GERÇEK KENDİLİK

JAMES F. MASTERSON



LITERA YAYINCILIK

3 BASKI

JAMES F. MASTERSON, M.D.

Cornell University Medical College emekli psikiyatri profesörü olan Masterson, gelişimsel kendilik ve kişilik bozukluklarının psikoterapötik nesne ilişkileri yaklaşımı konularında klinik araştırmalara öncülük etmiş, 'The Society of Adolescent Psychiatry'in kurucu başkanlığını yapmıştır.

American College of Psychoanalysts, The American College of Psychiatrists gibi pek çok kuruluşa üyeliği bulunan Masterson, psikoloji alanındaki seçkin katkılarından dolayı en son 2003 American Psychiatric Association tarafından verilen ödül başta olmak üzere bir çok ödüle sahiptir. Çalışmalarının ana yapısı, çeşitli dillere çevrilmiş olan kitaplarında ortaya konmaktadır. Bu eserleri arasında gerçek kendilik alanındaki çalışmaları, borderline ve narsistik bozuklukların tedavisinde büyük bir yenilik sunmaktadır. Kişilik bozuklukları alanında bir otorite sayılan ve sayısı altmışı aşan makale ve yazıları, önde gelen uluslararası dergilerde yayınlanmış olan Masterson, geniş çaplı seminerler ve dersler vermeye devam etmektedir. En son çalışması The Personality Disorders Through the Lens of Attachment Theory and the Neurobiologic Development of the Self: A Clinical Integration, Zeig, Tucker & Theisen tarafından yayınlanmış olan James F. Masterson'un



yayınlanmış kitapları arasında şunlar sayılabilir:

* Countertransference and Psychotherapeutic Technique
* The Narcissistic and Borderline Disorders, Türkçeye Litera Yayıncılık tarafından çevrilmiştir.
* The Psychiatric Dilemma of Adolescence
* Treatment of the Borderline Adolescent: A Developmental Approach, Türkçeye Litera Yayıncılık tarafından çevrilmiştir.
* From Borderline Adolescent to Functioning Adult: The Test of Time

GERÇEK KENDİLİK

GELİŞİMSEL, KENDİLİK VE NESNE İLİŞKİLERİ YAKLAŞIMI

James F. Masterson, M.D.

Litera – 58
Psikoterapi – 14

Gerçek Kendilik,
James F. Masterson, M.D.
Özgün Adı: The Real Self, A Developmental, Self, and Object Relations Approach
Çeviri: Pınar Üzeltüzenci

Copyright©1985 by James F. Masterson

Copyright©Kadem Yapım Medya İletişim ve Piyasa Araştırma Organizasyon San ve Tİc. Ltd. Şti, 2016
. Bu eserin Türkçe çeviri hakları Kadem Yapım Medya İletişim ve Piyasa Araştırma Organizasyon San ve Tİc. Ltd. Şti'ne aittir. Yayıncının izni olmaksızın tümüyle veya kısmen yayınlanamaz, kısmen de olsa fotokopi, film vb. tekniklerle çoğaltılamaz ve elektronik ortamlarda yayınlanamaz.

İç Düzen ve Kapak Tasarım: Litera Yayıncılık
Düzelti: Sibel Nur Gözütok

Matbaa: Ofis Matbaa Yayın Kağıt San. Tic. Ltd. Şti

Maltepe Mah. Gümüşsuyu Cad. Işık Sanayi Sitesi B Blok Z-1 Topkapı
Zeytinburnu - İstanbul Tel: 0212 576 47 15

ISBN 978-975-6329-65-8

1. Baskı İstanbul 2010

3. Baskı. Istanbul 2021

KADEM YAPIM MEDYAİLETİŞİM VE PİYASA ARAŞTIRMA ORGANİZASYON SAN VE TİC LTD ŞTİ.
Kalenderhane Mah Cemal Yener Tosyalı Cad. Şehzade Cami Sokak No: 3
Fatih İstanbul -Tel:0212 522 86 90

Web: www.literakitap.com

E-mail: litera@literakitap.com

KÜTÜPHANE BİLGİ KARTI

Library of Congress Cataloging in Publication Data
Masterson, James F.

Gerçek Kendilik

1. Psikoterapi. 2. Gerçek Kendilik. 3. Nesne İlişkileri.

GERÇEK KENDİLİK

GELİŞİMSEL, KENDİLİK VE NESNE İLİŞKİLERİ YAKLAŞIMI

James F. Masterson, M.D.

Çeviri
Pınar ÜZELTÜZENCİ

Çeviri Editörü
Tahir ÖZAKKAŞ M.D., Ph.D.

LİTERA YAYINCILIK
İSTANBUL -2021
www.literakitap.com

İÇİNDEKİLER

SUNUŞ 9

TEŞEKKÜR 13

I. KISIM TEORİ VE KLİNİK ÇALIŞMA 15

1. ORTAYA ÇIKAN GERÇEK KENDİLİĞİN KABULÜ 17

2. KENDİLİĞİN PSİKANALİTİK TEORİLERİ: KISA BİR ÖZET 27

Bettelheim'e Göre Freud 27
Kendilik ve Ego Üzerine Diğer Analitik Bakış Açıları 29
Kendiliğin Yeni Bir Tanımı 35
İlave Bir Boyut: Gerçek Kendiliğe Odaklanmak 37

3. GERÇEK KENDİLİK: YAPI VE GELİŞİM 41

Gerçek Kendiliğin Yapısı 41
Gerçek Kendilik 42
Gerçek Kendiliğin Gelişimi 46
Ebeveynin Kabulü ve Gerçek Kendiliğin Gelişimi 51

4. BOZULMUŞ GERÇEK KENDİLİK: PSİKOPATOLOJİ 53

Giriş 53
Borderline Kişilik Bozukluğunun Savunmacı ya da Sahte Kendiliği ve Bozulmuş Gerçek Kendiliği 54
Borderline Kişilik Bozukluğuna Klinik Örnekler: Sahte Savunmacı Kendilik ve Bozulmuş Gerçek Kendilik 56
Savunmacı ya da Sahte Kendilik ve Narsisistik Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Gerçek Kendiliği 68
Kendiliğin Psikiyatrik Muayenesi 79

5. Bozulmuş Gerçek Kendiliğin Tedavisi: İletişimsel Örtüşme 81

Terapötik Tarafsızlık ve Nesnellik 81
Bozulmuş Gerçek Kendiliğin Terapisi: İletişimsel Örtüşme 86
Borderline Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Kendiliğiyle İletişimsel Örtüşme 96
Tartışma 116
Narsisistik Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Kendiliğiyle İletişimsel Örtüşme 119

II. Kısım Sosyokültürel 131

6. Gerçek Kendiliğin Gelişimi ve Maternal Libidinalin Kabulü: Kültürlerarası Yaklaşımlar 133

İsrail 133
Japonya 136
Sonuç 146

7. Sosyokültürel Değerler ve Gerçek Kendilik 147

Sıkıyönetimden Bireyselliğe: 60'lar Devrimi 148
Kadınların Sosyal Rolü 150
Gerçek Kendiliğe Sakıncalı Çağdaş Sosyokültürel Güçler 153
Sonuç 157

