar (bkz. 2. kriter). Tarzı olanlarsa sadece güçlü bir imajlarının olmasını sever bunu benlik algılarının bir parçası olarak taşırlar. Bozukluğu olanlar güçlerinin yettiği herkesi sert bir disiplin altına sokarlar (bkz. 3. kriter). Tarzı olanlarsa otoriter değil, açıklayıcı/otoriterdirler. Bozukluğu olanlar başkalarının acı çekmesinden başlı başına zevk alırlar (bkz. 4. kriter), tarzı olanlarsa ancak ceza verilip adalet yerini bulduğunda tatmin olurlar. Bozukluğu olanlar insanların canını yakmak için yalan söylerler (bkz. 5. kriter), tarzı olanlarsa bunu yapmazlar ama insanları tuzaklarına düşürdüklerinde keyifle gülümsemekten de çekinmezler. Bozukluğu olanlar insanların gözünü korkutarak onları bir şeyler yapmaya zorlarlar (bkz. 6 kriter), tarzı olanlarsa iktidar konumlarını hayırlı işler için kullanırlar. Bozukluğu olanlar etki alanları dahilindeki insanların özgürlüğünü kısıtlarlar (bkz. 7. kriter), tarzı olanlarsa kurallar uydurup bunlara riayet edilmesini beklerler ama bunlar makul sınırlar içerisinde olur. Bozukluğu olanlar saldırganlıkla ilgili araç veya sonuçlardan mest olurlar, tazı olanlarsa güç potansiyeline hayranlık duyarlar ve güce ilişkin simgeler onlarda saygı uyandırır. Bu kıyaslamaların her birini Chuck'a da uyarlamak mümkündür. Chuck hepsinde patolojik tarafa daha yakındır.

## Sadist Kişiliğin Çeşitleri

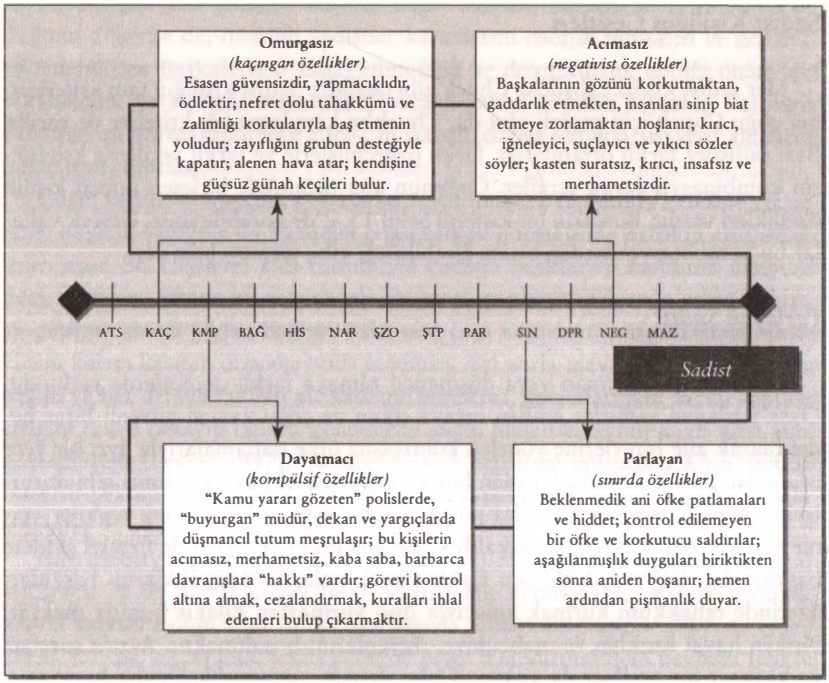
Her sadist kişilik tahsildar Chuck gibi değildir. Sadist kişiliğin tanı kriterlerinin çoğu Chuck için geçerli olsa da, Chuck'ın karşılamadığı kriterler de vardır. Bazı sadistler farklı ortamlarda, farklı özgeçmişlerle ve farklı şekillerle kriterlerin kombinasyonlarını sergiler. Çoğunun ana örüntüyle birleşen ikincil kişilik özellikleri vardır. Bunların bir kısmını Şekil 15. 2'de görebilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.

### *Parlayan Sadist*

Çoğu insan saldırgan veya düşmancıl olmaya farklı derecelerde yatkındır. Oysa **parlayan** sadistler aniden ortaya çıkan ve çoğu zaman güvenli birer hedef olarak aile bireylerine yönelen kontrolsüz öfke patlamalarıyla ayrı bir yere otururlar. Parlayan sadistler olan bitenle gayet güzel baş ediyormuş gibi dururlarken birden, artık her nasılsa görünmez bir eşik aşılır ve anlık tepkiler vermeye başlarlar; incitici bir başkaldırı moduna geçer ve bazen de fiziksel şiddete başvururlar. Diğer sadistlerden farklı olarak onlar saldırganlıklarını başkaları üzerinde tahakküm kurmak amacıyla dışa vurmazlar. Bilakis burada maksat, biriken hayal kırıklığı ve mahcubiyet duygularını boşaltmaktır. Ayrıca suratsız ve kavgacı bir tarzları da yoktur. Çoğu ihanete uğramışlık hissine karşı aşırı hassastır veya hayatın beyhudeliğinden, ümitsizliğinden dolayı derin bir hüsran içerisinde olabilir. Fiziksel saldırılar çoğunlukla sözel beceriksizliklerinden dolayı tepkilerini dile getirememelerinden kaynaklanır; saldırırlar çünkü yapacak başka bir şey bulamazlar. Dönem dönem kendini kontrol edebilen ama ruhsal bütünlüğü olmadığından dürtüsel dışavurumlara gebe olan parlayan sadist, sadist ve sınırda kişiliklerin bileşimidir.

### *Acımasız Sadist*

**Acımasız** sadist ve habis antisosyal herhalde kişilik bozuklukları alttiplerinden en korkutucu ve zalim olanlarıdır. Bazıları fiziksel saldırılarda bulunur, bazılarıysa kurbanlarını sürekli eleştirerek, dayatmacı bir öfkeyle, adice ve acımasızca azarlayarak yıldırır. İnsanlara acı çektirmek, yol açtıkları acının sonuçlarını gözlemlemek, kendi eylemleri üzerinde düşünmek onlara başka hiçbir kişiliğe vermediği kadar büyük haz verir. Dehşet yaratmak, göz korkutmak için maksatlı şiddete başvurulabilir. Direnç sanki onları daha da kışkırtır. Çoğu zaman hesapçı ve soğukkanlı olan acımasız sadistler kurbanlarını tek tek seçer, kolay korkan ve tepki olarak şiddete başvurma ihtimali düşük günah keçilerini tespit




**ŞEKİL 15. 2** Sadist Kişiliğin Çeşitleri.

ederler. Çoğu zaman amaçları korku salmakla kalmayıp mutlak, sınırsız güçleriyle herkesi etkilemektir. Büyük kısmı bilerek abartılı biçimde huysuzluk yapar. Her ne kadar bu kişiler pek çok açıdan sadistliğin en saf halini temsil etseler de, negativist veya paranoid kişiliklerden de bazı özellikler taşırlar.

### *Dayatmacı Sadist*

Her toplum, kamu yararını korumak amacıyla bazı insanlara vekâleten kural dayatma yetkisi verir. İdeal koşullarda bu kişiler bunun ne kadar ağır bir sorumluluk olduğunun bilinciyle, bir karara varmadan önce sosyal ve bireysel ihtiyaçları tartar, hafifletici sebepleri göz önünde bulundurur, niyet ve sonuçları tarafsızca değerlendirirler. **Dayatmacı** sadist ise toplumun sadist süperegosudur; ceza yetkisini bir kez aldı mı kimse onu durduramaz. Askerdeki çavuşlar, bazı polisler, üniversite dekanları ve sert hâkimler insanlar üzerinde söz sahibi olduklarına, onları cezalandırma hakkı taşıdıklarına inanırlar. Sosyal olarak tasdiklenmiş rollerinin kisvesi altında, hükümlerini adalet adına öyle olağanüstü bir

güçle dağıtırlar ki davranışlarının ardındaki saikleri görmek mümkün olmaz. Kendilerini hep önemli göstermek istediklerinden, bu kural meraklıları ufak tefek ihlallerde bulunanları dahi arayıp bulur, onlara iktidarlarının önünde diz çöktürür ve fena halde bastırılmış öfke ve kişisel garez kokan sözüm ona hakşinas bir hiddetle onları cezalandırırlar. Adil ve dengeli davranmakla yükümlü olmalarına rağmen, saldırgan davranışlarına yön veren duygularını frenlemeyi başaramazlar. Belki bu kadar sıkıntı yaratmasa bile çoğu alt kademe bürokratta da bu tür özelliklere rastlanır. Dayatmacı sadist, sadist ve kompülsif kişiliklerin bileşiminden oluşur.

### *Omurgasız Sadist*

Her sadist, acımasız veya dayatmacı alttiplerde olduğu gibi doğası itibarıyla tahakkümcü, zalim ya da acımasız değildir. Bazıları son derece güvensiz, hatta korkaktır. **Omurgasız** sadistler kaçıngan ve sadist kişiliklerin karışımıdır; iç dünyaları saldırgan ve güçlü düşmanlarla doludur. Saldırıyı ancak güçlü oldukları imajı vererek, olası bir çatışmanın iki tarafın da sonu olacağı izlenimi yaratarak bertaraf edebilirler. Omurgasız sadistlerin saldırgan düşmancıllığı aslında kendi korkularını yenme, bir yandan da herkese kimseden çekinmedikleri mesajı verme amacı taşır. Cesaret gösterileri "Kimse beni itip kakamaz" mesajı taşıyan bir iktidar maskesidir; izleyenlerin dikkatini başka yöne çekmeyi, onları etkilemeyi sağlar. Ne kendiliğinden kötü niyetli ne de doğası gereği saldırgan olan omurgasız sadist, adeta mahallenin fiyakalı serserisidir, atanamamış diktatördür. Tekrar tekrar fiziksel şiddete ve tehditlere maruz kalan bu kişiler saldırganlığı tehlikeli ve kötü niyetli görünenlere karşı araç olarak kullanmayı öğrenmişlerdir. Gerçek bir tehlikeyle yüz yüze gelmekten korktuklarından ilk önce onlar saldırır, karşı tarafın gözünü daha fazla gerilim yaşanmasını engelleyecek kadar korkutmayı umarlar. Çoğu omurgasız sadist; ortak bir günah keçisi, kültürün büyük kısmının nefret ve önyargısını yöneltebileceği bir halk veya etnik kitle arayan gruplara katılır.

## Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım

Freudcu kuramda tek bir dürtünün olduğu zamanlarda sadistleri izah etmek zordu. Gel gelelim Freud *thanatos* [ölüm] dürtüsünü kuramsallaştırdığında sadizm de kolaylıkla açıklanabilir hale geldi. Sonraki analistler psikoseksüel modeli genişletip her evreye saldırgan bir sadizm biçimi yerleştirdiler. Ego psikologları, sadistçe eylemlerin cinsel dürtünün bir parçası olmadığını, bunun yerine sadistlere üstünlük ve tümgüçlülük hissi verdiğini iddia ettiler. Soyutlanma, yansıtma, rasyonelleştirme, yer değiştirme sadistlerin en sık kullandıkları savunma

mekanizmalarındandır. Kişilerarası açıdan, sadistler sık sık başkalarının haklarını ihlal eder, insanları aşağılayıp azarlar, genel olarak insanları kontrol etmeye çalışırlar. Bilişsel açıdansa, çevrelerindekilerin hassasiyet ve kırılganlıklarını göz ardı etseler dahi aslında onların psikolojik durumlarına son derece duyarlıdırlar. Bu farkındalıklarını insanları olabildiğince etkin ve zalim biçimde sömürmek için kullanırlar. Biyolojik açıdan, sadistin antisosyal ve paranoid kişiliklerle saldırgan enerjinin düşük faaliyeti ve düşmancıl mizaç gibi ortak noktalarının olması kuvvetle muhtemeldir. Evrimsel yaklaşımla bakıldığındaysa sadistler de tıpkı mazoşistler gibi parçalarının toplamından fazlasıdır; dolayısıyla hiçbir bakış açısı diğerlerinden üstün değildir. Aksine her biri diğerlerine eklemlenir ve bunları pekiştirir. Mazoşistte olduğu gibi sadist kişilikte de haz-acı kutupları tersine dönmüştür. Ne var ki sadistte bu tersine dönüş habis saiklerle ve doğrudan şiddetle, ilişkilerde acı vermek amacıyla var olan düşmancıl bir kaynaşmışlık haliyle faal biçimde dışa vurulur. Sadist, içinde büyüdüğü çevreden dolayı hissettiği çaresizlikle baş edebilmek için başkalarını tümgüçlü kontrolü altına alır ve bunu öyle bir yapar ki ortaya düşmancıllığın beklendiği ve hatta kışkırtıldığı kısırdöngüler çıkar. Sadist ayrıca negativist kişiliğin daha patolojik bir versiyonu olarak da düşünülebilir; burada kontrol edildiği için içerleyen kişide kontrol eden tarafa geçme arzusu uyanır.

Her ne kadar sadist özelliklerin köklerini kısmen de olsa biyolojik temelli yatkınlıklarda bulmak mümkünse de, psikolojik temelli faktörler de bu yatkınlıkların içeriğini ve gidişatını şekillendirir. Ayrıca psikolojik temelli etkenler tek başına da bu davranışları tetikleyebilir. Şimdi aktaracağımız hipotezler deneyim ve öğrenmenin rolüne odaklanmaktadır ama söz konusu kişilik örüntüleri olduğunda biyolojik ve psikolojik temelli unsurların karmaşık bir ilişkiler ağı dahilinde karşılıklı olarak temas halinde olduğunu unutmamak gerekir.

Yapı itibarıyla soğuk, huysuz, insanın sabrını sınayan veya bir şekilde idaresi zor bebeklerin, ebeveynlerinde olumsuz tepkiler uyandırmaları veya ebeveynlerince reddedilmeleri olasıdır. Böylesi bir mizacı olan çocuk çok geçmeden "sefil, hırçın, çekilmez bir canavar" yaftası yiyecektir. Çocuk bir defa bu kategoriye girdi mi, ivme giderek artar ve çocuğun ebeveynleriyle ömür boyu didiştiği bir döngü ortaya çıkabilir.

Ebeveynlerin düşmancıl tutumları çocuğun tabiatından farklı kaynaklara da bağlı olabilir; mesela çocuklar genellikle başka sebeplere bağlı öfkelerin çıkarılabileceği günah keçileridir. Dolayısıyla çoğu durumda ebeveynle çocuk arasındaki çatışma kısırdöngüsünün kökeninde ebeveynin işinde, evliliğinde, sosyal hayatında yaşadığı hüsranlar yatabilir. İlk kıvılcım nereden ateşlenmiş olursa olsun, sadist kişilik örüntüsünün gelişiminin en temel sebeplerinden biri ebeveynlerden zulüm ve tahakküm görmektir.

Düşmancıl tavırlar, düşmancıl tavırları besler; sadece maruz kalan kişide öfke ve içerleme yaratmakla kalmaz, daha da önemlisi bu tavırlar dolaylı yoldan ve taklitle öğrenilir. Bir çocuğun, ebeveynlerinin düşmancıl tavırlarını bilinçli olarak kopyalayıp kopyalamaması görünüşe göre pek bir fark yaratmamaktadır; özellikle de başka alternatiflerin görülemediği çocukluk çağında bu davranışlara sadece maruz kalmak bile insanların duygularına, birbirleriyle kurdukları ilişkilere dair zımni bir rehber görevi görür. Dolayısıyla dürtüsel ya da fiziksel açıdan gaddar ebeveynler çocuklarında güçlü düşmancıl tepkiler uyandırırlar; ayrıca kaba saba ve düşüncesiz davranışları hem çocukların taklit edecekleri bir model teşkil eder hem de çocuk ne zaman öfkelense veya hüsrana uğrasa onun da benzer şekilde davranabileceğini ima etmiş olur.

Sadistler, çocukken kendilerinden esirgenenleri temsil eden her tür değeri karalamak için ellerinden geleni yaparlar. Bunun yerine, geleceğin sadisti tek gerçek hayat felsefenin günü kurtarmak, düşmancıl duyguları içinden atmak ve insanların sözüm ona iyi niyetine güvenmemek olduğunu öne sürecektir.

Her ne kadar sıcaklık ve hassasiyet çoğu yakın ilişkinin olağan parçası olsa da, büyümekte olan sadist bu tür ilişkileri ileride yaşanacak utanç verici durumların ve nihayetinde başkasının kontrolü altına girecek olmanın habercisi olarak görür. Dolayısıyla da olasılıklar her ne olursa olsun, genellikle şüpheci yanı tetiklenir ve yeni ilişkilerinde ipleri ellerinde tutmaya çalışır.

Tablo 15. 2'de sadist kişilik sekiz klinik alan bakımından özetlenmiştir. Diğer kişilik kavramlarıyla farkları bir sonraki bölümde ele alınacak, ardından da I. Eksen bozukluklarından hangilerine yatkın oldukları ana hatlarıyla sunulacaktır.

### *Diğer Kişiliklerden Farkı*

Sadist kişiliğin pek çok kişilik bozukluğuyla ortak başlıca özellikleri vardır. Çoğu zaman aleni bir düşmancıllığa varan güçlü kırgınlık ve öfke, negativist ve sadist kişiliklerin ortak özellikleridir. Geçmişte kendilerine karşı yapılan hataları asla unutmazlar. Ayrıca negativistler çoğu zaman, diğer insanları hüsrana uğratma ve engelleme tarzları itibarıyla gizli bir sadizm sergilerler.

Diğer yandan, sadistin aksine negativistler sevgi ve sadakat meselelerinde son derece ikircikli bir tutuma sahiptirler. Başkalarıyla kaynaşmak ister, değerli özvarlıklarını ortaya koymalarına rağmen bunun yeterince takdir edilmediğini veya daha da kötüsü, başka biri uğruna bir kenara atıldığını hissettiklerindeyse hayal kırıklığına uğrayarak saldırganlaşırlar. Buna rağmen negativistlerde; hayatlarının gidişatını tersine çevireceklerine, tatminkâr bir varoluşun imkânsız olmadığına duydukları inanç, sarsılmış halde de olsa var olmayı sürdürür. Sevilecekleri garanti edildiği müddetçe her şeyi affedebilirler. Bu nedenle de örtülü

TABLO 15. 2 Sadist Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Aceleci*<br>Öngörülemeyen nahoş patlamalarla tepki vermeye yatkındır; pervasızca tepkisel ve cüretkârdır; meydan okumalar, riskler, zarar görme ve zarar verme ihtimali onu mıknatıs gibi çeker; acı karşısında gözü karadır, engel tanımaz; tehlike ve cezalar onu yıldırmaz. | **Benlik İmgesi** | *Savaşçı*<br>Kendisini girişken ve rekabetçi, canlı bir enerjiye sahip ve militanca sabitfikirli addetmekten gurur duyar; ayrıca onu inatçı, baskıcı ve güç odaklı gösteren yanlarına değer verir. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Yıpratıcı*<br>İnsanları ürkütmekten, zorlamaktan, küçük düşürmekten tatmin duyduğunu açıkça belli eder; rutin aralıklarla kaba konuşur veya alaycı yorumlarda bulunur; ayrıca acımasız, hatta bazen fiziksel şiddete varan davranışları vardır. | **Nesne Temsilleri** | *Kötücül*<br>Etkin saldırgan enerjiler ve habis tutumlar doğurmuş erken ilişkilerin yanı sıra bunlara nazaran eksikliği hayli hissedilen duygusal anılar, hassas duygular, içsel çatışmalar, utanç veya suçluluk duyguları geçmişe dair içselleştirilmiş temsillere damgasını vurur. |
| Bilişsel Tarz | *Dogmatik*<br>Dik kafalı ve sabitfikirlidir, peşin hükümlerinden kolay kolay vazgeçmez; geniş ölçekli bir otoriterlik, sosyal hoşgörüsüzlük ve önyargı sergiler. | **Morfolojik Örgütlenme** | *İnfial hali*<br>Genellikle yeterli idareyi sağlayabilen kontrol mekanizmalarından, savunmalardan ve ifade kanallarından oluşan büyük oranda bütünlüklü bir morfolojik yapı mevcut olsa da, saldırgan ve cinsel içerikli güçlü ve infiale hazır enerjiler normalde yeterli gelen kısıtlamaları periyodik olarak ezip geçme, aşma tehdidi taşıyan ani patlamalara gebedir. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Soyutlanma*<br>Kendi yıkıcı eylemlerinin etkisinden tamamen bihaber, soğukkanlı bir hali vardır; saldırı nesneleriyle kişisel bağ kurmaz, onun gözünde hepsi insani hassasiyetlerden arındırılmış, değersizleştirilmiş bir grubun simgeleridir. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Düşmancıl*<br>Fevri ve asabi mizacından dolayı her an hararetli tartışmalar veya fiziksel kavga patlak verebilir; zalim, kötü niyetli ve kavgacıdır; kendi bildiğini okuyabilmek için başkalarına zarar vermeye, hatta eziyet etmeye meyillidir. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

bir saldırganlık ve samimi bir çaresizlik arasında salınırlar ki bu da onların çoğu zaman duygusal açıdan dengesiz görünmesine yol açar. Oysa sadistler başkalarının canını yakmaya, hayatını mahvetmeye, mutlak kudretlerinin karşısında onlara diz çöktürmeye can atarlar. Sadistlerin mantrası "Ezmezsen ezilirsin"dir. Negativistler pişmanlıklarından dolayı kayıp duygusu yaşarlar, sadistler ise başkalarının çektiği acıyı kendilerine kâr sayarlar.

Sadist ve antisosyal kişilikler başkalarının haklarına karşı kayıtsızdır ve saldırganlığı çoğu zaman (farklı gerekçelerle de olsa) bir araç olarak kullanırlar. Sadist, saldırganlığı itaat teminatı olarak kullanır ve diğer insanların kendisinden çekinmesinden, acı çekmesinin sorumlusunun o olduğunu fark etmesinden endişe eder. Oysa antisosyaller her ne kadar açgözlü ve doyumsuz olabilseler de nihayetinde onlara asıl keyif veren, almaktır. Saldırganlık amaca hizmet eden bir araçtır; sadistte olduğu gibi amacın kendisi değildir. Ayrıca çoğu antisosyal, örneğin insanları dolandırabilmek için kendi doyumunu ertelemeyi başarır. Sadistler ise daha sarihtirler. Onların en büyük keyfi, diğer insanların kontrol altında olduklarının bilincine varmaları ve nihayetinde zayıf bir pozisyonda olduklarını kabullenmeleridir.

Sadist kişilik başka bir dizi örüntüyle de ortak özelliklere sahiptir. Örneğin hem sadist hem de paranoid kişilikler sosyal çevrelerinde düşmancıl bir tavırla karşılaşmayı beklerler. Öyle ki, bazen karşılarına kabına zar zor sığan bir düşmancıllık çıkar. Ayrıca ikisi de kendi saldırgan dürtülerini başkalarına yansıtır ve ikircikli mesajları kavgacı ve hakaretamiz algılar, paranoidin dünya görüşü epey çarpık olmakla birlikte ikisi de özerklik ve gerçekçiliğe öncelik verir. Gel gelelim sadistler daha ileri gidip karşı tarafı boyunduruk altına alma arzusu güderlerken, paranoidler çevrelerine duvarlar örerler. Düşmancıl tavırları başkalarını sorumlu tuttukları kabahat ve adaletsizliklere karşı birer tepki niteliğindedir. Narsisist ve sadist kişilikler genellikle müşterek bir her şeye güç yetirebilecekleri duygusuna sahiptirler ama gerekçeleri farklıdır. Narsisistlerde bu duygu yetenekleri ve dehalarından ötürüdür. Diğer insanları dışarıdan bakanların sadistçe bulduğu bir biçimde sömürürler. Ne var ki narsisistler herkesin onların ihtiyaçlarına hizmet etmesini bekler ve üstün becerileri itibarıyla bu özel muameleyi hak ettiklerine inanırlar. Buradaki kadirimutlaklık hissi büyük oranda kendilerine ilişkin gözlemlerinden kaynaklanır. Halbuki sadistlerin diğer insanları kontrol altına almalarının nedeni hem kendilerine hem de başkalarına mutlak kudretli oldukları mesajını vermektir. İplerin kimin elinde olduğunu herkesin bilmesi gerekir.

### *Semptomların Dışavurum Kanalları*

Sadist kişilikler çok sayıda I. Eksen bozukluğuna yatkındırlar. Her zaman olduğu üzere burada da kişilik örüntüsüyle, ilgili I. Eksen sendromu arasında bir mantık ilişkisi olduğunu akılda tutmak gerekir. Semptomlar özellikle de sadistin saldırganlığı etkisini yitirme tehdidiyle karşı karşıya kaldığında veya tahakkümcü pozisyonu tehlikeye girdiğinde ortaya çıkar. Kaygı bozuklukları, onlara (hukuki yollardan veya başka bir biçimde) misilleme yapılmasından veya onlardan

intikam alınmasından korktuklarını gösterebilir. Sadistler başkalarının çaresizliklerini kendi mutlak kudretlerinin bir işareti olarak sürekli takip ettiklerinden, eskiden baskıladıkları kişiler güç kazanıp onların zulmüne direndiklerinde kendilerini değersiz hissetmeye başlayabilir, depresif duygular yaşayabilirler. Ayrıca madde kullanımına da yatkındırlar; maddeye genellikle özgüvenlerini artırmak, tekrardan enerjik hissetmek veya kendilerine yönelik onları içten içe kemiren şüphelerini hafifletmek amacıyla başvururlar. İnfiale kapılan sadistler suçluluk duygularıyla baş etmek için alkolü kötüye kullanabilirler.

Sadistler saldırganlığı insanın temel saiki olarak gördüklerinden ve bu nedenle her daim herkesten düşmanca saldırılar gelmesini beklediklerinden, özgüvenlerine ve koşullara göre ara sıra gidip gelmekle beraber klinik açıdan belirgin paranoid korkular yaşayabilirler. Mesela Chuck, hakkında yapılan olumsuz değerlendirmenin müdürü işinden etmesin diye kurgulandığına inanır. Son olarak, sosyal hayattan geri çekilmeye zorlanan, gücü ve otoritesi birden alaşağı edilen sadistlerde bazen sanrısal düşünceler ortaya çıkabilir, bu düşüncelerde paranoid temalar veya zulmedilme korkusu ön planda olabilir.

## Depresif Kişilik

Belli belirsiz başlar ancak giderek kendinizi daha da üzgün, boş, gergin hissedersiniz. Eskiden sizi büyüleyen şeyler artık ilginizi dahi çekmez olur. Hobiler, en sevdiğiniz faaliyetler, yakınlarınızla vakit geçirmek eskisi gibi keyif vermez, hatta birer angaryaya dönüşür. Yorgunluk, bitkinlik, yıpranmışlık, hayattan bezme gibi hisler günün büyük kısmını işgal eder. Hareketleriniz, zihinsel süreçleriniz adeta ağır çekime girer, düşünceleriniz pekmez gibi koyulaşır. Odaklanmak güçleşir. Eskiden şıp diye çözebildiğiniz sorunlara artık epey kafa yormanız gerekebilir. Hayatın bir daha normale dönüp dönmeyeceği endişesi saatlerce zihninizi meşgul edebilir. Gece uykuya dalmakta zorlanabilir veya ertesi sabah erkenden uyanabilirsiniz. Hatta tüm günü uyuklayarak geçirebilirsiniz. Kilo alabilir veya kara kara düşünmekten yemek yemeyi unutur hale gelebilirsiniz. Durumla orantısız bir değersizlik veya suçluluk duygusu içine düşebilirsiniz. Tüm bu semptomlar, I. Eksen bozukluklarından majör depresyonla ilişkilidir.

Bir de "depresifliğin" bir semptomdan ibaret olmadığı kişiler vardır. Kendilerini gerçekten üzgün veya suçlu hissederler ama uzun vadeli belirgin kişilik özelliklerinin genel desenine bakıldığında bu ruh halinin çok da sürpriz olmadığı görülür. Hep keyifsiz, kasvetli bir moddadırlar; kendilerini yetersiz ve değersiz bulurlar. En ufak bir kusur yüzünden kendilerini hırpalar, işler ters gittiğinde suçu mutlaka kendilerinde bulurlar. Baskın karamsarlıkları yüzünden her şeyin en kötüsünü bekler; hayatın hep ters gideceğini, hiçbir şeyin asla düzelmeyece-

ğini düşünürler. Tüm gün kafalarında kurup durur, endişelenir, iyi şeyleri göz ardı edip kötülere takılırlar. Kendilerini son derece suçlu hisseder, hayatın farklı yönde seyretmiş olmasını dilerler ancak inisiyatif almaz, bunun yerine kaçan fırsatlara hayıflanır ve kaderlerini değiştirecek gücü kendilerinde bulamazlar. Bu kişiler gerçekten de depresiftirler belki ama onların depresyonu genel bir düşünme, hissetme, algılama biçimiyle, yani **depresif kişilik**le alakalıdır.

Bir sonraki vaka örneğimiz Evan'ı ele alalım (bkz. Vaka 15. 3). Her ne kadar terapiye bir şans vermişse de, Evan'ın pek iyimser biri olduğu söylenemez. Daha önceki beş denemesiyle ilgili söyledikleri, şimdiki teşebbüsüne dair beklentilerini ortaya koyma amacı taşır, ki bu da karamsarlığın hayata bakış açısında ne kadar etkili olduğunu gösterir (bkz. 6. kriter). Tek hamlede hem eski terapistlerini onu umursamamakla suçlar hem de "Ben olsam ben de kendimden hoşlanmazdım" diyerek lafı kendine çevirir. Üst üste beş kere onu umursamayan bir terapiste denk gelmiş olması ihtimalinin ne kadar zayıf olduğunu herkes takdir edecektir. Aslında Evan ilk önce olumsuz bir deneyimi abartır, ardından da istisnai bir şeyi genelleyerek durumu kendisine karşı döndürür (bkz. 3. kriter). Kendisinin iyi ve kötü yanlarına gerçekçi bir gözle yaklaşmaktansa, kendisini tamamen kötü addeder ve zımnen, asla sevilmeyeceği, kimsenin onu önemsemeyeceği mesajını verir. Ardından da hayatının yolunda gitmediğinin ve bunun kendi suçu olduğunun farkında olduğunu söyler. Bekleneceği üzere Evan'ın çalışmaya da hiç hevesi yoktur ve bu her halinden bellidir.

Karamsarlık ve yetersiz, değersiz benlik imgesi Evan'ın kişilik sorunları örüntüsünün yalnızca iki parçasıdır. Geceleri kara kara düşünmekten uyuyamaz, sorunlarını zihninde döndürüp durur (bkz. 4. kriter). Hayata bakış açısını yansıtan sözcükler genel ruh haline de etki eder (bkz. 1. kriter). Onun gözünde her şey "can sıkıcı", "beyhude", "umutsuz"dur. Daha da kötüsü, Evan neredeyse hiç sosyal destek almamaktadır; tanıdıkları olsa da arkadaşı yoktur. Diğer insanların "bir macera" olarak gördüğü dünya Evan'ın gözünde "tehditkâr, yalnız, insanı hayal kırıklığına uğratan" bir yerdir. İnsanların ondan korkup kaçtıklarını düşünür ve bu durumu "Bende bir terslik olduğunu, potansiyelimin çok gerisinde kaldığımı seziyorlar, hatta herhalde kokumdan anlıyorlar" diye açıklar. Oysa muhtemelen gerçekte Evan beklentileri karşılayamadığı için suçlu hissedip kendini kapatmakta, başkalarının yanındayken kendi kusurları iyice gözüne batmaktadır. Olaylara bakışına hep büyük bir suçluluk duygusu eşlik ettiğinden (bkz. 7. kriter) kendini arkadaş edinmeyi hak etmeyecek kadar zavallı buluyor, yalnızlığın ve umutsuzluğun onun kaderi olduğunu düşünüyor olabilir.

Evan'la tanıştığımıza göre artık bu bölümün planı dahilindeki diğer meseleleri ele almaya hazırız. İlk olarak normallikle anormalliği kıyaslayacak, ar-

**VAKA 15. 3**

"Ne diye uğraşıyorsam..." diyordu Evan, "Terapiyi daha önce de beş defa denedim ama işe yaramadı. Hiçbir şey işe yaramıyor zaten. Ne ben iyileşiyorum ne de terapistler umursuyor. Gerçi onlar da haklı, ne yapsınlar? Ben olsam ben de kendimden hoşlanmazdım." Yarı zamanlı çalıştığı video kasetçideki iş arkadaşının önerisiyle terapiye başvurmuştu. Müdürü yavaş çalışmasından ve müşteri ilişkilerine gereken ilgiyi göstermemesinden şikâyetçiydi. "Diğer arkadaşlar bile benden kaçmaya başladı" diyordu Evan.

Evan'ın tüm dikkati iç dünyasına yönelmişti. Kiloluydu, yüzü solgundu. Yorgun görünüyor, geceleri düşünmekten uyuyamadığından yakınıyordu. Yavaş konuşuyor, "can sıkıcı", "beyhude", "umutsuz" gibi sözcükler kullanıyordu. Verdiği genel izlenim, bir şeylerin değişmesi için son umudunun burası olabileceği yönündeydi.

Evan'ın sosyal destek alma imkânı hemen hemen yoktu. Çalıştığı dükkânda birkaç tanıdığı vardı ama onlarla gerçekten arkadaş olduğu söylenemezdi. Bunun sebebi sorulduğunda, insanlarla taban tabana zıt olduğunu söylüyordu. Diğer insanlar dünyayı bir macera olarak görüyordu ama ona göre dünya tehditkâr, yalnız, insanı hayal kırıklığına uğratan bir yerdi. "Bende bir terslik olduğunu, potansiyelimin çok gerisinde kaldığımı seziyorlar, hatta herhalde kokumdan anlıyorlar" diyor ve insanların bu yüzden korkup ondan kaçtıklarına inanıyordu.

Ağzından güç bela çıkan her şeye büyük bir suçluluk hâkimdi. "Hayatımın yolunda olmayışı benim suçum, bunun farkındayım ama elimden bir şey gelmiyor. Beş para etmez biriyim. Kendimi en iyi hissettiğim zamanlar, televizyonun karşısında oturup boş boş ekrana baktığım zamanlar" diyor ve ekliyordu, "Bu sayede kendim olma sefaletinden biraz olsun uzaklaşabiliyorum."

Video kasetçideki işine ek olarak Evan son on senedir dönem dönem yakındaki bir devlet üniversitesinden de dersler alıyordu. Oysa diploma alabilmesi için hâlâ altı kredi eksiği vardı. C- not ortalamasını odaklanma güçlüğüne yoruyordu; okumak onun için zahmetli bir işti. "Tek bir bölümü okumak bile gözümde büyüyor" diyordu. Daha da kötüsü, hayattaki hedeflerinin çok gerisinde kaldığı kanısındaydı. "Kaybolan yılları geri getiremem, bu hasarı asla onaramam, üstelik vakit geçtikçe geçiyor. Bazen bundan başka bir şey düşünemez hale geliyorum."