III. Kısım Yaratıcılık ve Gerçek Kendilik 159

8. Kişisel ve Artistik Yaratıcılık 161

Sanatsal Yaratıcılık ve Gelişimsel Çatışma 163
Pamuk Prenses ve Yedi Cüceler 164
Külkedisi 168
Bir Hastanın Yazdığı Kompozisyon 172
Sanatsal Yaratıcılık ve Gerçek Kendilik 173

9. THOMAS WOLFE'UN GERÇEK KENDİLİĞİ ARAYIŞI: MÜCADELE 181

Arayış 183

Hayatı 189

10. THOMAS WOLFE'UN GERÇEK KENDİLİĞİ ARAYIŞI: KISMİ TATMİN 207

Kişilik 207

Yazma, Yaratıcılık ve Aline Bernstein 209

Perkins Dönemi 223

Perkins Sonrası 227

Sonuç 227

11. TARTIŞMA VE ÖZET 229

Preödipal ve Ödipal Perspektifler 229

Kişilik Bozukluklarının Psikoterapisinde Baştan Çıkarma Hipotezi ve Fantezi Görüntülü Gerçeklik 232

Özet 234

DİZİN 239

BİBLİYOGRAFYA 251

SUNUŞ

James F. Masterson 1970'li yıllarda başladığı klinik çalışmalarını kliniğe yatırılan ergenler üzerine odakladığında ilginç sonuçlara ulaşmıştır. Problemleri nedeniyle hastaneye yatan ergenler tedavi edildikçe, semptomları ortadan kalktıkça depresyona girdikleri tespit edilmiştir. Masterson, ergenlerin bu eğiliminden yola çıkarak "TERK DEPRESYONU" kuramını geliştirmiştir.

Terk Depresyonu Kuramı'nın teorik kaynağı Margaret Mahler'in yaptığı çalışmalara dayanır. Bebeklerin gelişim süreçlerinden ayrılma-bireyleşme döneminin üçüncü alt-evresi olan yeniden yakınlaşma evresi önemli bir evredir. Bebekler burada ikircikli davranışlar sergiler. Annenin tutumu bebeği ya ayrışma ve bireyleşmeye götürür ya da yapışma ve uzaklaşma salınımına sokar. Sağlıklı anneler, bebeklerinin ayrışmasını ve bireyleşmesini kolaylaştıran annelerdir.

Masterson'un çalıştığı ergenler, ilişkilerinde, aynı bebekler gibi ikircikli davranışlar sergilemekte, yapışma-uzaklaşma salınımı şeklinde ilişki kurmaktaydılar. Ayrışamayan ve bireyleşemeyen bu ergenlerin Borderline Kendilik Bozukluğu geliştirdiği gözlemlenmekteydi.

O halde Borderline Kendilik Bozuklukları, gelişimsel bir duraklamaya ait bir patolojiydi. Bireyler her ayrılma-bireyleşme denemesinde ikircikli davranışlar ortaya koyuyorlardı.

Nesne ilişkilerinin açılımı sayesinde Masterson, gelişimsel duraklamayı içsel nesne ilişkileri tasarımları ile bütünleştirdi.

Bölme savunma düzeneğinin etkisi altında içselleştirilmiş libidinal nesne tasarımları ile agresif nesne tasarımları zihinde ayrı ayrı duruyordu.

Gelişimsel duraklamaya bağlı olarak gelişen içsel nesne ilişkileri tasarımı iki birimden oluşuyordu.

Bunlardan ilki; Ödüllendiren Nesne İlişkileri Parça Birimi (ÖNİP), diğeri; Geri Çekilen Nesne İlişkileri Parça Birimi'ydi (GNİP). ÖNİP'in içinde ödüllendiren parça nesne, değerli olan parça kendilik, olumlu duyguların eşlik ettiği duygu durum ve patolojik olan haz egosu vardı. GNİP'in içinde ise geri çekilen parça nesne, değersiz ve kötü parça kendilik, olumsuz duyguların eşlik ettiği duygu durum ve gerçeklik egosu bulunuyordu.

ÖNİP ödüllendirmeyi, GNİP cezalandırmayı öngörüyordu. Bebek ne zaman ayrışma ve bireyleşme yönünde bir eylem yapsa, anne veya bakıcı libidinal sevgisini kesiyor, çocuğu terk depresyonu bileşenlerine sokuyordu.

Bebek, annenin sevgisini kaybettiğinde TERK DEPRESYONU'na düşüyor, Masterson'un mahşerin altı atlısı olarak ifade ettiği negatif duyguların etkisi altına giriyordu. Bebek bu duygulara tahammül edemiyor, kendilik aktivasyonundan vazgeçerek savunmalara yöneliyordu. Savunmalar, annenin istediği gibi bir bebek olmak, ÖNİP'te kalmaya çalışmaktır.

Bunun sonucunda Masterson, KENDİLİK ÜÇLÜSÜ terimini ortaya attı. Tüm kendilik bozuklukları, kendilik üçlüsünün sonucudur. Yani KENDİLİK AKTİVASYONU, TERK DEPRESYONU'na neden olur, o da SAVUNMA'ya yol açar. Sistem bu kısır döngüde döner durur.

Masterson, ergenin kendilik üçlüsü döngüsünü kırmak için tedavi tekniği geliştirdi. Hastaları, savunmaları ile yüz-

leştirip kendilik aktivasyonlarını cesaretlendirdiğinde klinik tablonun düzeldiğini gördü.

Ergenlerle başlayan bu çalışmalar erişkin borderline hastalarla devam etti. Masterson, geliştirdiği tedavi tekniklerini erişkin borderline hastaların tedavisinde de kullandı ve başarılı oldu.

Kuramını daha da genişleten Masterson, Narsisistik ve Şizoid Kişilik Bozuklukları'nın da özünde, terk depresyonuna bağlı olarak ortaya çıkan SAVUNMALAR olduğunu gördü. Bu yapıların da birer gelişimsel duraklama olduğunu tespit etti.

Narsisistik ve Şizoid Kendilik Bozuklukları'nın alt tiplerini tanımladı ve tedavi stratejilerini ortaya koydu. Narsisistik yapıların -narsisistik incinebilirliği aynalayarak yorumlama ile- ve şizoid yapıların -şizoid dilemmayı (açmaz) yorumlayarak- nasıl tedavi edilebileceğini gösterdi.

Sonuçta, gelişimsel duraklamaların, Kendiliğin gelişimini duraklattığını tespit etti. Bütün kişilik bozukluklarının aslında birer kendilik bozukluğu olduğunu ifade etti.

Kendilik kavramının ayrı bir zihinsel yapı olduğunu, kendine ait bir gelişim çizgisi olduğunu, kendine ait psikopatolojisi bulunduğunu ve kendine ait tanımlanabilen kapasiteleri olduğunu gösterdi.

Elinizdeki bu kitapta, sahte kendiliğin karşısındaki, sağlıklı bir bireyin GERÇEK KENDİLİĞİNİN hikâyesini bulacaksınız.

Freud'un ICH kavramıyla yola çıkılan, EGO ve KENDİLİK farklılığında bir tarihsel süreçteki Kendilik açılımı detaylı bir şekilde incelenmektedir. Masterson'un öne sürdüğü Gerçek Kendilik kavramının, diğer kavramlara benzerlikleri ve farklılıkları ortaya konmuştur.

Kitabı önemli kılan diğer iki husus, kendiliğin gelişimindeki sosyokültürel etmenler ve kendiliğin sanatsal yaratıcılıktaki rolüdür.

Masterson'un bu bağlamda, İsrail'deki bölgesel bir uygulama ve özellikle Japon Kültürü üzerine yaptığı ayrıntılı tespit ve gözlemleri büyük önem arz etmektedir. Özellikle Japon Kültürü ve Türkiye Kültürü'nün benzerlikleri ve klinik tabloları, bizi çok farklı düşünce ve ufuklara kanatlandıracaktır.

Sanatsal yaratıcılığın gerçek kendilikle ilişkisini görmek de okuyucu için çok önemli olsa gerek.

Bu güzel eseri bizlerin istifadesine sunan Litera Yayınevi sahibi Doç.Dr. Muhittin Macit dostuma ve çalışanlarına saygılarımı arz ederim. Daha nice eserlerde buluşmak ümidiyle.

Tahir Özakkaş, M.D., Ph.D.

Psikoterapi Enstitüsü Derneği Başkanı

Masterson Enstitüsü Türkiye Temsilcisi

TEŞEKKÜR

Bayan J. Kelly'e metin dizimi ve sevgili eşime de gerekli yerlerde yaptığı düzeltmeler için teşekkür ederim. Ayrıca meslektaşım, tarihçi ve psikiyatrist E. T. Carlson'a M.D. Thomas Wolfe ve Jean Paul Sartre'la ilgili çalışmaları ve teşviki için teşekkür etmek isterim. Son olarak, metin konusundaki yardımcı önerileri için Ralph Klein M.D. ve Candace Orcuff'a Ph.D. da minnettarım.

James F. Masterson

I. Kısım
Teori ve Klinik Çalışma

I

ORTAYA ÇIKAN GERÇEK KENDİLİĞİN KABULÜ

Gerçek kendilik, erken intrapsişik gelişimde ortaya çıkar, latent evrede ve ergenlikte gelişir ve yetişkinlikte gerçekliğe eklemlenmesi gerekir. Gerçek kendiliği bilinçli bir şekilde tanımlamak ve ifade etmek için yapılan bu araştırma, uzun bir süre boyunca birçok dışsal davranış değişikliğini de içerebilir. Eğer ifade yerindeyse bu, içsel gerçek kendiliği sirküler geri bildirim tarzında pekiştirip güçlendirir. Bununla birlikte, gerçek kendiliğin eklemlenmemiş yönleri yıllar boyunca sessiz kalıp, yaşamın sonraki dönemlerinde sürpriz bir şekilde yüzeye çıkabilir.

Malcolm Cowley (1984), 85 yaşında anılarını yazmasıyla ilgili olarak şunları söylemişti:

> Üniversite öğrencisiyken, 'Ben kimim?' diye soran öğrencileri duyduğum zaman, onları sempatiyle ve aynı zamanda hafiften küçümseyerek dinlerdim. Çünkü onların yaşındayken ben, kim olduğumu çok iyi biliyordum. Şimdi ise o kadar emin değilim. 85 yaşına bastığımdan beri bu soru bana hafiften farklı bir şekilde geri dönüyor; 'Ben kimdim?' ve cevabı da benim her zaman umduğum şey olmuyor. Eğer bu anı (kitabı) bir şekilde amacına ulaşırsa, zamanla kim olduğumu keşfedecek veya belir-

ginleştireceğim. Gerçek ben olması muhtemel kişiyi kendime gösterebileceğim. (s. 1)

Bunlara ek olarak Cowley, gerçek kendiliğinin henüz eklemlenmemiş başka yönlerini da pekâlâ ortaya çıkarabilir.

Bu kitapta öne sürülen fikirler 'ilhama dayalı bilgiler' değildir ve Zeus'un kafasından çıkan Athena gibi tamamen olgun bir şekilde ortaya çıkmamıştır. Bu fikirler uzun, yavaş ve çoğu zaman hem kişisel hem de profesyonel zorluklarla uğraşmayı gerektiren zahmetli ve sıkıntılı bir profesyonel mücadele sonucunda ortaya çıktılar. Bu teorik ve klinik fikirleri geliştirip düzenlerken gösterdiğim kişisel çabalar da, tıpkı Malcolm Cowley gibi, kendi gerçek kendiliğimi hem daha belirgin bir şekilde tanımlamamda hem de gerçekleştirmemde bana yardımcı oldu.

Geriye dönüp baktığımda, neredeyse 30 yıldır, yavaş yavaş çekirdeği -gerçek kendilik kavramını ve bozukluklarını- derinlemesine çalışmak ve anlayıp analiz edebilmek için dıştaki katmanlara hakim olmaya çalışarak, kendiliğin duygusal problemleri etrafında dönüp durduğumu görüyorum. Örneğin, çalışmama en yüzeysel katmandan -ergenlik döneminde görülen kendilik bozukluklarının tanısına tanımlayıcı bir yaklaşımdan- başlamıştım (Masterson, 1967). Bu, bir sonraki katmana -ergenlik döneminde görülen kendilik bozuklukları çalışmasının odak noktasını, hayatın ilk üç yılına kaydıran psikanalitik yaklaşıma- yol açtı (Masterson, 1972). Daha derin katmana nüfuz etmeyi sağlayan araç ise, normal ayrılma-bireyleşme kavramını nesne ilişkileriyle bağlantılı olarak anlamak oldu (Mahler, 1975; Mahler & McDevitt, 1982; Masterson, 1967, 1972, 1976, 1980, 1981, 1983).

Bununla birlikte, her ne kadar ayrılma-bireyleşme teorisinde kendilik yüzeysel olarak kabullenilse de, bu teori kendiliği değil, nesne ilişkilerini vurguluyordu. Kendilik sadece

bir tamamlayıcı rolü görüyor gibiydi. Kendiliğin psikanalitik teorilerindeki karışıklık ise bu problemi güçlendirmekten başka bir işe yaramıyordu. Kavramsal boşluk, yetersiz bir şekilde ego ve ego kimliği kavramlarıyla doldurulmuştu. Ne var ki, hastanın problemlerini anlama konusundaki ve psikoterapideki etkili ilerlemeler de hep bu gelişmeler sonucunda ortaya çıkmıştır. Yine de çekirdeğe ulaşmak hala zordu ve problem kavranamıyordu.