Evan dört kardeşin en küçüğüydü. Tüm kardeşleri ondan en az dokuz yaş büyüktü. "Ortak hiçbir noktamız yok" diye sızlanıyordu. "Aramızda kuşak farkı var, beni anlamıyorlar. Ben olmasam eksikliğimi bile hissetmezlerdi herhalde. Ben doğmadan önce dört dörtlük bir ailelermiş, ben olmasam da öyle olacaklardır. Değişmeyecek tek şey bu." Büyük bir havayolu şirketinde pilot olan babası oğluyla hiç bağ kurmamıştı. Annesiyse başarılı bir emlakçıyken kendi deyişiyle "Evan için kariyerinden vazgeçmek zorunda kalmıştı". Her ne kadar aile bireyleri ona yakın yerlerde yaşasalar da, Evan şu an ailesinden "kopmuş" durumdaydı. "Yanlış aileye düşmüşüm" diyordu. "İletişimimiz sürsün diye çok uğraştım. İlk depresifleştiğim dönemde aramız biraz düzelir gibi olsa da şimdi herkes benden kaçıyor."

6 3 4 1 3 2 7 3 4

**Depresif Kişilik Bozukluğu**

*DSM-IV* Kriterleri

A. Erken erişkinlik çağında başlar; depresif biliş ve davranış örüntüsü belirgindir; aşağıdakilerden en az beşi mevcuttur:

(1) Genel duygudurumu keyifsiz, hüzünlü, neşesiz, tatsız, mutsuzdur.

(2) Kendine dair algısı; yetersiz ve değersiz olduğu inanışını ve düşük özgüvenini merkez alır.

(3) Kendine karşı eleştirel, suçlayıcı, aşağılayıcı bir yaklaşımı vardır.

(4) Kara kara düşünür, kaygıya meyillidir.

(5) Başkalarına karşı olumsuz, eleştirel, yargılayıcı tutum sergiler.

(6) Karamsardır.

(7) Kendini suçlu veya pişman hissetmeye yatkındır.

B. Bu belirtiler majör depresyon dönemleriyle sınırlı değildir ve distimik bozuklukla açıklanamaz.

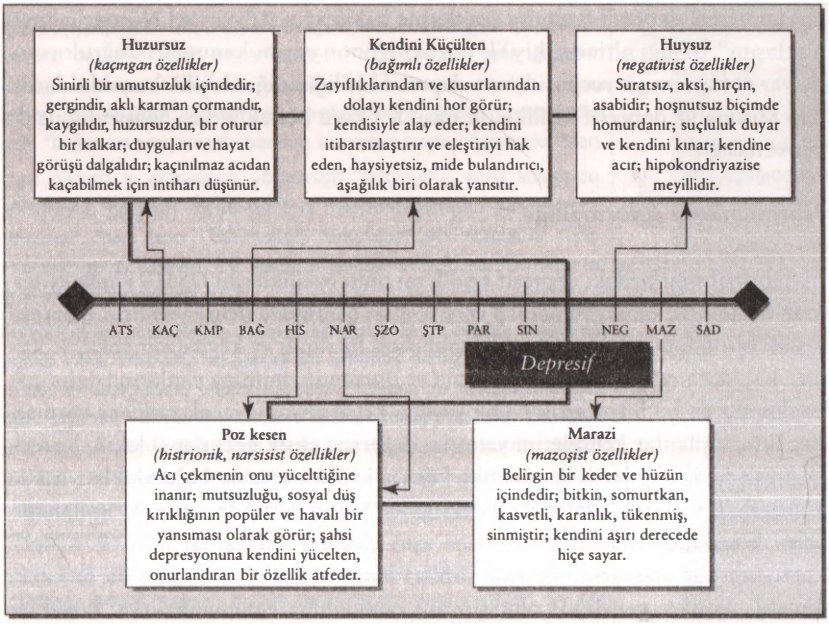
dından temel depresif temanın çeşitlerine bakacağız. "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca depresif kişiliğin diğer kişilik bozukluklarından farkına ve depresif kişiliklerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiğine de yer vereceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

Normal sınırlardaki depresif kişilik tarzının özelliklerini *DSM-IV*'teki kriterlerin o kadar uç olmayan paralel versiyonları üzerinden belirleyebiliriz. Depresif kişilik bozukluğundaki olağan duygudurum hüzünlü ve keyifsizdir (bkz. 1. kriter). Kişilik tarzındaysa kişi kendisinin ve durumun olumsuz yanlarına daha çok odaklansa da bu huyu artık hiçbir şeyden keyif duyamayacak raddeye varmaz. Bozukluğu olanlar kendilerini yetersiz, değersiz, eksik görürler (bkz. 2. kriter). Depresif tarzı olanlarsa kendilerine benzer kişilere kıyasla bulundukları nokta konusunda tedirgin olsalar da gerektiğinde yapıcı biçimde inisiyatif kullanabilirler. Bozukluğu olanlar kendilerine aşırı eleştirel yaklaşırlar (bkz. 3. kriter). Tarzı depresif olanlarsa olumsuz yanları kadar olumlu yanlarının da farkında olmakla birlikte genellikle olumsuzlara odaklanma eğilimindedirler. Bozukluğu olanlar kara kara düşünür, kaygılanırlar (bkz. 4. kriter). Oysa tarzı olanlar biraz durup, geri çekilip durumu gerçekçi bir gözle değerlendirirler. Bozukluğu olanlar bazen diğer insanlara aşırı eleştirel, olumsuz yaklaşabilirler (bkz. 5. kriter). Tarzı olanlarsa iyi şeyleri gerçekçilikten uzaklaşma pahasına abartanlardan hoşlanmaz veya davranışlarının başkaları üzerindeki etkisini göz ardı edebilirler. Bozukluğu olanlar karamsardırlar (bkz. 6. kriter); tarzı olanlar gerçekçidirler, olumsuzun hakkını verirler. Bozukluğu olanlar aşırı suçluluk ve pişmanlık yaşarlar (bkz. 7. kriter). Tarzı olanların da davranışları için özür dileme eşikleri düşüktür ama kendilerinde gördükleri kusur ve kabahatleri kafalarına takmazlar. Evan patolojik uca daha yakındır.

## Depresif Kişiliğin Çeşitleri

Her depresif kişilik Evan gibi değildir. Depresifler genellikle başka kişilik bozukluklarından da izler taşırlar. Dolayısıyla sergiledikleri duygudurum ve eylemler temel depresif örüntüye farklı bir görünüm kazandırır ki bu da onları, Evan'a benzemekle birlikte ondan farklı kılar. Depresif kişiliğin bu tür alttipleri Şekil 15. 3'te özetlenmiştir. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.




**ŞEKİL 15. 3** Depresif Kişiliğin Çeşitleri.

## *Huysuz Depresif*

Depresif ve negativist kişiliklerin kombinasyonu olan **huysuz** alttip memnuniyetsiz memnuniyetsiz homurdanmasıyla, bitmez tükenmez şikâyetleriyle, kronik gerginliğiyle kendini belli eder. Bedensel rahatsızlık ve hastalıklara ilişkin korkular yaygındır. Bu bireyler çatışmalarını ve ikircikli duygularını eyleme dökerler, bazı dönemlerde ters ve alıngan davranırken bazı dönemlerde kabahati hep kendilerinde bulur, kendilerini suçlarlar. Hiçbir şey onları memnun etmez; kendilerine eziyet etmekle, negativist tarzlarını başkalarına yönelterek onlardan şikâyetlerine kulak vermelerini talep etmek arasında salınırlar. Diğer insanlar ısrarla onlardan bu kasvetli umutsuzluklarından sıyrılmalarını istediğindeyse çevrelerindekileri kendi kötü duygularıyla açıktan açığa baskılamaya başlarlar. Belli süreliğine telaşlı bir hale bürünebilir, yumruklarını sıkabilir, etrafta gergin gergin dolanabilirler. Bazılarının düşmancıl, depresif şikâyetleri olur; zavallı vaziyetlerinden sızlanır ve muhtelif fiziksel hastalık, ağrı ve yetersizliklerinden dolayı kendilerine ilgi gösterilmesini beklerler. Kretschmer'in (1925) tarifiyle soğuk, bencil, sinirli, eleştirel bir görünümleri vardır; başkalarının başarısızlıklarından keyif alırlar; diğer insanların ödül ve hayatta başarı kazanmasını istemezler.

### *Poz Kesen Depresif*

Depresif ve histrionik veya narsisist örüntülerin karışımı olan **poz kesen** depresifler acı çekmeyi asil bir şey olarak görürler. Hem Schneider (1923/1950) hem de Kraepelin (1921) bazı depresiflerin kibirli tavırlar içinde olduğunu, caka sattığını gözlemlemiştir. Bu alttip, yalnızca özel hassasiyetler bahşedilmiş olanların bu kadar kendinin farkında olabileceğini, böylesi derin duygular yaşayabileceğini öne sürer. Acıyı bir tefekkür malzemesi haline getirerek kendilerine felsefi bir kaçış noktası bulur, böylelikle diğer depresiflerde olmayan bir statüye yerleşirler. Bazılarının estetik meşguliyetleri, mutsuz duygudurumlarına itibar kazandıran giyim ve yaşam tarzları vardır. Asortik bir dil kullanır, avangard yazarlar okur, yarattıkları akut ıstırap ve farkındalık algısıyla insanların ilgisini çeker, onlarda hayranlık uyandırırlar. Hayata karşı inancını yitirmişliğin popüler göstergelerini kullanarak, daima anaakımdan uzakta kalmaya itibar eden belli bir kesimin ilgisini çekmeye çalışırlar. Evan varoluşçuluğa merak salıp hayatın beyhudeliği üzerine ağdalı felsefi laflar etseydi, bu alttipin özelliklerini taşıdığını söyleyebilirdik.

### *Kendini Küçülten Depresif*

Depresif kişiliğin **kendini küçülten** çeşidi depresif-mazoşist karakteri andırır (Kernberg, 1988). Bu bireylerde yüzeyin hemen altında pusuya yatmış olağanüstü bir suçluluk duygusunun yanı sıra bu suçluluğu kendilerine çeşitli cezalar vererek hafifletme ihtiyacı görülür. Başkalarıyla çatışma yaşadıklarında terk edileceklerini düşündüklerinden zayıflıklarını kabul eder, daha fazla eleştiriye maruz kalmamak ve desteklenecekleri, yardım göreceklerini garanti altına almak adına kendilerini ayıplarlar.

Kullanışlı bir ikame nesnenin veya önemli bir bağlanma figürünün gerçekten kaybedildiği durumlardaysa hemen her zaman ağır bir hüzün baş gösterir. Kırgınlık ve düşmancıl duygular sahiden de terk edilmeleriyle sonuçlanabileceğinden bunları içe yöneltir, böylelikle sürekli kendilerini eleştiren beyanlarda bulunur veya bu duygulara nedamet getirerek tepki verirler. Bu tür hamleler kişinin benlik değerini azaltsa da, hiç değilse çevredekilerin öfkesini hafifletir ve onları kişiye değerli olduğunu, sevildiğini hissettirecek tepkiler vermeye yöneltmiş olur. Düşmancıl duygular ve dargınlıklar bu nedenle gizlenir çünkü kendi kendilerini hırpaladıklarında bir şey yapma sorumluluğu başkalarına geçmiş olur, çevrelerindeki insanlar kendilerini suçlu hissetmeye başlarlar.

### *Marazi Depresif*

Mazoşist ve bağımlı örüntülerin karışımı olan marazi depresifler sıklıkla I. Eksen'deki klinik depresyona karışan derin bir depresif felç sergilerler. Marazi depresiflerde köklü bir kasvet ve belirgin bir hüzün söz konusudur. Omuzlarını düşürür, bakışlarını çevirir, değirmen taşı gibi ağır gelen başlarını gövdelerinde zor taşırlar. Kilo verebilir, bitkin ve tükenmiş görünebilir veya bazen zihni baskıcı düşüncelerle dolu bir halde erkenden uyanabilir, yeni günü korkuyla beklemeye koyulabilirler.

Belli belirsiz bir felaket beklentisi, halis bir çaresizlik, yaygın bir suçluluk duygusu ve kadere umarsızca teslimiyet sıkça görülür. Bu tür şikâyetler aslında, sorunlarla baş edecek becerilerinin olmadığına inanmalarından kaynaklanır ki bu da bağımlı özellikleriyle ilişkilidir. Derin bir hüzne gömülen hastalıklı depresifler kendilerini aşağılaya aşağılaya tüketir, kendilerine dair ne varsa küçümser ve hayat boyunca yaptıkları her şeyin en kötü yanlarını görürler. İflah olmaz, takıntılı bir kötümserliğe kapıldıklarından her şeyin giderek kötüleşeceğini, hiçbir şeyin asla düzelmeyeceğini savunurlar. Kimsesizdirler; kendi çaresizliklerinin ve kaderin kurbanı olarak sonsuza kadar acı çekmeye mahkûmdurlar. Video kasetçide çalışan vaka örneğimiz Evan bu özelliklerin çoğunu taşımaktadır.

### *Huzursuz Depresif*

Depresif ve kaçıngan kişiliklerin karışımı olan **huzursuz** depresifler ıstırap içinde ve gergindirler. Başkalarının onların başına açtığı işlerle ilgili düşüncelerinden kaynaklanan kaygılı memnuniyetsizliklerini davranışlarıyla nadiren açıkça dışa vururlar. Bunun yerine, huzursuz depresifler bu rahatsızlıklarını içe atarak, kendilerine karşı ümitsiz ve hoşnutsuz bir tutum sergileyerek dizginlemeye çalışırlar. Gergin ve aksidirler, dikkatleri dağınıktır, duygusal yaşamlarıysa kırılgan, çoğu zaman kısa ömürlü ve yoğun duygudurumlardan müteşekkildir. Duygularına yeterince hâkim olamayınca kendilerine zarar verecek davranışlarda bulunabilirler. Bu davranışlar doğrudan sert bir intihar teşebbüsü olabileceği gibi ağır alkol ve madde kullanımı gibi dolaylı da olabilir. Hayatta herhangi bir şeyden keyif almaktan umudu kestiklerinden, hayata ve kendilerine dair bu son derece karamsar bakış açılarını ifade etmeyi boyunlarının borcu sayarlar. Yenilgiye uğradıklarını, biçare olduklarını hisseden, yeniden iyi bir yaşam sürmelerinin hiçbir yolu kalmadığını düşünen bu huzursuz tipler varoluşlarının getirdiği kaçınılmaz ıstıraptan kendilerini kurtarmak zorunda oldukları sonucuna varırlar. Hayatlarını gerçekten kontrol edebildiklerini göstermek için geriye kalan tek seçenekleri intihara başvurmaktır.

## *Odak Noktası: Araştırma*

### Depresif Kişilik mi Distimi mi?

**Distimi ve Depresif Kişilik Eşanlamlı mıdır?**

*DSM-IV*'te depresif kişilik diğer II. Eksen bozukluklarının arasında değil, eklerdeki daha fazla araştırılması gereken bozukluklar arasında yer alır. Depresif kişiliğin böyle tartışmalı bir konumda yer almasının kısmi sebebi, çok eksenli sistemdeki yerinin net olmayışıdır. Bazıları bu bozukluğun depresyonun karakterolojik bir türevi olarak görülmesi gerektiğini öne sürer. Burada söz konusu olan olumsuz duygusal durumlara yatkın mizaç ve karamsarlık, kişiyi bir duygudurum bozukluğu olan depresyona karşı kırılgan hale getirir. Kimilerine göreyse depresif kişilik gereksiz bir kategoridir; semptomları adeta birer kişilik özelliğine dönüşecek kadar uzun süredir ve yaygın biçimde görülen arka plandaki bir depresyonun etkisinin yansımasıdır, hepsi bu. Genelde yapılan itirazlarda depresif kişilikle distimi arasında olduğu düşünülen örtüşme ve bu yeni kavramın klinik kullanışlılığı üzerinde durulmaktadır (Sherman, 1995).

Duygudurum Bozuklukları Saha Çalışmaları'nda (M. Keller, Hanks ve Klein, 1996) bu çatışmayı netleştirmek adına önemli sonuçlara varılmıştır. Distimik tanısı alan hastalarla depresif kişilik tanısı alan hastalar birbiriyle ciddi ölçüde örtüşse de, distimiklerin çoğunun depresif kişilik kriterlerini karşılamadığı görülmüştür. Dolayısıyla tam bir örtüşmeden söz edilemez. Hatta depresif kişilik bozukluğu olan, ancak distimi kriterlerini hiç karşılamamış kişilerin oranı epeyce yüksektir (Shea ve Hirschfeld, 1996). Bu da depresif kişiliğin salt distimiyle açıklanamayacak bir işlev alanını tarif ettiği görüşünü ciddi ölçüde destekler.

Ayrıca olumsuz duygulanıma yatkınlık (Tellegen, 1985; D. Watson ve Tellegen, 1985) olarak adlandırılan bir kişilik boyutu, depresif kişilik tanısı alanların çoğu deneyimini karşılar. Duygusal dengesizlik adıyla da bilinen olumsuz duygulanıma yatkınlık, olumsuz deneyimlere (yani dengesizliğe, gerginliğe, strese; gerilme veya sinirlenme eşiğinin düşüklüğüne) sürekli bir yatkınlığa işaret eder. Bu boyuttaki yüksek puanların öznel esenliğe olumsuz katkıları olur (DeNeve ve Cooper, 1998). Saha Çalışmaları'yla, olumsuz duygulanıma yatkınlık ve duygusal denge ölçümleri kullanan araştırmaların sonuçları birlikte el alındığında, kritik bir taksonomik ayrım ortaya çıkar: Olumsuz duygusal durumlar yaşamaya yatkınlığı, duygusal durumların kendisinden ayırmak gerekir. İlki II. Eksen'e, ikincisiyse I. Eksen'e aittir.

## Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım

Biyolojik açıdan bakıldığında, depresif kişiliğin gelişiminde ve sürdürülmesinde pay sahibi genetik unsurlar ve genetik yolla miras alınan nörotransmitter tipleri olması muhtemel görünse de, bunların yaşamdaki deneyimlerle karmaşık etkileşimini anlayabilmek için daha fazla araştırmaya gerek duyulmaktadır.

Psikodinamik yaklaşım egodaki fakirleşmenin melankoliye yol açtığını söyler. Bu kişiler kendilerini değersiz, başarılı olması imkânsız, dışlanmayı ve cezalandırılmayı hak etmiş kimseler olarak yansıtırlar. Nesne ilişkileri kuramcıları depresiflerin özeleştiriye ve nesne kaybına karşı kırılganlıklarına dikkat çekerler. Bowlby'nin meşhur bağlanma literatürü de (örn. bkz. Bowlby, 1969) depresifin gelişimine epeyce ışık tutmuştur. Kişilerarası yaklaşım, bu insanların başkalarınca reddedildiklerini doğru biçimde algıladıklarını ama diğer insanları geri çekenin kendi davranışları olduğunu fark etmediklerini savunur. Depresiflerin kişilerarası tarzı yetersizlik ve değersizlik duygularına yol açar, bu duygularını pekiştirir. Bilişsel açıdan, depresifler yaşamlarının her alanında karamsardırlar. Beck ve diğ. (1990) umutsuzluk ve çaresizliğin depresif kişiliğin göbeğinde yer aldığını, yalnızca yeni uyaranların nasıl algılandığını değil aynı zamanda anıların da nasıl hatırlandığını etkilediğini öne sürerler.

Evrimsel modelde (Millon, 1990; Millon ve Davis, 1996) depresif kişilik **pasif acı örüntüsü** olarak anılır. Özellikleri arasında suratsızlık, karamsarlık, haz alamama, psikomotor gerilik sayılabilir. Geçmişteki ciddi kayıplarla bağlantılı olarak bir pes etmişlik duygusu ortaya çıkmış; umutsuzluk kabullenilmiş, kişi kendisini keder ve özeleştiri dolu ıstıraplı bir kaderin kollarına bırakmış, kişisel tatmin umutlarından tamamen vazgeçmiştir.

Depresif semptomların eşlik ettiği sıkıntılı yaşam sürme eğilimi, aslında her yönüyle uyumu zorlaştıran bir şey değildir. Bu tür eğilimler çaresizliği ve bağımlılığı karşı tarafa gösterme becerisinin işaretçisidir ki bu da şefkatli ilgi ve bakım görmeyi sağlar. Dolayısıyla depresifleşme eğilimi evrim sürecinde önemli bir işlev görmek üzere özellikle seçilip pekiştirilmiş olabilir. Bu mizaç yatkınlığı bazı açılardan sorunlu da olsa, feleğin çemberinden geçmenin ıstırabını yaşayanlar bunun sayesinde, duygularını açıkça ifade edemeyenlere kıyasla çok daha fazla koruyucu bakım görebilirler. Kısacası depresiflik biyolojik ve psikolojik kökenli etkenlerin bileşiminden doğduğu kadar, kişinin hayatta kalma ihtimalini artıran niteliklerin de yansımasıdır.

Çağdaş araştırmalar genetik ve nörokimyasal unsurların, muhtelif depresif kişilik alttipleri üzerinde mütevazı fakat belirgin bir rolü olduğunu göstermektedir. Nüfus ve aile çalışmaları, özellikle de bunların ikizlere ve evlat edinilmiş çocuklara odaklananları, depresif kökenli eğilimin çok sayıda biyolojik işaretçisi olduğunu tespit etmiştir. Ne var ki sayısız aile çalışmasından elde edilen veriler (ister klinik sendrom isterse kişilik bozukluğu biçiminde görülsün) depresif bozukluklarda ciddi bir heterojenliğin söz konusu olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmalar genotipik açıdan farklı olmayabilecek pek çok heterojen alttip olduğunu düşündürse de, genotipik olarak farklı ancak fenotipik olarak benzer bazı özel alttipler olması da muhtemeldir.

Anlaşılan, depresif duygulanımın temeli gelişimin çok erken evrelerinde atılmaktadır. Çocuk bu dönemde ebeveynlerinin duygu ve davranışları üzerinden, çevresinin ya onun ihtiyaçlarına kulak veren, onunla ilgilenen bir nitelik taşıdığını ya da ona kayıtsız kaldığını, mesafeli durduğunu öğrenir. Öğrendiği bir diğer şey de ona haz veren deneyimleri canını yakanlardan ayırmaktır. Temel düzeyde güvenlik ve bağlanma duyguları oluştuğu takdirde yeterli duyumsal tatmin ve bakıma da erişilir. Oysa duyumsal düzeyde net ve istikrarlı bir sıcaklık ve kabul deneyimleyemeyen çocuklarda güvensizlik, duygusal mesafe ve soyutlanma duyguları baş gösterebilir.

Depresifliğe yatkın olan çocukla, kaçınganlığa yatkın olan çocuğu birbirinden ayırmak gerekir. Depresiflerde ebeveynlerin mesafeli veya kayıtsız olduklarını görürüz; kaçınganlardaysa ebeveynlerin çocuğu reddetmeleri ve değersizleştirmeleri söz konusudur. Depresif çocuk sıcaklığı, yakınlığı deneyimlememiştir; kaçıngan ise ebeveynleriyle iletişim kurmuştur ama bu iletişimin aşağılayıcı, küçümseyici bir niteliği olmuştur. Eksikliğini hissettiği sıcaklığı ortaya çıkarma çabaları başarısız olan depresif çocuk, pes etmeyi öğrenmiştir.

Depresif geri çekilmenin köklerine; yalnızca ebeveynlerin tamamen ilişkiyi kesmeleri veya ölümleri gibi olağanüstü durumlarda değil, aynı zamanda ebeveynlerin kendisine sıcak davranmaları ve ihtiyaçlarına karşılık vermeleri gibi önemli deneyimlerden mahrum kalmış çocuklarda da, daha hafif biçimde de olsa rastlarız. Bowlby'nin (1969) ve Mahler ve diğ.'nin (1975) çalışmalarında aktardıkları nispeten daha az sorunlu ebeveyn-çocuk ilişkilerinde bunu görmek mümkündür. İki yazar da çocuğun sevgi görmediği, anaç bir figürden istikrarlı destek alamadığı durumlardan bahseder. Bowlby'nin çalışmalarında, ebeveynvari kişilerden sıkıntılı biçimde ayrılmak zorunda kalmış çocuklar ve ilkel hayvanlar yer alır. Çocuk ilk başta bu duruma itiraz etse de, kayıp nesneleri aramaya ve geri getirmeye çalışsa da, sonunda pes edip Bowlby'nin umutsuzluk ve dağılma diye nitelendirdiği duruma çekilir. İçine kapanan, faaliyetlerini durduran bu çocuklar çevrelerinden pek bir şey istememeyi öğrenir, duygusal olarak bağlanacakları yerde kendilerini soyutlar, enerjilerini muhafaza eder, genel bir ümitsizliğe kapılır ve gerek kapasitelerinin yetersizliği gerekse olgunlaşmamış olmaları nedeniyle kendilerini çaresiz hissederler.

Sahip oldukları temel dolayısıyla depresyona daha yatkın olan bu çocuklar, kafalarında hemcinslerine kıyasla ne denli çekici olduklarına ilişkin soru işaretleriyle ergenliğe girerler. Akranlarının onları cazip bulmayacağı veya hor göreceği beklentisi içindedirler ama kabul ve anlayış görecekleri, sığınabilecekleri bir evleri de yoktur. Kendilerini değersiz bulduklarından ve sosyal dünyanın diğer bileşenlerinin de onları aynı şekilde değersiz bulmasını beklediklerinden, kendilerine bakmak ve kendilerini şımartmak üzere içlerine kapanır, akran gruplarıyla ilişkilerinde daha da yabancılaştırılıp alay edilme riskine girmeye yanaş-

mazlar. Kendilerine ve ilişkilerde uyandıracakları tepkilere güvenleri olmayınca, insanların iyice küçük düşüreceği itici kişiler oldukları inancı daha da pekişir.

Depresifliğe yatkın gençler kendilerini hazdan büyük oranda mahrum bırakmakla kalmaz, aynı zamanda kendilerini cezalandırır ve kendilerine sadistçe davranırlar. Kendi içlerine bakmak giderek daha da can sıkıcı bir hal alsa bile kendi gerçekliklerini aşağılık ve değersiz bulmaktan vazgeçmezler. Nereye giderlerse gitsinler bu tiksindikleri benlikleri hep onlarladır; her daim mevcut olan ayıplı bir varoluştur onlarınki. Böylesi bir içebakış nihayetinde onların bütünlüğünü bozar ve depresif kökenli kronik bir dizi duygu, deneyim ve ilişki doğuran kırılgan bir ruhsal durum ortaya çıkarır.

Utanç ve mahcubiyet gibi zor duyguları savuşturmanın yollarını arayan kaçınganın aksine, depresifler artık kaçınılmaz gördükleri durumu pasifçe kabullenirler. Mazoşist kişilikteki gibi depresiflerin de acı çekmeyi; hatta geçmişlerinin, durumlarının veya gerçek başarısızlıklarının gerektirdiğinden bile fazla acı çekmeyi arzulayan bir hali vardır. Mutsuzluklarını abartır, kusurlarını mercek altına alır ve kendilerini suçlarlar ki bedbahtlıkları daha da derinleşsin, o bataklığa daha da beter gömülsünler ve insanlar onlara ilgi göstersin. Hayatları küçülür, küçülür ve sonunda hiç noktasına varır. Şimdi depresifi benzer kişilik yapılarıyla kıyaslayacağız. Tablo 15. 3'te genel depresif örüntünün özetini bulabilirsiniz.

### *Diğer Kişiliklerden Farkı*

Depresifler pek çok diğer örüntünün temel özelliklerini taşırlar. Şizoid, kaçıngan ve depresif kişilerin hepsinin sosyal ortamlardan elini eteğini çekmiş, hayattan zevk alamaz bir hali vardır. Gel gelelim şizoidler türü ve yoğunluğu fark etmeksizin herhangi bir duyguyu deneyimleme gibi temel bir kapasiteden yoksundurlar. Haliyle de, sosyal bağlar kurmak için gereken sıcak duygular onlarda bulunmadığından dışarıdan bakıldığında içlerine kapanmış gibi dururlar. Mutsuzlukları aşikâr olan depresifler aslında mutluluk kavramını anlarlar fakat aynısı şizoidler için geçerli değildir. Ayrıca her ne kadar depresifler de sosyal yaşamdan kendilerini soyutlayabilseler de nihayetinde sosyal bağları mevcuttur; yani bazı ilişkiler onlar için değerlidir, değerli olmuştur veya ileride olabilir.

Hem kaçınganlar hem de depresifler sık sık utanç duyar, başarısızlıklarına odaklanır ve bazen kendilerini dünyaya kaparlar. Ne var ki aslında kaçınganlar sosyal ilişkiler kurmayı çok isterler fakat diğer insanların gözünde yapısal kusurları olduğuna inanırlar. Depresifler ise pes ederler ve bu acınası hallerinin kaçınılmaz olduğunu, geri dönüşün artık mümkün olmadığını kabullenirler. Kendilerini geri çekmelerinin nedeni ya sosyal etkileşimler için enerjilerinin olmaması ya da acılarıyla baş başa kalmak istemeleridir.

## TABLO 15. 3 Depresif Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| Dışa Vuran Davranışlar | *Kederli*<br>Dış görünüşünde amansız bir üzüntü, hüzün, karamsarlık, dertlilik ve hatta keder göze çarpar; ne yapılsa keyfi, hevesi yerine gelmez, ki bu da kalıcı bir umutsuzluk ve çaresizlik hissine işaret eder. | **Benlik İmgesi** | *Değersiz*<br>Hem kendisinin hem de başkalarının gözünde değersiz olduğuna, tüm hedeflerinde yetersiz ve başarısız kaldığına inanır; çorak, verimsiz, iktidarsızdır; kendini önemsiz addeder ve suçlanmayı, hatta aşağılanmayı hak ettiğini, eleştirilip küçümsenmesi gereken biri olduğunu düşünür; ayrıca kayda değer özellik ve başarıları olmadığı için kendini suçlu hisseder. |
| Kişilerarası Davranışlar | *Savunmasız*<br>Kırılgan, saldırıya açık, savunmasız hissettiği için insanların ona bakmasını, onu korumasını isteyecektir; terk edilmekten, bir başına bırakılmaktan korktuğundan tehlikedeymiş gibi davranmakla kalmayacak, aynı zamanda çevresindekilerden ilgi, sebat ve adanmışlık görmek isteyecek ve hatta bunu talep edecektir. | **Nesne Temsilleri** | *Terk edilmiş*<br>Geçmişe dair içselleştirilmiş temsillerin yükü azaltılmış bir hali vardır; adeta yaşamın ilk yıllarındaki deneyimlerin içi boşaltılmış, feri söndürülmüş, ya tüm zenginliklerinden, neşeli parçalarından koparılmış ya da hafızadan çekilmiştir; geriye sadece terk edilmiş, yoksun, bir kenara atılmış, reddedilmiş, kimsesiz hissetmek kalmıştır. |
| Bilişsel Tarz | *Karamsar*<br>Hemen her konuda yenilgiyi kabullenmiş ve kaderine teslim olmuştur; her şeyin en karanlık yanını görür ve hep en kötüsünü bekler; kendisini beli bükülmüş, hevesi kırılmış, umutsuz hissettiğinden mevcut olayları da hep kasvetli biçimde yorumlar ve ilerde de hiçbir şeyin düzelmeyeceğini düşünüp kederlenir. | **Morfolojik Örgütlenme** | *Tükenmiş*<br>Morfolojik yapıların iskeleti belirgin ölçüde zayıflamıştır; baş etme yöntemleri gücünü kaybetmiş, savunma stratejileri fakirleşmiş, eski canlılığını ve odaklarını yitirmiştir; bu da eyleme geçmeyi, duygulanımı, dürtüleri ve çatışmayı düzenleme kapasitesinin azalmasına, hatta tamamen tükenmesine neden olmuştur. |
| Düzenleyici Mekanizma | *Çilecilik*<br>Hayatın zevklerinden mahrum kalıp kefaretini ödemesi gerektiği inancıyla kendini yok sayar, cezalandırır ve kendine eziyet eder; hazlardan feragat etmek yeterli gelmediğinden, kendini sert biçimde yargılar ve kendine zarar verecek eylemlerde bulunur. | **Duygudurum/ Mizaç** | *Melankolik*<br>Çoğunlukla hüzünlü, karamsar, ağlamaklı, neşesiz ve asık suratlıdır; tipik olarak endişelidir, kara kara düşünür; keyifsizliği ve disforik hali nadiren hafifler. |

*Not:* Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.

Depresiflerin ayrıca mazoşist, negativist ve sınırda kişilerle de ortak özellikleri vardır. Depresif ve mazoşist birbirine o kadar benzer ki bazı yazarlar onları tek bir yapı olarak görür, depresif-mazoşist karakter diye adlandırır (Kernberg, 1988). İkisinde de hoşnutsuzluk ön plandadır. Gel gelelim depresiflerin alameti-

farikası ümitsizlikleri ve sosyal hayattan kendilerini çekmeleriyken, mazoşistler bundan mutsuz gibi görünseler de sosyal ortamlara karışarak kendi mutsuzluklarına katkı sağlayacak engel ve başarısızlıklar yaratırlar.

Hem depresif hem de negativistte sonu gelmez bir karamsarlık, talihsiz olduğu inancı, yanlış anlaşıldığı ve değer verilmediği hissi söz konusudur ama gerekçeleri birbirinden farklıdır. Negativistler diğer insanların onları haddinden fazla kontrol ettiğini, kişiliksizleştirdiğini, onlardan faydalandığını düşünür. Onların karamsarlık ve hoşnutsuzlukları doğrudan, otoritenin hakkaniyetli davranmadığı görüşlerinden kaynaklanır. Halbuki depresiflerin karamsarlık ve hoşnutsuzlukları çok daha genele yayılmıştır. Ayrıca negativistler pasif agresif bir mücadele ortaya koyarlar; depresiflerinse artık savaşacak güçleri kalmamıştır.

Sınırda kişilik de sıklıkla disforik ve depresif olduğundan ilk bakışta depresif kişiliği andırır. Halbuki sınırda kişiler son derece çalkantılıdırlar; mesela duyguları bir anda sevgiden nefrete geçebilir. Depresiflereyse istikrarlı ve pasif bir kasvet egemendir.