Buna rağmen kendilik, klinik varlığını hissettirmeyi ve daha fazla ilgi için baskı yapmayı sürdürüyordu. Tedavi edilmiş borderline ergenleri (Masterson, 1980) takip çalışmamızda kendilik imajının, kendilik aktivasyonunun ve kendilik iddiasının önemi neon ışıkları gibi göze çarpıyordu. Aynı zamanda başka yerlerde belirttiğim sebeplerden ötürü, Kohut'un kendilik anlayışı (1971, 1977), özellikle borderline hasta hakkındaki terapötik çıkarımları, bende büyük bir istek bırakır gibi olmuştu.

Kendimi, herhangi bir niyet ve planım olmadığı halde, hastanın seans sırasında gerçek kendiliğini her harekete geçirişinde ve her nesne ilişkisi sonrasında, spontane bir şekilde semboller geliştirecek derecede hastanın kendiliği üzerine gittikçe daha da yoğunlaşarak odaklanmaya çalışırken buldum. Klinik materyalde belirgin hale gelmeye başlamalarıyla paralel bir şekilde, gerçek ve savunmacı kendilikler üzerinde daha fazla düşünmeye ve konuşmaya başladım. Kendilik kavramını psikoterapide kullanmaya başlamamdan ancak birkaç yıl sonra, sırf kendim için belirgin bir hale getirmek ve sistemim açısından ifade etmek adına, bu konuyu daha derinlemesine düşünmem, organize etmem gerektiğine karar verdim. Bu belirginlik, daha önce tasvir ettiğim ama tam olarak geliştiremediğim iletişimsel örtüşme terapötik tekniğinin kullanım ve işlevinin daha detaylı bir şekilde tanımlanmasına da yardımcı oldu.

Başka insanlara da kendiliklerini tanımlamaları ve belirginleştirmeleri için yardımcı olacağını umduğum bir teoriye beni yönlendiren bu 30 yıllık araştırma, şimdi bu kitap sayesinde, kendi profesyonel kendiliğimin de belirginleşmesini ve güçlenmesini sağladı. Bu teori, gelişim ve bozukluktaki odağı -yani gözlem ve incelemenin mikroskobunu- nesneden (nesne ilişkilerinden), kendiliğe kaydırır. Yani temel olarak nesneler ve ego üzerinden düşünmek yerine, kendiliği, nesneleri ve egosuyla birlikte düşünebiliriz. Ne de olsa hastalarımızla geçirdiğimiz gündelik rutinlerimizde yaptığımız çalışmalar, bir grup nesne ve ego kalabalığı üzerinde değil, kendilik sahibi bir kişi etrafında gelişir.

Bu kitap, daha önce yapmış olduğum gelişimsel nesne ilişkileri teorisi çalışmalarının hem bir devamı, hem de bir şekilde neticesi sayılabilir. Bu yüzden bütün o çalışmalardan da ayrı düşünülemez. Okuyucu sadece bu kitabı okursa ya da onu çok daha geniş bir çalışmadan ayrı olarak anlamaya çalışırsa, önemli ölçüde çarpıtma meydana gelebilir.

İkinci bölüm, okuyucunun üçüncü bölümde sunulan nesne ilişkileri teorisini daha geniş kapsamlı bir bağlama yerleştirmesine yardımcı olmak amacıyla, kendiliğin psikanalitik teorilerini kısaca özetler. Dört ve beşinci bölümler, kendilik bozukluklarını ve tedavilerini -iletişimsel örtüşme tekniğini- ortaya koyar. Kitabın belkemiğini oluşturan bu materyal, yakın ve yoğun gözlemlerden, testlerden ve klinik hipotezlerin uzun yıllar içerisinde çok sayıda farklı hastayla yeniden yapılan test sonuçlarından elde edilmiştir ve dolayısıyla klinik geçerlilik açısından fazlasıyla kendi değerini taşımaktadır.

Kökleri ilk gelişimsel kavram örneklerine kadar giden, gerçek kendilik hakkında klinik olarak elde edilen bu bakış açısı; çocuk yetiştirme konusunda farklı kültürlerin tutumlarının gerçek kendiliğin gelişimini nasıl etkilediğiyle ilgili me-

rakımı canlandırdı ve bütün bakış açımı etkiledi. Bettelheim'in (1969) İsrail Kibutz'ları (komün tarzına dayalı bir hayatın sürdürüldüğü, çocukların herkese ait gibi yetiştirildiği İsrail köyleri) hakkındaki *Rüya Çocukları (Children of the Dream)* isimli kitabını okumak da bunu kamçıladı. Kibutz çocuk yetiştirme tutumunun Amerika Birleşik Devletleri'nin çocuk yetiştirme tutumuyla çeliştiğini ve bu yüzden de çocuk yetiştirmeye karşı farklı yaklaşımların gerçek kendiliğin gelişimi üzerinde nasıl değişik sonuçlar yarattığını fark ettim.

Sonra Japonya'ya seyahat etme fırsatını buldum ve Japonların çocuk yetiştirme geleneklerinin hem ABD hem de İsrail'dekinden farklı olduğunu ve bu durumun gerçek kendiliğin gelişimi üzerinde yine başka bir etkisi olduğunu gördüm. Önceki bölümlerdeki klinik fikirlerle karşılaştırıldıklarında kuramsal ve varsayımsal gibi gözüken bu fikirler, altıncı bölümde sunulmaktadır.

Kültür karakterlerinin gerçek kendiliğin gelişimini nasıl etkilediğiyle ilgili bu merak beni doğal bir şekilde, çağdaş kültür değerlerinin, gerçek kendiliğin yetişkinlik işlevini nasıl etkilediği merakına yönlendirdi. Bu kavramlar da yedinci bölümde sunulmaktadır.

Ödipal öncesi fiksasyonları ya da kendilik bozuklukları olan hastalarla çalışan her psikoterapist, eğer tedavisi başarılıysa, hastasının kendiliği ortaya çıkmaya ve yaratıcı olmaya başladığı zaman, yaratıcılık konusuyla yüzleşmeye mecbur kalır. Bunun ötesinde, gerçek kendiliğin işleviyle ilgili teoriye olan ilgi, kaçınılmaz olarak, en nihai kendini ifade biçimi olan yaratıcılığa ilgiye yol açar. Ben kendiliğin yaratıcı deneyimleriyle ilgilenmeye, masalların çocuğun ortaya çıkan kendiliğine nasıl rehberlik ettiğine ve daha da önemlisi sanatçıların gerçek kendiliği eklemlemek için yaptıkları araştırmada yaratıcılıklarını nasıl kullandıklarına olan ilgim sa-

yesinde başladım. Ergenlik çağımdayken, nedenini bilmediğim bir şekilde Thomas Wolfe'un romanlarından (1929, 1934, 1935, 1936, 1937) büyüleniyordum. Yıllar sonra, bir psikiyatrist olarak kendiliğin gelişimsel duraklamasında terk depresyonunun rolünü anladığım zaman, Wolfe'un kitaplarıyla ilgili bu merakım yeniden canlandı, çünkü kendisi ayrılma-bireyleşme ve borderline kişilik bozukluğu konusundaki en iyi yazar gibi gözüküyordu. Yazılarında, terk depresyonu duygulanımının akıldan çıkmayan, şiirsel ve ağıtsal tasviri mevcuttu. Eserleri oldukça otobiyografik olduğu için onları okumak yazarın hayatını incelemek gibiydi, ki onun eserlerinde -dokuzuncu ve onuncu bölümlerde anlatıldığı gibi- yaratıcılığını, yazılarını, ümitsizliği, belki hayat kurtarmayı, gerçek kendiliği keşfetme çabası olarak kullandığını keşfettim.

Daha önceki çalışmalarına sadece yüzeysel bir ilgim olan Sartre (1946, 1964) ve Munch (Eggum, 1983; Stang, 1977) ile farklı bir açıdan karşı karşıya geldim. Thomas Wolfe'un kendi terk depresyonunun bir ifadesi olan romanlarının duygusal öneminin farkına varmaya başladığım zamanlarda, Sartre'ın felsefesinin de belki de yaşadığı terk depresyonunun entelektüel bir rasyonalizasyonu olabileceği fikrine kapıldım; "yani aslında sadece ben kendimi yalnız, çaresiz ve depresif hissetmiyorum; hayat böyle bir şey." Benzer şekilde, Munch'un çoğu tablosunun da yaşadığı terk depresyonunun güçlü birer portresi olduğunu hissettim. Sartre ve Munch ile ilgili bu fikirler, gerçek bir kendilik oluşturma çabasında kullanılan yaratıcılığın karşıt örnekleri olarak sekizinci bölümde sunulmaktadır.

Okuyucu, altı, dokuz ve onuncu bölümlerin, kendi başlarına birer kültürlerarası, kültürel ya da psikobiyografik çalışma olarak değerlendirilmeden sunulduğunu akılda tutma-

lıdır. Materyal, daha ziyade, gerçek kendiliğin klinik kavranışını genişletmek ve ayrıntılandırmak için kullanılmıştır.

On birinci bölüm, bir özet ve tartışma sunmaktadır. Kitabın, normal gelişimin çocuk gözlem çalışmalarından ve borderline ve narsisistik kişilik bozukluklarının klinik terapötik çalışmalarından elde edilen tezi, kendiliğin sembiyotik birliğinden tam olarak ortaya çıkabilmesi ve bütün kapasitelerini tamamlayabilmesi için erken gelişiminde anne ve babadan, psikoterapi sırasında da terapistten gelecek bir kimlik tespitine, kabullenilme ve desteğe ihtiyaç duyduğu şeklindeki tezdir.

Bireyleşme kapasiteleri gerçekten gelişmiş olup, dışarıdan herhangi bir kabullenilmeye ihtiyaç duymayan ya da kapasiteleri çok zayıf olduğundan dışarıdan gelen kabullenilme ne kadar güçlü olsa da tatmin olmayan çocuklar olabilir. Ama çoğu çocuk genelde arada bir yerde kalacaktır. Borderline ve narsisistik kişilik bozukluğu hastalarında ise, gelişimsel duraklamalar genelde, diğer faktörlerle birilikte, hastanın gerçek kendiliğini desteklemek ve kabullenmekte yetersiz kalan çevresel sebeplere bağlıdır.

Borderline ve narsisistik kişilik bozukluklarının psikoterapisinde bu meselenin önemi yakın geçmişe kadar belirsizdi, çünkü nesne ilişkileri teorisi şimdiye kadar nesne ilişkilerine çok önem verip, kendilik kavramını göz ardı etmişti. Bu dengesizliği düzeltmek için sarf edilen çaba, daha önce yapılan vurgunun yerine geçme girişiminden ziyade, bir destek olarak görülebilir.

Kendiliğe eklenen bu perspektif, hem gözlem hem de müdahale için fazladan odak sağlar; psikopatoloji anlayışımızı toparlar ve tamamlar. Bunun ötesinde, klinik çalışmayı, hastanın sıkıntı tecrübesine yakınlaştırır ve iletişim için çok daha hazır bir kelime dağarcığı sağlar: Örneğin 'kendilik-

aktivasyonu' ya da 'kendilik-ifadesi' terimleri, çok soyut bir terim olan 'bireyleştirme'den, çok daha uygun ve hastanın duygusal deneyimlerine yakın terimlerdir.

Terapistin gerçek kendiliğin kabulü için geliştirdiği tekniğe *iletişimsel örtüşme* adı verilir. Bu, uyum, zamanlama ve iyi bir müdahale gibi ince konuların çok önemli olduğu bir sanattır. Tek başına kullanıldığı takdirde, gerilemeye yol açar ve kendiliği yıkmayla sonuçlanabilir, ama aktarım eyleme vurumunu içeren ve depresyonun derinliğine çalışılmasına katkı sağlayan yüzleştirme, yorumlama gibi diğer terapötik tekniklerle birleştirilirse, bozulmuş gerçek kendiliğin tamiri için gereken ortamın yaratılmasını destekleyecek en üst boyutu sağlar. O olmadan önemli bir gelişme kaydedilemeyeceğinden değil; ama gelişme en üst noktasına ulaşamayacaktır.

İletişimsel örtüşme görüşüne dair başat çarpıklıklara dikkatinizi ne kadar çeksem azdır. Birinci çarpıklık, terapötik tarafsızlıkla ilgili bakışları, bu tip müdahalelere aman vermeyecek derecede sabit ve kati olan terapistlerde ortaya çıkmaktadır. Yaklaşımlarının kalan kısmı uygunsa, hastaları ilerleme kaydedebilir, ama asla tam olarak iyileşmezler.

Şahsen, çok daha yaygın olan, iletişimsel örtüşmeyi hastanın kendilik aktivasyonunu yönlendirmek için gerekli bir ehliyet olarak gören abartılı bir bakış olan diğer çarpıklık konusunda daha endişeliyim. Bu durum bana göre, daha çok, kendi karşı-aktarımlarını çaresiz bir şekilde hastaya yansıtan ve sonra da hastayı bu yansıtmaya yönlendirmeye ya da uzaklaştırmaya çalışan terapistlerde görülüyor. Bu durumun, hastanın regresif ödüllendirici nesne-ilişkileri birim savunmalarını harekete geçirdiği için bir felakete yol açacağının altını yeniden çizmek isterim.

Hastanın bireyleşmesi ya da gerçek kendiliğini harekete geçirmesi için hasta yönlendirilemez, ona emir verilemez, boş ümit verilemez, zorlanamaz, tehdit edilemez, baskı yapılamaz, kandırılamaz. Sadece bunun gerçekleşmesini mümkün kılacak ortam hazırlanabilir. Bundan sonrasına hasta kendi başına devam etmelidir. Kendilik aktivasyonu kelimesinin anlamı tam olarak kendi içinde saklıdır.