### *Semptomların İfade Kanalları*

Her zaman olduğu gibi kişilik örüntüsü ve bununla ilişkili I. Eksen sendromları arasındaki bağlantının belli bir mantığa dayandığını unutmamak gerekir. Depresyon ve distimi depresif kişiliğe en sık eşlik eden I. Eksen sendromları olmalıdır. Daha önce de belirtildiği gibi depresif kişilik özellikleri daha baskın olanların, majör depresyona daha yatkın olmaları beklenir. Mantıken, depresifliğe yatkınlığı olmayan bir depresif kişilik zaten mümkün değildir. Depresyon insanı dört koldan etkisi altına alabildiğinden, bazı insanlarda belli belirsiz muhtelif somatik şikâyetler baş gösterebilir ki bu da bedensel semptomlarla meşguliyetin işaretçisidir. Karanlık düşüncelere dalmaya özellikle meyilli depresiflerde kaygı bozuklukları ortaya çıkabilir. Kişilerarası yaklaşıma göre, yeni ilişkiler kurulduğunda bu semptomlar görece hafifleyecek ancak reddedilme deneyimleri üst üste bindikçe tekrardan şiddetlenecektir. Böylesi bir durumda özgüvenin azalması, değersizlik duygularınınsa artması beklenir.

## Negativist (Pasif Agresif) Kişilik

Bazı insanlar hayatının dümenini hangi yöne kıracağına karar veremez. Hep ikircikli bir noktada kalır; onları huzursuz eden bağımlılık duygularıyla, aynı ölçüde rahatsız edici olan kendini ortaya koyma arzusu arasında gidip gelirler. Aynı anda hem muhtaç hem de bağımsız olduklarından, kendilerinden beklenen performansı göstermeyi kabul eder ama bir yandan da otoriteyle ciddi sıkıntı yaşar,

dışsal kontrolcü müdahalelere içerlerler. Yanlış anlaşıldıklarını, takdir edilmediklerini hissetmeleri ve hayal kırıklığına uğramaları kaçınılmazdır. Hoşnutsuzlukları derinleştikçe, insanların onlara yaklaşımında kusur bulmaya ve dolaylı veya pasif biçimde duygusal ve davranışsal isyanlara başlarlar. Dışarıdan gayet uyumlu hareket ediyormuş gibi görünseler de esasında işi erteleyerek, kasten etkin çalışmayarak, yarım yamalak bir iş çıkararak ve süreci inceden inceye tıkayarak beklentileri sabote ederler. Bu inatçı, işbirliğine yatkın olmayan, zıtlaşan, her şeyde kusur bulan, surat asan, dudak büken, karamsar kişiler çevrelerindekilerin de şevkini kırarlar. Bazen pişmanlıklarını içtenlikle dile getirseler de nihayetinde tekrar somurtmaya ve zıtlaşmaya başlarlar. Hepsi otoriteden nefret eder, ona karşı çıkar ve kendilerinden bir şey talep edenlerin birinden, yoluna taş koyarak intikam alır.

Bu kişilere genellikle **pasif agresif** kişiler denir. Bu bölümde, bütün örüntünün daha geniş çaplı unsurlarını kapsayan yeni bir terim olan negativisti kullanıyoruz. Bu örüntünün herhalde en isabetli tasviri, kompülsife hem benzediğini hem de onun zıttı olduğunu söylemek olacaktır. Evrimsel modelin gözünde ikisi de itaat ve başkaldırı temalarıyla ciddi ölçüde boğuşan ikircikli örüntülerdir (Rado, 1959). Ancak negativist örüntü faal biçimde ikircikliyken, kompülsiflerin ikircikliği pasif nitelik taşır. Hal böyle olunca da kompülsifler içlerinde tutma stratejisi güderek çatışmalarını bastırır, böylelikle kendilerini kontrol edebilen, mükemmeliyetçi, düzenli, vicdanlı bir görüntü sergilerler. Negativistler ise kırgınlıklarını dış dünyada çözümlerler ama bunu dolaylı yollardan yaparlar ve bu dolaylılık, ikircikli durumdan kurtulup açıkça itiraz etme stratejisini beceremeyişlerinin göstergesidir.

Kim örneğini ele alalım (bkz. Vaka 15. 4). Terapiye kendi iradesiyle geldiği için Kim'in bu deneyimden olabildiğince fayda sağlamak istediğini sanabilirsiniz. Halbuki kişiliği buna engel olmaktadır (bkz. 1. kriter). İlk stratejisi, terapi sorumluluğunu tamamen terapiste yıkmaya çalışmak olmuştur. En çok neyi değiştirmek istediği sorulduğunda "Doktor olan sizsiniz, ben nereden bileyim?" yanıtını verir. Burada amacı bir "kaybet-kaybet" durumu yaratarak bu tür soruların devam etmesi halinde terapistin yetkinliğini şaibeli hale getirmektir. Aslında Kim zımnen "Doktor olduğunuza göre sorunun ne olduğunu da bilmeniz gerekir; bilmiyorsanız kendinize doktor demeyin bir zahmet" demektedir. Terapist bunu yutarsa hiç bilgi toplayamaz ve terapinin ilerlemesi mümkün olmaz. Ama eğer yutmazsa diplomasını hak etmiyor demektir. Dolayısıyla burada verilebilecek en doğru cevap "Belki daha fazla bilgi açığa çıktıkça, tespit ettiğimiz meseleler üzerinde birlikte çalışabiliriz" ekseninde olmalıdır.

Görüşme ilerledikçe, Kim yeni bir strateji benimser: Konuyla ilgisiz olduğunu düşündüğü noktaların üstünde aşırı durur, ilgili olanlaraysa yeterince ağırlık vermez. Teknik olarak görüşmenin koşullarına riayet ediyor gibi görünse de

**VAKA 15. 4**

23 yaşındaki Kim'in hayatından memnun olmadığı daha görüşmenin başından açıktı. En çok neyi değiştirmek istediği sorulduğunda "Doktor olan sizsiniz, ben nereden bileyim?" diye çıkışmıştı. Görüşme ilerledikçe temel bir örüntü giderek netleşti. Kim tedavi süreciyle ilgisiz her şeyin üstünde fazlaca duruyor, ilgili olan şeyleriyse üstünkörü geçiyordu. ← 1

Sorunları hakkında hiçbir fikri olmadığı iddiasının aslında bir tuzak olduğu çok geçmeden anlaşıldı. Doktor sorunuyla ilgili bir yorumda bulunduğu anda Kim bunun asla doğru olamayacağını savunuyor veya bu yorumun aksini gösteren, ancak daha önce paylaşmadığı bilgiler veriyor, tüm bunları yaparken de doktoru suçluyordu. "Belli ki herkes beni ne kadar anlıyorsa siz de o kadar anlıyorsunuz" diye iç geçiriyordu. Bazen çok daha somurtkan bir ifadesi olsa da, bazen de bu zıtlaşmalarını yüzündeki gülümsemeyle gizliyordu. ← 2 ← 3

Kim'in terapi konusunda ikircikli bir tavrı olduğu açıktı; haliyle "zorla" getirilmiş olması ihtimalini değerlendirmek gerekiyordu. Bu noktada Kim'in tavrı büsbütün değişti. Şu an pek de mutlu olmadığını kabul etti ve "bu şirretliğini telafi edebilmek için" terapiye gelmek isteyebileceğini söyledi. ← 7 Kim duygularının kontrolünü ele alıp direncinin bir nebze hafiflemesine izin verince, ilk iş eşiyle ilişkisi i düzeltmesi gerektiğini söyledi. Daha fazla duygusal alana ihtiyaç duyduğunu iddia ediyordu. "Herhalde onu delirtiyorum ama ne yapayım, tabiatım böyle" diyordu. ← 4 "Çok kontrolcü. Çok aptal ama bunun farkında bile değil ve buna içerliyorum. Beni takdir etmiyor, beni anlamıyor, sadece yalandan tatlı davranmamı istiyor" diye sürdürüyordu sözlerini, düşmancıl tavrı açıkça hissediliyordu. "Sosyal protokollere bu kadar bağlı olmasalar, saçma sapan medenilik takıntıları olmasa, ben de aslında herkes gibiyim. Üstelik eşim de ilk başta son derece kusursuz ve sevilesi duruyordu!" ← 2 ← 1

Doğrudan aile ilişkileri sorulduğunda, Kim bu alanda da çocukluğu hariç hep sorun yaşadığını söylemişti. Küçük bir kızken onu çok tatlı, sevimli buluyorlardı. Aile toplantılarında anne babası onunla hava atıyor, ondan "gururumuz ve neşemiz" diye söz ediyorlardı. Oysa 10 yaşına geldiğinde hayatı değişmişti. Annesi hamile kalmış, artık neredeyse bir kadın olduğuna göre Kim'in ev işlerine yardımcı olması gerekeceğini söylemişti; çamaşır, ütü, yemek, bulaşık gibi işlerde sorumluluk almalıydı artık. Ev işlerini ihmal ettiğinde ağır cezalara maruz kalıyordu. "Benim için doğru olduğuna inandıkları şeyi yaptılar muhtemelen" diye anlatıyordu Kim o günleri, "ama onların hakkaniyetli bulduğu şey beni köleleştirdi, kız kardeşimeyse tanrıça muamelesi yaptılar. Ne yapsa yanına kâr kalıyordu. Gerçi onları geri kazandım. Tam olarak nerede hata yapılacağını gayet iyi biliyordum." ← 5

Kim'in evliliğinde yaşadığı mevcut sorunların çocukluğuyla ilişkisine dair içgörü sahibi olmadığı anlaşılıyordu. Hatta ne zaman bir şey sorulsa, bu soru sözlerini daha fazla açmaya hizmet etse bile hemen direnç gösteriyor, savunmaya geçiyordu. Sonlara doğru seans artık bir "şikâyet seansına" dönmüş, Kim yaşadığı zorlukları hiçbir şekilde "sahiplenmez" olmuştu. Herkes aşırı kontrolcüydü ve o yalnızca maruz kaldığı adaletsizliklere tepki veriyordu. Görüşmenin sonunda suçlayıcılığı her halinden belli bir tavırla "Şimdi daha iyi hissediyor olmam gerekirdi, öyle değil mi?" diye sordu. ← 3

Negativist Kişilik Bozukluğu *DSM-IV* Kriterleri

A. Genç erişkinlik döneminde başlayan ve çeşitli bağlamlarda görülen bir örüntüdür; olumsuz tutumlar ve yeterli performans taleplerine pasif direniş belirgindir; aşağıdakilerden en az dördü mevcuttur:

(1) Rutin sosyal ve mesleki görevleri yerine getirmeye pasif biçimde direnir.

(2) İnsanların onu yanlış anlamasından ve takdir etmemesinden yakınır.

(3) Somurtkan ve kavgacıdır.

(4) Otoriteyi mantıksız biçimde eleştirip küçümser.

(5) Kendisinden daha şanslı görünen insanlara haset ve hınç besler.

(6) Kendi talihsizliklerinden abartılı ve ısrarcı bir dille şikâyet eder.

(7) Düşmancıl bir başkaldırıyla, pişmanlık arasında gidip gelir.

B. Majör depresyon dönemlerine özgü değildir ve distimik bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

aslında bunu yanlış biçimde yapıyordur. Ayrıca terapist ne zaman bir yorumda bulunsa, Kim terapistin hipotezini çürütecek çok sayıda biyografik bilgiyi memnuniyetle dökmeye başlar. Nihayetinde de "Belli ki herkes beni ne kadar anlıyorsa siz de o kadar anlıyorsunuz" sonucuna varır. Aslında bu, terapistte "Nasıl anlayabilirim ki? Bir şey anlattığınız mı var!" tepkisi uyandırıp görüşmeyi tartışmaya çevirmek için yapılmış bir hamledir. Gel gelelim Kim istese de istemese de, bu kadarı bile tanı için başlı başına değerli verilerdir.

Kim'in incelikli yüzleşme arzusu ancak görüşmeci onun zorla getirilip getirilmediğini sorduğunda, böylelikle daha derin meselelere temas ettiğinde yatışır (bkz. 4. kriter). Bu sayede karşımıza yeni tanı verileri çıkar. Sadece "idare edilmeyi" bekleyen ve "beni takdir etmiyor, anlamıyor" dediği kocasından şikâyeti ile doktorunun onu anlamadığıyla ilgili şikayeti bir nokta birleşir (bkz. 2. kriter). Terapiye "bu şirretliğini telafi edebilmek için" geldiğini söylese de hakkında herhangi bir şey sorulduğu anda hemen savunmaya geçer, direnç gösterir, zıtlaşmaya başlar. Sonlara doğru görüşme iyice sancılı bir hal alır (bkz. 3. kriter). Üzerinde otorite uygulayan terapistin denetimine duyduğu hınçta ve evliliğinde eşinin kendisinde gördüğü güce duyduğu hınçta, hep dolaylı biçimde otoriteye duyulan hınç (bkz. 4. kriter) vardır. Ayrıca Kim'in görüşmenin başındaki direnci de muhtemelen terapistin niteliklerinin yarattığı, Kim'in gözünde otoriteyi simgeleyen prestijli havadan kaynaklanmaktadır. Ebeveynlerinin evde kendi üstüne düşenleri yapması talebinden "Onların hakkaniyetli bulduğu şey beni köleleştirdi" diye bahsetmesi, içerlemişlik duygularının kökenlerini daha açıkça ortaya koyar. Çoğu negativist gibi, kendisinden daha şanslı olanları görmek Kim'in de ağırına gider (bkz. 5. kriter). Ebeveynlerinin "tanrıça muamelesi yaptığı" kız kardeşine tutumu bunun işaretçisidir. Son olarak, terapiye "şirretliğini telafi edebilmek için" geldiğini söylediği düşünüldüğünde, Kim'in bu gücenmelerinin altında ciddi ölçüde suçluluk yattığı anlaşılmaktadır (bkz. 7. kriter).

Kim vakasını gördüğümüze göre artık bu bölümün planı dahilindeki diğer konuları ele almaya hazırız demektir. İlk olarak normallikle anormalliği kıyaslayacak, ardından temel negativist temanın çeşitlerine bakacağız. "Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım" başlığı altında, kişilik bozukluğunun evrim kanunları doğrultusunda var olduğunu göreceğiz. Ayrıca negativist kişiliğin diğer kişilik bozukluklarından farkına ve negativist kişilerin nasıl I. Eksen bozuklukları geliştirdiklerine de yer vereceğiz.

## Normallikten Anormalliğe

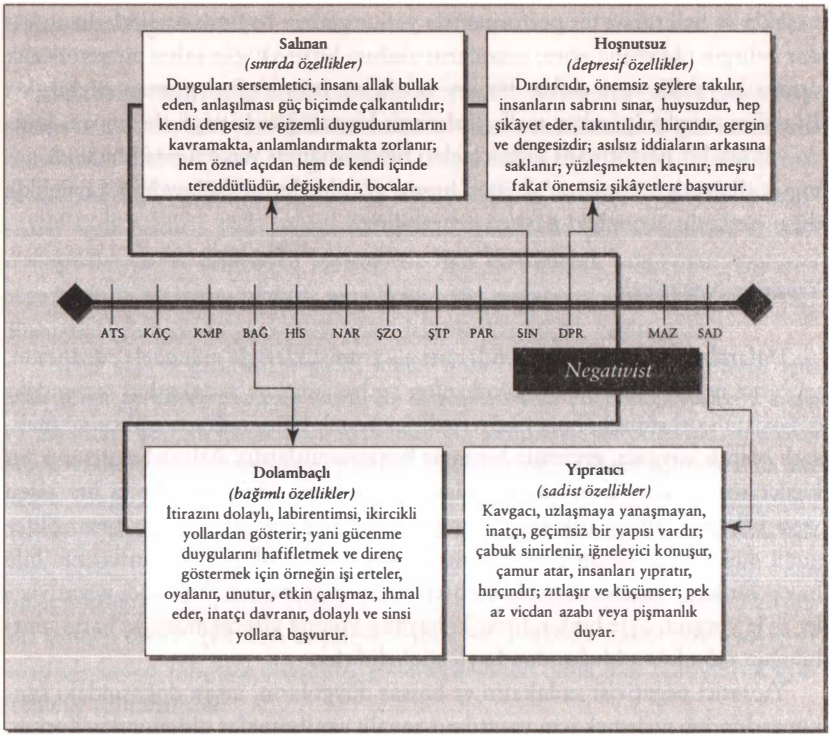
En saf haliyle negativist kişiliğin patolojik olduğuna şüphe yoktur ancak negativist özellik ve davranışlara gündelik hayatta sıkça rastlanır. Başkalarının

aşırı müdahalesine maruz kalma deneyimine ve bu deneyimin insanda uyandırdığı dolaylı yoldan intikam alma veya hiç değilse o müdahaleci kişiye hayatı biraz olsun dar etme isteğine hemen herkes aşinadır. Mesela çoğu insanda vergi dönemlerinde bu tür düşünceler uyanır zira bu dönemlerde devlet zorba, adaletsiz, insanı zahmete sokan bir kurum olarak görülür. Zar zor kazandığı parayı hiç takdir görmediği bir mercie süresini geçirmeden vermek zorunda olmanın getirdiği öfkeyle, çoğu insan sisteme sızıp sıkıntı yaratma ve hatta onu çökertme hayalleri kurmaya başlar. Bu düşünceler normaldir ancak negativistler çoğu zaman işte böyle hissederler. Onların gözünde her talep veya beklenti, adeta kendilerine dayatılan vergilerdir. Talepleri karşılamak veya beklentileri boşa çıkarmamak onlara boyun eğmek gibi gelir; boyun eğmek de küçük düşmeyle eşdeğerdir.

Negativist kişilik tarzı yaratmak için kullanılabilecek bir yöntem de *DSM-IV*'te bulunan negativist kişilik bozukluğu kriterlerini normalleştirmektir (bkz. Sperry, 1995). Kişilik bozukluğu olanlar sosyal ve mesleki görevlere ayak direrler (bkz. 1. kriterler). Kişilik tarzı negativist olanlarsa beklentilere karşılık verir ancak ürünlerine kendi damgalarını vurmayı da ihmal etmezler. Bozukluğu olanlar yanlış anlaşılmaktan veya takdir edilmemekten şikâyetçidirler (bkz. 2. kriter). Tarzı olanlarsa ciddi katkılarda bulunduklarında hak ettikleri takdiri görmekten memnun olurlar. Bozukluğu olanlar somurtkan ve kavgacıdırlar (bkz. 3. kriter). Tarzı olanlarsa insanlarla genel olarak anlaşırlar fakat birilerinin kendisinde bir şeyleri hak gördüğünü hissettiklerinde direnç ortaya koyarlar. Bozukluğu olanlar otoriteyi yersiz biçimde eleştirip küçümserler (bkz. 4. kriter). Tarzı olanlar hataları abartmadan yapıcı itirazlarda bulunmayı başarırlar. Bozukluğu olanlar kendilerinden daha şanslı gördükleri kişilere haset duyarlar (bkz. 5. kriter). Tarzı olanlar insanlara sırf talihli oldukları için kin gütmeseler de kendi çabaları yeterince ödüllendirilmediğinde hemen hayal kırıklığına uğrarlar. Bozukluğu olanlar kişisel talihsizliklerinden yakınırlar (bkz. 6. kriter). Tarzı olanlarsa bu dünyada herkesin eşit şekilde ödüllendirilmediğinin farkındadırlar ancak kendi durumlarını düzeltmek için inisiyatif kullanabilirler. Son olarak, bozukluğu olanlar baş kaldırmak ve nedamet getirmek arasında salınırlar (bkz. 7. kriter); tarzı olanlarsa bu tür pişmanlık gösterilerine gerek duyacak kadar abartılı eylemlere başvurmazlar. Bu karşılaştırmaların her birinde Kim patolojik tarafa daha yakın düşmektedir.

## Negativist Kişiliğin Çeşitleri

Şekil 15. 4'te bu örüntünün alttiplerinin özetini bulabilirsiniz. Gerçek vakalar bu kombinasyonlardan birine girebileceği gibi, girmeyebilir de.




**ŞEKİL 15. 4** Negativist Kişilik Çeşitleri.

### *Dolambaçlı Negativist*

İlk *DSM*'de (1952) pasif agresif kişilik, pasif bağımlıyla aynı başlık altındaydı. **Dolambaçlı** negativist bu eski ittifakın taşıdığı bilgeliğin bir yansımasıdır; negativist ve bağımlı kişiliklerin bir araya gelmesinden oluşur. Özellikle de boyun eğmeyi gerektiren ve kişiyi bir amaç uğruna kullanılabilecek bir araca indirgeyen, onu biricik bir insan olmaktan çıkaran beklentilere dolaylı direnç gösterme, bu negativist tipinin alametifarikası sayılabilir. Adı üstünde, bu kişiler intikamlarını dolaylı yollardan, onları hafife alan veya onlardan belli bir düzeyde performans göstermelerini bekleyenlerin altlarını oyarak, önlerine engeller çıkararak alırlar.

Kullandıkları yöntemler değişmekle beraber erteleme, oyalanma, inatçılık, unutkanlık ve kasti verimsizlik bunlardan bazılarıdır. Gücendiğini doğrudan göstermek yerine, dolambaçlı negativist yükümlüklerini ayak direyen bir ya-

vaşlıkla ve istikrarsız bir performansla yerine getirir. Bağımlı özelliklerin ne kadar belirgin olduğuna göre, insanların asabını bozmak için sahte bir yetersizlik ortaya koyabilir veya onları bir şey istediğine isteyeceğine pişman edebilirler. İşi teslim etmeleri gereken tarih gözlerinde büyüdüğünde veya alışılmışın dışında yüksek bir performans göstermeleri beklendiğinde pasif agresif biçimde somatik şikâyetlere başvurarak işten mazur görülmelerini sağlayabilir, böylelikle diğer herkesin üstündeki baskıyı artırabilirler.

### *Yıpratıcı Negativist*

Dolambaçlı negativistler kendi içsel gücenmişlikleriyle mücadele ededursun, yıpratıcı negativistler kendi gündemleri ve başkalarına sadakatleri arasındaki çatışmanın ortasına kalmış vaziyettedirler ancak buna rağmen açıkça ve maksatlı olarak kavgacı, geçimsiz bir tavır benimsemişlerdir. Aslına bakarsanız bu kişiler söz konusu çatışmadan dolayı öyle köşeye sıkışmışlardır ki her talep veya beklenti onlara yük gelir; bunun onları hor görmek için bir fırsat olduğunu düşünürler. Geçmiş deneyimleri onlara en özenli performanslarının bile hayal kırıklığı yaratacağını, küçümseneceğini öğretmiştir. Yıpratıcı negativistler öyle yorgun, öyle bıkkındırlar ki hayatın yoluna gireceğinden ve hatta mutluluğun mümkün olduğundan hayli şüphelidirler.

Yıpratıcı negativist sadakatin ve hassas duyguların, insan doğasındaki sapkın gaddarlığı gizlemek için yaratılmış zavallı yanılsamalar olduğundan korkar. Çoğu çocukken bağlanma figürleri eliyle "yapsan bir türlü yapmasan bir türlü" tarzı durumlara maruz bırakılmıştır. Hal böyle olunca da ufacık sürtüşmeler bile alevlenip büyük yüzleşmelere, güç mücadelelerine dönüşebilir. Bazıları, kendilerinden bir şey talep eden herkesin davranışlarında ya da etik standartlarındaki tutarsızlıkları tespit etmekten özel zevk alır. Gözlemledikleri çelişkileri abartan savlar oluşturur ve bunu karşılarındaki kişinin yüzüne çarparlar. Bunu yapmalarının tek sebebi, o kişinin özgüvenini baltalamaktan ve karşılarında kıvrandığına şahitlik etmekten duydukları sadistçe zevktir.

Süperegonun sadistçe gücünün farkında olduklarından, çoğu kendisini ahlaken üstün bir noktada konumlandırır ve diğer insanların ikiyüzlü veya zihin özürlü olduğuna dair dogmacı bir iddia geliştirir. Yeterince baskı uygulandığı takdirde bu dolaylı zıtlaşmalar bile yerini karşı tarafın kusurlarını aşağılarcasına ifşa etmeye, ona düpedüz hakaret etmeye bırakabilir. Böylesi dönemlerde yollarına çıkan herkesi hor görebilir, onlarla alay edebilirler. Yıpratıcı negativist, negativist ve sadist kişiliklerin bileşiminden oluşur.

### *Hoşnutsuz Negativist*

Negativist ve depresif kişiliklerin bir araya gelmesi sonucu ortaya çıkan **hoşnutsuz** negativist, dert yanma konusunda bir dünya markasıdır. Diğer insanların hedeflerine ulaşmaktan alacağı tatmine engel olmak için her tür zımni eylem ve eylemsizliğe başvuran dolambaçlı negativistlerin aksine, hoşnutsuz negativistler sinir bozucu şikâyetlerde bulunarak, gizlemeye pek az zahmet ettikleri eleştirileriyle ve doğrudan iğneleyici sözler sarf ederek saldırırlar. Yıpratıcı negativist de acımasız olabilir ama hoşnutsuz negativist sinir harbi içindedir; düşmanın gücü yavaş yavaş tükenene dek bir dizi küçük cephe açar.

Hiçbir şeyi beğenmez; negatif, kusur bulan tarzlarını sürdürebilmek için ufak tefek gerekçeler arayıp dururlar. Kusurları ifşa eder, eski yaraları kaşır ve insanları çileden çıkarırlar. Ardından da kendi hassasiyetlerine yeterince önem verilmediğini öne sürüp şikâyet ederler. Çoğu zaman iddialarında bir nebze haklılık payı vardır ama bunlar büyük resimdeki önemsiz detaylardan ibarettir. Bazıları mevcut sorundan kendisi de bıkmış son derece iyi niyetli biri imajı çizer, çevresindeki insanların, özellikle de yetkililerin yetersizliği veya beceriksizliğiyle mücadele etmek zorunda kalıyormuş izlenimi verir. Şikâyetleri sonucu dikkat çekmeyi başardıklarındaysa, herkesçe kabul gören statü ve otoritelerinden rahatsız oldukları yöneticilerinden daha ehil olduklarını göstermeye çalışabilirler.

### *Salınan Negativist*

Negativist ve sınırda örüntülerin bileşimini temsil eden **salınan** tür dengesiz, sık değişen duygu ve tutumları ile kendini belli eder. Mesela kendilerini şefkatli, öngörülebilir, ilginç, hatta cezbedici kişiler olarak tanıtabilir ancak birden gergin, ters, geçimsiz insanlara dönüşebilirler. Veya kendilerinden emin, kararlı, ehil görünürken bir bakmışsınız yapışkan bir bağımlılığa gerilemişler. Benzer şekilde, bir an kendilerinden memnunken, biraz sonra öfkelenebilir veya depresifleşebilirler. Çatışmanın adeta ortadan ikiye ayırdığı salınan negativistler hemen her yöne serbestçe savrulur, hızla değişen duygularının insafına kalırlar. Duyguları doğrudan ve ilkel biçimde, davranışlarına yön verebilecek bütünlüklü bir yapının dönüşümünden geçmeden ifade bulur. Sinir krizleriyle sıkça karşılaşılır. Bu geçişlerin kaynağını anlayamayan diğer insanlar sırf bu girdapları anlamlandırmakta zorlandığı için onları itici bulur.

## Evrimsel Nörogelişimsel Yaklaşım

Negativistlerdeki psikodinamik unsurların izini; ya oral evrenin temel güvenin oluştuğu ilk evresine ya da sadistçe ısırmanın ortaya çıktığı ikinci yarısına sürebileceğimiz gibi, özerklik-dış kontrol meseleleriyle yüzleşilen anal evrede de bulabiliriz. Bilişsel açıdan, negativist şüpheci ve kiniktir, son derece katıdır, "yapmamalıyım" tarzı cümlelerin güdümündedir ve siyah beyaz düşünme tarzından mustariptir. Kişilerarası açıdan, ödüllerin dağılımıyla son derece meşguldür ve bazen hırçın bir kıskançlığa kapılabilir. İş ortamındaysa insanların onu sömüreceğini varsayar ve asla teslim etmeyeceği işleri tamamlamaya söz verir.

Evrimsel yorum, kişiliğin tüm alanlarındaki muhtelif unsurlar arasındaki etkileşimi vurgular. Bu modelde negativistler aktif biçimde ikircikli olarak resmedilir; kendi ihtiyaçlarını ön planda tutmak ile başkalarının gündemine saygı göstermek arasında yaşadıkları çatışma vurgulanır. Kompülsifler de çatışma yaşarlar ama onlarınki pasif bir ikircikliliktir. Dolayısıyla kompülsifler isyankâr duygulara karşı koyarak etkileyici derecede vazifeşinas bir imaj çizerler. Kurallara lüzumundan fazla riayet etmelerine rağmen otoritelerin onları kınamak için bir sebep bulması ihtimalinden endişe duyarlar. Karşıt tepki oluşturma mekanizması aşırı otokontrole yol açar, bu da duygularını ancak kısıtlı biçimde ifade edebilmelerine neden olur.

Diğer yandaysa negativistler etkileyici düzeyde sinir bozucudurlar. Hem benlikleri hem de başka kutuplaşmalar bakımından çatışma yaşadıklarından nihayetinde iki seçeneği de antipatik bulmaya başlarlar. Hayatta istikrarlı, kararlı bir istikametleri olmayınca, çoğu zaman kararsızca bir o tarafa bir bu tarafa gitmeye başlar, dalgalı tutumlar ve öngörülemez davranışlar sergilerler. Başkalarının arzularını gerçekleştirmeye yönelirlerse bundan dolayı gerilir, kendilerine kızar, duygu ve düşüncelerini hemen kendi isteklerine hizmet edecek şekilde değiştirirler. Gel gelelim bunu yaptıklarında ihtiyaç duydukları teminat ve desteği riske atmış olurlar; dolayısıyla çabucak pişman olup tekrar tutum değiştirirler. Görevi üstlenseler de devamını getirmez veya ters bir sorumluluk duygusuyla hareket ederek insanların onlardan ne istediğini tahmin etmelerine rağmen görevin anlamını saptırır veya genele bakıldığında performanslarının işlevsiz kalmasını sağlarlar. Duyguları yüzeye çok yakındır; bu da bazen onların olgunlaşmamış, çocuksu görünmelerine neden olur. Buna rağmen alınganlıklarını insanlara açıkça ifade etmez; bu duygularını daha güvenli hedeflere yönlendirir, bunu da çoğu zaman başkalarıyla kendi arzuları arasına bariyerler koyarak yaparlar.

Davranış ve duygudurumları öngörülemeyen çocuklar olgunlaştıkça daha normal ve istikrarlı bir örüntü sergilemeye başlayabilirler. Öte yandan bu tür "programlanması güç" çocukların büyük kısmının hayatları boyunca "biyo-

lojik açıdan dengesiz" bir örüntü taşımaya devam etmesi ve haliyle negativist kişilik özellikleri geliştirmeye açık hale gelmesi de olasıdır.

Aksi ve gergin çocukların iyi birer negativist örüntü adayı olmalarının bir sebebi de; ebeveynlerini hangi yetiştirme yöntemini kullanacaklarını bilemez hale getirmeleri, onların kafalarını karıştırmaları ve istikrarlı davranmalarına engel olmalarıdır. Böylesi düzensiz çocuklar ebeveynlerinde de dengesiz ve çelişkili tepkiler uyandırırlar. Bu tepkiler dönüp dolaşıp, istikrarsız ve değişken olma eğilimlerini pekiştirir.

Tutarsız ebeveyn tutumlarının ve çelişkili yetiştirme yöntemlerinin negativist kişiliğin gelişimindeki merkezi rolüne tartışmalarımızda defalarca yer verdik. Her ne kadar her çocuk bir nebze ebeveyn tutarsızlığına maruz kalsa da, negativist çocukların bunu haddinden fazla yaşamış olması muhtemeldir. Ebeveynleri düşmancıl ve reddeden tutumlardan, şefkat ve sevgiye savrulmuş olabilir; bu çalkantılı örüntü muhtemelen değişken, sık, belirgin ve ömürlük olmuştur.

Hal böyle olunca bu çocuklarda güven-güvensizlik, yetkinlik-şüphe, inisiyatif-suçluluk ve korku gibi muhtelif yaygın ve derin çatışmalar gelişebilir. Benlik konseptleri çatışmalı değerlendirmelerden oluşur; kendilerine dair her tür muhakemelerinin zıttı da mevcuttur. İyi miyim, kötü müyüm; yetkin miyim, değil miyim? Her davranış biçiminin olumlu ve olumsuz tarafları olacaktır. Dolayısıyla ne yaparlarsa yapsınlar, ne düşünürlerse düşünsünler, bunu tam tersi bir eğilim veya değerle de yargılayacaklardır.

İçsel ikircikli tutumlarına, çevrelerinden beklentilerini ayarlama konusundaki beceriksizlikleri eşlik eder. İşlerin iyi gittiğinden nasıl emin olabilirler ki? Geçmişte de işler iyi gidiyormuş gibi görünürken o değişken düşmancıllık ve eleştirilerle karşılaşmamışlar mıdır? İçine düştükleri durum son derece sersemleticidir. Kaderlerini öngörebilen, sürekli küçük düşeceklerini ve düşmancıl tavırlarla karşılaşacaklarını "bilen" kaçıngan ve histrionik kişilerin aksine, negativistler geleceğin neler getirebileceğini kestiremezler. Her an, hiçbir neden yokken, aç oldukları nezaket ve desteğe kavuşabilirler. Öte yandan yine akıl almaz gerekçelerle, düşmancıl ve reddedici bir tutumla karşılaşmaları da aynı oranda olasıdır. Arada kalırlar; ne yaparlarsa rahatlayacaklarını bilemezler. Başkaldırmanın mı yoksa biat etmenin mi daha etkili olacağını öngörmeyi öğrenmemişlerdir. Düşmancıllık, suçluluk, boyun eğme, hakkını arama ve bunun gibi durumlar arasında savrulup durur, nafile eylemlerin birinden diğerine kararsız ve dürtüsel biçimde geçiş yaparlar.

"Ayrılıkçı" ailelerde, yani ebeveynlerin alenen sürekli birbirleriyle çatıştığı ailelerde paradoksal ve çelişkili ebeveyn davranışlarına sıkça rastlanır. Bu ailelerde bir ebeveyn diğerini sürekli çekiştirir, onu niteliksizleştiren ve çelişkili beyanlarla aşağılar. Böylesi bir ortamda büyüyen çocuklar her daim ailenin da-

ğılması ihtimaliyle karşı karşıya kalmaya ek olarak, ebeveynlerinden kaynaklanan gerilime de aracılık etmek zorunda kalırlar. Sürekli taraf değiştirir, sadakatlerini iki ebeveyn arasında bölüştürürler; "kendileri" olamazlar çünkü tutum ve duygularını ebeveynlerinin birbiriyle zıt, değişken arzu ve beklentilerini tatmin edecek şekilde değiştirmeleri gerekir. Ebeveynlerini yatıştırmak ve ailede bir nebze istikrar sağlamak için birbirinden hayli farklı rollere bürünmeleri gerekir; ebeveynleri kavgalı olduğu müddetçe bu çocukların, doğası itibariyle birbiriyle alakasız davranış ve düşünceler sergilemekten başka seçenekleri yoktur.