Buradaki kilit konu *denge*dir. İletişimsel örtüşme sadece çalışmanın geri kalanıyla uygun bir şekilde dengelendiğinde ve terapötik anlamda nötr ve nesnel bir açıdan yapıldığında etkilidir. Terapist, hastanın ruhunda ilerleyen sürecin sadece bir hizmetçisidir ve o, bu sürecin kendisi tarafından yönlendirilmelidir. Takip eden bölümler, iletişimsel örtüşmenin gerçek kendiliğin ortaya çıkışını ve güçlendirilmesini kolaylaştırmayı anlatıyor. İkinci bölüm ise, kendilik üzerine psikanalitik teorilerin kısa bir değerlendirmesini yaparak okuyucuyu hazırlıyor.

2

KENDİLİĞİN PSİKANALİTİK TEORİLERİ: KISA BİR ÖZET

Psikanalitik düşüncenin gelişiminde, kendilikle ilgili teoriler, anlaşılmaktan ziyade daha çok kafa karışıklığına neden olmuşlardır. Freud'un, kendiliği hem bütün bir kişiye -öznel deneysel- hem de (Strachey tarafından çevrildiği gibi, 1966) egoya -teorik, daha nesnel ve mekanik- işaret etmek için kullandığı "ICH" (Ben/Kendim) teriminin belirsizliği; kendilik ve ego arasındaki ilişki hakkında belirgin ve günümüze kadar süren bir karışıklığa yol açmıştır.

Bu mesele, Freud'un sarf ettiği önemli sözlerin belirsiz ve yanlış tercümeleri yüzünden (Bettelheim'e göre, 1982) çok daha karmaşık hale gelmişti.

BETTELHEIM'E GÖRE FREUD

Bettelheim (1982), Freud'un çalışmalarında ve yazılarında çoğu zaman bir ruhtan -ruhun doğası, yapısı, gelişimi, öznitelikleri ve yaptıklarımızla rüyalarımızda kendisini nasıl ortaya çıkardığından- bahsettiğini belirtmişti. Maalesef, Freud'u İngilizce okuyan hiç kimse bu çıkarımı yapamaz, çünkü ruh kavramıyla ve bu kavramı ilgilendiren diğer meselelerle ilgili

söylediği neredeyse her şey, tercüme esnasında anlamını kaybetmiştir. 1933 yılında yayınlanan *Psikanaliz Üzerine Yeni Giriş Konuşmaları (New Introductory Lectures on Psychoanalysis)* kitabındaki 'Fiziksel Kişiliğin Açılımı' isimli bölümde Freud (1964), Ben, O ve Ben-üstü kavramları hakkında konuşurken bunları 'ruh aygıtının üç bölgesi/bölümü' olarak tanımlamıştı. *Yatay Analiz Problemi (The Question of Lay Analysis)* (1959) kitabında bu cümle, 'zihin aygıtının üç bölgesi' (s. 71) olarak çevrilmiştir. Ruhun işleyişini kavramlaştırırken de, bilinci bilinçdışından ve 'Ben' ile 'Üst-ben' işlevlerini birbirinden ayırarak Freud; 'ruh' terimini, diğerlerinin hepsini içine alan, kapsamlı bir kavram olarak tanımlar. Farklı farklı yerlerde de (1959), "Ruhun yapısı" ve "Ruhun düzeni" hakkında konuşmuştur. Tercüme esnasında bu terimler neredeyse "zihinsel aygıt" ya da "zihin düzeni" gibi anlamlara sıkıştırılmıştır. Neredeyse istisnasız bir şekilde, *Standart Edisyon* da, diğer önceki İngilizce çeviriler gibi, Freud'un ruhla ilgili işaret ettiklerini ya görmezden geliyor ya da sanki Freud sadece insanın zihninden bahsediyormuş gibi naklediyor. Freud, kendi sistemini anlamaya çalışırken ruha bağlı olarak düşünmenin çok önemli olduğu inancında asla tereddüt etmemişti.

Freud, günlük dilde kullanılan bir kelime seçtiğinde bizi nasıl güçlü bir şekilde canlı hissettiriyorsa, tercümeler de canlılık vereceği yere, pis kokular saçan, ölmüş bir dilden kalma terimler sunuyorlar. Zihnin bilinçdışı, bilinmez yönlerinden bahsederken Freud, kişi zamiri olan 'o' (İngilizcede 'it', Almancada 'es') kelimesini seçmiş ve onu bir isim olarak kullanmıştı (das Es). Bu kelime 'id' olarak tercüme edildi. ICH'i ego olarak yanlış tercüme etmekse, 'ben' ya da 'bana' dediğimizde yaptığımız kişisel teslimiyeti ifade etmekten daha öteye gitmeyen bir jargona aktarım söz konusu olmaktadır; yoksa çocukluğumuzda 'ben' kelimesini kullanışımızla

birlikte kendi kendimizi keşfettiğimiz derin duygu deneyimlerinin bilinçaltı anılarını ise belirtmiş olmayız.

Freud, "ICH" kavramını yaratırken gerçekliği arkada bırakmanın uygulama açısından imkânsız olduğu bir terim kullanarak bu kavramı gerçeklikle bağlantılandırmıştı. 'Ben' hakkında konuşmak ya da okumak, insanı içgözlem yaparak kendine bakmaya zorluyor. Bunun aksine olarak, 'id'e karşı mücadelesinde amacına ulaşmak için yer değiştirme ve yansıtma gibi bariz mekanizmalar kullanan bir 'ego' da, başkalarını dışarıdan gözlemleyerek incelenebilecek bir şeydir. 'Ben' kelimesini kullandığım zaman, bir bütün olarak kendimden, bütün kişiliğimden bahsediyorum. Freud bu noktada önemli bir ayırıma dikkat çekmişti. Onun 'Ben' derken kastettiği şey, temel olarak kişinin bilinçli ve mantıklı yönleriydi. Bu da bize, her zaman o kendilikle aynı çizgide hareket etmesek bile, Freud'un bu 'Ben'i "gerçek kendiliğimiz" olduğunu hissettiğimiz şey olarak adlandırmada haklı olduğu izlenimini veriyor.

Kendilik ve Ego Üzerine Diğer Analitik Bakış Açıları

Bu kafa karışıklığına katkıda bulunan bir diğer mesele de, Freud ve diğer öncü analistlerin genelde nevrozla ve dolayısıyla çatışmanın ödipal seviyeleriyle ilgili çalışmalar yapıyor olmalarıydı. Bu, kendiliğin çoktan özerkliğini ilan ettiği ve bütün kapasitelerine ve işlevlerine sahip olduğunu var saydığı gelişimsel bir safhadır; sonuç olarak da, dikkat çekebilecek yeterli klinik problemlere yol açmamıştır. Bu erken dönem analistleri için kendilik kavramına odaklanmak hayati bir önem taşımıyordu; zira onlar kendiliği 'etkin biçimde çalışan' bir postulat olarak varsayıyorlardı. Bu durum, kendiliğin yaratıcı ve öznel-deneysel yönlerine yeterli önem veril-

memesi yüzünden bir takım algıların kaybına yol açtı. Dikkat edilmedikleri için değil, nevrozun başarılı tedavisinin getirdiği yan kazançlar olarak görüldükleri için. Diğer bir deyişle bu analistler, yeterince gelişmiş bir kendilik kavramına sahip olmamalarından pek etkilenmeden, çalışmalarına rahat bir şekilde devam edebiliyorlardı. Bu konu, onların hastalarının patolojilerinin merkezinde yer almıyordu.