Negativist kişiliğin daha pasif agresif mi yoksa daha değişken davranışlar mı sergileyeceği, bu kavramı oluşturan kutupların gücüne göre değişir. Faalden çok, ikircikli olanların mevcut güç yapılarının güdümünde kalmaları muhtemeldir. Haliyle memnuniyetsizliklerini de dolaylı yollardan ifade ederler; erteleme, bilerek etkin çalışmama, surat asma, homurdanma ve çevrelerindeki insanların neşesini söndüren karamsar tutumlar gibi zımni yöntemlere başvururlar. Dışsal kısıtlamalarla kuşatılmış bu kişiler aynı anda hem pasif hem de agresiftir. Öte yandan ikircikliden çok faaldirler; çevrelerindeki çatışmaları daha çabuk dile getirirler; davranış, düşünce ve duyguları anbean değişir. İkircikli kutuplar arasında mekik dokur, yüzeysel olarak sınırda kişiliği andıran bir daimi memnuniyetsizlik ve rahatsızlık ortaya koyarlar. Tablo 15. 4'te negativist kişiliğin genel bir özetini görebilirsiniz.

### *Diğer Kişiliklerden Farkı*

Öfke, gücenme ve zıtlaşma muhtelif kişilik örüntülerinde karşımıza çıkabilir. Hem paranoid hem de negativist ona haksızlık edildiğini, diğer insanların onu incittiğini hisseder; ikisi de nadiren suçu üstlenir; ikisi de şikâyetçidir, düşmancıldır, hassas duygulardan yoksundur; ikisi de kontrol altına alındığını düşündüğünde gönül koyar. Gel gelelim paranoidler kendilerini çevrelerinden soyutlayıp kendi kale duvarlarının verdiği güvene sığınırlar. Çoğu zaman şikâyetleri; diğer insanların onlar hakkında konuştuğuna, onları etkilemeye ve özerkliklerini baltalamaya çalıştığına yönelik korku ve şüpheleri temel alır.

Oysa negativistler kontrol edilme sürecinde takdir edilmediklerine, hafife alındıklarına ilişkin duyguları doğrultusunda tepki gösterirler. Şüpheci olabilirler ama şikâyetlerini daha açık biçimde dile getirirler. Sürekli övgü, sadakat, sevgi ve bir miktar özgürlük gördükleri müddetçe otorite figürleriyle kurdukları bağlar onarıma nispeten açıktır. Ayrıca takım çalışmasında katkı sağlamaya da daha meyilli hale gelebilirler. Negativistler ait olduklarını, kullanılmadıklarını hissetmelidirler. Dahası negativistler dönem dönem suçluluk duyar, nedamet getirirler. Paranoidler ise bu tür duyguları ya savuşturur ya da yansıtırlar; diğer insanların onlara suçlu hissettirmeye çalıştığını öne sürerler.

## TABLO 15. 3 Negativist Kişilik: İşlevsel ve Yapısal Alanlar

| *İşlevsel Alanlar* | | *Yapısal Alanlar* | |
|---|---|---|---|
| | *Alıngan* | **Benlik İmgesi** | *Memnuniyetsiz* |
| Dışa Vuran Davranışlar | Başkalarının beklentilerini karşılamaya dirençlidir, işleri sürekli erteler, etkin çalışmaz, dik kafalıdır, ayrıca bazı can sıkıcı ters davranışları olur; başkalarının haz ve hedeflerine taş koymaktan, onların moralini bozmaktan tatmin olduğu görülür. | | Yanlış anlaşıldığını düşünür; kendisinin bahtsız, hak ettiği değeri görmemiş, lanetli, başkalarınca küçümsenen biri olduğuna inanır; hayata karşı küskünlüğünü, huysuzluğunu, hayal kırıklığını kendisine özgü bir nitelik addeder. |
| | *Geçimsiz* | **Nesne Temsilleri** | *Değişken* |
| Kişilerarası Davranışlar | Sosyal ilişkilerde çelişkili ve değişken rollere bürünür; özellikle de bazen bağımlıdır, pişmanlıkla boyun eğer, bazen de girişken ve düşmancıl bir bağımsızlık sergiler; daha şanslı olanlara haset duyar, onları görünce gücenir; ayrıca diğer insanlara karşı aynı anda veya peşi sıra kısıtlayıcı ve tahammülsüz tavırlar sergiler, onlara olumsuz ya da uyumsuz tutumlarla yaklaşır. | | Geçmişe dair içselleştirdiği temsiller bir araya geldiğinde birbirini dengeleyen bir ilişki kümesi oluşturur; bu da, her ne kadar dışarıdan böyle görünmese de başkalarının haz ve başarılarını indirgeme arzularının güdümündeki çelişkili duyguları, çatışmalı eğilimleri ve birbiriyle uyumsuz anıları harekete geçirir. |
| | *Şüpheci* | **Morfolojik Örgütlenme** | *Uyumsuz* |
| Bilişsel Tarz | Müstehzi, şüpheci ve güvensizdir; olumlu olaylara sorgulayan bir tutumla yaklaşır, gelecekteki olasılıklara karşıysa olumsuz, öfkeli ve kaygılıdır; genel olarak insan sevmez bir hali vardır; mızmız ve dırdırcıdır; şanslı yaver giden kimselere küçümseyici, iğneleyici sözler söyler. | | Morfolojik yapıların örüntüsünde öyle net bir ayrım vardır ki baş etme ve savunma manevraları çoğu zaman uyumsuz hedeflere yönelir, temel çatışmalar çözüme kavuşmaz ve bir dürtü veya ihtiyacın doyuma ulaşması diğerini sıfırladığı ya da tersine çevirdiği için, bütünsel bir ruhsal uyum asla sağlanamaz. |
| | *Yer değiştirme* | **Duygudurum/ Mizaç** | *Gergin* |
| Düzenleyici Mekanizma | Öfkesini ve diğer sıkıntılı duygularını ya pat diye dile getirir ya da bunları asıl muhatabından uzaklaştırıp daha az belirgin bağlam veya kişilere yönelten bilinçdışı manevralara başvurur; hoşnutsuzluğunu ikame veya pasif yöntemlerle hafifletir, mesela beceriksiz, şaşkın davranışlar ya da unutkan, üşengeç tavırlar sergiler. | | Çoğunlukla alıngan, saati saatine uymayan, hırçın bir görüntü sergiler; bu tavırlarının ardından surat asarak, kaprisli biçimde içine kapanır; genellikle çabuk sinirlenir, sabırsızdır, otorite pozisyonundakileri sebepsizce aşağılar ve çoğu insanın onu kolayca sinirlendirdiğini veya hayal kırıklığına uğrattığını belirtir. |

*Not:* **Taralı kısımlar bu kişilik prototipinin en belirgin özellikleridir.**

Hem narsisist hem de negativist kusur addettiği durumlara karşı hassastır; ikisi de diğer insanlar adına samimiyetle mutlu olmakta zorlanır ve farklı gerekçelerle de olsa, bazı şeyleri kendine hak görebilir. Narsisistler başkalarının neşesini paylaşmayı başaramazlar çünkü onlarda empati becerisi yoktur; nega-

tivistler ise başkalarının neşe ve başarılarına hasetle bakarlar çünkü hayatın onlara muamelesine çok kırgındırlar. Ayrıca şişkin egolarının derinlerdeki aşağılık duygularını telafi etmesi nedeniyle narsisistler aşırı hassastırlar; negativistlerin aşırı hassas olmalarının sebebiyse maruz kaldıkları engin adaletsizliklere başkaları tarafından yeterince sempati gösterilmediğini hissetmeleridir. Narsisistlerin bazı şeyleri kendilerine hak görmelerinin sebebi, doğuştan üstün olduklarını varsaymalarıdır; negativistler ise kaderin iyi seyretmesini veya hiç değilse kötü gidişattan muaf olmayı hak ettiklerini düşünürler. Son olarak, narsisistlerin kendilerine hayranlık duyulmasına ihtiyaçları varken, negativistler takdir görmek isterler. Narsisistler bu istekleri karşılanmadığında mızırdanıp şikâyet edebilirler ama çoğu zaman, diğer insanlarla kayıtsız bir noktadan, her şeyin yoluna gireceği inancıyla ilişkilenirler; negativistler ise çevrelerindeki insanlarla ilişkilerini hoşnutsuzluk temeline oturturlar.

Negativist ilk bakışta pek çok diğer kişiliğe benzer. Bazı negativistler kararsız tutum ve duyguları (özellikle de öfkeleri, alınganlıkları ve kolaylıkla hüsrana uğrama eğilimleri), bilhassa da duygusal dengesizlikleri itibariyle sınırda kişiliği andırır. Negativistler iki uçlu bir yönelimde; başkalarının gündemini takip etme ile kendi ihtiyaç ve arzularını ön planda tutma arasındaki çatışma arasında savrulup dururlar.

Oysa sınırda kişilerin dalgalanmalarının sebebi benlik yapılarının temelinde istikrar olmayışıdır. Negativistler ise genellikle dürtü ve çatışmalarını kontrol altında tutmayı başarır, ancak ne yönde seyretmeleri gerektiğine emin olamazlar. Sınırda kişilerde böyle bir kapasite yoktur. Negativist ve sadist kişiler elbette diğer insanların aleyhine hareket etmeleri dolayısıyla birbirlerine benzerler fakat sadistler daha dobradırlar ve insanların, kendilerine neyin acı çektirdiğini bilmesini isterler; negativistler ise otoriteden korkar ve daha örtülü, pasif agresif davranışlar sergilerler. Negativist ve antisosyal kişilikler genellikle çabuk öfkelenmeye ve zıtlaşmaya meyillidirler; ayrıca ikisi de hayatın ona haksızlık ettiğini hissedebilir. Gel gelelim antisosyaller kendileriyle meşguldürler, vicdansızdırlar ve haliyle hayatları boyunca suçluluk nedir, kaygı nedir bilmezler. Negativistler ise süperegoları olmasına rağmen başkaldırır, ancak sonrasında suçluluk ve kaygıdan fena halde kıvranırlar. Negativistlerin, mazoşistlerin ve depresiflerin üçü de memnuniyetsizdir ama depresifler kendilerini suçlarken mazoşistler başkalarınca suçlanmaya ihtiyaç duyarlar.

### *Semptomların Dışavurum Kanalları*

Her zaman olduğu gibi, kişilik örüntüsüyle I. Eksen sendromları arasında bir mantık ilişkisi olduğunu unutmamakta fayda vardır. İkirciklik öznel olarak

kaygı, dengesizlik ve hoşnutsuzluk olarak deneyimlenebildiğinden, negativistler kaygı bozukluklarına yatkındır ve buna çoğu zaman depresif şikâyetler eşlik eder. Bu tür duygular belirginleştiğinde gerginlikleri hafifler, öfke ve gücenmişliklerini ifade etmeleri için zımni bir kanal açılır. Dolayısıyla kaygının bir yere kadar işlevsel olduğu söylenebilir. Genellikle gerginliklerini kısa süreli pasif agresif davranışlarla veya sözel kanallarla tahliye ederler. Bu mümkün olmadığındaysa panik atakları veya yaygın kaygı baş gösterebilir. Fobik semptomlar ikincil kazanç amacıyla kullanılabilir, negativist bunları bahane ederek başkalarının beklentilerini karşılamayabilir veya üstüne düşen görevlerden mazur görülebilir.

Başka bozukluklar da ortaya çıkabilir. Depresif dönemler yaygındır; bu dönemler ağır depresif nöbetler halinde olabileceği gibi daha örtülü ama baskın bir distimi biçiminde de görülebilir. Negativist kişiler çok sık olarak tedirgin bir disfori sergiler; bir yanda kaygılı bir beyhudelik, umutsuzluk, kendini küçümseme, diğer yanda keskin bir memnuniyetsizlik ve talepkâr bir asabiyet arasında gidip gelirler. Böylesi nahoş duygudurum ve şikâyetler başkalarının da tadını kaçırdığından negativiste telafi niteliğinde misilleme duyguları yaşatır. Çözümsüz çatışmaların olduğu durumlarda somatoform bozuklukların baş göstermesi istisnai değildir ama bunlara genellikle başkalarına da yük teşkil eden pasif agresif bir çıkar eşlik eder. Son olarak, negativistlerin paranoidlerle ortak bir özelliği vardır. İkisi de özerklik ve dışsal kontrol meselelerine büyük önem verir, ki bu da bazı vakalarda paranoid dağılma yaşanabileceğini gösterir.

## Özet

Her ne kadar mazoşist terimi erkeklere özgü bir cinsel sapkınlığa istinaden ortaya atılmış olsa da, çok geçmeden feminenlikle ve itaatkârlıkla özdeşleşmiştir. Dolayısıyla da edindiği bu politik anlam nedeniyle *DSM-IV*'ten çıkarılmıştır. Mazoşist kişiliğin ayrıca çoğunlukla azizlik gibi lanse edilen çok sayıda normal türü de vardır. Mesela Oldham ve Morris'in (1995) fedakâr tarzı başkalarına hizmet etmek için yaşar. Millon'ın teslimiyetçi tarzıysa, başkalarından daha üstün becerilere sahip olmasına rağmen çevresindekilere hürmetkâr davranması nedeniyle yelpazenin patolojik ucuna daha yakındır.

Mazoşistin pek çok çeşidi bünyesinde diğer kişilik özelliklerini de barındırır. Kendini baltalayan mazoşistlerde kaçıngan kişiliğin bazı özellikleri görülür; başarısız olduklarında onların da kaygıları bir nebze hafifler. Tahakkümcü mazoşistler negativist özelliklerden nasiplerini alırlar ve insanlara kendilerini suçlu hissettirerek onları kendilerine yakın tutarlar. Mazlum mazoşistler ise depresif özellikleri mazoşist özelliklerle birleştirerek berbat hayatlarından yakınma eğilimi gösterseler de acı çekmekten öyle pek zevk aldıkları söylenemez. Erdemli

mazoşistler histrionik özellikler kadar bağımlı özellikler de taşır ve ıstıraplarını çilekeş biçimde çekerler, ancak bir yandan da cömertlikleriyle diğer insanları manipüle etmeye devam ederler.

Mazoşistlerin başta depresif, bağımlı, kompülsif ve sınırda kişilikler olmak üzere diğer kişiliklerle pek çok ortak noktası vardır. Ayrıca distimi, panik bozukluk ve somatoform bozukluklara da yatkındırlar.

Mazoşizm terimi gibi sadizm de politize olmuş bir kavramdır. İlkin başkalarına acı çektirmekten cinsel haz alan Marquis de Sade'a istinaden ortaya atılmış olan bu terim çok geçmeden cinsel nitelik taşımayan başka davranışlar için de kullanılmaya başlanmıştır. Yine mazoşizm gibi sadizm de *DSM-IV*'e dahil edilmemiştir ama zaten *DSM-III-R*'nin de ancak ekler bölümünde yer almıştır. Gerçek sadistlere gündelik hayatta nadiren rastlasak da sadistçe özellik ve davranışlar her yerdedir. Millon'ın kontrolcü tarzı sadist kişiliğin, gücünü diğer insanları yönlendirmek ve korkutmak için kullanmaktan keyif alan normal çeşitlerinden biridir.

Diğer kişiliklerle de bazı kombinasyonlar yapmak mümkündür. Parlayan sadistler sınırda kişiliğin özelliklerini taşır ve saldırganlıklarını diğer sadistler gibi kontrolü ele geçirme amacıyla değil, duygularını boşaltmak için kullanırlar. Acımasız sadistlerinse negativist veya paranoid özellikleri vardır, özellikle ürkütücü ve zalimdirler. Dayatmacı sadistlerin pek çok kompülsif özelliği vardır ve toplumun sadist süperegosu gibi davranırlar. Omurgasız sadistlerde, düşmancıllığın bir nevi fobi karşıtı eylem niteliği taşıdığı kaçıngan özellikler görülür. Sadistlerin ayrıca negativist, antisosyal, paranoid ve narsisistlerle de ortak noktaları vardır. Ayrıca I. Eksen'deki kaygı bozuklukları, madde kullanımı ve paranoid korkular gibi bazı bozukluklara yatkındırlar.

Depresif kişiler için depresiflik bir semptomdan fazlasıdır. Depresyondan mustarip kimseler gibi depresif kişiler de kendilerini üzgün ve suçlu hissederler ama onların duygusal durumu değersizlik ve yetersizlik hisleriyle belirgin, yaygın ve uzun vadeli bütün bir yapının yansımasıdır. Normalliğe uzanan yelpazede, depresif özellikleri olan kişilerde olumsuz yanlar görülse de bunlar onları tamamen ele geçirmez; durumlarının farkındadırlar fakat eleştirileri yapıcı biçimde değerlendirmeyi de başarırlar.

Depresif kişiliğin diğer kişilik özellikleriyle birleşen pek çok çeşidi vardır. Huysuz depresif; sürekli şikâyet eden, kronik biçimde asabi negativist kişilikten izler taşır. Poz kesen depresif histrionik ve narsisist özelliklerin karışımıdır; acı çekmeyi erdem sayar. Kendini küçümseyen depresiflerde bir kısım bağımlı özellikler vardır; kendilerini suçlu hisseder ve bu suçluluğu kendilerini cezalandırarak hafifletmeye çalışırlar. Hastalıklı depresif ise mazoşist kişilikle ortak özellikle sahiptir ve çoğu zaman I. Eksen'deki klinik depresyona kayar. Huzursuz

depresiflerdeyse kaçıngan özellikler görülür; ıstıraplı ve sıkıntılıdırlar. Depresiflerin ayrıca şizoid, kompülsif ve sınırda kişiliklerle de ortak özellikleri olabilir. Sıklıkla distimi, majör depresyon ve kaygı sendromları tanısı alırlar.

Negativistler bağımlılık duyguları ile kendini ortaya koyma ihtiyacı arasında gidip gelir, çoğu zaman yanlış anlaşıldıklarını hisseder ve hayal kırıklıklarını dolaylı yollardan gösterirler. Birinin kendisine aşırı müdahale ettiğini hisseden ve bu kişinin canını yakmak isteyenlerde bu kişiliğin normal özellikleri görülebilir. Negativist kişiliğin nispeten normal çeşitlerinde de aynı temel eğilimler bulunabilir ancak bu kişiler toplumda işlev gösterme, diğer insanlarla sosyal açıdan iyi anlaşma konusunda sıkıntı yaşamazlar.

Negativist kişiliğin pek çok çeşidi vardır. Dolambaçlı negativist bağımlı özellikler taşır ve başkalarının yoluna gizli gizli taş koyar. Yıpratıcı negativistin sadist kişilikle ortak özellikleri vardır; başkalarına çok daha açıkça düşmancıl ve adi tavırlar sergiler. Hoşnutsuz negativist, negativist özellikleri depresif özelliklerle birleştirir; bu kişiler sürekli sızlanırlar. Salınan negativistler ise sınırda kişiliğin özelliklerini taşırlar; duygu ve tutumları sık sık değişir.

Negativistlerin paranoid, narsisist, antisosyal ve mazoşist gibi diğer kişilik türleriyle de pek çok ortak özelliği vardır. Kaygı, fobiler, depresif dönemler ve paranoid dağılma, negativistin yatkın olduğu I. Eksen bozukluklarından yalnızca birkaçıdır.

# Kaynakça


Abraham, K. (1927a). Character formation on the genital level of the libido. *Selected papers on psychoanalysis* içinde. Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1924)

Abraham, K. (1927b). Contributions to the theory of the anal character. *Selected papers on psychoanalysis* içinde. Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1921)

Abraham, K. (1927c). The influence of oral eroticism on character formation. *Selected papers on psychoanalysis* içinde. Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1924)

Adler, G. (1985). *Borderline psychopathology and its treatment.* Northvale, NJ: Aronson.

Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development,* c. 40, s. 969–1027.

Ainsworth, M. D. S. (1972). Attachment and dependency: A comparison. J. L. Gewirtz (der.), *Attachment and dependency* içinde, s. 97–137. New York: Wiley.

Akhtar, S. (1992). *Broken structures.* Northvale, NJ: Aronson.

Akhtar, S.ve Thomson, J. A., Jr. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 139, s. 12–20.

Akiskal, H. S. (1981). Subaffective disorders: Dysthymic, cyclothymic and bipolar II disorders in the "borderline" realm. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 4, s. 25–46.

Alarcon, R., Foulks, E. ve Vakkur, M. *Personality and culture: Clinical interactions between personality, personality disorders, and culture.* Cultural Diversity and Mental Health, c.1, s. 3-17.

Alexander, F. (1930). The neurotic character. *International Journal of Psychoanalysis,* c. 11, s. 292–313.

Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation.* New York: Holt.

Allport, G. W. ve Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs,* c. 47 (n. 211).

Almagor, M., Tellegen, A. ve Waller, N. G. (1995). The Big Seven Model: A cross-cultural replication and further exploration of the basic dimensions of natural language trait descriptors. *Journal of Personality and Social Psychology,* c. 69, s. 300–307.

Alneas, R. ve Torgersen, S. (1997). Personality and personality disorders predict development and relapses of major depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica,* c. 95(4), s. 336–342.

American Psychiatric Association. (1952). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders.* Washington, DC: Author.

American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3. bs.). Washington, DC: Author.

American Psychiatric Association. (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3. gözden geçirilmiş bs.). Washington, DC: Author. [Türkçesi: DSM-III-R, HYB, 1989, çev. E. Köroğlu]

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4. bs.). Washington, DC: Author.

American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4. gözden geçirilmiş bs.) Washington, DC: Author [Türkçesi: DSM-IV-TR Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı, HYB, 2005, çev. E. Köroğlu)].

Apt, C. ve Hurlbert, D. (1994). The sexual attitudes, behavior, and relationships of women with histrionic personality disorder. *Journal of Sex and Marital Therapy,* c. 20(2), s. 125–133.

Arieti, S. (1955). *Interpretation of schizophrenia.* New York: Brunner/Mazel.

Auchincloss, E. L. ve Weiss, R. W. (1994). Paranoid character and intolerance of indifference. J. M. Oldham ve S. Bone (der.), *Paranoia: New psychoanalytic perspectives* içinde, s. 27–48. Guilford, CT: International Universities Press.

Bak, R. C. (1946). Masochism in paranoia. *Psychoanalytic Quarterly,* c. 15, s. 285–301.

Balthazar, M. L. ve Cook, R. J. (1984). An analysis of the factors related to the rate of violent crimes committed by incarcerated female delinquents. *Journal of Offender Counseling, Services, and Rehabilitation,* c. 19, s. 103–118.

Bartlett, F. C. (1932). *Remembering.* Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

Bates, J. E. (1980). The concept of difficult temperament. *Merrill-Palmer Quarterly,* c. 26, s. 299–319.

Bates, J. E. (1987). Temperament in infancy. J. D. Osofsky (der.), *Handbook of infancy* (2. bs.) içinde, , s. 1101–1149. New York: Wiley.

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J. ve Weakland, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science,* c. 1, s. 251–256.

Bateson, G. ve Ruesch, J. (1951). *Communication, the social matrix of psychiatry.* New York: Norton.

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs,* c. 75, s. 43–83.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph,* c. 4 (1 ve 2. kısım).

Baumrind, D. (1980). New directions in socialization research. *American Psychologist,* c. 35, s. 639–652.

Beck, A. T. (1963). Thinking and depression: Idiosyncratic content and cognitive distortions. Archives of General Psychiatry, c. 9, s. 324–344.

Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders New York: International Universities Press. [Türkçesi: Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar, Litera Yay, çev. V. Öztürk ve A. Türkcan].

Beck, A. T., Freeman, A. F., vd. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders.* New York: Guilford Press.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. ve Emory, G. (1979). *Cognitive therapy of depression.* New York: Guilford Press.

Belsky, J. ve Rovine, M. (1987). Temperament and attachment security in the strange situation: An empirical rapprochement. *Child Development,* c. 58, s. 787–795.

Benedict, R. (1934). *Patterns of culture.* New York: Houghton Mifflin.

Benjamin, L. S. (1974). Structured analysis of social behavior. *Psychological Review,* c. 81, s. 392–425.

Benjamin, L. S. (1986). Adding social and intrapsychic descriptors to Axis I of *DSM-III.* T. Millon ve G. L. Klerman (der.), *Contemporary directions in psychopathology: Toward the DSM- IV* içinde, s. 599–638. New York: Guilford Press.

Benjamin, L. S. (1996). *Interpersonal diagnosis and treatment of personality disorders.* New York: Guilford Press.

Berman, S. M. W. ve McCann, J. T. (1995). Defense mechanisms and personality disorders: An empirical test of Millon's theory. *Journal of Personality Assessment,* c. 64(1), s. 132–144.

Bernstein, D. P., Useda, D. ve Siever, L. J. (1995). Paranoid personality disorder. W. J. Livesley (der.), *The DSM-IV personality disorders* içinde, s. 45–57. New York: Guilford Press.

Beutler, L. E. (1986). Systematic eclectic psychotherapy. J. Norcross (der.), *Handbook of eclectic psychotherapy* içinde, s. 74–131. New York: Brunner/Mazel.

Beutler, L. E. ve Clarkin, J. F. (1990). *Systematic treatment selection.* New York: Brunner/Mazel.

Bibring, E. (1953). The mechanism of depression. P. Greenacre (der.), *Affective disorders* içinde, New York: International Universities Press.

Billings, A. G. ve Moos, R. H. (1982). Psychosocial theory and research on depression: An integrative framework and review. *Clinical Psychology Review,* c. 2, s. 213–237.

Birnbaum, K. (1909). *Die psychopathischen Verbrecker.* Leipzig, Almanya: Thieme.

Black, D. W. ve Noyes, R. (1997). Obsessive-compulsive disorder and Axis II. *International Review of Psychiatry,* c. 9(1), s. 111–118.

Blacker, K. ve Tubin, J. (1991). Hysteria and hysterical structures: Developmental and social theories. M. J. Horowitz (der.), *Hysterical personality* içinde, s. 95–142. New York: Aronson.

Blair, R. J. R. (1995). A cognitive developmental approach to morality: Investigating the psychopath. *Cognition,* c. 57, s. 1–29.

Blair, R. J. R., Jones, L., Clark, F. ve Smith, M. (1995). Is the psychopath morally insane? *Personality and Individual Differences,* c. 19, s. 741–752.

Blair, R. J. R., Jones, L., Clark, F. ve Smith, M. (1997). The psychopathic individual: A lack of responsiveness to distress cues? *Psychophysiology,* c. 34, s. 192–198.

Blais, M. A., Hilsenroth, M. J. ve Castlebury, F. D. (1997). Content validity of the *DSM-IV* borderline and narcissistic personality disorder criteria sets. *Comprehensive Psychiatry,* c. 38(1), s. 31–37.

Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *Psychoanalytic Study of the Child,* c. 29, s. 107–157.

Bleuler, E. (1906). *Affectivitat, suggestibilitat, paranoia.* Halle, Almanya: Marhold.

Bleuler, E. (1922). Die probleme der schizoidie und der syntonie. Zeitschrift fuer die gesamte. *Nurologie und Psychiatrie,* c. 78, s. 373–388.

Bleuler, E. (1924). *Textbook of psychiatry.* New York: Macmillan.

Bleuler, E. (1929). Syntonie–schizoidie–schizophrenie. *Neurologie und Psychopathologie,* c. 38, s. 47–64.

Bleuler, E. (1950). *Dementia praecox or the group of schizophrenias* (çev. J. Zinkin). New York: International Universities Press. (İlk yayımlanma tarihi 1911)

Bloom, B. L. (1992). *Planned short-term psychotherapy: A clinical handbook.* Boston: Allyn ve Bacon.

Blum, H. (1980). Paranoia and beating fantasy: Psychoanalytic theory of paranoia. *Journal of* the *American Psychoanalytic Association,* c. 28, s. 331–361.

Blum, H. (1981). Object inconstancy and paranoid conspiracy. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 29, s. 789–813.

Bockian, N. R. (2002). *New Hope for People With Borderline Personality Disorder.* Roseville, CA: Prima Publishing.

Bornstein, R. F. (1993). *The dependent personality.* New York: Guilford Press.

Bornstein, R. F. (2001). A meta-analysis of the dependency-eating-disorders relationship: Strength, specif icity, and temporal stability. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment,* c. 23, s. 151–162.

Bornstein, R. F., Rossner, S. C., Hill, E. L. ve Stepanian, M. L. (1994). Face validity and fakability of objective and projective measures of dependency. *Journal of Personality Assessment,* s. 63, c. 363–386.

Bouchard, T. J., Lykken, D. T., McGue, M., Segal, N. L. ve Tellegen, A. (1990). Sources of human psychological differences: The Minnesota study of twins reared apart. *Science,* c. 250, s. 223–228.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, I. Attachment.* New York: Basic Books [Türkçesi: Bağlanma, Pinhan Yay. 2013, çev. T. V. Soylu].

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: II. Separation: Anxiety and anger.* New York: Basic Books. [Türkçesi: Ayrılma, Pinhan Yay. 2013, çev. T. V. Soylu]

Breuer, J. ve Freud, S. (1895). *Studies on hysteria.* Leipzig: F. Deuticke.

Briquet, P. (1859). *Traité clinique et therapeutique de l'hystérie.* Paris: J. B. Balliere & Fils.

Brown, L. S. (1992). A feminist critique of the personality disorders. L. S. Brown ve M. Ballou (der.), *Personality and psychopathology: Feminist reappraisals* içinde, s. 206–228. New York: Guilford Press.

Buchsbaum, M. S., Yang, S., Hazlett, E., Siegel, B. V., Jr., Germans, M., Haznedar, M., vd. (1997). Ventricular volume and asymmetry in schizotypal personality disorder and schizophrenia assessed with magnetic resonance imaging. *Schizophrenia Research,* c. 27(1), s. 45–53.

Budman, S. H. (1981). Looking toward the future. S. H. Budman (der.), *Forms of brief therapy* içinde, s. 461–467. New York: Guilford Press.

Budman, S. H. ve Gurman, A. S. (1988). *Theory and practice of brief therapy.* New York: Guilford Press.

Bursten, B. (1972). The manipulative personality. *Archives of General Psychiatry,* c. 26, s. 318–321.

Bursten, B. (1973). Some narcissistic personality types. *International Journal of Psychoanalysis,* c. 54, s. 287–300.

Buss, A. H. ve Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Buss, D. M. ve Shackelford, T. K. (1997). Susceptibility to infidelity in the first year of marriage. *Journal of Research in Personality,* c. 31, s. 193–221.

Butcher, J. N., Dahlstrom, W. G., Graham, J. R., Tellegen, A. ve Kaemmer, B. (1989). *Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2 (MMPI-2). Manual for administration and scoring.* Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.

Butcher, J. N., Williams, C. L., Graham, J. R., Archer, R. P., Tellegen, A., Ben-Porath, Y. S., vd. (1992). *MMPI-A (Minnesota Multiphasic Personality Inventory-Adolescent): Manual for administration, scoring, and interpretation.* Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.

Cadoret, R. J., Troughton, E., Bagford, J. ve Woodworth, G. (1990). Genetic and environmental factors in adoptee antisocial personality. *European Archives of Psychiatric Neurologic Science,* c. 239, s. 231–240.

Cale, E. M. ve Lilienfeld, S. O. (2002). Histrionic personality manifestations of psychopathy? *Journal of Personality Disorders,* c. 16(1), s. 52–72.

Calsyn, D. A., Fleming, C., Wells, E. A. ve Saxon, A. J. (1996). Personality disorder subtypes among opiate addicts in methadone maintenance. *Psychology of Addictive Behaviors,* c. 10(1), s. 3–8.

Cameron, N. (1947). *The psychology of the behavior disorders.* Boston: Houghton-Mifflin.

Cameron, N. (1963). *Personality development and psychopathology.* Boston: Houghton Mifflin.

Cameron, N. ve Margaret, A. (1951). *Behavior pathology.* Boston: Houghton Mifflin.

Campbell, S. B. (1973). Mother-infant interaction in reflective, impulsive, and hyperactive children. *Developmental Psychology,* c. 8, s. 341–349.

Caplan, P. J. (1991). How do they decide who is normal? The bizarre, but true, tale of the *DSM* process. *Canadian Psychology,* c. 32, s. 162–170.

Carson, R. C. (1969). *Interaction concepts of personality.* Chicago: Aldine.

Cattell, R. B. (1971). *Abilities: Their structure, growth, and action.* New York: Harcourt Brace and Jovanovich.

Cattell, R. B. (1982). *The inheritance of personality and ability.* New York: Academic Press.

Celesia, G. G. ve Barr, A. N. (1970). Psychosis and other psychiatric manifestations of levodopa therapy. *Archives of Neurology,* c. 23.

Chabrol, H., Telmon, N., Peresson, G., Alengrin, D., Bras, P., Rouge, D., vd. (1995). Psychopathology of victims of aggression. *Medicine and Law,* c. 14, s. 631–633.

Charcot, J. (1875). *Leóns sur les maladies du système nerveux* (2. bs.). Paris: Delahaye.

Chatterjee, A., Strauss, M. E., Smyth, K. A. ve Whitehouse, P. J. (1992). Personality changes in Alzheimer's disease. *Archives of Neurology,* c. 49(5), s. 486–491.

Chess, S. ve Thomas, A. (1984). *Origins and evolution of behavior disorders.* New York: Brunner/ Mazel.

Chomsky, N. (1959). A review of C. F. Skinner's "Verbal Behavior." *Language,* c. 35, s. 26–58.

Cicchetti, D. ve Beeghly, M. (1987). Symbolic development in maltreated youngsters: An organizational perspective. D. Cicchetti ve M. Beeghly (der.), *Atypical symbolic development* içinde, s. 47–68. San Francisco: Jossey-Bass.

Cicchetti, D. ve Carlson, V. (der.). (1989). *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect.* New York: Cambridge University Press.

Circirelli, V. G. (1982). Sibling influence throughout the lifespan. M. E. Lamb ve B. Sutton-Smith (der.), *Sibling relationships* içinde, s. 267–284. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Claridge, G., Clark, K. ve Davis, C. (1997). Nightmares, dreams, and schizotypy. *British Journal of Clinical Psychology,* c. 36(3), s. 377–386.

Claridge, G., Davis, C., Bellhouse, M. ve Kaptein, S. (1998). Borderline personality, nightmares, and adverse life events in the risk for eating disorders. *Personality & Individual Differences,* c. 25(2), s. 339–351.

Clark, L. A. (1990). Toward a consensual set of symptom clusters for assessment of personality disorder. J. N. Butcher ve C. D. Spielberger (der.), *Advances in personality assessment* (Cilt 8) içinde, s. 243–266. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Clark, L. A., McEwen, J. L., Collard, L. M. ve Hickok, L. G. (1993). Symptoms and traits of personality disorder: Two new methods for their assessment. *Psychological Assessment,* c. 5(1), s. 81–91.

Clausen, J. (1966). *Ability structure and subgroups in mental retardation.* Oxford, İngiltere: Spartan Books.

Cleckley, H. (1941). *The mask of sanity.* St. Louis, MO: Mosby.

Cleckley, H. (1950). *The mask of sanity* (2. bs.). St. Louis, MO: Mosby.

Cleckley, H. (1964). *The mask of sanity* (4. bs.). St. Louis, MO: Mosby.

Cleckley, H. (1988). *The mask of sanity: An attempt to clarify some issues about the so-called psychopathic personality.* (Gözden geçirilmiş bs.). St. Louis, MO: Mosby.

Cloninger, C. R. (1978). The link between hysteria and sociopathy: An integrative model of pathogenesis based on clinical, genetic, and neurophysiological observations. H. S. Akiskal ve W. L. Webb (der.), *Psychiatric diagnosis: Explorations of biological predictors* içinde, s. 189–218. New York: Spectrum.

Cloninger, C. R. (1986). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments,* c. 3, s. 167–226.

Cloninger, C. R. (1987a). Neurogenetic adaptive mechanisms in alcoholism. *Science,* c. 236, s. 410–416.

Cloninger, C. R. (1987b). A systematic method for clinical description and classification of personality variants. *Archives of General Psychiatry,* c. 44, s. 573–588.

Cloninger, C. R. ve Guze, S. B. (1975). Hysteria and parental psychiatric illness. *Psychological Medicine,* c. 5, s. 27–31.

Cloninger, C. R., Przybeck, T. R. ve Svrakic, D. M. (1991). The tridimensional personality questionnaire: U.S. normative data. *Psychological Reports,* c. 69, s. 1047–1057.

Cloninger, C. R., Reich, T. ve Guze, S. B. (1978). Genetic-environmental interactions and antisocial behavior. R. D. Hare ve D. Schalling (der.), *Psychopathic behavior: Approaches to research* içinde. Chichester, İngiltere: Wiley.

Colligan, R. C., Morey, L. C. ve Offord, K. P. (1994). The MMPI/MMPI-2 personality disorder scales: Contemporary norms for adults and adolescents. *Journal of Clinical Psychology,* c. 50(2), s. 168–200.

Coolidge, F. L. ve Merwin, M. M. (1992). Reliability and validity of the Coolidge Axis II Inventory: A new inventory for the assessment of personality disorders. *Journal of Personality Assessment,* c. 59(2), s. 223–238.

Coolidge, J. C. ve Brodie, R. D. (1974). Observations of mothers of 49 school phobic children. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry,* c. 13, s. 275–285.

Cornell, D. G., Warren, J., Hawk, G. ve Stafford, E. (1996). Psychopathy in instrumental and reactive violent offenders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* c. 64(4), s. 783–790.

Costa, P. T., Jr. ve McCrae, R. R. (1989). *The NEOPI/NEO-FFI manual supplement.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Costa, P. T., Jr. ve McCrae, R. R. (1992). *The NEO- PI-R manual.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Crick, N. R. (1995). Relational aggression: The role of intent attributions, feelings of distress, and provocation type. *Development and Psychopathology,* c. 7, s. 313–322.

Crick, N. R. ve Bigbee, M. A. (1998). Relational and overt forms of peer victimization: A multiinformant approach. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* c. 66, s. 337–347.

Crick, N. R. ve Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development,* c. 66, s. 710–722.

Crittenden, P. M. (1990). Internal representation models of attachment relationships. *Infant Mental Health Journal,* c. 11, s. 259–277.

Crockenberg, S. (1985). Toddler's reaction to maternal anger. *Merrill-Palmer Quarterly,* c. 31, s. 361–373.

Cronbach, L. J. ve Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin,* c. 52, s. 281–302.

Crosby, R. M. ve Hall, M. J. (1992). Psychiatric evaluation of self-referred and non-self-referred active duty military members. *Military Medicine,* c. 157, s. 224–229.

Cummings, J. S., Pellegrini, D. S., Notarius, C. I. ve Cummings, E. M. (1989). Children's responses to angry adults as a function of marital distress and history of interparent hostility. *Child Development,* c. 60, s. 1035–1043.

Dabbs, J. M., Hopper, C. H. ve Jurkovic, G. J. (1990). Testosterone and personality among college students and military veterans. *Personality and Individual Differences,* c. 11(12), s. 1263–1269.

Dabbs, J. M. ve Morris, R. (1990). Testosterone, social class, and antisocial behavior in a sample of 4,462 men. *Psychological Science,* c. 1(3), s. 209–211.

Dahl, A. A. (1996). The relationship between social phobia and avoidant personality disorder: Workshop report 3. *International Clinical Psychopharmacology, c.* 11 (Ek 3), s. 109–112.

Davanloo, H. (der.). (1980). *Short-term dynamic psychotherapy.* Northvale, NJ: Aronson.

Davidson, E. H. (1986). *Gene activity in early development.* Orlando, FL: Academic Press.

Davis, J. O. ve Phelps, J. A. (1995). Twins with schizophrenia: Genes or germs? *Schizophrenia Bulletin,* c. 21(1), s. 13–18.

Deckel, A. W., Hesselbrock, V. M. ve Bauer, L. (1996). Antisocial personality disorder, childhood delinquency, and frontal brain functioning: EEG and neuropsychological findings. *Journal of Clinical Psychology,* c. 52(6), s. 639–650.

DeNeve, K. ve Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin,* c. 124(2), s. 197–229.

Derlega, V. J., Winstead, B. A. ve Jones, W. H. (1991). *Personality: Contemporary theory and research.* Chicago: Nelson-Hall.

Deutsch, H. (1942). Some forms of emotional disturbance and their relationship to schizophrenia. *Psychoanalytic Quarterly,* c. 11, s. 301–321.

Dodge, K., Murphy, R. ve Buchsbaum, K. C. (1984). The assessment of intention cue detection skills in children: Implications for developmental psychopathology. *Child Development,* c. 55, s. 163–173.

Dohrenwend, B. P. ve Dohrenwend, B. S. (1976). Sex differences and psychiatric disorders. *American Journal of Sociology,* c. 81, s.1447–1454.

Dornbusch, S. M., Ritter, P. L., Leiderman, P. H. ve Roberts, D. F. (1987). The relation of parenting style to adolescent school performance. *Child Development,* c. 58, s. 1244–1257.

Dorr, A. (1985). Contexts for experience with emotion, with special attention to television. M. Lewis ve C. Saarni (der.), *The socialization of emotions* içinde, s. 55–85. New York: Plenum Press.

Dubo, E., Zanarini, M., Lewis, R. ve Williams, A. (1997). Childhood antecedents of self-destructiveness in borderline personality disorder. *Canadian Journal of Psychiatry,* c. 42, s. 63–69.

Duchene, A., Graves, R. E. ve Brugger, P. (1998). Schizotypal thinking and associative processing: A response commonality analysis of verbal fluency. *Journal of Psychiatry and Neuroscience,* c. 23(1), s. 56–60.

Dunn, J. ve Kendrick, C. (1981). Interaction between young siblings: Associations with the interactions between mothers and first-born. *Developmental Psychology,* c. 17, s. 336–343.

Easser, B. R. ve Lesser, S. R. (1965). Hysterical personality: A reevaluation. *Psychoanalytic Quarterly,* c. 34, s. 389–405.

Egan, S. ve Perry, D. (1998). Does low self-regard invite victimization? *Developmental Psychology,* c. 34(2), s. 299–309.

Ellason, J. W., Ross, C. A. ve Fuchs, D. L. (1995). Assessment of dissociative identity disorder with the Millon Clinical Multiaxial Inventory–II. *Psychological Reports,* c. 76, s. 895–905.

Ellason, J. W., Ross, C. A. ve Fuchs, D. L. (1996). Lifetime Axis I and II comorbidity and childhood trauma history in dissociative identity disorder. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes,* c. 59(3), s. 255–266.

Elliott, C. ve Gillett, G. (1992). Moral insanity and practical reason. *Philosophical Psychology,* c. 5(1), s. 53–67.

El Sheikh, M., Cummings, E. M. ve Goetsch, V. (1989). Coping with adult's angry behavior: Behavioral, physiological, and verbal responses in preschoolers. *Developmental Psychology,* c. 25, s. 490–498.

Emde, R. N. (1979). Positive emotions for psychoanalytic theory: Surprises from infancy research and new directions. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 39, s. 5–44.

Emde, R. N. (1989). The infant's relationship experience: Developmental and affective aspects. A. Sameroff ve R. N. Emde (der.), *Relationship disturbances in early childhood: A developmental approach* içinde, s. 33–51. New York: Basic Books.

Emery, R. E. (1982). Interparental conflict and the children of discord and divorce. *Psychological Bulletin,* c. 92, s. 310–330.

Erikson, E. H. (1956). The problem of ego identity. Journal of the American Psychoanalytic Association, c. 4, s. 66–81.

Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle.* New York: International Universities Press.

Escalona, S. (1968). *Roots of individuality.* Chicago: Aldine.

Escalona, S. ve Heider, G. (1959). *Prediction and outcome.* New York: Basic Books.

Escalona, S. ve Leitch, M. (1953). *Early phases of* personality development. Champaign, IL: Child Development.

Escovar, L. A. (1997). The Millon inventories: Sociocultural considerations. T. Millon (der.), *The Millon inventories: Clinical and personality assessment* içinde, s. 264–285. New York: Guilford Press.

Eysenck, H. J. (1964). *Crime and personality.* Boston: Houghton Mifflin.

Eysenck, H. J. (1967). *The biological basis of personality.* Springfield. IL: Thomas.

Fahlen, T. (1997). Personality traits in social phobia: I. Comparisons with healthy controls. *Journal of Clinical Psychiatry,* c. 56(12), s. 560–568.

Fairbairn, W. R. D. (1940). *An object-relations theory of the personality.* New York: Basic Books.

Farrington, D. P. (1977). The effects of public labeling. *British Journal of Criminology,* c. 17, s. 112–125.

Feinstein, A. R. (1977). A critical overview of diagnosis in psychiatry. V. M. Rakoff, H. C. Stancer ve H. B. Kedward (der.), *Psychiatric diagnosis* içinde, s. 186–206. New York: Brunner/Mazel.

Feldman, R. B., Zelkowitz, P., Weiss, M. ve Vogel, J. (1995). A comparison of the families of mothers with borderline and nonborderline personality disorders. *Comprehensive Psychiatry,* c. 36, s. 157–163.

Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis* [Türkçesi: Nevrozların psikanalitik teorisi, Ege Üniv., 1974, çev. Selçuk Tuncer]. New York: Norton.

Fennig, S. ve Carlson, G. (1995). The importance of childhood psychopathology in the assessment of adult psychopathology. *Psychiatric Annals,* c. 25(4), s. 201–211.

Ferenczi, S. (1919). Sonntagsneurosen. *International Journal for Psycfhoanalysis,* c. 5, s. 46–48.

Ferenczi, S. (1980). Stages in the development of a sense of reality. *First contributions to psychoanalysis* içinde, s. 213–239. New York: Brunner/Mazel. (İlk yayımlanma tarihi 1913)

Fergusson, D. M., Horwood, L. J. ve Lynskey, M. T. (1993). Prevalence and comorbidity of *DSM-III- R* diagnoses in a birth cohort of 15 year olds. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry,* c. 32, s. 1127–1134.

Ferrari, J. R. (1995). Perfectionism cognitions with nonclinical and clinical samples. *Journal of Social Behavior and Personality,* c. 10(1), s. 143–156.

Ferri, E. (1976). *Growing up in a one-parent family.* Slough, İngiltere: NFER.

Ferster, C. B. (1973). A functional analysis of depression. *American Psychologist,* c. 28, s. 857–871.

Feske, U., Perry, K. J., Chambless, D. L., Renneberg, B. ve Goldstein, A. J. (1996). Avoidant personality disorder as a predictor for treatment outcome among generalized social phobics. *Journal of Personality Disorders,* c. 10(2), s. 174–184.

Field, T. M. (1985). Affective responses to separation. T. B. Brazelton ve M. W. Yogman (der.), *Affective development in infancy* içinde. Norwood, NJ: Ablex.

Fiester, S. J. (1991). Self-defeating personality disorder: A review of data and recommendations for *DSM-IV. Journal of Personality Disorders,* c. 5(2), s. 194–209.

Fiester, S. J. ve Gay, M. (1991). Sadistic personality disorder: A review of data and recommendations for *DSM-IV. Journal of Personality Disorders,* c. 5, s. 376–385.

First, M. B., Gibbon, M., Spitzer, R. L., Williams, J. B. W. ve Benjamin, L. S. (1997). *User's guide for the structured clinical interview for DSM-IV Axis II personality disorders.* Washington, DC: American Psychiatric Press.

Fleming, B. (1990). Dependent personality disorder. A. T. Beck ve A. Freeman (der.), *Cognitive therapy of personality disorders* içinde, s. 283–308. New York: Guilford Press.

Ford, M. R. ve Widiger, T. A. (1989). Sex bias in the diagnosis of histrionic and antisocial personality disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* c. 57, s. 301–304.

Frances, A. (1985). Validating schizotypal personality disorder: Problems with the schizophrenia connection. *Schizophrenia Bulletin,* c. 11, s. 595–597.

Frank, J. D. (1961). *Persuasion and healing.* Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Frank, L. K. (1936). *Projective methods.* Springfield, IL: Thomas.

Freedman, M. B., Leary, T., Ossorio, A. G. ve Coffey, H. S. (1951). The interpersonal dimension of personality. *Journal of Personality,* c. 20, s. 143–161.

Freud, S. (1924). The economic problem of masochism. J. Strachey (der. & çev.), *The standard edition of the works of Sigmund Freud* (Cilt 19) içinde, s. 159–170. New York: Norton.

Freud, S. (1925a). Character and anal eroticism. J. Strachey (der. & çev.), *The standard edition of the works of Sigmund Freud* (Cilt 9) içinde, s. 169–175. New York: Norton. (İlk yayımlanma tarihi 1908)

Freud, S. (1925b). On narcissism: An introduction. *Collected papers* (Cilt 4) içinde, Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1914)

Freud, S. (1925c). Some character types met with in psychoanalytic work. J. Strachey (der. ve çev.), *The standard edition of the works of Sigmund Freud* (Cilt 14) içinde, s. 310–333. Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1916)

Freud, S. (1950). Libidinal types. *Collected papers* (Cilt 5) içinde. Londra: Hogarth. (İlk yayımlanma tarihi 1931)

Frick, P. J. ve Loney, B. R. (1999). Outcomes of children and adolescents with oppositional defiant disorder and conduct disorder. H. C. Quay ve A. E. Hogan (der.), *Handbook of disruptive behavior disorders* içinde, s. 507–524. Boston, MA: Plenum Press.

Friedlander, K. (1945). Formation of the antisocial character. *Psychoanalytic Study of the Child,* c. 1, s. 189–203.

Fromm, E. (1947). *Man for himself* New York: Holt, Rinehart and Winston. [Türkçesi: Kendini savunan insan, Say Yay, çev. Necla Arat)]

Fromm, E. (1955). *The sane society* New York: Holt, Rinehart and Winston. [Türkçesi: Sağlıklı toplum, Payel Yay., çev. Zeynep Tanrısever].

Frosch, J. (1960). Psychotic character. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 8, s. 544–555.

Frosch, J. (1964). The psychotic character. *Psychiatric Quarterly,* c. 38, s. 81–96.

Frosch, J. (1970). Psychoanalytic considerations of the psychotic character. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 18, s. 24–50.

Gabbard, O. G. (1994). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice.* Washington, DC: American *Psychiatric Press.*

Galletly, C. (1997). Borderline-dissociation comorbidity. *American Journal of Psychiatry,* c. 154, s. 1629.

Gardner, H. (1985). *The mind's new science: A history of the cognitive revolution.* New York: Basic Books.

Garfield, S. L. (1957). *Introducing clinical psychology.* New York: Macmillan.

Garmezy, N. (1986). Developmental aspects of children's responses to the stress of separation and loss. M. Rutter, C. E. Izard ve P. B. Read (der.), *Depression in young people: Developmental and clinical perspectives* içinde, s. 297–323. New York: Guilford Press.

Gay, P. (1988). *Freud: A life for our time.* New York: Norton.

Gibbs, N. A. ve Oltmanns, T. F. (1995). The relation between obsessive-compulsive personality traits and subtypes of compulsive behavior. *Journal of Anxiety Disorders,* c. 9(5), s. 397–410.

Gilligan, C. (1981). *In a different voice* Cambridge, MA: Harvard University Press. [Türkçesi, Kadının farklı sesi, Pinhan Yay., çev. M. Elma, D. Dinçer ve F. Arısan)].

Gillstrom, B. J. ve Hare, R. D. (1988). Language related hand gestures in psychopaths. *Journal of Personality Disorders,* c. 2(1), s. 21–27.

Gittelman, R., Mannuzza, S., Shenker, R. ve Bonagura, N. (1985). Hyperactive boys almost grown up: I. Psychiatric status. *Archives of General Psychiatry,* c. 42, s. 937–947.

Glickhauf-Hughes, C. ve Wells, M. (1995). Narcissistic characters with obsessive features: Diagnostic and treatment considerations. *American Journal of Psychoanalysis,* c. 55(2), s. 129–143.

Glidewell, J. C. (der.). (1961). *Parental attitudes and child behavior.* Oxford, İngiltere: Charles C Thomas.

Goldsmith, H. H. ve Gottesman, I. I. (1981). Origins of variation in behavioral style: A longitudinal study of temperament in young twins. *Child Development,* c. 52, s. 91–103.

Gosling, S. D., John, O. P., Craik, K. H. ve Robins, R. W. (1998). Do people know how they behave? Self-reported act frequencies compared with online codings by observers. *Journal of Personality and Social Psychology,* c. 74(5), s. 1337–1349.

Gottman, J. M. ve Katz, L. F. (1989). Effects of marital discord on young children's peer interaction and health. *Developmental Psychology,* c. 25, s. 373–381.

Graham, J. R. (1990). *MMPI-2: Assessing personality and psychopathology.* New York: Oxford University Press.

Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress* (2. bs.). Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

Greenberg, J. R. ve Mitchell, S. A. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

Griesinger, W. (1867). *Mental pathology and therapeutics.* Londra: New Syndenham Society. (İlk yayımlanma tarihi 1845)

Griesinger, W. (1868). A little recognized psychopathic state. *Archiv fuer Psychiatric und Neurologie,* c. 1, s. 626–631.

Grinker, R. R., Werble, B. ve Drye, R. C. (1968). *The borderline syndrome.* New York: Basic Books.

Grove, W. M., Eckert, E. D. ve Heston, L. (1990). Heritability of substance abuse and antisocial behavior: A study of monozygotic twins reared apart. *Biological Psychiatry,* c. 27(12), s. 1293–1304.

Gruzelier, J. H. ve Kaiser, J. (1996). Syndromes of schizotypy and timing of puberty. *Schizophrenia Research,* c. 21(3), s. 183–194.

Gunderson, J. G. (1977). Characteristics of borderlines. P. Hartcoills (der.), *Borderline personality disorders* içinde, s. 173–192. New York: International Universities Press.

Gunderson, J. G. (1979). The relatedness of borderline to schizophrenic disorders. *Schizophrenia Bulletin,* c. 5, s. 17–23.

Gunderson, J. G. (1984). *Borderline personality disorder.* Washington, DC: American Psychiatric Press.

Gunderson, J. G., Carpenter, W. ve Strauss, J. S. (1975). Borderline and schizophrenic patients: A comparative study. *American Journal of Psychiatry,* c. 132, s. 1257–1264.

Gunderson, J. G., Kolb, J. E. ve Austin, V. (1981). The diagnostic interview for borderline patients. *American Journal of Psychiatry,* c. 138, s. 896–903.

Gunderson, J. G., Phillips, K. A., Triebwasser, J. ve Hirschfeld, R. M. A. (1994). The diagnostic interview for depressive personality. *American Journal of Psychiatry,* c. 151(9), s. 1300–1304.

Gunderson, J. G. ve Ronningstam, E. (1990). *Diagnostic interview for narcissism* (2. bs.). Belmont, MA: McLean Hospital.

Gunderson, J. G., Ronningstam, E. ve Bodkin, A. (1990). The diagnostic interview for narcissistic patients. *Archives of General Psychiatry,* c. 47(7), s. 676–680.

Gunderson, J. G. ve Singer, M. T. (1975). Defining borderline patients: An overview. *American Journal of Psychiatry,* c. 132, s. 1–10.

Gunderson, J. G., Zanarini, M. C. ve Kisiel, C. L. (1995). Borderline personality disorder. W. J. Livesley (der.), *The* DSM-IV *personality disorders* içinde, s. 141–157. New York: Guilford Press.

Guntrip, H. (1952). A study of Fairbairn's theory of schizoid reactions. *British Journal of Medical Psychology,* c. 25, s. 86–104.

Guzder, J., Paris, J., Zelkowitz, P. ve Marchessault, K. (1996). Risk factors for borderline pathology in children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry,* c. 35(1), s. 26–33.

Hall, G. ve Habbits, P. (1996). Shadowing on the basis of contextual information in individuals with schizotypal personality. *British Journal of Clinical Psychology,* c. 35(4), s. 595–604.

Hamburger, M. E., Lilienfeld, S. O. ve Hogben, M. (1996). Psychopathy, gender, and gender roles: Implications for antisocial and histrionic personality disorders. *Journal of Personality Disorders,* c. 10(1), s. 41–55.

Hampton, W. H. ve Burnham, V. S. (1990). *The two-edged sword: A study of the paranoid personality in action.* Santa Fe, NM: Sunstone Press.

Hare, R. D. (1978). Electrodermal and cardiovascular correlates of psychopathy. R. D. Hare ve D. Schalling (der.), *Psychopathic behavior: Approaches to research* içinde, s. 107–143. New York: Wiley.

Hare, R. D. (1991). *The Hare psychopathy checklist–revised manual.* Toronto, Ontario, Kanada: Multi-Health Systems.

Hare, R. D. (1993). *Without conscience: The disturbing world of the psychopaths among us.* New York: Pocket Books.

Hare, R. D., Harpur, T. J., Haskstian, A. R., Forth, A. E., Hart, S. D. ve Newman, J. P. (1990). The revised psychopathy checklist: Reliability and factor structure. *Psychological Assessment,* c. 2, s. 338–341.

Hare, R. D. ve McPherson, L. M. (1984). Psychopathy and perceptual asymmetry during verbal dichotic listening. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 71, s. 223–235.

Harkness, A. R. ve McNulty, J. L. (1994). The personality psychopathology five (PSY-5): Issues from the pages of a diagnostic manual instead of a dictionary. S. Strack ve M. Lorr (der.), *Differentiating normal and abnormal personality* içinde, s. 291–315. New York: Springer.

Harris, G. T., Rice, M. E. ve Cormier, C. A. (1991). Psychopathy and violent recidivism. *Law and Human Behavior,* c. 15, s. 625–637.

Hartmann, H. (1958). *Ego psychology and the problem of adaptation* New York: International Universities Press. [Türkçesi: Ben psikolojisi ve uyum sorunu, Metis Yay., çev. Banu Büyükkal)]

Hartung, C. M. ve Widiger, T. A. (1998). Gender differences in the diagnosis of mental disorders: Conclusions and controversies of the *DSM-IV. Psychological Bulletin,* c. 123, s. 260–278.

Herman, J. L. ve van der Kolk, B. A. (1987). Traumatic antecedents of borderline personality disorder. B. A. van der Kolk (der.), *Psychological trauma* içinde, s. 111–126. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Herpertz, S. (1995). Self-injurious behavior: Psychological and nosological characteristics in subtypes of self-injurers. *Acta Psychiatrica Scandinavica,* c. 91(1), s. 57–68.

Hesselbrock, V. M., Meyer, R. E. ve Keener, J. J. (1985). Psychopathology in hospitalized alcoholics. *Archives of General Psychiatry,* c. 42, s. 1050–1055.

Hetherington, E. M. (1972). Effects of paternal absence on personality development in adolescent daughters. *Developmental Psychology,* c. 7, s. 313–326.

Hetherington, E. M., Cox, M. ve Cox, C. R. (1982). Effects of divorce on parents and children. M. Lamb (der.), *Nontraditional families* içinde, s. 223–288. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Hinshaw, S. P., Lahey, B. B. ve Hart, E. L. (1993). Issues of taxonomy and comorbidity in the development of conduct disorder. *Development and Psychopathology,* c. 5, s. 31–49.

Hirschfeld, R. M. A., Klerman, G. L., Gough, H. G., Barrett, J., Korchin, S. J. ve Chodoff, P. (1977). A measure of interpersonal dependency. *Journal of Personality Assessment,* c. 41, s. 610–618.

Hoch, A. (1910). Constitutional factors in the dementia praecox group. *Review of Neurology and Psychiatry,* c. 8, s. 463–475.

Hoch, P. H. ve Polatin, P. (1949). Pseudoneurotic form of schizophrenia. Psychiatric Quarterly, c. 23, s. 248–276.

Hodges, E. V. E., Malone, M. J. ve Perry, D. G. (1997). Individual risk and social risk as interacting determinants of victimization in the peer group. *Developmental Psychology,* c. 33, s. 1032–1039.

Hoffart, A. ve Hedley, L. M. (1997). Personality traits among panic disorder with agoraphobia patients before and after symptom-focused treatment. *Journal of Anxiety Disorders,* c. 11, s. 77–87.

Holdcraft, L. C., Iacono, W. G. ve McGue, M. K. (1998). Antisocial personality disorder and depression in relation to alcoholism: A community based sample. *Journal of Studies on Alcohol,* c. 59(2), s. 222–226.

Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time,* New York: Norton. [Türkçesi: Çağımızın nevrotik kişiliği, Sel Yay., çev. B. Kıcır)].

Horney, K. (1939). *New ways in psychoanalysis,* New York: Norton. [Türkçesi: Psikanalizde yeni yollar, Totem Yay., çev. S. Budak)].

Horowitz, M., Marmar, C., Krupnick, J., Wilner, N., Kaltreider, N. ve Wallerstein, R. (1984). *Personality styles and brief psychotherapy.* New York: Basic Books.

Hueston, W. J., Mainous, A. G. ve Schilling, R. (1996). Patients with personality disorders: Functional status, health care utilization, and satisfaction with care. *Journal of Family Practice,* c. 42, s. 54–60.

Hurlbert, D. ve Apt, C. (1991). Sexual narcissism and the abusive male. *Journal of Sex and Marital Therapy,* c. 17, s. 279–292.

Hurley, D. A. ve Sovner, R. (1995). Six cases of patients with mental retardation who have antisocial personality disorder. *Psychiatric Services,* c. 46(8), s. 828–831.

Hyler, S. E. ve Rieder, R. O. (1987). *PDQ-R: Personality diagnostic questionnaire revised.* New York: New York State Psychiatric Institute.

Intrator, J., Hare, R., Stritzke, P. ve Brichtswein, K. (1997). A brain imaging (single photon emission computerized tomography) study of semantic and affective processing in psychopaths. *Biological Psychiatry,* c. 42(2), s. 96–103.

Jacobsberg, L., Frances, A. ve Perry, S. (1995). Axis II diagnoses among volunteers for HIV testing and counseling. *American Journal of Psychiatry,* c. 152(8), s. 1222–1224.

Johnson, B. (1995). Narcissistic personality as a mediating variable in manifestations of posttraumatic stress disorder. *Military Medicine,* c. 160, s. 40–41.

Johnson, M. R. ve Lydiard, R. B. (1995). Personality disorders in social phobia. *Psychiatric Annals,* c. 25(9), s. 554–563.

Jones, S. S. ve Raag, T. (1989). Smile production in older infants: The importance of a social recipient for the facial signal. *Child Development,* c. 13, s. 147–165.

Jones-Brando, L. V., Buthod, J. L., Holland, L. E., Yolken, R. H. ve Torrey, E. F. (1997). Metabolites of the antipsychotic agent clozapine inhibit the replication of human immunodeficiency virus type 1. *Schizophrenia Research,* c. 25(1), s. 63–70.

Joseph, S. (1997). *Personality disorders: New symptom-focused drug therapy.* New York: Haworth Medical Press.

Joubert, C. E. (1998). Narcissism, need for power and social interest. *Psychological Reports,* c. 82(2), s. 701–702.

Jung, C. G. (1921). *Psychological types.* Zurich: Rasher Verlag.

Kagan, J. (1989). Temperamental contribution to social behavior. *American Psychologist,* c. 44, s. 668–674.

Kagan, J., Reznick, J. S. ve Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science,* c. 240 (4849), s. 167–171.

Kagan, J., Reznick, J. S. ve Snidman, N. (1989). Issues in the study of temperament. G. A. Kohnstamm, J. E. Bates ve M. K. Rothbart (der.), *Temperament in childhood* içinde. New York: Wiley.

Kahlbaum, K. L. (1882). *Uber zyklisches irresein, irrenfreund.* Berlin, Almanya: Springer.

Kaplan, M. (1983). A woman's view of the *DSM-III*. *American Psychologist,* c. 38, s. 786–792.

Kardiner, A. (1939). *The psychological frontiers of society.* New York: Columbia University Press. Karen, R. M. (1994). Negative psychometric outcomes: Self-report measures and a follow-up telephone survey: Comment. *Journal of Traumatic Stress,* c. 7(1), s. 135–140.

Kass, F. (1987). Self-defeating personality disorder: An empirical study. *Journal of Personality Disorders,* c. 1, s. 168–173.

Kass, F., Spitzer, R. L. ve Williams, J. B. W. (1983). An empirical study of the issue of sex bias in the diagnostic criteria of *DSM-III* Axis II personality disorders. *American Psychologist,* c. 38, s. 799–801.

Keller, L. E. (1996). Invisible victims: Battered women in psychiatric and medical emergency rooms. *Bulletin of the Menninger Clinic,* c. 60(1), s. 1–21.

Keller, M., Hanks, D. ve Klein, D. (1996). Summary of the *DSM-IV* mood disorders field trial and issue overview. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 19(1), s. 1–28.

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs* (Cilt 1 ve 2). New York: Norton.

Kendler, K. S. ve Gruenberg, A. M. (1982). Genetic relationship between paranoid personality disorder and the "schizophrenic spectrum" disorders. *American Journal of Psychiatry,* c. 139(9), s. 1185–1186.

Kendler, K. S., Masterson, C. C. ve Davis, K. L. (1985). Psychiatric illness in first-degree relatives of patients with paranoid psychosis, schizophrenia, and medical illness. *British Journal of Psychiatry,* c. 139, s. 1185–1186.

Kendler, K. S., McGuire, M., Gruenberg, A. M., O'Hare, A., Spellman, M. ve Walsh, D. (1993). The Roscommon family study: III. Schizophrenia- related personality disorders in relatives. *Archives of General Psychiatry,* c. 50, s. 781–788.

Kendler, K. S. ve Walsh, D. (1995). Schizotypal personality disorder in parents and the risk for schizophrenia in siblings. *Schizophrenia Bulletin,* c. 21(1), s. 47–52.

Kernberg, O. F. (1967). Borderline personality organization. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 15, s. 641–685.

Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism,* New York: Aronson. [Türkçesi: Sınır durumlar ve patolojik narsisim, Metis Yay., çev. M. Akay].

Kernberg, O. F. (1979). Two reviews of the literature on borderlines: An assessment. *Schizophrenia Bulletin,* c. 5, s. 53–58.

Kernberg, O. F. (1982). *Paranoid regression, sadistic control and dishonesty in the transference.* Yayımlanmamış metin.

Kernberg, O. F. (1983, September). *Clinical aspects of narcissism.* Grand Round Cornell Medical Center, Cornell University, New York'ta sunulan bildiri.

Kernberg, O. F. (1984). *Severe personality disorders: Psychotherapeutic strategies.* New Haven, CT: Yale University Press.

Kernberg, O. F. (1985a). *Borderline conditions and pathological narcissism.* Northvale, NJ: Aronson.

Kernberg, O. F. (1985b, August). *Clinical diagnosis and treatment of narcissistic personality disorder.* Paper presented at Swedish Association for Mental Health, Stockholm.

Kernberg, O. F. (1988). Clinical dimensions of masochism. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 36, s. 1005–1029.

Kernberg, O. F. (1989a). An ego psychology object relations theory of the structure and treatment of pathologic narcissism: An overview. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 12, s. 723–729.

Kernberg, O. F. (1989b). Narcissistic personality disorder in childhood. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 12, s. 671–694.

Kernberg, O. F. (1989c). The narcissistic personality disorder and the differential diagnosis of antisocial behavior. O. F. Kernberg (der.), *Narcissistic personality disorder* içinde, *Psychiatric Clinics of North America*, c. 12, s. 553–570.

Kernberg, O. F. (1992). *Aggression in personality disorders and perversions.* New Haven, CT: Yale University Press.

Kernberg, O. F. (1995). Technical approach to eating disorders in patients with borderline personality organization. *Annual of Psychoanalysis,* c. 23, s. 33–48.

Kernberg, O. F. (1996). A psychoanalytic theory of personality disorders. J. F. Clarkin ve M. F. Lenzenweger (der.), *Major theories of personality disorder* içinde, s. 106–140. New York: Guilford Press.

Kety, S. S., Rosenthal, D., Wender, P. H. ve Schulsinger, F. (1968). Mental illness in the biological and adoptive families of adopted schizophrenics. D. Rosenthal ve S. S. Kety (der.), *Transmission of schizophrenia* içinde, s. 345–362. Oxford, İngiltere: Pergamon Press.

Kiesler, D. J. (1983). The 1982 Interpersonal Circle: A taxonomy for complementarity in human transactions. *Psychological Review,* c. 90, s. 185–214.

Kiesler, D. J. (1986). The 1982 Interpersonal Circle: An analysis of *DSM-III* personality disorders. T. Millon ve G. L. Klerman (der.), *Contemporary directions in psychopathology: Toward the* DSM- IV içinde, s. 571–597. New York: Guilford Press.

Kiesler, D. J. (1996). *Contemporary interpersonal theory and research: Personality, psychopathology, and psychotherapy.* New York: Wiley.

Klein, D. F. (1970). Psychotropic drugs and the regulation of behavior at activation in psychiatric illness. W. L. Smith (der.), *Drugs and cerebral function* içinde. Springfield, IL: Thomas.

Klein, M. H., Benjamin, L. S., Rosenfeld, R., Treece, C., Husted, J. ve Greist, J. H. (1993). The Wisconsin personality disorders inventory: Development, reliability, and validity. *Journal of Personality Disorders,* c. 7, s. 285–303.

Kleiner, L. ve Marshall, W. L. (1985). Relationship difficulties and agoraphobia. *Clinical Psychology Review,* c. 5, s. 581–595.

Klose, D. A. (1995). M. Scott Peck's analysis of human evil: A critical review. *Journal of Humanistic Psychology,* c. 35(3), s. 37–66.

Knight, R. P. (1953). Borderline states. *Bulletin of the Menninger Clinic,* c. 17, s. 1–12.

Knox, M., Boaz, T., Friedrich, M. ve Dow, M. (1994). HIV risk factors for persons with serious mental illness. *Community Mental Health Journal,* c. 30(6), s. 551–563.

Koch, J. L. (1891). *Die psychopathischen minderwertigkeiten.* Ravensburg, Almanya: Maier.

Kohut, H. (1968). The psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders. *Psychoanalytic Study of the Child,* c. 23, s. 86–113.

Kohut, H. (1971). *The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders.* New York: International Universities Press.

Kohut, H. (1977). *The restoration of the self.* New York: International Universities Press.

Korfine, L. ve Lenzenweger, M. F. (1995). The taxonicity of schizotypy: A replication. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 104(1), s. 26–31.