Bununla birlikte, bu analistler dikkatlerini çeşitli psikoz ve karakter bozukluğu olan hastalara çevirdikleri zaman bu rahatlık hissi de ortadan kalktı. Bu hastaların gelişimleri ödipal değil, preödipal safhada durmuştu ve bu yüzden de derinlerde yaşadıkları zorlukların sebebi ağırlıklı olarak kendiliğin işlevleriyle alakalıydı. Tam gelişmiş bir kendilik kavramının yokluğu, daha önce herhangi bir şekilde engel teşkil etmezken, artık başlı başına bir problem haline gelmişti.

Freud ve Jung

Jung ve Freud arasında 1912 yılında ortaya çıkan ve dönemin psikanalitik devriminde çarpıcı bir görüş ayrılığına sebep olan kişilerarası çatışmaya ek olarak; ödipal öncesi gelişim durmasından muzdarip hastalarla, ödipal çatışmalı hastalar arasındaki, hem profesyonel hem de teorik bir mesele olan bu farklılıklar da büyük önem taşıyordu. Bu ayrılık daha sonra diğer psikanalistler tarafından genişletilip geliştirilerek günümüze kadar gelmiştir.

Kendi gelişim sürecinde bir psikotik kriz geçirmiş olması çok muhtemel olan Jung, öncelikle temel çatışmalarının preödipal olduğunu hissettiği psikotiklerle ilgileniyordu. Bu yüzden de o dönemin klasik ödipal teorisinin yararlı olmadığını düşünüyordu. Böylece ilgisi, kendilik kavramına yöneldi (1973b). Jung, psikozu kendiliğin ödipal öncesi safhada yaşadığı bir çatışma olarak görüyordu; Freud ise psikozun ödipal safhada gerçekleşen bir gerileme olduğunda ısrar edi-

yordu (McGuire, 1974, Jung, 1973b). Freud'a nazaran Jung, o dönemlerde gerçekliğe daha yakın gibi gözüküyor olsa da, şizofreniyle ilgili çok daha modern bir bakış açısı, onun organik doğasını da vurgulayacaktı. Bununla birlikte, teorisyenlerin başına sık sık gelen bir şey oldu ve Jung da sonradan kendilikle ilgili preödipal tutumunu, nevrozda ödipal çatışmaları açıklamak için genişletmeye kalkışarak, Freud'la aynı hataya düştü.

Bu iki dev analist arasındaki çatışmanın kişisel motivasyonları konusunda tahminlerde bulunmak da ilginç olabilir. Freud'un babasıyla sevecen bir ilişkisi vardı, ama babasının başarılı biri olmadığını ve kendi başarısının da ona karşı kazandığı bir zaferi simgelediğini hissediyordu. Diğer insanların (mesela, iş arkadaşlarının) da kendisine aynı şeyi yapacağından endişeleniyordu ve bu yüzden teorik görüşlerine katılan insanlar konusunda çok titiz davranıyordu. Başarılı bir babası olan ama ilişkileri o kadar da yakın olmayan Jung ise, babasının kendi üzerinde görüşleriyle baskı kurmaya kalkmasından korkuyordu. Kaçınılmaz bir şekilde bu iki dinamik tema, Jung ve Freud'un ilişkisinde birbiriyle karşı karşıya geldi ve düşünce olarak ayrı düşmelerine neden oldu (McGuire, 1974).

Bu temel çatışmadan, kendilik kavramını ilgilendiren iki ana düşünce ortaya çıktı. Düşüncelerden her biri, Freud'un terimi kullandığı iki anlamdan birini vurguluyordu; ya bütün olarak kişinin kendisini, ya da zihnin kendi kapasite ve işlevlerine sahip özel bölümünü. ICH'yi ego olarak vurgulayanlar ise, daha çok nevrotikler ve ödipal çatışmalar üzerine çalışmaya meylediyorlar ve şiddetle yapısal teorinin (ego, id, süperego) altını çiziyorlardı. Nesnel ve teorik olanı vurgulamaya meyilli oluyorlar ve bazen de kendiliğin öznel, deneysel ve yaratıcı yönlerini ihmal ederek mekanik bir tutum sergiliyorlardı.

ICH teriminin diğer anlamını -bütün bir insan olarak kendilik anlamını- vurgulayanlar ise, psikozlar ve karakter bozuklukları, çatışmanın ödipal öncesi safhaları ve kendilikle ilgili zorluklar konularında çalışmaya yöneliyorlardı. Nesnel ve teorik yönlere yeterince eğilmiyor, daha ziyade öznel, kişisel ve deneysel olanlara vurgu yapıyorlardı. Bu grubun kendilik üzerine vurgusu, bilinçdışına ve zihnin daha teorik nesnel yönlerinin işlevselliğine neredeyse zarar verecekti, benzer şekilde hem derinlik hem de nesnellik açısından kayba yol açmıştı.

Kendiliği bütün bir kişi olarak gören ikinci grup ise sonradan kendiliğin tanımı, doğası ve işleyişi bakımından farklılık gösteren, aşağıdaki alt gruplara ayrıldı:

Jung (1953, 1973*a*, 1973*b*). Jung kendiliği, başlangıçtan beri var olan bir tasarım; ya da bireyin birlik, bütünlük ve en büyük hayallerine olan ihtiyacını ifade eden bir arketip olarak görüyordu. Onun tedavideki hedefi, kendi kendini aktive etme ve kendi kendini gerçekleştirmeydi. Bilinçdışı, kolektif ve kişisel olmak üzere ikiye bölünerek önem açısından zayıflatılmıştı. Jung'un tedavisi aynı zamanda kısa süreliydi, daha seyrek ve derinliksizdi.

Rank (1929). Rank, fiziksel kendiliğin doğuşta ortaya çıkarken gösterdiği psikolojik yönlere odaklandı ve ayrılma anksiyetesinin doğum travmasından kaynaklandığını vurguladı. Tedavisi, doğum travmasıyla alakalı bu derinlemesine bastırılmış anksiyeteyi derinliğine çalışmaya yoğunlaşıyordu; genelde kısa süreli, seyrek ve tabii ki daha az derinlikliydi.

Adler (1940). Adler, hayat tarzının (erken çocukluktan kalan tekrar edici örüntülerinin), kendilikle ilgili aşağılık duygularının savunmacı aşırı telafisi olduğunu ve bu yüzden de gerçek, yaratıcı kendiliğin ortaya çıkmasını engellediğini

düşünüyordu. Onun tedavisi de kısa süreli, seyrek ve daha sığdı.

Horney (1946, 1950). Horney, gerçek kendilik dediği şeyin ortaya çıkmasını engelleyen bir sahte birlik ve bütünlük üreten, idealize edilmiş bir kendiliğin bulunduğunu var sayıyordu.