Kraepelin, E. (1896). *Psychiatrie: Ein lehrbuch* (5. bs.). Leipzig, Almanya: Barth.

Kraepelin, E. (1904). *Lectures on clinical psychiatry.* New York: Wood.

Kraepelin, E. (1913). *Psychiatrie: Ein lehrbuch* (8. bs., Cilt 3). Leipzig, Almanya: Barth.

Kraepelin, E. (1919). *Dementia praecox and paraphrenia.* Edinburgh, İskoçya: Churchill Livingstone.

Kraepelin, E. (1921). *Manic-depressive insanity and paranoia.* Edinburgh, İskoçya: Churchill Livingstone.

Krafft-Ebing, R. (1867). *Moral insanity: Its recognition and forensic assessment.* Berlin, Almanya: Erlangn.

Krafft-Ebing, R. (1937). *Psychopathia sexualis* New York: Physicians and Surgeons Book. (İlk yayımlanma tarihi 1882) [Türkçesi: Cinselliğin psikopatolojisi 1 ve 2, Payel Yay., çev. E. Kapkın].

Kranzler, H. R., Satel, S. ve Apter, A. (1994). Personality disorders and associated features in cocaine-dependent inpatients. *Comprehensive Psychiatry,* c. 35(5), s. 335–340.

Kravetz, S., Faust, M. ve Edelman, A. (1998). Dimensions of schizotypy and lexical decision in the two hemispheres. Personality and Individual *Differences,* c. 25(5), s. 857–871.

Kretschmer, E. (1918). *Der sensitive beziehungswahn.* Berlin, Almanya: Springer Verlag.

Kretschmer, E. (1921). *Körperbau und Charakter,* Berlin, Almanya: Springer Verlag. [Türkçesi: Beden yapısı ve karakter, İstanbul Üniv. Yay., çev. Mümtaz Turhan)].

Kretschmer, E. (1925). *Körperbau und Charakter* (2. bs.). Berlin, Almanya: Springer Verlag.

Kretschmer, E. (1926). *Hysteria.* New York: Nervous and Mental Disease.

Kroll, J. (1993). *PTSD/borderlines in therapy.* New York: Norton.

Kumin, I. M. (1978). Emptiness and its relation to schizoid ego structure. *International Review of Psycho-Analysis,* c. 5(2), s. 207–216.

Ladd, E. R., Welsh, M. C., Vitulli, W. F. ve Labbe, E. E. (1997). Narcissism and causal attribution. *Psychological Reports,* c. 80(1), s. 171–178.

Lahey, B. B. ve Loeber, R. (1997). Attention deficit/hyperactivity disorder, oppositional defiant disorder, conduct disorder, and adult antisocial behavior: A life span perspective. D. A. Stoff, J. Breiling ve J. D. Maser (der.), *Handbook of antisocial behavior* içinde, s. 51–59. New York: Wiley.

Laing, R. D. (1960). *The divided self* Chicago: Quadrangle. [Türkçesi: Bölünmüş benlik, Pinhan Yay., çev. E. A. Akça].

Lam, D. H., Green, B., Power, M. J. ve Checkley, S. A. (1996). Dependency, matching adversities, length of survival and relapse in major depression. *Journal of Affective Disorders,* c. 37(2/3), s. 81–90.

Lambert, N. M. (1988). Adolescent outcomes for hyperactive children: Perspectives on general and specific patterns of childhood risk for adolescent educational, social, and mental health problems. *America Psychologist,* c. 43, s. 786–799.

Landrine, H. (1987). On the politics of madness: A preliminary analysis of the relationship between social roles and psychopathology. *Psychology Monographs,* c. 113, s. 341–406.

Landrine, H. (1989). The politics of personality disorder. *Psychology of Women Quarterly,* c. 13, s. 325–339.

Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. J. M. Schlien (der.), *Research in psychotherapy* (Cilt 3) içinde, s. 90–102. Washington, DC: American Psychiatric Association.

Laporte, L. ve Guttman, H. (1996). Traumatic childhood experiences as risk factors for borderline and other personality disorders. *Journal of Personality Disorders,* c. 10(3), s. 247–259.

Lasch, C. (1978). *The culture of narcissism,* New York: Norton. [Türkçesi: Narsisizm kültürü, Bilim ve Sanat Yayınları, çev. Ü. H. Yolsal].

Lazarus, A. A. (1968). Learning theory and the treatment of depression. *Behavior Research and Therapy,* c. 6, s. 83–89.

Lazarus, A. A. (1973). Multimodal behavior therapy: Treating the BASIC ID. *Journal of Nervous and Mental Diseases,* c. 156, s. 404–411.

Lazarus, A. A. (1976). *Multimodal behavior therapy.* New York: Springer.

Lazarus, A. A. (1981). *The practice of multimodal therapy,* New York: McGraw-Hill. [Türkçesi: Çok boyutlu terapi uygulaması, Psikoterapi Enstitüsü Yay., çev. S. Güneri].

Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality.* New York: Ronald.

Lenzenweger, M. F. ve Korfine, L. (1992). Confirming the latent structure and base rate of schizotypy: A taxometric approach. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 101, s. 567–571.

Lewinsohn, P. M. (1974). A behavioral approach to depression. R. J. Friedman ve M. M. Katz (der.), *The psychology of depression: Contemporary theory and research* içinde. Washington, DC: V. H. Winston.

Lewis, C. C. (1981). The effects of parental firm control: A reinterpretation of findings. *Psychological Bulletin,* c. 90, s. 547–563.

Lewis, M. ve Saarni, C. (der.). (1985). *The socialization of emotions.* New York: Plenum Press.

Lidz, T., Cornelison, A., Terry, D. ve Fleck, S. (1958). Intrafamilial environment of the schizophrenic patient: VI. The transmission of irrationality. *Archives of Neurology and Psychiatry,* c. 79, s. 305–316.

Liebenluft, E., Gardner, D. ve Cowdry, R. (1987). The inner experience of the borderline self-mutilator. *Journal of Personality Disorders,* c. 1, s. 317–324.

Lilienfeld, S. O., Van Valkenburg, C., Larntz, K. ve Akiskal, H. S. (1986). The relationship of histrionic personality disorder to antisocial personality and somatization disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 143, s. 718–722.

Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral therapy of borderline personality disorder.* New York: Guilford Press.

Links, P. S., Heslegrave, R. J., Mitton, J. E. ve van Reekum, R. (1995). Borderline personality disorder and substance abuse: Consequences of comorbidity. *Canadian Journal of Psychiatry,* c. 40(1), s. 9–14.

Livesley, W. J. (1987). Theoretical and empirical issues in the selection of criteria to diagnose personality disorders. *Journal of Personality Disorders,* c. 1, s. 88–94.

Livesley, W. J., Jackson, D. N. ve Schroeder, M. L. (1989). A study of the factorial structure of personality pathology. *Journal of Personality Disorders,* c. 3, s. 292–306.

Livesley, W. J., Jackson, D. N. ve Schroeder, M. L. (1992). Factorial structure of traits delineating personality disorders in clinical and general population samples. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 101(3), s. 432–440.

Livesley, W. J., Jang, K. L., Jackson, D. N. ve Vernon, P. A. (1993). Genetic and environmental contributions to dimensions of personality disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 150(12), s. 1826–1831.

Livesley, W. J., Jang, K. L. ve Vernon, P. A. (2003). Genetic basis of personality structure. T. Mil- lon ve M. Lerner (der.), *Handbook of psychology: Cilt 5* içinde. *Personality and social psychology* (s. 59–85). New York: Wiley.

Livesley, W. J. ve Schroeder, M. L. (1990). Dimensions of personality disorder: The *DSM-III-R* cluster A diagnoses. *Journal of Nervous and Mental Diseases,* c. 178(10), s. 627–635.

Livesley, W. J., Schroeder, M. L. ve Jackson, D. N. (1990). Dependent personality disorder and attachment problems. *Journal of Personality Disorders*, c. 4, s. 131–140.

Loeb, J. ve Mednick, S. (1977). A prospective study of predictors of criminality: 3 electrodermal response patterns. S. Mednick ve K. Christiansen (der.), *Biosocial bases of criminal behavior* içinde. New York: Gardner.

Loeber, R. (1988). Behavioral precursors and accelerators of delinquency. W. Buikhuisen ve S. A. Mednick (der.), *Explaining criminal behavior* içinde, s. 51–67. Leiden, Hollanda: Brill.

Loeber, R. (1991). Antisocial behavior: More enduring than changeable? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry,* c. 30, s. 393–397.

Loeber, R., Burke, J. D., Lahey, B. B., Winters, A. ve Zera, M. (2000). Oppositional def iant disorder and conduct disorder: A review of the past 10 years, part I. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry,* c. 39, s. 1468–1484.

Loeber, R. ve Stouthamer-Loeber, M. (1986). Family factors as correlates and predictors of juvenile conduct problems and delinquency. M. Toury ve N. Morris (der.), *Crime and justice* (Cilt 7) içinde. Chicago: University of Chicago Press.

Lombroso, C. (1887). *L'Uomo deUnquente.* Bocca: Totina.

Lombroso, C. ve Ferrero, W. (1916). *The female offender.* New York: Philosophical Society.

Loranger, A. W., Sartori, N., Andreoli, S., Berger, P., Bucheim, P., Channabasavanna, S. M., vd. (1994). The international personality disorder examination. *Archives of General Psychiatry,* c. 51, s. 215–224.

Louth, S. M., Williamson, S., Alpert, M., Pouget, E. R. ve Hare, R. D. (1998). Acoustic distinctions in the speech of male psychopaths. *Journal of Psycholinguistic Research,* c. 27(3), s. 375–384.

Lu, Y. C. (1962). Contradictory parental expectations in schizophrenia: Dependence and responsibility. *Archives of General Psychiatry,* c. 6, s. 219–234.

Luisada, P. V., Peele, R. ve Pittard, E. A. (1974). The hysterical personality in men. *American Journal of Psychiatry,* c. 131, s. 518–521.

Lykken, D. T. (1957). A study of anxiety in the sociopathic personality. *Journal of Abnormal and Social Psychology,* c. 55, s. 6–10.

Lykken, D. T. (1995). *The antisocial personalities.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Maccoby, E. ve Martin, J. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. P. H. Mussen (Seriyi der.) ve E. M. Hetherington (Cildi der.), *Handbook of child psychology: Cilt 4. Socialization, personality, and social development* (4. bs.) içinde, s. 1–101.

Maccoby, E. E. ve Jacklin, C. N. (1974). *The psychology of sex differences.* Stanford, CA: Stanford University Press.

Machón, R. A., Huttenen, M. O., Mednick, S. A. ve LaFosse, J. (1995). Schizotypal personality disorder characteristics associated with second-trimester disturbance of neural development. A. R. Raine, T. Lencz ve S. A. Mednick (der.), *Schizotypal personality* içinde, s. 56–78. Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

MacKinnon, R. A. ve Michels, R. (1971). *The psychiatric interview in clinical practice.* Philadelphia: Saunders.

Magnusson, D. ve Bergman, L. R. (1990). A pattern approach to the study of pathways from childhood to adulthood. L. Robins ve M. Rutter (der.), *Straight and devious pathways from childhood to adulthood* içinde, s. 101–115. Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

Mahler, M. S., Pine, F. ve Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation.* New York: Basic Books.

Maier, W., Lichtermann, D., Minges, J. ve Heun, R. (1994). Personality disorders among the relatives of schizophrenia patients. *Schizophrenia Bulletin,* s. 20(3), c. 481–493.

Malan, D. H. (1976). *The frontier of brief psychotherapy: An example of the convergence of research and clinical practice.* New York: Plenum Medical Book.

Manicavasagar, V., Silove, D. ve Curtis, J. (1997). Separation anxiety in adulthood: A phenomenological investigation. *Comprehensive Psychiatry,* s. 38(5), c. 274–282.

Mannuzza, S., Klein, R. G., Bonagura, N., Malloy, P., Giampino, T. L. ve Addalli, K. A. (1991). Hyperactive boys almost grown up: Replication of psychiatric status. *Archives of General Psychiatry,* c. 48, s. 77–83.

Marlowe, D. B., Husband, S. D., Lamb, R. J. ve Kirby, K. C. (1995). Psychiatric comorbidity in cocaine dependence: Diverging trends, Axis II spectrum, and gender differentials. *American Journal on Addictions,* c. 4(1), s. 70–81.

Marmor, J. (1953). Orality in the hysterical personality. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 1, s. 656–671.

Marshall, J. R. (1996). Comorbidity and its effects on panic disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic,* c. 60 (2, Ek A), s. A39–A54.

Mash, E. J. ve Johnston, C. (1982). A comparison of the mother-child interactions of younger and older hyperactive and normal children. *Child Development,* c. 53, s. 1371–1381.

Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being* (2. bs.) New York: D. Van Nostrand. [Türkçesi: İnsan olmanın psikolojisi, Kuraldışı Yay., çev. O Gündüz].

Masterson, J. F. (1972). *Treatment of the borderline adolescent: A developmental approach,* New York: Wiley. [Türkçesi: Borderline ergenin tedavisi gelişimsel bir yaklaşım, Psikoterapi Enstitüsü Yay., çev. P. Üzeltüzenci].

Masterson, J. F. (1976). *Psychotherapy of the borderline adult: A developmental approach.* New York: Brunner/Mazel. [Türkçesi: Borderline yetişkinlerde terapi, çev. M. Macit]

Masterson, J. F. ve Rinsley, D. (1975). The borderline syndrome: The role of the mother in the genesis and psychic structure of the borderline personality. *International Journal of Psychoanalysis,* c. 56, s. 163–177.

Maudsley, H. (1874). *Responsibility in mental disease.* Londra: King.

McBurnett, K., Lahey, B. B., Rathouz, P. J. ve Loeber, R. (2000). Low salivary control and persistent aggression in boys referred for disruptive behavior. *Archives of General Psychiatry,* c. 57, s. 38–43.

McCreadie, R. G. (1997). The Nithsdale schizophrenia surveys 16: Breast-feeding and schizophrenia: Preliminary results and hypotheses. *British Journal of Psychiatry,* c. 170(4), s. 334–337.

McKay, D., Neziroglu, F., Todaro, J. ve Yaryura-Tobias, J. A. (1996). Changes in personality disorders following behavior therapy for obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders,* c. 10(1), s. 47–57.

McMahon, R. C., Malow, R. M. ve Penedo, F. J. (1998). Substance abuse problems, psychiatric severity, and HIV risk in Millon clinical multiaxial inven-

tory–II personality subgroups. *Psychology of Addictive Behaviors,* c. 12(1), s. 3–13.

McMahon, R. C. ve Richards, S. K. (1996). Profile patterns, consistency and change in the Millon clinical multiaxial inventory–II in cocaine abusers. *Journal of Clinical Psychology,* c. 52(1), s. 75–79.

McWilliams, N. (1994). *Psychoanalytic diagnosis*, New York: Guilford Press. [Türkçesi: Psikanalitik tanı, Bilgi Ünv. Yay., çev. E. Kalem].

Mead, M. (1928). *Coming of age in Samoa* [Türkçesi: Samoa'da ergen olmak, Alfa Yay., çev. G. Aktuğ]. New York: Blue Ribbon Press.

Meehl, P. E. (1962). Schizotaxia, schizotypy, schizophrenia. *American Psychologist,* c. 17(12), s. 827–838.

Meehl, P. E. (1990a). Schizotaxia as an open concept. A. I. Rabin, R. Zucker, R. Emmons ve S. Frank (der.), *Studying persons and lives* içinde, s. 248–303. New York: Springer.

Meehl, P. E. (1990b). Toward an integrated theory of schizotaxia, schizotypy, and schizophrenia. *Journal of Personality Disorders,* c. 4, s. 1–99.

Meloy, J. R. (1996). Pseudonecrophilia following spousal homicide. *Journal of Forensic Sciences,* c. 41, s. 706–708.

Menninger, K. (1930). *The human mind.* New York: Alfred Knopf.

Menninger, K. (1940). Character disorders. J. F. Brown (der.), *The psychodynamics of abnormal behavior* içinde, s. 384–403. New York: McGraw-Hill.

Meyer, A. (1908). The problem of mental reaction types, mental causes and diseases. *Psychological Bulletin,* c. 5, s. 245–261.

Michelsson, K., Rinne, A. ve Paajanen, S. (1990). Crying, feeding and sleeping patterns in 1- to 12 month-old infants. *Child Care, Health, and Development,* c. 16, s. 99–111.

Miliora, M. T. (1995). The dialectics of historical fantasy: The ideology of George Lincoln Rock- well. *Psychohistory Review,* c. 23(3), s. 259–281.

Miller, B. L., Darby, A., Benson, D. F. ve Cummings, J. L. (1997). Aggressive, socially disruptive and antisocial behavior associated with frontotemporal dementia. *British Journal of Psychiatry,* c. 170(2), s. 150–155.

Millon, T. (1969). *Modern psychopathology: A biosocial approach to maladaptive learning and functioning.* Philadelphia: Saunders.

Millon, T. (1981). *Disorders of personality: DSM-III Axis II.* New York: Wiley.

Millon, T. (1987). On the genesis and prevalence of the borderline personality disorder: A social learning thesis. *Journal of Personality Disorders,* c. 1, s. 354–372.

Millon, T. (1990). *Toward a new personology: An evolutionary model.* New York: Wiley.

Millon, T. (1993). *Millon Adolescent Clinical Inventory (MACI) Manual.* Minneapolis, MN: National Computer Systems.

Millon, T. (1997). *The Millon inventories.* New York: Guilford Press.

Millon, T. (with Grossman, S., Meagher, S., Millon, C. ve Everly, G.). (1999). *Personality-guided therapy.* New York: Wiley.

Millon, T. (2003). It's time to rework the blueprints: Building a science for clinical psychology. *American Psychologist,* c. 58, s. 949–961.

Millon, T., Blaney, P. H. ve Davis, R. D. (der.). (1999). *Oxford textbook of psychology.* New York: Oxford University Press.

Millon, T. ve Davis, R. D. (1996). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond* (2. bs.). New York: Wiley.

Millon, T., Davis, R. D. ve Millon, C. (1996). *The Millon clinical multiaxial inventory–III manual.* Minneapolis, MN: National Computer System.

Millon, T., Simonsen, E., Birkit-Smith, M. ve Davis, R. D. (der.). (1999). *Psychopathy: Antisocial, criminal, and violent behavior.* New York: Guilford Press.

Millon, T., Tringone, R., Millon, C. ve Grossman, S. (in press). *Millon Pre-Adolescent Clinical Inventory (M-PACI) manual.* Minneapolis, MN: NCS Pearson Assessments.

Millon, T., Weiss, L., Millon, C. ve Davis, R. (1994). *MIPS: Millon index of personality styles manual.* San Antonio, TX: Psychological Corporation.

Mischel, W. (1970). Sex-typing and socialization. P. H. Mussen (der.), *Carmichael's manual of child psychology* (3. bs.) içinde, s. 3–72. New York: Wiley.

Moffitt, T. E. (1993). Adolescence-limited and life course-persistent antisocial behavior: A developmental taxonomy. Psychological Review, c. 100, s. 674–701.

Morey, L. (1992). *The personality assessment inventory.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Morey, L. C., Waugh, M. H. ve Blashfield, R. K. (1985). MMPI scales for *DSM-III* personality disorders: Their derivation and correlates. *Journal of Personality Assessment,* c. 49(3), s. 245–251.

Morgenstern, J., Langenbucher, J., Labouvie, E. W. ve Miller, K. J. (1997). The comorbidity of alcoholism and personality disorders in a clinical population: Prevalence rates and relation to alcohol typology variables. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 106, s. 74–84.

Morrison, A. P. (1986). Introduction. A. P. Morrison (der.), *Essential papers on narcissism* içinde, s. 1–12. New York: New York University Press.

Morrison, J. R. (1980). Adult psychiatric disorders in parents of hyperactive children. *American Journal of Psychiatry,* c. 137, s. 825–827.

Moss, H. B., Yao, J. K. ve Panzak, G. L. (1990). Serotonergic responsivity and behavioral dimensions in antisocial personality disorder with substance abuse. *Biological Psychiatry,* c. 28(4), s. 325–338.

Mueller, E. ve Silverman, N. (1989). Peer relations in maltreated children. D. Cicchetti ve V. Carlson (der.), *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect* içinde, s. 529–578. New York: Cambridge University Press.

Mulder, R. T., Wells, J. E., Joyce, P. R. ve Bushnell, J. A. (1994). Antisocial women. *Journal of Personality Disorders,* c. 8, s. 279–287.

Murphy, L. B. (der.). (1962). *The widening world of childhood.* New York: Basic Books.

Murphy, L. B. ve Moriarty, A. E. (1976). *Vulnerability, coping, and growth.* New Haven, CT: Yale University Press.

Murray, H. A. (der.). (1938). *Explorations in personality.* New York: Oxford University Press.

Nelsen, J. (1995). Varieties of narcissistically vulnerable couples: Dynamics and practice implications. *Clinical Social Work Journal,* c. 23(1), s. 59–70.

Nestadt, G., Romanoski, A. J., Samuels, J. F., Folstein, M. F. ve McHugh, P. R. (1992). The relationship between personality and *DSM-III* Axis I disorders in the population: Results from an epidemiological survey. *American Journal of Psychiatry,* c. 149(9), s. 1228–1233.

New, A. S., Trestman, R. L., Mitropoulou, V. ve Benishay, D. S. (1997). Serotonergic function and self-injurious behavior in personality disorder patients. *Psychiatry Research,* c. 69(1), s. 17–26.

Neziroglu, F., McKay, D., Todaro, J. ve Yaryura- Tobias, J. A. (1996). Effect of cognitive behavior therapy on persons with body dysmorphic disorder and comorbid Axis II diagnosis. *Behavior Therapy,* c. 27(1), s. 67–77.

Nigg, J. T. ve Goldsmith, H. H. (1994). Genetics of personality disorders: Perspectives from personality and psychopathology research. *Psychological Bulletin,* c. 115(3), s. 346–380.

Nurnberg, H. G., Rifkin, A. ve Doddi, S. (1993). A systematic assessment of the comorbidity of *DSM- III-R* personality disorders in alcoholic outpatients. *Comprehensive Psychiatry,* c. 34(6), s. 447–454.

Okonogi, K. (1996). Ajase complex and Japanese mentality. *Journal of Clinical Geropsychology,* c. 2(2), s. 93–101.

Oldham, J. M. ve Morris, L. B. (1990). *The personality self-portrait.* New York: Bantam Books.

Oldham, J. M. ve Morris, L. B. (1995). *The new personality self-portrait: Why You Think, Work, Love and Act the Way You Do.* New York: Bantam Books.

Olin, J. T., Schneider, L. S. ve Kaser-Boyd, N. (1996). Associating personality pathology with emotional distress in caregivers of patients with Alzheimer's disease. *Journal of Clinical Geropsychology,* c. 2(2), s. 93–101.

Olin, S., Raine, A., Cannon, T., Parnas, J., Schulsinger, F. ve Mednick, S. (1997). Childhood behavior precursors of schizotypal personality disorder. *Schizophrenia Bulletin,* c. 23(1), s. 93–103.

Ono, Y., Yoshimura, K., Sueoka, R., Yamauchi, K., Mizushima, H., Momose, T., vd. (1996). Avoidant personality disorder and taijin kyoufu: Sociocultural implications of the WHO/ADAMHA international study of personality disorder in Japan. *Acta Psychiatrica Scandinavica,* c. 93, s. 172–176.

Osofsky, J. D. ve Danzger, B. (1974). Relationships between neonatal characteristics and mother-infant interaction. *Developmental Psychology,* c. 10, s. 124–130.

Overholser, J. C. (1991). Categorical assessment of the dependent personality disorder in depressed inpatients. *Journal of Personality Disorders,* c. 5, s. 243–255.

Pajer, K. A. (1998). What happens to "bad" girls: A review of the adult outcomes of antisocial adolescent girls. American Journal of Psychiatry, c. 155, s. 862–870.

Pajer, K., Gardner, W., Rubin, R. T., Perel, J. ve Neal, S. (2001). Decreased cortisol levels in adolescent girls with conduct disorder. *Archives of General Psychiatry,* c. 58, s. 297–302.

Pantony, K. L. ve Caplan, P. (1991). Delusional dominating personality disorder: A modest proposal for identifying some consequences of rigid masculine socialization. *Canadian Psychology,* c. 32, s. 120–133.

Papousek, H. ve Papousek, M. (1975). Cognitive aspects of preverbal social interaction between human infants and adults. R. Porter ve M. O'Conner (der.), *Parent-infant interaction* içinde, s. 241–260. Amsterdam: Elsevier.

Paris, J. (1994a). *Borderline personality disorder: A multidimensional approach.* Washington, DC: American Psychiatric Press.

Paris, J. (1994b). The etiology of borderline personality disorder: A biopsychosocial approach. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes,* c. 57(4), s. 316–325.

Park, S. ve Schoppe, S. (1997). Olfactory identification deficit in relation to schizotypy. *Schizophrenia Research,* c. 26(2/3), s. 191–197.

Parker, G. (1983). *Parental overprotection: A risk factor in psychosocial development.* New York: Grune ve Stratton.

Patterson, G. R. (1977). Accelerating stimuli for two classes of coercive behaviors. *Journal of Abnormal Child Psychology,* c. 5, s. 335–350.

Patterson, G. R. (1982). *Coercive family process.* Eugene, OR: Castalia.

Peck, M. S. (1983). *People of the lie: The hope for healing human evil.* New York: Simon & Schuster.

Perkins, D., Davidson, E., Leserman, J., Liao, D. ve Evans, D. (1993). Personality disorder in patients infected with HIV: A controlled study with implications for clinical care. *American Journal of Psychiatry,* c. 150(2), s. 309–315.

Pfohl, B., Blum, N. ve Zimmerman, M. (1997). *Structured interview for* DSM-IV *personality (SIDP-IV).* Washington, DC: American Psychiatric Press.

Piaget, J. (1926). *The language and thought of the child,* New York: Harcourt Brace [Türkçesi: Çocukta dil ve düşünme, Palme Yay., çev. S. E. Siyavuşgil)].

Piaget, J. (1954). *The construction of reality in the child.* New York: Basic Books.

Pinel, P. (1801). *Traite medico-philosophique sur l'alienation mentale.* Paris: Richard, Cailleet Ravier.

Pinel, P. (1806). *A treatise on insanity* (çev. D. Davis). New York: Hafner.

Plomin, R. (1990). The role of inheritance in behaior. *Science,* c. 248, s. 183–188.

Plomin, R., DeFries, J. C. ve McClearn, G. E. (1990). *Behavioral genetics: A primer* (2. bs.). New York: Freeman.

Plomin, R. ve Dunn, J. (der.). (1986). *The study of temperament: Changes, continuities, and challenge.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Pretzer, J. L. ve Beck, A. T. (1996). A cognitive theory of personality disorders. J. F. Clarkin ve M. F. Lenzenweger (der.), *Major theories of personality disorder* içinde, s. 36–105. New York: Guilford Press.

Prichard, J. C. (1835). *A treatise on insanity.* Londra: Sherwood, Gilbert and Piper.

Pulver, S. (1970). Narcissism: The term and the concept. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 18, s. 319–341.

Purves, D. ve Lichtman, J. W. (1985). *Principles of neural development.* Sunderland, MA: Sinauer. Quay, H. C. (1965). Psychopathic personality as pathological stimulus seeking. *American Journal of Psychiatry,* c. 122, s. 180–183.

Rado, S. (1956). Schizotypal organization: Preliminary report on a clinical study of schizophrenia. S. Rado ve G. E. Eaniels (der.), *Changing concepts of psychoanalytic medicine* içinde, s. 225–236. New York: Grune & Stratton.

Rado, S. (1959). Obsessive behavior. S. Arieti (der.), *American handbook of psychiatry* (Cilt 1) içinde. New York: Basic Books.

Rado, S. (1969). *Adaptational psychodynamics.* New York: Science House.

Raine, A. ve Lencz, T. (1995). Conceptual and theoretical issues in schizotypal personality research. A. Raine, T. Lencz ve S. A. Mednick (der.), *Schizoty-*

*pal personality* içinde, s. 1–18. Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

Ramsey, A., Watson, P. J., Biderman, M. D. ve Reeves, A. L. (1996). Self-reported narcissism and perceived parental permissiveness and authoritarianism. *Journal of Genetic Psychology,* c. 157(2), s. 227–238.

Reich, A. (1960). Pathologic forms of self-esteem regulation. *Psychoanalytic Study of the Child,* c. 15, s. 215–232.

Reich, J. (1987). Prevalence of *DSM-III-R* self- defeating (masochistic) personality disorder in normal and outpatient populations. *Journal of Nervous and Mental Diseases,* c. 175, s. 52–54.

Reich, J. (2000). The relationship of social phobia to avoidant personality disorder: A proposal to reclassify avoidant personality disorder based on clinical empirical findings. *European Psychiatry,* c. 15, s. 151–159.

Reich, J. ve Braginsky, Y. (1994). Paranoid personality traits in a panic disorder population: A pilot study. *Comprehensive Psychiatry,* c. 35(4), s. 260–264.

Reich, J., Noyes, R., Coryell, W. ve Gorman, T. W. (1986). The effect of state anxiety on personality measurement. *American Journal of Psychiatry,* c. 143, s. 760–763.

Reich, W. (1949). *Character analysis* (3. bs.) New York: Farrar, Straus and Giroux. [Türkçesi: Karakter analizi, Cem Yay., çev. L. Uslu].

Reid, J. B., Patterson, G. R. ve Loeber, R. (1982). The abused child: Victim, instigator, or innocent bystander. D. Bernstein (der.), *Response, structure and organization* içinde. Lincoln: University of Nebraska Press.

Reisman, D. (1950). Authority and liberty in Freud's thought. *University of Chicago Round Table,* c. 638, s. 20–32.

Reiss, D. (1981). *The families' construction of reality.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

Rettew, D. C. (2000). Avoidant personality disorder, generalized social phobia, and shyness: Putting the personality back into personality disorders. *Harvard Review of Psychiatry,* c. 8, s. 283–297.

Ribot, T. (1890). *Psychologie des sentiments.* Paris: Delahaye and Lecrosnier.

Rienzi, B. M., Forquera, J. ve Hitchcock, D. L. (1995). Gender stereotypes for proposed *DSM-IV* negativistic, depressive, narcissistic, and dependent personality disorders. *Journal of Personality Disorders,* c. 9(1), s. 49–55.

Rienzi, B. M. ve Scrams, D. J. (1991). Gender stereotypes for paranoid, antisocial, compulsive, dependent, and histrionic personality disorders. *Psychological Reports,* c. 69, s. 976–978.

Robins, L. ve Rutter, M. (der.). (1990). *Straight and devious pathways from childhood to adulthood.* New York: Cambridge University Press.

Robins, L. N. (1986). The consequence of conduct disorder in girls. D. Olweus, J. Block ve M. Radke-Yarrow (der.), *Development of antisocial and prosocial behavior: Research, theories, and issues* içinde, s. 382–414. Orlando, FL: Academic.

Rodrigues, T. A. ve Del Porto, J. A. (1995). Comorbidity of obsessive-compulsive disorder and personality disorders: A Brazilian controlled study. *Psychopathology,* c. 28(6), s. 322–329.

Roitman, S. E. L., Cornblatt, B. A., Bergman, A. ve Obuchowski, M. (1997). Attentional functioning in schizotypal personality disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 154(5), s. 655–660.

Roland, A. (1992). *In search of the self in India and Japan: Toward a cross-cultural psychology.* Delhi, India: Ajanta.

Ronningstam, E. (1996). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder in Axis I disorders. *Harvard Review of Psychiatry,* c. 3, s. 326–340.

Ronningstam, E., Gunderson, J. ve Lyons, M. (1995). Changes in pathological narcissism. *American Journal of Psychiatry,* c. 152(2), s. 253–257.

Rosen, K. V. ve Tallis, F. (1995). Investigation into the relationship between personality traits and OCD. *Behavior Research and Therapy,* c. 33(4), s. 445– 450.

Rosenfeld, H. (1964). On the psychopathology of narcissism. *International Journal of Psychoanalysis,* c. 45, s. 332–337.

Rosengren, K., Kalish, C., Hickling, A. ve Gelman, S. (1994). Exploring the relation between preschool children's magical beliefs and causal thinking. *British Journal of Developmental Psychology,* c. 12(1), s. 69–82.

Rost, K. M., Akins, R. N., Brown, F. W. ve Smith, G. R. (1992). The comorbidity of *DSM-III-R* personality disorders in somatization disorder. *General Hospital Psychiatry,* c. 14(5), s. 322–326.

Roth, R. M. ve Baribeau, J. (1997). Gender and schizotypal personality features. *Personality and Individual Difference,* c. 22, s. 411–416.

Rothschild, B., Dimson, C., Storaasli, R. ve Clapp, L. (1997). Personality profiles of veterans entering treatment for domestic violence. *Journal of Personality Disorders,* c. 12(3), s. 259–274.

Rushton, J. P. (1985). Differential K theory: The sociobiology of individual and group differences. *Personality and Individual Differences,* c. 6, s. 441– 452.

Russ, M., Clark, W., Cross, L., Kemperman, I., Kakuma, T. ve Harrison, K. (1996). Pain and self-injury in borderline patients: Sensory decision theory, coping strategies, and locus of control. *Psychiatry Research,* c. 63(1), s. 57–65.

Rutter, M. ve Giller, H. (1983). *Juvenile delinquency: Trends and perspectives.* Hammondsworth, İngiltere: Penguin.

Sabo, A. (1997). Etiological significance of associations between childhood trauma and borderline personality disorder: Conceptual and clinical implications. *Journal of Personality Disorders,* c. 11(1), s. 50-57.

Salzman, L. (1985). *Treatment of the obsessive personality.* New York: Aronson.

Sankowsky, D. (1995). The charismatic leader as narcissist: Understanding the abuse of power. *Organizational Dynamics,* c. 23(4), s. 57–71.

Schmideberg, M. (1947). The treatment of psychopaths and borderline patients. *American Journal of Psychotherapy,* c. 1, s. 45–55.

Schmideberg, M. (1959). The borderline patient. S. Arieti (der.), *American handbook of psychiatry* (Cilt 1) içinde, s. 398–416. New York: Basic Books.

*Schneider, K. (1950). Psychopathic personalities (9. bs.).* Londra: Cassell. (İlk yayımlanma tarihi 1923)

Schroeder, M. L., Wormworth, J. A. ve Livesley, W. J. (1992). Dimensions of personality disorder and their relationships to the Big Five dimensions of personality. *Psychological Assessment,* c. 4(1), s. 47–53.

Schwartz, D., Dodge, K. A. ve Coie, J. D. (1993). The emergence of chronic peer victimization in boys' play groups. *Child Development,* c. 64, s. 1755–1772.

Searles, H. (1956). The psychodynamics of vengefulness. *Psychiatry,* c. 19, s. 31–39.

Sears, R. R. (1972). Attachment, dependency, and frustration. J. L. Gerwirtz (der.), *Attachment and dependency* içinde, s. 1–27. New York: Wiley.

Sears, R. R., Maccoby, E. E ve Levin, H. (1957). *Patterns of child-rearing.* Evanston, IL: Row, Peterson.

Shaefer, E. S. (1965). Configurational analysis of children's reports of parent behavior. *Journal of Consulting Psychology,* c. 29, s. 552–557.

Shainess, N. (1987). Masochism or self-defeating personality? *Journal of Personality Disorders,* c. 1(2), s. 174–177.

Shapiro, D. (1965). *Neurotic styles,* New York: Basic Books. [Türkçesi: Nevrotik tarzlar, Bilgi Üniv. Yay., çev. Ş. Layıkel].

Shapiro, D. (1981). *Autonomy and rigid character.* New York: Basic Books.

Shea, M. ve Hirschfeld, R. (1996). Chronic mood disorder and depressive personality. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 19(1), s. 103–120.

Sheldon, W. H. (with Stevens, S. S.). (1942). *The varieties of temperament: A psychologist of constitutional differences.* New York: Harper.

Sherman, Y. (1995). Depressive personality disorder. *Journal of Clinical Psychiatry,* c. 56(6), s. 266.

Siever, L. J. (1992). Schizophrenia spectrum personality disorders. A. Tasman & M. B. Riba (der.), *Review of psychiatry* (Cilt 11) içinde, s. 25–42. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Siever, L. J. (1995). Brain structure/function and the dopamine system in schizotypal personality disorder. A. R. Raine, T. Lencz ve S. A. Mednick (der.), *Schizotypal personality* içinde, s. 272–288. Cambridge, İngiltere: Cambridge University Press.

Siever, L. J., Amin, F., Coccaro, E. F., Trestman, R. L., Silverman, J. M., Horvath, T. B., vd. (1993). CSF homovanillic acid in schizotypal personality disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 150(1), s. 149–151.

Siever, L. J. ve Davis, K. L. (1991). A psychobiological perspective on the personality disorders. *American Journal of Psychiatry,* c. 148, s. 1647–1658.

Siever, L. J., Klar, H. ve Coccaro, E. (1985). Biological response styles: Clinic implications. L. J. Siever & H. Klar (der.), *Psychobiological substrates of personality* (s. 38–66) içinde. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Siever, L. J., Rotter, M., Losonczy, M. ve Guo, S. L. (1995). Lateral ventricular enlargement in schizotypal personality disorder. *Psychiatry Research,* c. 57, s. 109–118.

Siever, L. J. ve Trestman, R. L. (1993). The serotonin system and aggressive personality disorder. *International Clinical Psychopharmacology,* c. 8 (Ek 2), s. 33–39.

Sifneos, P. E. (1972). *Short-term psychotherapy and emotional crisis.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

Silk, K., Lee, S., Hill, E. ve Lohr, N. (1995). Borderline personality disorder symptoms and severity of sexual abuse. *American Journal of Psychiatry,* c. 152(7), s. 1059–1064.

Silverthorn, P. ve Frick, P. J. (1999). Developmental pathways to antisocial behavior: The delayed onset pathway in girls. *Development and Psychopathology,* c. 11, s. 101–126.

Simeon, D., Gross, S., Guralnik, O. ve Stein, D. J. (1997). Feeling unreal: 0030 cases of *DSM-III-R* depersonalization disorder. *American Journal of Psychiatry,* c. 154(8), s. 1107–1113.

Singer, M. T. ve Wynne, L. C. (1965). Thought disorder and family relations of schizophrenics, III: Methodology using projective techniques. *Archives of General Psychiatry,* c. 12, s. 187–212.

Skinner, B. F. (1957). *Verbal behavior.* New York: Apple-Century-Crofts.

Skodol, A. E., Oldham, J. M., Hyler, S. E. ve Stein, D. J. (1995). Patterns of anxiety and personality disorder comorbidity. *Journal of Psychiatric Research,* c. 9(5), s. 361–374.

Smith, P. B. ve Pederson, D. R. (1988). Maternal sensitivity and patterns of infant-mother attachment. *Child Development,* c. 59, s. 1097–1101.

Soloff, P., Lis, J., Kelly, T., Cornelius, J. ve Ulrich, R. (1994). Self-mutilation and suicidal behavior in borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders,* c. 8(4), s. 257–267.

Sperling, M. (1973). Conversion hysteria and conversion symptoms: A revision of the classification and concepts. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* c. 21, s. 745–771.

Sperry, L. (1995). *Handbook of diagnosis and treatment of the DSM-IV personality disorders.* New York: Brunner/Mazel.

Spitzer, R. L., Endicott, J. ve Gibbon, M. (1979). Crossing the border into borderline personality and borderline schizophrenia. *Archives of General Psychiatry,* c. 36, s. 17–24.

Sprock, J. (2000). Gender-type behavioral examples of histrionic personality disorder. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment,* c. 22, s. 107–122.

Sroufe, L. A. ve Waters, E. (1976). The ontogenesis of smiling and laughter: A perspective on the organization of development in infancy. *Psychological Review,* c. 83, s. 173–189.

Staats, A. W. (1986). Behaviorism with a personality: The paradigmatic behavioral assessment approach. R. O. Nelson & S. C. Hayes (der.), *Conceptual foundations of behavioral assessment* içinde, s. 242–296. New York: Guilford Press.

Starcevic, V. (1992). Comorbidity models of panic disorder/agoraphobia and personality disturbance. *Journal of Personality Disorders,* c. 6, s. 213–225.

Steiger, H., Jabalpurwala, S. ve Champagne, J. (1996). Axis II comorbidity and developmental adversity in bulimia nervosa. *Journal of Nervous and Mental Diseases,* c. 184(9), s. 555–560.

Stein, D. J., Trestman, R., Mitropoulou, V. ve Coccaro, E. (1996). Impulsivity and serotonergic function in compulsive personality disorder. *Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neuro- sciences,* c. 8(4), s. 393–398.

Steinberg, L., Elmen, J. D. ve Mounts, N. S. (1989). Authoritative parenting, psychosocial maturity, and academic success among adolescents. *Child Development,* c. 60, s. 1424–1436.

Stern, A. (1938). Psychoanalytic investigation of and therapy in the borderline group of neuroses. *Psychoanalytic Quarterly,* c. 7, s. 467–489.

Stone, M. H. (1981). Borderline syndromes: A consideration of subtypes and an overview, directions for research. *Psychiatric Clinics of North America,* c. 4, s. 3–24.

Stone, M. H. (1985). Disturbances in sex and love in borderline patients. R. C. DeFries, B. Friedman ve R. Corn (der.), *Sexuality: New perspectives* içinde s. 159–186. Westport, CT: Greenwood Press.

Stone, M. H. (1986). *Essential papers on borderline disorders.* New York: New York University Press.

Stone, M. H. (1993). *Abnormalities of personality: Within and beyond the realm of treatment.* New York: Norton.

Stone, M. H. (1997). *Healing the mind: A history of psychiatry from antiquity to the present.* New York: Norton.

Stormberg, D., Ronningstam, E., Gunderson, J. ve Tohen, M. (1998). *Pathological narcissism in bipolar disorder patients. Journal of Personality Disorders,* c. 12, s. 179–185.

Sullivan, H. S. (1947). *Conceptions of modern psychiatry,* New York: Norton. [Türkçesi: Psikiyatrinin temel kavramları (çev. T. Göbekçi)].

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry.* New York: Norton.

Sullivan, H. S. (1956). *Clinical studies in psychiatry.* New York: Norton.

Summers, F. (1994). *Object relations theories and psychopathology: A comprehensive text.* Hills- dale, NJ: Analytic Press.

Swett, C. ve Halpert, M. (1993). Reported history of physical and sexual abuse in relation to dissociation and other symptomatology in women psychiatric inpatients. *Journal of Interpersonal Violence,* c. 8(4), s. 545–555.

Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with emphasis on self-report. A. Tuma & J. Maser (der.), *Anxiety and anxiety disorders* içinde. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Tellegen, A. ve Waller, N. G. (1987, August). *Re-examining basic dimensions of natural language trait descriptors.* Paper presented at the 95th annual convention of the American Psychological Association, New York.

Thapar, A. ve McGuffin, P. (1993). Is personality disorder inherited? An overview of the evidence. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment,* c. 15(4), s. 325–345.

Thomas, A. ve Chess, S. (1977). *Temperament and development.* New York: Brunner/Mazel.

Thomas, A., Chess, S. ve Birch, H. G. (1963). *Behavioral individuality in early childhood.* New York: New York University Press.

Thomas, A., Chess, S. ve Birch, H. G. (1968). *Temperament and behavior disorders in children.* New York: New York University Press.

Thomas, A., Chess, S. ve Korn, S. J. (1982). The reality of difficult temperament. *Merrill-Palmer Quarterly,* c. 28, s. 1–20.

Tisdale, M. J., Pendeliton, L. ve Marler, M. (1990). MCMI characteristics of *DSM-III-R* bulimics. *Journal of Personality Assessment,* c. 55, s. 477–483.

Tizard, B. ve Hodges, J. (1978). The effect of early institutional rearing on the development of 8 year old children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry,* c. 19, s. 99–118.

Triandis, H. C. (1994). Major cultural syndromes and emotion. S. Kitayama & H. R. Markus (der.), *Emotion and culture: Empirical studies of mutual influence* içinde. Washington, DC: American Psychological Association.

Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism.* Boulder, CO: Westview Press.

Tschanz, B. T., Morf, C. C. ve Turner, C. W. (1998). Gender differences in the structure of narcissism: A multisample analysis of the narcissistic personality inventory. *Sex Roles,* c. 38(9/10), s. 863–870.

Turing, A. (1936). On computable numbers with an application to the Entscheidens problem. *Proceedings of the Londra Mathematical Society,* c. 42, s. 230–265.

Turkat, I. D. (1990). *The personality disorders.* New York: Pergamon Press.

Turkat, I. D. ve Carlson, C. (1984). Data-based versus symptomatic formulation of treatment: The case of a dependent personality. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, c. 15, s. 153–160.

Turner, S. M., Beidel, D. C., Borden, J. W. ve Stanley, M. A. (1991). Social phobia: Axis I and II correlates. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 100(1), s. 102–106.

Tyrer, P., Casey, P. R. ve Seivewright, N. (1986). Common personality features in neurotic disorder. *British Journal of Medical Psychology, 59*(3), 289–294.

Van Praag, H. M. (1991). Serotonergic dysfunction and aggression control. *Psychological Medicine, 21*(1), 15–19.

van Velzen, C. J. M., Emmelkamp, P. M. G. ve Scholing, A. (2000). Generalized social phobia versus avoidant personality disorder: Differences in psychopathology, personality traits, and social and occupational functioning. *Journal of Anxiety Disorders,* c. 14, s. 395–411.

Veale, D., Boocock, A., Gournay, K. ve Dryden, W. (1996). Body dysmorphic disorder: A survey of fifty cases. *British Journal of Psychiatry,* c. 169(2), s. 196–201.

Vikan, A. ve Clausen, S. (1993). Freud, Piaget, or neither? Beliefs in controlling others by wishful thinking and magical behavior in young children. *Journal of Genetic Psychology,* c. 154(3), s. 297–314.

Virkkunen, M. (1985). Urinary free cortisol secretion in habitually violent offenders. *Acta Psychiatrica Scandinavica,* c. 72, s. 40–44.

Voeltz, L. M. ve Evans, I. M. (1982). The assessment of behavioral interrelationships in child behavior therapy. *Behavioral Assessment,* c. 4, s. 131–165.

von Feuchtersleben, E. (1847). *Lehrbuch der arztlichen Seelenkunde.* Viyana: Gerold.

Vuckovic, N., Misic-Pavkov, G. ve Doroski, M. (1997). Forensic-psychiatric characteristics of murder: Alcoholic aspect. *Psihijatrija Danas,* c. 29, s. 97–110.

Wachtel, P. L. (1983). Integration misunderstood. *British Journal of Clinical Psychology*, c. 22, s. 129–130.

Wagner, M. E., Schubert, H. J. P. ve Schubert, D. S. P. (1979). Sibship-constellation effects on psychosocial development, creativity, and health. H. W. Reese & L. P. Lipsitt (der.), *Advances in child development and behavior* (Cilt 14) içinde, s. 58–148. New York: Academic Press.

Waldron, S., Shrier, D. K., Stone, B. ve Tobin, F. (1975). School phobia and other childhood neuroses: A systematic study of the children and their families. *American Journal of Psychiatry,* c. 132, s. 802–808.

Walker, L. E. (1994). Are personality disorders gender biased. S. A. Kirk & S. D. Einbinder (der.), *Controversial issues in mental health* içinde, s. 22–29. New York: Allyn & Bacon.

Waller, N. G. (1994). Borderline personality disorder and perceived family dysfunction in the eating disorders. *Journal of Nervous and Mental Diseases,* c. 182, s. 541–546.

Waller, N. G., Kojetin, B. A., Bouchard, T. J., Lykken, D. T. ve Tellegen, A. (1990). Genetic and environmental influences on religious interests, attitudes, and values: A study of twins reared apart and together. *Psychological Science*, 1(2),

Wallerstein, R. S. (1986). *Forty-two lives in treat*ment: A study of psychoanalysis and psychother*apy.* New York: Guilford Press.

Warren, M. ve Capponi, A. (1995). The role of culture in the development of narcissistic personality disorders in America, Japan, and Denmark. *Journal of Applied Social Sciences,* c. 20(1), s. 77–82.

Watson, D. ve Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin,* c. 98, s. 219–235.

Watson, P. J., Morris, R. J. ve Miller, L. (1998). Narcissism and the self as continuum: Correlations with assertiveness and hypercompetitiveness. *Imagination, Cognition and Personality,* c. 17(3), s. 249–259.

Weissman, M. M. ve Paykel, E. S. (1974). *The depressed woman: A study of social relationships.* Chicago: University of Chicago Press.

Wellman, N. A., Williams, J. H., Geaney, D. P. ve Cowen, P. J. (1996). Schizotypy and height: Reduced height in high-schizotypal healthy men. *Personality and Individual Differences,* c. 21(5), s. 823–825.

Whorf, B. (1956). *Language, thought, and reality.* New York: Wiley.

Widiger, T. A. (1998). Invited essay: Sex biases in the diagnosis of personality disorders. *Journal of Personality Disorders,* c. 12(2), s. 95–118.

Widiger, T. A., Corbitt, E. M. ve Funtowitz, M. N. (1994). No: Are personality disorders gender biased? S. A. Kirk & S. D. Einbinder (der.), *Controversial issues in mental health* içinde, s. 32–38. Boston: Allyn & Bacon.

Widiger, T. A. ve Costa, P. T. (1994). Personality and personality disorders. *Journal of Abnormal Psychology,* c. 103(1), s. 78–91.

Widiger, T. A. ve Spitzer, R. L. (1991). Sex bias in the diagnosis of personality disorders: Conceptual and methodological issues. *Clinical Psychology Review,* c. 11, s. 1–22.

Widiger, T. A., Trull, T. J., Clarkin, J. F., Sanderson, C. ve Costa, P. T. (1994). A description of the *DSM-III-R* and *DSM-IV* personality disorders with the Five-Factor model of personality. P. T. Costa Jr. & T. A. Widiger (der.), *Personality disorders and the Five-Factor model of personality* içinde, s. 41–56. Washington, DC: American Psychological Association.

Wiggins, J. S. (1966). Substantive dimensions of self-report in the MMPI item pool. *Psychological Monographs, 80* (n. 630, 22).

Wijeratne, C., Stern, J. ve Howard, R. (1996). Self- mutilation in an elderly patient with personality disorder: Case report. *International Journal of Geriatric Psychiatry,* c. 11, s. 75–79.

Williams, R. J. (1973). The biological approach to the study of personality. T. Millon (der.), *Theories of psychopathology and personality* (2. bs.) içinde, s. 29–38. Philadelphia: Saunders.

Williamson, S., Harpur, T. J. ve Hare, R. D. (1991). Abnormal processing of affective words by psychopaths. *Psychophysiology,* c. 28, s. 260–273.

Wilson, E. O. (1978). *On human nature,* Cambridge, MA: Harvard University Press. [Türkçesi: İnsan doğası, Thales Yay., çev. Belkıs Çorakçı Dişbudak].

Winnicott, D. W. (1956). On transference. *International Journal of Psychoanalysis,* c. 37, s. 382–395.

Winnicott, D. W. (1958). Primitive emotional development. D. W. Winnicott (der.), *Collected papers* içinde. Londra: Tavistock. (İlk yayımlanma tarihi 1945)

Wolff, S. (1996). The first account of the syndrome Asperger described? *European Child and Adolescent Psychiatry,* c. 5, s. 119–132.

Wolff, S. (1998). Schizoid personality in childhood. E. Schopler, G. B. Mesibov ve L. J. Kunce (der.), *Asperger syndrome or high-functioning autism?* içinde. New York: Plenum Press.

Wonderlich, S. A., Swift, W. J., Slotnick, H. B. ve Goodman, S. (1990). *DSM-III-R* personality disorders in eating disorder subtypes. *International Journal of Eating Disorders*, c. 9, s. 607–616.

Yankelovich, D. (1981). New rules: Some implications for advertising. *Journal of Advertising Research*, c. 22, s. 9–16.

Zanarini, M. C. (1993). BPD as an impulse spectrum disorder. J. Paris (der.), *Borderline personality disorder: Etiology and treatment* içinde, s. 67–85. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Zanarini, M. C. ve Frankenburg, F. R. (1997). Pathways to the development of borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, c. 11(1), s. 93–104.

Zanarini, M. C., Gunderson, J. G., Frankenburg, F. R. ve Chauncey, D. L. (1989). The revised diagnostic interview for borderlines: Discriminating BPD from other Axis II disorders. *Journal of Personality Disorders*, c. 3(1), s. 10–18.

Zanarini, M. C., Williams, A., Lewis, R., Reich, R., Vera, S., Marino, M., vd. (1997). Reported pathological childhood experiences associated with the development of borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, c. 154(8), s. 1101–1106.

Zanolli, K., Saudargas, R. ve Twardosz, S. (1990). Two-year-olds' responses to affectionate and caregiving teacher behavior. *Child Study Journal*, c. 20, s. 35–54.

Zetzel, E. R. (1968). The so-called good hysteric. *International Journal of Psychoanalysis*, c. 49, s. 256–260.

Zilboorg, G. (1941). Ambulatory schizophrenia. *Psychiatry*, c. 4, s. 149–155.

Zimbardo, P. G., Andersen, S. M. ve Kabat, L. G. (1981). Induced hearing deficit generates experimental paranoia. *Science*, c. 212(4502), s. 1529–1531.

# İSİM DİZİNİ


Abraham, K. 36, 347
Adler, A. 19, 37, 640, 641, 668, 670
Ainsworth, M. D. S. 79, 369
Akhtar, S. 444, 586, 594
Akins, R. N. 323
Akiskal, H. S. 389, 623, 634, 662
Alarcon, R. 49
Alexander, F. 192
Allport, G. W. 68, 71, 151
Almagor, M. 71
Alneas, R. 365
Alpert, M. 208
Andersen, S. M. 549
Apt, C. 395
Apter, A. 610
Arieti, S. 494
Auchincloss, E. L. 587
Austin, V. 641

Bagford, J. 389
Bak, R. C. 581
Balthazar, M. L. 199
Baribeau, J. 102
Barr, A. N. 537
Bates, J. E. 108
Bateson, G. 53, 120, 121, 140, 546
Bauer, L. 209
Baumrind, D. 119, 207
Beck, A. T. 63-66, 90, 137, 162, 222, 223, 234, 235, 237, 264, 266, 267, 268, 279, 280, 283, 315, 316, 354, 407, 408, 450, 459, 460, 474, 505, 516, 548, 558, 598, 613, 654, 666, 667, 706
Beeghly, M. 117
Beidel, D. C. 323
Bellhouse, M. 663
Belsky, J. 108
Benedict, R. 49
Benishay, D. S. 635
Benjamin, L. S. 48, 57, 58, 72, 82, 89, 169, 215, 219, 234, 235, 237, 262, 263, 280, 281, 283, 284, 312, 328, 353, 404, 415, 420, 455, 456, 473, 476, 483, 499, 502, 544, 546, 554, 556, 558, 561, 592, 593, 607, 613, 617, 628, 649, 650, 662, 664, 665, 666,
Benson, D. 209
Bergman, A. 57, 126, 547
Berman, S. M. 304
Bernstein, D. P. 580
Beutler, L. E. 175
Biderman, M. D. 462
Bigbee, M. A. 67
Billings, A. G. 117
Birch, H. G. 107
Birkit-Smith, M. 120
Birnbaum, K. 577
Black, D. W. 322
Blacker, K. 394, 395, 396
Blair, R. J. R. 218
Blaney, P. H. 99, 599
Blashfield, R. K. 165
Bleuler, E. 252, 490, 532, 533, 546, 560, 577
Bloom, B. L. 174
Blum, H. 587
Blum, N. 170
Boaz, T. 630
Bockian, N. R. 626, 669
Bodkin, A. 171
Bonagura, N. 126
Boocock, A. 324
Borden, J. 323
Bornstein, R. F. 346
Bouchard, T. J. 25
Bowlby, J. 38, 369, 581, 706, 707
Braginsky, Y. 608
Breuer, J. 27, 28, 391, 415, 422
Brichtswein, K. 209
Briquet, P. 387
Brodie, R. D. 121
Brown, F. W. 323
Brown, L. S. 104
Brugger, P. 547
Buchsbaum, K. C. 117
Budman, S. H. 174
Burke, J. D. 126
Burnham, V. S. 570, 578
Bushnell, J. A. 199

Buss, A. H. 21
Buss, D. M. 465
Butcher, J. N. 165, 168
Buthod, J. L. 538

Cadoret, R. J. 389
Cale, E. M. 390
Calsyn, D. A. 470
Cameron, N. 112, 137, 565, 587
Campbell, S. B. 120
Caplan, P. 22, 105
Capponi, A. 429
Carlson, C. 363
Carlson, G. 510
Carlson, V. 117
Carpenter, W. 641
Carson, R. C. 140
Casey, P. R. 512
Cattell, R. B. 25, 406
Celesia, G. G. 537
Chabrol, H. 681
Chambless, D. L. 274
Champagne, J. 663
Charcot, J. 27, 386
Chatterjee, A. 608
Chauncey, D. L. 171
Checkley, S. A. 364
Chess, S. 107, 108, 651, 659
Chomsky, N. 60
Cicchetti, D. 117
Circirelli, V. G. 123
Clapp, L. 450
Claridge, G. 663
Clark, F. 218
Clark, L. A. 69, 70, 175
Clarkin, J. F. 175
Clausen, J. 122
Clausen, S. 526
Cleckley, H. 70, 196, 206, 208, 209, 211, 213, 225, 226, 236
Cloninger, C. R. 24, 26, 44, 169, 210, 211, 390, 493
Coccaro, E. 209, 304
Coffey, H. 53
Coie, J. D. 681
Collard, L. M. 169
Colligan, R. C. 166
Cook, R. J. 199
Coolidge, F. L. 169
Coolidge, J. C. 121
Cooper, H. 705
Corbitt, E. M. 103, 104
Cormier, C. A. 218
Cornblatt, B. A. 547
Cornelius, J. 645
Cornell, D. G. 218
Coryell, W. 162
Costa, P. Jr. 68, 70, 169
Costa, P. T. 72
Cowdry, R. 645
Cox, C. R. 122
Cox, M. 122
Craik, K. H. 451
Crick, N. R. 67, 199
Crittenden, P. M. 79
Crockenberg, S. 123
Cronbach, L. J. 165
Crosby, R. M. 467
Cummings, E. M. 118, 123
Cummings, J. L. 209
Cummings, J. S. 123
Curtis, J. 369

Dabbs, J. M. 211
Dahl, A. A. 274
Dahlstrom, W. G. 165
Danzger, B. 109
Darby, A. 209
Davanloo, H. 174
Davidson, E. 106, 110, 630
Davis, C. 580, 663
Davis, J. O. 538
Davis, K. L. 24, 44, 254, 283, 580, 635
Davis, R. 80, 99, 120, 130, 143, 166, 198, 235, 268, 282, 284, 317, 357, 457, 459, 460, 461, 474, 506, 549, 706
Deckel, A. W. 209
Del Porto, J. A. 273, 274, 322
DeNeve, K. 705
Derlega, V. J. 25
Deutsch, H. 495
Dimson, C. 450
Doddi, S. 610
Dodge, K. 117, 681
Dohrenwend, B. P. 124
Dohrenwend, B. S. 124
Dornbusch, S. M. 117
Doroski, M. 610
Dorr, A. 121
Dow, M. 630

Dryden, W. 324
Drye, R. C. 641
Dubo, E. 645
Duchene, A. 547
Dunn, J. 123, 130

Easser, B. R. 394, 395
Eckert, E. D. 211
Edelman, A. 547
El Sheikh, M. 118
Ellason, J. W. 276
Elliott, C. 209
Ellis, A. 172, 280
Ellis, Havelock 441
Elmen, J. D. 117
Emde, R. N. 117, 121
Emery, R. E. 65, 122
Emmelkamp, P. M. 274
Endicott, J. 535
Erikson, E. H. 351, 469, 636
Escalona, S. 107
Escovar, L. A. 49
Evans, D. 630
Evans, I. M. 41
Eysenck, H. J. 99, 209

Fahlen, T. 274
Fairbairn, W. R. D. 269, 495
Farrington, D. P. 135
Faust, M. 547
Feinstein, A. R. 14
Feldman, R. B. 663
Fenichel, O. 35, 257, 282, 347, 392, 394, 442
Fennig, S. 510
Ferenczi, S. 35, 581
Fergusson, D. M. 199
Ferrari, J. R. 323
Ferrero, W. 105, 199
Ferri, E. 122
Ferster, C. B. 118
Feske, U. 274
Field, T. M. 125
Fiester, S. J. 681, 687
First, M. B. 169, 170
Fleck, S. 120
Fleming, B. 354, 407, 418, 419
Fleming, C. 470
Folstein, M. F. 323
Ford, M. R. 103, 389
Forquera, J. 104
Foulks, E. 49
Frances, A. 48, 233, 630
Frank, J. D. 174, 175
Frank, L. K. 142
Frankenburg, F. R. 171, 623, 651
Freedman, M. B. 53
Freeman, A. F. 65, 518
Freud, S. 19, 27-30, 34-38, 44, 45, 51, 52, 61, 72, 87, 124, 140, 211, 212, 213, 301, 302, 306, 311, 330, 386, 391-394, 415, 422, 441-444, 446, 448, 449, 454, 455, 475, 510, 581, 587, 588, 635, 670, 682, 693
Frick, P. J. 224
Friedlander, K. 212
Fromm, E. 143, 297, 299, 303, 311, 381, 422
Frosch, J. 652
Fuchs, D. L. 276
Funtowitz, M. N. 103, 104

Gabbard, G. O. 306, 392, 559, 615
Galletly, C. 662
Gardner, D. 645
Gardner, H. 60
Gardner, W. 211
Garfield, S. L. 174
Garmezy, N. 125
Gay, M. 687
Gelman, S. 526
Gibbon, M. 169, 535
Gibbs, N. A. 323
Giller, H. 123
Gillett, G. 209
Gilligan, C. 76
Gillstrom, B. J. 209
Gittelman, R. 126
Glickhauf-Hughes, C. 466
Glidewell, J. C. 118
Goetsch, V. 118
Goldsmith, H. H. 25, 108, 492
Goldstein, A. J. 274
Goodman, S. 365
Gorman, T. W. 162
Gosling, S. D. 451
Gottesman, I. L. 108
Gottman, J. M. 135
Gournay, K. 324
Graham, J. R. 165
Graves, R. E. 547
Gray, J. A. 211
Green, B. 364

Greenberg, J. R. 257, 449
Griesinger, W. 300, 387
Grinker, R. R. 641
Gross, S. 325
Grossman, S. 169
Grotpeter, J. K. 199
Grove, W. M. 211
Gruenberg, A. M. 580
Gruzelier, J. H. 538
Gunderson, J. 171, 443, 444, 450, 466, 623, 641, 642, 661
Guntrip, H. 496
Guo, S. L. 536
Guralnik, O. 325
Gurman, A. S. 174
Guze, S. B. 211, 390

Habbits, P. 547
Haley, J. 53
Hall, G. 547
Hall, M. J. 467
Halpert, M. 512
Hamburger, M. E. 105, 389, 390
Hampton, W. H. 570, 578
Hanks, D. 705
Hare, D. 158, 192, 196, 208, 209, 213, 218, 222, 225
Harkness, A. R. 69
Harris, G. T. 218
Hart, E. L. 224
Hartman, A. R. 37
Hartung, C. M. 102
Hawk, G. 218
Hedley, L. M. 364
Heider, G. 107
Herman, J. L. 623
Herpertz, S. 645
Heslegrave, R. J. 663
Hesselbrock, V. M. 209, 210
Heston, L. 211
Hetherington, E. M. 122
Heun, R. 580
Hickling, A. 526
Hickok, L. G. 169
Hill, E. 346, 651
Hinshaw, S. P. 224
Hirschfeld, R. 171, 369, 705
Hitchcock, D. L. 104
Hoch, A. 490
Hoch, P. 533
Hodges, E. V. E. 681
Hodges, J.120
Hoffart, A. 364
Hogben, M. 105
Holdcraft, L. C. 230
Holland, L. E. 538
Hopper, C. H. 211
Horney, K. 37, 257, 282, 348, 442, 446, 449, 476 Horowitz, M. 174
Horwood, L. J. 199
Howard, R. 645
Hueston, W. J. 414
Hurlbert, D. 395
Hurley, D. A. 220
Husband, S. D. 470
Huttenen, M. O. 537
Hyler, S. E. 169, 322

Iacono, W. G. 230
Intrator, J. 208

Jabalpurwala, S. 663
Jacklin, C. N. 346
Jackson, D. D. 53
Jackson, D. N. 26, 70, 369
Jacobsberg, L. 630
Jang, K. L. 26, 100
John, O. P. 451
Johnson, B. 466, 467
Johnson. M. R. 274
Johnston, M. R. 120
Jones, L. 218
Jones, S. S. 108
Jones, W. H. 25
Jones-Brando, L. V. 538
Joseph, S. 537
Joubert, C. E. 440
Joyce, P. R. 199
Jung, C. G. 31, 37
Jurkovic, G. J. 211

Kabat, L. G. 549
Kaemmer, B. 165
Kagan, J. 107, 108, 130, 225
Kahlbaum, K. L. 577
Kaiser, J. 538
Kalish, C. 526
Kaplan, M. 22
Kaptein, S. 663

Kardiner, A. 49
Karen, R. M. 467
Kaser-Boyd, N. 370
Kass, F. 102, 389, 675
Katz, L. F. 135
Keener, J. J. 210
Keller, L. E. 218
Keller, M. 705
Kelly, G. A. 645
Kelly, T. 406, 457
Kendler, K. S. 535, 536, 580
Kendrick, C. 123
Kernberg, O. F. 38, 39, 42, 46, 380, 381, 383, 392, 422, 442, 444, 446, 447, 455, 461, 468, 474, 475, 476, 582, 587, 623, 636-640, 642, 655, 663, 668, 703, 709
Kety, S. S. 534
Kiesler, D. J. 50, 53, 54, 55, 72, 82, 140, 215, 308, 370, 399, 400, 449, 497, 518
Kirby, K. C. 470
Kisiel, C. L. 661
Klar, H. 209
Klein, D. 254, 705
Klein, M. R. 615
Klein, R. G. 169
Kleiner, L. 364
Klerman, G. L. 54
Klose, D. A. 450
Knight, R. P. 636
Knox, M. 630
Koch, J. L. 206
Kohut, H. 442, 446, 448, 449, 454, 455, 461, 474, 475
Kojetin, B. A. 25
Kolb, J. E. 641
Korfine, L. 534
Korn, S. 108
Kraepelin, E. 345, 387, 490, 532, 533, 534, 560, 577, 580, 623, 634, 703
Krafft-Ebbing, R. 300, 675, 687
Kranzler, H. R. 610
Kravetz, S. 547
Kretschmer, E. 23, 44, 253, 301, 387, 490, 491, 492, 494, 505, 634, 702
Kroll, J. 620, 623, 653
Kumin, I. M. 512

Labbe, E. E. 452
Labouvie, E. W. 210
Ladd, E. R. 452
LaFosse, J. 537
Lahey, B. B. 126, 211, 224
Laing, R. D. 496
Lamb, R. J. 470
Lambert, N. M. 126
Landrine, H. 103, 104
Lang, P. J. 41
Langenbucher, J. 210
Laporte, L. 651
Larntz, K. 389
Lasch, C. 431
Lazarus, A. A. 118, 175
Leary, T. 53, 54, 57, 58, 59, 63, 72, 89, 134, 140, 161, 307, 308, 350, 353, 399, 449, 650
Lee, S. 651
Leiderman, P. H. 117
Leitch, M. 107
Lencz, T. 536
Lenzenweger, M. F. 534
Leserman, J. 630
Lesser, S. R. 394, 395
Levin, H. 118
Lewinsohn, P. M. 117, 118
Lewis, C. C. 119
Lewis, M. 121
Lewis, R. 645
Liao, D. 630
Lichtermann, D. 580
Lichtman, J. W. 101
Lidz, T. 120
Liebenluft, E. 645
Lilienfeld, S. O. 105, 389
Linehan, M. M. 628, 657, 659, 664, 665, 671
Links, P. S. 663
Livesley, W. J. 26, 69, 70, 100, 169, 369
Loeb, J. 209
Loeber, R. 118, 121, 126, 211, 224
Lohr, N. 651
Lombroso, C. 105, 199, 206
Loney, B. R. 234
Loranger, A. W. 49
Losonczy, M. 536
Louth, S. M. 208
Luisada, P. V. 389
Lydiard, R. B. 274
Lykken, D. T. 25, 207, 209, 214, 226
Lynskey, M. T. 199
Lyons, M. 443

Maccoby, E. 107, 117, 118, 119, 346
Machón, R. A. 537
MacKinnon, R. A. 257
Magnusson, D. 126
Mahler, M. S. 57, 638, 707
Maier, W. 580
Mainous, A. G. 414
Malan, D. H. 174
Malone, M. J. 681
Malow, R. M. 470
Manicavasagar, V. 369
Mannuzza, S. 126
Marchessault, K. 651
Margaret, A. 112
Marler, M. 365
Marlowe, D. B. 470
Marmor, J. 394
Marshall, J. R. 363
Marshall, W. L.364
Martin, J. 107, 117, 119
Mash, E. J. 120
Maslow, A. 430
Masterson, C. C. 580
Masterson, J. F. 619, 640, 670
Maudsley, H. 206
McBurnett, K. 211
McCann, J. T. 304
McClearn, G. E. 101
McCreadie, R. G. 538
McEwen, J. L. 169
McGue, M. 25, 230
McGuffin, P. 25
McHugh, P. R. 323
McKay, D. 322, 324
McMahon, R. C. 470
McNulty, J. L. 71
McPherson, L. M. 208
McWilliams, N. 214, 322, 395, 396, 442, 451, 469, 471, 496, 538, 584, 587, 684
Mead, M. 49, 51
Mednick, S. 209, 537
Meehl, P. E. 99, 100, 165, 277, 493, 534, 536, 546
Meloy, J. R. 218
Menninger, K. 255, 282, 494, 581
Merwin, M. M. 169
Meyer, A. 532, 577
Meyer, R. E. 210
Michels, R. 257
Michelsson, K. 107
Miliora, M. T. 456
Miller, B. L. 209
Miller, K. J. 210
Miller, L. 452
Millon, C. 179, 180, 198, 281, 706
Millon, T. 14, 33, 49, 73, 74, 77, 79, 80, 88, 99, 100, 120, 122, 123, 130, 143, 144, 166, 168, 169, 173, 179, 180, 198, 201, 223, 225, 236, 245, 268, 277, 281, 282, 284, 290, 317, 330, 338, 357, 372, 379, 402, 404, 421, 432, 456, 457, 461, 475, 484, 485, 490, 494, 506, 513, 517, 529, 549, 560, 657, 660, 671, 678, 689, 706, 723, 724
Minges, J. 580
Mischel, W. 346
Misic-Pavkov, G. 610
Mitchell, S. A. 257, 449
Mitropoulou, V. 304, 635
Mitton, J. E. 663
Moffitt, T. E. 224
Moos, R. H. 117
Morey, L. 165, 166, 169
Morgenstern, J. 210, 610
Moriarty, A. E. 107
Morris, L. B. 197, 211, 236, 245, 246, 282, 290, 330, 338, 372, 379, 421, 431, 452, 475, 485, 517, 527, 560, 569, 615, 624, 669, 678, 723
Morrison, A. P. 441
Morrison, J. R. 120
Moss, H. B. 211
Mounts, N. S. 117
Mueller, E. 117
Mulder, R. T. 199
Murphy, L. B. 107
Murphy, R. 117
Murray, H. A. 151

Neal, S. 211
Nelsen, J. 451
Nestadt, G. 323
Neziroglu, F. 322, 324
Nigg, J. T. 25, 492
Notarius, C. I. 123
Noyes, R. 162, 322
Nurnberg, H. G. 610

Obuchowski, M. 547
Odbert, H. S. 68, 71
Offord, K. P. 166
Okonogi, K. 249

Oldham, J. M. 197, 236, 245, 246, 282, 290, 322, 330, 338, 372, 379, 421, 431, 475, 485, 517, 527, 560, 569, 615, 624, 669, 678, 723
Olin, J. T. 370
Osofsky, J. D. 109
Ossorio, A. G. 53
Overholser, J. C. 364

Paajanen, S. 107
Pajer, K. 175, 199
Pantony, K. L. 22
Panzak, G. L. 211
Papousek, H. 109
Papousek, M. 109
Paris, J. 569, 651, 660
Parker, G. 120, 121
Patterson, G. R. 118, 119, 121
Paykel, E. S. 125
Peck, M. S. 450
Pederson, D. R. 109
Peele, R. 389
Pellegrini, D. S. 123
Pendeliton, L. 365
Penedo, F. J. 470
Perel, J. 211
Perkins, D. 630
Perry, D. 681
Perry, K. J. 274
Perry, S. 630
Pfohl, B. 170, 189
Phelps, J. A. 538
Piaget, J. 63, 64, 356
Pine, F. 57
Pinel, P. 205, 206, 220, 236
Pittard, E. A. 389
Plomin, R. 21, 100, 101, 130
Polatin, P. 533
Pouget, E. R. 208
Power, M. J. 364
Pretzer, J. L. 65, 66, 613, 614, 654, 666, 667
Prichard, J. C. 205, 212, 236, 345
Przybeck, T. R. 169
Pulver, S. 441
Purves, D. 101

Quay, H. C. 209

Raag, T. 108
Rado, S. 257, 295, 303, 312, 317, 533, 534, 536, 559, 560, 581, 711
Raine, A. 536
Ramsey, A. 462
Rathouz, P. J. 211
Reeves, A. L. 462
Reich, A. 442
Reich, J. 162, 211, 274, 363, 608, 675
Reich, W. 35, 36, 295, 303, 312, 325, 392, 393, 398, 404, 422, 436, 437, 442, 476, 494
Reid, J. B. 121
Reiss, D. 121
Renneberg, B. 274
Rettew, D. C. 274
Reznick, J. S. 107, 255
Ribot, T. 490
Rice, M. E. 218
Richards, S. K. 470
Rieder, R. O. 169
Rienzi, B. M. 104, 430
Rifkin, A. 610
Rinne, A. 107
Rinsley, D. 640
Ritter, P. L. 117
Roberts, D. F. 117
Robins, L. 130, 199
Robins, R. W. 451
Rodrigues, T. A. 273, 274, 322
Rogers, C. 172, 280
Roitman, S. E. L. 547
Roland, A. 429
Romanoski, A. J. 323
Ronningstam, E. 171, 443, 444, 450, 466
Rosen, K. V. 323
Rosenfeld, H. 442
Rosengren, K. 526
Rosenthal, D. 534
Ross, C. A. 276
Rossner, S. C. 346
Rost, K. M. 323
Roth, R. M. 102
Rothschild, B. 450
Rotter, M. 536
Rovine, M. 108
Rubin, R. T. 211
Ruesch, J. 140
Rush, A. 65
Rushton, J. P. 76
Russ, M. 645
Rutter, M. 123, 130

Saarni, C. 121
Sabo, A. 651

Salzman, L. 303
Samuels, J. F. 323
Sankowsky, D. 456
Satel, S. 610
Saudargas, R. 108
Saxon, A. J. 470
Schilling, R. 414
Schmideberg, M. 636
Schneider, K. 253, 301, 345, 370, 387, 577, 634, 680, 703
Scholing, A. 274
Schroeder, M. L. 26, 71, 169, 369
Schubert, D. S. P. 123
Schubert, H. J. P. 123
Schulsinger, F. 534
Schwartz, D. 681
Scrams, D. J. 104
Searles, H. 587
Sears, R. R. 118, 369
Segal, N. L. 25
Seivewright, N. 512
Shackelford, T. K. 465
Shaefer, E. S. 57, 58
Shainess, N. 675
Shapiro, D. 35, 82, 220, 313, 323, 324, 393, 405, 406, 593, 594, 595, 607
Shaw, B. F. 65
Shea, M. 705
Sheldon, W. H. 23
Shenker, R. 126
Sherman, Y. 705
Shrier, D. K. 121
Siever, L. J. 24, 44, 209, 211, 254, 283, 492, 536, 537, 580, 635
Silk, K. 651
Silove, D. 369
Silverman, N. 117
Silverthorn, P. 224
Simeon, D. 325
Simonsen, E. 120
Singer, M. T. 120, 641
Skinner, B. F. 40, 60, 72, 81
Skodol, A. E. 322
Slotnick, H. B. 365
Smith, G. R. 323
Smith, M. 218
Smith, P. B. 109
Smyth, K. A. 608
Snidman, N. 107, 255
Soloff, P. 645
Sovner, R. 220
Sperling, M. 394
Sperry, L. 200, 246, 291, 292, 339, 379, 380, 432, 486, 528, 569, 571, 625, 714
Spitzer, R. L. 102, 105, 169, 535
Sprock, J. 103
Sroufe, L. A. 108
Staats, A. W. 41
Stafford, E. 218
Stanley, M. A. 323
Starcevic, V. 363
Steiger, H. 663
Stein, D. C. 304, 322, 325
Steinberg, L. 117
Stepanian, M. L. 346
Stern, A. 635, 670
Stern, J. 645
Stone, B. 121
Stone, M. H. 192, 197, 206, 214, 263, 276, 283, 387, 442, 461, 548, 559, 576, 583, 611, 615, 636, 648, 651, 678
Storaasli, R. 450
Stormberg, D. 466
Stouthamer-Loeber, M. 118
Strauss, J. S. 641
Strauss, M. E. 608
Stritzke, P. 208
Sullivan, H. S. 19, 51, 52, 53, 82, 89, 350, 399, 449, 546, 588, 589, 616
Summers, F. 446, 448, 449
Svrakic, D. M. 169
Swett, C. 512
Swift, W. J. 365

Tallis, F. 323
Tellegen, A. 25, 71, 165, 705
Terry, D. 120
Thapar, A. 25
Thomas, A. 107, 108, 130, 217, 659
Thomson, J. A. Jr. 444
Tisdale, M. J. 365
Tizard, B. 120
Tobin, F. 121
Todaro, J. 322, 324
Tohen, M. 466
Torgersen, S. 365
Torrey, F. 538
Trestman, R. 211, 304, 635
Triandis, H. C. 50
Triebwasser, J. 171

Tringone, R. 169
Troughton, E. 389
Tschanz, B. T. 430
Tubin, J. 394, 395, 396
Turing, A. 60, 61
Turkat, I. D. 363, 420, 611, 614
Turner, C. W. 430
Turner, S. M. 323
Twardosz, S. 108
Tyrer, P. 512

Ulrich, R. 645
Useda, D. 580

Vakkur, M. 49
Van der Kolk, B. A. 623
Van Praag, H. M. 635
Van Reekum, R. 663
Van Valkenburg, C. 389
Van Velzen, C. J. 274
Veale, D. 324, 610
Vernon, P. A. 26, 100
Vikan, A. 526
Virkkunen, M. 211
Vitulli, W. F. 452
Voeltz, L. M. 41
Vogel, J. 663
Von Feuchtersleben, E. 386
Vuckovic, N. 610

Wachtel, P. L. 143
Wagner, M. E. 123
Waldron, S. 121
Walker, L. E. 22, 103
Wallerstein, R. 669
Walsh, D. 536
Warren, J. 218
Warren, M. 429
Waters, E. 108
Watson, D. 705
Watson, P. J. 40, 81, 452, 462
Weiss, M. 663
Weiss, R. M. 198, 282, 587
Weissman, M. M. 125
Wells, E. A. 470
Wells, J. E. 199
Wells, M. 466
Welsh, M. C. 452
Wender, P. H. 534
Werble, B. 641
Whitehouse, P. J. 608
Whorf, B. 137
Widiger, T. A. 22, 72, 102-105, 389
Wiggins, J. S. 165
Wijeratne, C. 645
Williams, A. 645
Williams, C. L. 169
Williams, J. B. W. 102
Williams, R. J. 106
Williamson, S. 208
Wilson, E. O. 76
Winnicott, D. W. 496
Winstead, B. A. 25
Winters, A. 126
Wolff, S. 510
Wonderlich, S. A. 365
Woodworth, G. 389
Wynne, L. C. 120

Yang, S. 536
Yankelovich, D. 143
Yao, J. K. 211
Yaryura-Tobias, J. A. 322, 324
Yolken, R. H. 538

Zanarini, M. 171, 623, 642, 643, 645, 651, 661
Zanolli, K. 108
Zelkowitz, P. 651, 663
Zera, M. 126
Zetzel, E. R. 394, 399
Zilboorg, G. 533
Zimbardo, P. G. 549, 608
Zimmerman, M. 170

# KAVRAM DİZİNİ


ahlaki delilik 205, 206, 236, 345
aile yapısı
  ailede anlaşmazlık 122
  doğum sırası 123
  kardeş rekabeti 123
  yetersiz modeller 122
akran rekabeti 123, 124
aktarım 128, 139, 370, 420, 612, 668
aktif pasif kutuplaşması 75, 76
algısal ve bilişsel çarpıtma 137, 139
anal karakter 35, 36, 303, 312, 581
analiz felci 31, 315, 331
anormal davranış ve kişilik 3, 43, 47
antisosyal kişilik
  aile içi şiddet 214, 218
  alkolizm 210
  çeşitleri
    göçebe antisosyal 204
    habis antisosyal 205
    haris antisosyal 201
    itibarını koruyan antisosyal 203
    risk alan antisosyal 203
  diğer kişiliklerden farkı 226
  *DSM-IV* kriterleri 194, 216, 231
  IQ (entelektüel yetiler) 220
  işlevsel ve yapısal alanlar 227
  kadın 199
  muhalif kişilik 199
  normallikten anormalliğe 197
  semptomların dışavurum kanalları
    duygudurum bozuklukları 232
    kaygı bozuklukları 229
    madde kötüye kullanımı 230
  tarihteki öncüler 205
  terapi
    stratejiler ve teknikler 234
    tuzaklar 233
  vakalar 194, 216, 231
  yaklaşımlar
    bilişsel 219
    biyolojik 206
    evrimsel-nörogelişimsel 223
    kişilerarası 215
    psikodinamik 211
asperger sendromu 491, 510
BASIC IB 175
bağımlı kişilik
  ayrılma kaygısı 369
  bağımlılık 369
  bağlanma 369
  cinsiyet farkları 346
  çeşitler
    aciz bağımlı 343
    çocuksu bağımlı 343
    diğerkâm bağımlı 344
    huzursuz bağımlı 340
    yardımsever bağımlı 342
  diğer kişiliklerden farkı 361
  *DSM-IV* kriterleri 335, 367
  fedakâr tarz 338
  işlevsel ve yapısal alanlar 360
  normallikten anormalliğe 338
  semptomların dışavurum kanalları
    depresyon 364
    fiziksel semptomlar 365
    kaygı 363
    yeme bozuklukları 365
  tarihteki öncüler 345
  terapi 366
    stratejiler ve teknikler 368
    tuzaklar 366
  uyumlu tarz 338
  vakalar 335, 367
  yaklaşımlar
    bilişsel 353
    evrimsel-nörogelişimsel 357
    kişilerarası 350
    psikodinamik 347
bastırma 27, 30, 52, 136, 179, 393, 394, 395, 406, 413, 415, 419, 422, 499, 546
başarı mücadelesi ve rekabet 143
beden tipi (zayıf, kaslı, obez) 23
benlik algısı 83
beş faktör modeli 68
bilgi kaynakları 156
bilişsel şemalar 40, 137, 525
bilişsel tarz 82
bilişsel terapi 63, 64, 65, 90, 150, 172, 176, 182, 222, 235, 329, 407, 558, 561, 598, 667

bilişsel yaklaşım 59
bilişsel tarzlar 62
kökenleri 60
biyolojik yaklaşım 20
kalıtım 25
mizaç 21
nörobiyoloji 24
yakın (proksimal) ve uzak (distal) etkenler 20
yapı 23
bölünmüş nesne temsili 42
büyük yedili model 71

cezadan kaçınma 24, 118, 213
cinsiyet önyargıları 22

çifte açmaz 52
çocuklarda aşırı kaygı bozukluğu 307
çok eksenli model 6, 7, 8, 10, 36, 43, 150
kişilerarası karşılıklılık 109

danışan merkezli terapi 172
davranım bozukluğu (ergenlerde)
çocuklukta başlayan tip *ve* ergenlikte başlayan tip 224
yaygınlık 193
davranış kontrolü yöntemleri 118
cezalandırıcı yöntemler 118
korumacı yöntemler 119
koşullu ödül yöntemleri 119
şımartan yöntemler 120
tutarsız yöntemler 119
davranışçılık 40
bilişsel yaklaşım (tepki olarak) 60
davranışçı paradigma 41
üçüncü nesil 41
davranışın genellenmesi 136
deneyimsel grup terapisi 174
derecelendirme ölçekleri ve tarama listeleri 158
depresif kişilik 698
çeşitleri
huysuz depresif 702
huzursuz depresif 704
kendini küçülten depresif 703
marazi depresif 704
poz kesen depresif 703
diğer kişiliklerden farkı 708
distimi 705
*DSM-IV* kriterleri 700
evrimsel-nörogelişimsel yaklaşım 705
işlevsel ve yapısal alanlar 709
normallikten anormalliğe 701
pasif acı örüntüsü 706
semptomların ifade kanalları 710
vaka 700
depresyon 7, 25, 44, 63, 65, 151, 176
antisosyal 218, 232, 237
bağımlı 341, 343, 345
histrionik 383, 416, 417
kaçıngan 252, 276
kendine zulmeden (mazoşist) 686
narsisist 468
obsesif kompülsif 325, 326, 331, 364, 373
paranoid 609, 615, 617
sınırda (borderline) 627, 628, 633, 634, 635, 640, 641, 643, 648, 661, 662, 664, 670
şizoid 492
şizotipal 556, 561
dışa vuran eylemler 81
dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) 126
dil alışkanlıkları 137
dopamin 537
*DSM*'nin çok eksenli modeli 6
duygusal dengesizlik 25
duygusal yalıtım 33
duyumsal bağlanma 74
duyumsal bağlanma evresi 78
duyumsal-motor özerklik 79

ego analistleri 257
ego kimliği 38, 636, 637
eklektizm 16, 59, 64 18, 67, 73, 178
teknik 177, 180
terapötik 175, 189
ektoderm, mezoderm, endoderm 23
eyleme dökme 209, 214, 228, 229, 232, 235, 236, 385, 408, 420, 646, 684

faktör analizi 68

gelişimsel patogenez 97
genellenmiş davranış 140
genellenmiş korku 133
genellenmiş öğrenme 132, 133
genellenmiş savunma stratejileri 114
genetik kod 43
genetik miras 117, 207, 211
genetik yatkınlık 9
gerçekçilik 62

gerçeklik ilkesi 28, 45, 212, 213, 237, 383, 396, 539, 650
girişken örüntü (narsisist kişilik) 432
güçlendirilmiş eşleşmeler 149. 180, 184, 189

hayvan modeli 207
hezeyanlı bozukluk 556, 580, 608, 610, 616
HIV 630
histeri 388, 390, 391
histerik kişilik 39, 42, 386, 387, 392, 393, 394, 398, 399, 414, 415, 417, 422, 637
histrionik kişilik
  çeşitleri
    canlı histrionik 383
    çalkantılı histrionik 384
    çocuksu histrionik 383
    kurnaz histrionik 385
    teatral histironik 381
    yatıştıran histrionik 384
  dışadönük tarz 379
  diğer kişiliklerden farkı 412
  dramatik tarz 379
  *DSM-IV* kriterleri 377, 397, 401
  işlevsel ve yapısal alanlar 410
  normallikten anormalliğe 379
  semptomların dışavurum kanalları
    dissosiyatif bozukluklar 415
    duygudurum bozuklukları 416
    kaygı bozuklukları 415
    madde kullanımı 416
    somatoform bozukluklar 414
  seks 395
  tarihteki öncüler 386
  terapi 417
    stratejiler ve teknikler 418
    tuzaklar 417
  vakalar 377, 397, 401
  yaklaşımlar
    bilişsel 405
    biyolojik 387
    evrimsel-nörogelişimsel 408
    kişilerarası 399
    psikodinamik 391

IQ (zekâ katsayısı) 62

içe atma 29, 212, 348
içerik geçerliği 164
idiyografik yaklaşım 153, 154
ihmal 59, 64, 153, 154, 196, 219, 225, 226, 237, 329, 447, 462, 477, 508, 543, 645, 651, 659
ikici düşünme 355
iletişim tarzı 113, 120, 507
istismar 9, 104, 116, 118, 146, 196, 201, 215, 217, 219, 226, 237, 263, 283, 405, 413, 415, 443, 451, 464, 512, 546, 587, 606, 613, 623, 650, 651, 669, 687

kaçıngan kişilik
  benzer kişiliklerden farkı 271
  çeşitleri
    aşırı hassas kaçıngan 250
    çatışmalı kaçıngan 247
    fobik kaçıngan 251
    kendini soyutlayan kaçıngan 252
  *DSM-IV* kriterleri 241, 256
  inanışlar (çekirdek, koşullu, araçsal) 266
  işlevsel ve yapısal alanlar 270
  kastedilme zannı 251
  normallikten anormalliğe 244
  semptomların dışavurum kanalları
    depresif bozukluklar 276
    dissosiyatif bozukluklar 276
    fiziksel semptomlar 275
    kaygı bozuklukları 273
    şizofrenik bozukluklar 277
  tarihteki öncüler 252
  terapi 278
    strateji ve teknikler 279
    tuzaklar 278
  vakalar 241, 256
  yaklaşımlar
    bilişsel 263
    biyolojik 253
    evrimsel-nörogelişimsel 268
    kişilerarası 260
    psikodinamik 255
karşıakratım 370, 472, 612, 664
karşılıklı nedensellik 179
karşılıklı pekiştirme 134
karşıt olma-karşıt gelme bozukluğu (KOKGB) 126
katalizör dizilimler 180, 189
kategorik sınıflandırma 153, 187
kategorik tipolojiler 6
katharsis 27
kaygı bozuklukları
    antisosyal 229
    bağımlı 363
    histrionik 415
    kaçıngan 273

narsisist 466
obsesif kompülsif 323
paranoid 608
sınırda (borderline) 663
şizoid 512
kaygı kümesi (kaçıngan, bağımlı, kompülsif, negativist) 272
kaygıyı tetikleyen yaklaşım 174
kendine zulmeden (mazoşist) kişilik 674
çeşitleri
erdemli mazoşist 682
kendini baltalayan mazoşist 679
mazlum mazoşist 680
sahiplenmeci mazoşist 680
diğer kişiliklerden farkı 684
*DSM-IV* kriterleri 676
evrimsel-nörogelişimsel yaklaşım 682
işlevsel ve yapısal alanlar 685
normallikten anormalliğe 677
semptomların dışavurum kanalları 686
vaka 676
kısa süreli kişilik yaklaşımı 174
kısa süreli terapi 171, 174, 176, 189
kilo ve kişilik 491
kişilerarası davranış 82
kişilik prototipi 43
klinik feraset geliştirmek 153
klinik görüşme 157
Narsisizm İçin Tanı Görüşmesi 171
SCID-II (Structured Clinical Interview for *DSM-IV* Axis II Personality Disorders) 169
SIDP-IV (Structured Interview for *DSM-IV* Personality Disorders) 170
yapılandırılmış 158
yarı yapılandırılmış 158
kod tip 165
korteks içi üreme kimliği 76
kültür ve kişilik 49
küntlük 510, 533

maceracılar 197
manik depresyon 25, 44, 634
mizaç 3, 9, 20, 21, 23, 43, 44, 85
mizaçta yatkınlık 107
morfolojik örgütlenme 91

narsisist kişilik
benlik nesneleri 448
benlik psikolojisi 442
birincil narsisizm 441
çeşitleri
elitist narsisist 436
ilkesiz narsisist 434
şehvetli narsisist 436
diğer kişiliklerden farkı 462
*DSM-IV* kriterleri 427, 438, 453
fallik narsisist karakter 36, 436, 437, 439, 442
girişken örüntü 432
işlevsel ve yapısal alanlar 463
kültür ve narsisizm 429
narsisizm ve travma sonrası stres 467
normallikten anormalliğe 429
özgüvenli tarz 431
semptomların dışavurum kanalları
duygudurum bozuklukları 466
kaygı bozuklukları 466
madde kullanımı 470
sanrısal bozukluk 469
tarihteki öncüler 439
terapi 471
stratejiler ve teknikler 472
tuzaklar 471
vakalar 427, 438, 453
yaklaşımlar
bilişsel 456
biyolojik 440
evrimsel-nörogelişimsel 461
kişilerarası 449
psikodinamik 441
negatif semptomlar 23, 277, 522, 526, 537, 551, 559
nesne ilişkileri 37, 38, 45, 57, 59, 89, 178, 259, 295, 306, 330, 386, 394, 399, 403, 441, 442, 446, 493, 494, 504, 506, 518, 540, 582, 615, 616, 636, 640, 650, 670, 706
nesne temsilleri 84
nomotetik yaklaşım 151, 154, 187
normallikten anormalliğe
antisosyal 197
bağımlı 338
depresif 701
döngüsel model 53
histrionik 379
kaçıngan 244
kendine zulmeden (mazoşist) 677
narsisist 429
negativist (pasif agresif) 713
obsesif kompülsif 290
paranoid 568

sadist 689
sınırda (borderline) 624
şizoid 485
şizotipal 527
normatif örneklem 165
nörotransmitter sistemleri (dopaminerjik, serotonerjik, noradrenerjik) 44

obsesif kompülsif kişilik
çeşitleri
bürokratik kompülsif 296
mağdur kompülsif 299
pinti kompülsif 297
püriten kompülsif 295
sorumlu kolpülsif 293
diğer kişiliklerle farkı 319
*DSM-IV* kriterleri 287, 298, 310
işlevsel ve yapısal alanlar 320
normallikten anormalliğe 290
semptomların dışavurum kanalları
depresyon ve diğer duygudurum bozuklukları 325
diğer kaygı bozuklukları 323
dissosiyatif bozukluklar 325
obsesif kompülsif bozukluk 322
somatoform bozukluklar 323
sorumlu tarz 330
tarihteki öncüler 300
terapi 326
teknikler ve stratejiler 328
tuzaklar 327
uyumlu tarz 290
vakalar 287, 298, 310
yaklaşımlar
bilişsel 312
evrimsel-nörogelişimsel 316
kişilerarası 307
psikodinamik 301
odaklanmış yaklaşım 174
Oidipus kompleksi 34
oral karakter 35, 347
oral-sadist karakter 36
ortak etkenler yaklaşımı 173
otizm 491, 496, 510, 595
ontogenetik nörogelişim evresi 77, 91

ödül bağımlılığı 24, 169, 210
özbildirim araçları
Kişilik Değerlendirme Evanteri 169
MACI (Millon Ergen Kli ik Envanteri) 168
MCMI (Millon Çok Eksenli Klinik Envanteri) 166
MMPI-A (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri - Ergenler) 168
MMPI-II (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri - 2. Sürüm) 165
M-PACI (Millon Ergenlik Öncesi Envanteri) 168
NEO-PI-R 169
Uyumlu ve Uyumsuz Kişilik Çizelgesi 169
Üç Boyutlu Kişilik Anketi 169
Wisconsin Kişilik Bozuklukları Envanteri 169
özbildirim envanterleri 157

paradigma deneyi 18
paranoid kişilik
casusluk 570
çeşitleri
dik başlı paranoid 574
fanatik paranoid 572
habis paranoid 573
mızmız paranoid 575
yalnız paranoid 575
diğer kişiliklerden farkı 604
*DSM-IV* kriterleri 566, 585, 597
işlevsel ve yapısal alanlar 602
kült liderleri 578
normallikten anormalliğe 568
paranoid karakter 581, 587
SASB modeli 592
semptomların dışavurum kanalları
duygudurum bozuklukları 609
hezeyanlı bozukluk 608
kaygı bozuklukları 608
madde kullanımı 610
somatizasyon bozuklukları 609
tarihteki öncüler 576
tetikte tarz 569
terapi 610
teknikler ve stratejiler 613
tuzaklar 611
vakalar 566, 585, 597
yaklaşımlar
bilişsel 593
biyolojik 579
evrimsel-nörogelişimsel 600
kişilerarası 588
psikodinamik 580
pasiflik ve mağduriyet 681

patolojik özellikler
adaptif katı tutum 14
patolojik temaların yinelenmesi 17
stres altında dirençsizlik 14
planlı tek seanslık terapi 174
pozitif semptomlar 277, 522, 526, 537, 551
profil konfigürasyonu 163, 188
projektif teknikler 157, 159, 187
psikobiyolojik model 24, 44
psikodinamik yaklaşım 27
ahlak ilkesi 29
bilinçli farkındalık 28
haz ilkesi 28
gerçeklik ilkesi 28
karakter bozuklukları 34
nesne ilişkileri 37
psikoseksüel evreler 34
savunma mekanizmaları 30, 32
topografik model 27
yapısal model 28
psikopatik aşağılık 206
psikopatik prototip 196
Psikopatoloji Tarama Listesi (PCL-R) 158

rasgele öğrenme 131
rasyonalizasyon 426, 443,
rasyonel duygucu terapi 172
Rorschach Mürekkep Lekeleri Testi 159, 652

sadist kişilik 686
çeşitleri
acımasız sadist 691
dayatmacı sadist 692
omurgasız sadist 693
parlayan sadist 691
diğer kişiliklerden farkı 695
*DSM-IV* kriterleri 688
evrimsel-nörogelişimsel yaklaşım 693
işlevsel ve yapısal alanlar 696
kontrolcü tarz 689
normallikten anormalliğe 689
semptomların dışavurum kanalları 697
vaka 688
saldırgan kişilik 606
saldırganlık
antisosyal kişilik 206
paranoid kişilik 573
psikobiyolojik model 24
sadist kişilik 689
sınırda (borderline) kişilik 635
savunma mekanizmaları 30, 33, 45, 82, 83, 91, 114, 186, 304, 348, 422, 447, 476, 525, 616
yaygın savunma mekanizmaları 32
sınıflandırma sistemleri (eleştirisi) 151
sınırda (borderline) kişilik
alkolizm 210
bölme 638
çeşitleri
dürtüsel sınırda kişilik 628
hırçın sınırda kişilik 629
kendine zarar veren sınırda kişilik 631
yılgın sınırda kişilik 626
değişken tarz 624
diğer kişiliklerden farkı 660
diyalektik davranış terapisi (DBT) (Marsha M. Linehan) 665
*DSM-IV* kriterleri 621, 632, 647
işlevsel ve yapısal alanlar 658
kendine zarar verme 413, 645
normallikten anormalliğe 624
semptomların dışavurum kanalları
depresyon 662
diğer bozukluklar 662
Sınırda Kişiler İçin Tanısal Görüşme (DIB) 641, 643
terapi 663
stratejiler ve teknikler 665
tuzaklar 663
terk edilme korkusu 622, 640
vakalar 621, 632, 647
yaklaşımlar
bilişsel 650
biyolojik 633
evrimsel-nörogelişimsel 654
kişilerarası 642
psikodinamik 635
sinerjik psikoterapi 173, 177, 179, 180, 183, 186, 189
sosyal kaçınma 25
sosyal pekiştirme 113, 130
sönme 130
sönmeye direnç 130
sözlüksel (leksikal) yaklaşım 68

şizofreni 23, 25, 44, 52, 94, 100, 230, 252, 277, 490-493, 513, 518, 522, 526, 531-538, 548, 552, 560, 580, 641
şizoid kişilik

çeşitleri
durgun şizoid 487
mesafeli şizoid 488
kişiliksizleşmiş şizoid 489
duygusuz şizoid 489
çocukluk 510
diğer kişiliklerle farkı 509
*DSM-IV* kriterleri 481, 498, 501
işlevsel ve yapısal alanlar 507
kastedilme zannı 509
münzevi tarz 485
normallikten anormalliğe 485
pasif-mesafeli örüntü 506
semptomların dışavurum kanalları
kaygı bozuklukları 512
dissosiyatif boukluklar 512
şizofrenik ve psikotik bozukluklar 513
terapi 513
tuzaklar 514
stratejiler 514
vakalar 481, 498, 501
yaklaşımlar
bilişsel 502
biyolojik 490
evrimsel-nörogelişimsel 505
kişilerarası 497
psikodinamik 493
yalnız tarz 485
şizotipal kişilik
çeşitleri
sönük şizotipal 529
ürkek şizotipal 531
çocukluk 526
diğer kişiliklerle farkı 552
*DSM-IV* kriterleri 523, 545
işlevsel ve yapısal alanlar 553
kastedilme zannı 522, 526, 528, 536, 552
normallikten anormalliğe 485
semptomların dışavurum kanalları 554
depresyon 556
dissosiyatif nöbetler 555
psikotik sendromlar 555
şizotipi 533, 534, 537, 547
tarihteki öncüler 531
terapi
strateji ve teknikler 557
tuzaklar 556
vakalar 523, 545
yaklaşımlar
bilişsel 546
biyolojik 535
evrimsel-nörogelişimsel 549
kişilerarası 541
psikodinamik 538

tabula rasa 40
tanı kriterleri 4, 22, 43
tepki duyarlığı 137
terapi ilişkisi 172, 278, 329, 366, 368, 370, 373, 420, 421, 557, 663, 665, 669
terapötik eklektizm 173, 175, 189
terk edilme korkuları 342, 362, 622, 640, 644, 646, 649, 657, 686 *ayrıca bkz.* ayrılık kaygısı
tetikleyici unsurlar 95

uyum amaçlı öğrenme 108
uyumlu davranışlar 115

uyumsuz davranışlar 115

vaka kavramsallaştırması 9, 150
varoluşsal amaçlar 74, 79

yanıltıcı ve çarpıtıcı etkenler 160
duruma karşı süreklilik 162
gerçeği gizleme 162
kişilik tarzına bağlı etkenler 160
yansıtma 33, 81, 214, 393, 475, 573, 575, 580-583, 616, 635
yapı geçerliği 165
yeme bozuklukları
bağımlı kişilik 365
sınırda (borderline) kişilik 663
yenilik arayışı 24, 169, 210, 493
yeter koşul 94
yüksek riskli davranışlar 630
yüzleştirici yaklaşım 174, 671

zarardan kaçınma 24, 169, 210, 493
zorunlu neden 94
zorunlu uyum 74

"Kişilikler empresyonist tablolar gibidir. Uzaktan herkes yekpareymiş gibi görünür, yakından bakıldığında ise her birimiz farklı ruh hallerinin, idrak ve güdülerin hayret verici karmaşıklığından ibaretiz."

*Modern Yaşamda Kişilik Bozuklukları* alanın profesyoneli olmayan insanların da merak ve ilgiyle okudukları, kolay kolay ellerinden bırakamadıkları bir kitap olmasıyla ünlü. Ona bu ünü kazandıran ilk özellik, bütün kişilik bozukluğu türlerini, temel kişilik eğilimleri zemininde "normallikten anormalliğe" uzanan bir yelpaze içinde konumlandırması. Her kişilik örüntüsüyle ilgili sunulan ve DSM-IV açısından tartışılan vaka öyküleri patolojinin gerçek hayatta nasıl somutlaştığını açıkladığı gibi, sıradan kişilik özellikleri ile patolojik olanlar arasındaki ayrımın netleşmesini de sağlıyor.

Kitap boyunca, soyut kavramlar ile somut klinik vakalar arasında kurulan bu ince denge, sınırlı sayıdaki kişilik özelliğinin nasıl olup da sayısız insanda çeşitli görünümlere bürünebildiği anlaşılır hale geliyor.

Klinik bilimlerle olduğu kadar sosyal bilimlerle ilgilenenler için de bir referans kitabı, bir klasik olan bu esere başvuranların, kendi kişilikleri hakkında yeni şeyler öğreneceklerini umuyoruz.

**Theodore Millon** (1928-2014), çağımızın en itibarlı kişilik kuramcılarından biridir. Kişilik sorunlarının değerlendirilmesinde yaygın olarak kullanılan MCMI ölçeğini geliştirmenin yanı sıra 30'un üzerinde kitap, 200'den fazla kitap bölümü ve akademik makaleye de imza atmıştır. 2008'de Amerikan Psikologlar Birliği tarafından Yaşam Boyu Başarı Ödülü'nü layık görülmüştür. Birlik ayrıca her yıl kişilik psikolojisi bilimine önemli katkıları olan bir psikoloğa Theodore Millon Ödülü vermektedir.

THG
0404389
SSN

9 786052 959213