Sullivan (Mullahy'de, 1970). Sullivan, kendiliğin özünü, (a) ihtiyaçların giderilmesi; (b) güvenliğin sağlanması işlevlerinin belirlediğini düşünüyordu.

Kendiliği, bütüncül bir kişi kavramı olarak ele alan analistlerin belki de yaratıcılıktan bu kadar büyülenmeleri kaçınılmazdı; çünkü kişinin kendilikle ilgili çektiği sıkıntılar onarıldıkça yaratıcılık özgürleşecek ve kendini göstermeye başlayacaktı. Jung ve Adler gibi bazı analistler, bu hususu tedavinin merkezi hedefi olarak belirlemişlerdi. Bu analistlerden her birinin bu koskoca psikolojik bilmecenin doğru bir parçasını elinde tuttuğunu görmek de ilginç bir noktadır.

ICH ya da kendilik kelimesinin, bütüncül kişi ve ego anlamlarından her ikisinin kullanımının uzlaştırılması; ego psikolojisi ve nesne ilişkileri teorisi alanındaki teorisyenler tarafından yakın geçmişte ele alınmıştı. Hartmann (1958, 1964) kendiliği bütüncül bir kişi, egoyu ise (id, ego ve süperegonun üçlü yapısının bir parçası olan) bir sistem ve kendilik temsilini de kendiliğin intrapsişik temsili olarak ayırmıştı. Aynı zamanda, narsisizmi de, kendilik temsilinin libidinal bir yatırımı olarak tanımlamıştı. Sonra Jacobson (1964), psikotiklerle çalışmak için bu konsepti; kendilik temsilini fiziksel ve zihinsel kendiliğin ego sistemi içindeki bilinçdışı, bilinç öncesi ve bilinçli intrapsişik temsilleri olarak tanımlayarak daha ileri götürdü. Kernberg (1982), kendiliği bütüncül bir kişi olarak ifade etmek için karakter terimini kullanmış ve kendilik terimini de, egodaki nesne temsillerinin toplamıyla

yakın temasta olan, intrapsişik kendilik temsillerinin toplamını işaret etmek için kullanmayı tercih etti. Hartmann'ın tam karşıtı bir şekilde Kernberg, kendiliğin ve nesne temsillerinin her ikisinin de hem libidinal hem de agresif yatırımlar olduğunu düşünüyordu.

Kohut

Kohut (1971, 1977), narsisistik kişilik bozukluklarıyla ilgili yaptığı çalışmalarda kendiliği; nesne temsillerinin ve nesne libidosunun gelişiminden ayrı bir çizgide kendi gelişimi olan narsisistik libidoyla birlikte yatırım yapılmış kaynaşmış kendilik nesnelerinden oluşan bir yapı şeklinde değerlendirmiştir. Diğer bir deyişle, kendiliğin nesneden ayrılması söz konusu olmayıp; dahası kendilik nesnelerinin ilkellikten olgunluğa doğru yetkinleşmesi söz konusudur. Kendiliğin yapısı, kendine ait işlevlere, gelişime ve patolojiye sahip olarak tanımlanmıştı. Kohut'un bakış açısıyla ilgili geniş bir yorumum, bir diğer kitapta yer alıyor (1981) ve bu yüzden de burada sadece kendisine katılmadığım bazı noktalara değinmekle yetineceğim.

Kohut'un, narsisistik kişilik bozukluğundaki kendiliğin psikopatolojisiyle ilgili klinik gözlemleri ve tedavisiyle ilgili fikirleri geniş bir kitle tarafından kabul görmüştür, ama kendiliğin psikolojisiyle ilgili bu teori de birçok itiraza maruz kalmıştır. Onun teorisi, nesne ilişkileri teorisiyle rekabet eder ve kendiliğin nesneden ayrıldığı, çocuk gözlem araştırmalarının bulgularına zıt düşer. Kohut'un çift kutuplu kendilik kavramında ifade edilen, ayrılma göstermeyen ama çocukluktan olgunluğa doğru gelişen, narsisizmin bağımsız gelişim hattı (yani kaynaşmış kendilik nesnesi) hakkındaki görüşü; kendilik ve kendiliğin bir parçası olarak nesne arasında, kendiliğin erken dönemlerindeki gelişim safhaları ve nesne temsilleri arasında ve son olarak da annenin aynalama

ve babanın idealleştirme fonksiyonunun gelişen kendiliğe psikolojik girdi derecelerindeki farklılıklar arasında kavramsal karışıklıklara yol açar. Bu teorik karışıklıklar böylece aktarımın doğası ve tedavi esnasında ne derece bir duygusal çatışmanın derinlemesine çalışılacağıyla ilgili klinik karışıklıklara dönüşür. Bu karışıklıkların en önemli klinik çıkarımı, Kohut'un benim borderline kişilik bozukluğu dediğim şeyi, narsisistik kişilik bozukluğu olarak görmesidir ki bu da terapisti uygunsuz bir tedavi seçimine yönlendirecektir.

Kendiliğin Yeni Bir Tanımı

Bu kısa tarihsel bakış, bizi şimdiki durumun ne olduğuna getiriyor ve neden daha fazla teorik yükle uğraşmamız gerektiği sorusunu gündeme getiriyor. Neden kendilik kavramını tanımlamak için daha fazla çabalamak gerekiyor? Borderline ve narsisistik hastaların sorunları kati bir şekilde kendilikle ilgilidir. Bu tip hastalarla çalışan terapistler, bu tür güçlüklerin tam karşısında dururlar. Mahler, kendiliğin gelişimi perspektifinden bakarak, şöyle demiştir; "kendilik bilincinin/duygusunun gelişimi, psikanalizdeki yeniden yapılandırmalar ya da gözleme dayalı çalışmalarla başlangıç noktasının izlerini bulmanın, imkânsız olmasa bile çok zor olduğu; her şeyden önce kişisel bir içsel deneyimdir. Normal çeşitlemelerinden ziyade, hatalarıyla kendini daha çabuk belli eder." (Mahler & McDevitt, 1982, s. 847).

Bu tür hastalarla çalışan terapist, kendilikle ilgili bu zorlukları gözlemleme açısından özel bir pozisyonda durur. Bunun da ötesinde, bu zorluklar terapi sürecinde tamir edildiklerinde, bu üstün gözlem noktası, hastanın kendi gerçek kendiliğinin (yaratıcılık dahil olmak üzere) kapasitelerini kazanmaya başlarken terapistin yaptığı gözlemler sayesinde zenginleşir. Bu da zaten bu alanda çalışan çoğu terapistin er ya

da geç, gerçek kendiliği ifade etmekte son nokta olan, yaratıcılık meselesiyle ilgilenmeye başlamasının sebebidir.

Borderline ve narsisistik hastalar konusunda benim kendi teorik bakış açım, derece derece ortaya çıkan ayrılma ve bireyleşme süreci ile kendilik ve nesne temsillerinin büyümesi ve olgunlaşması arasındaki bağı ağırlıklı olarak vurgulayan, gelişimsel nesne ilişkileri teorisinden kaynaklanmaktadır. Özellikle borderline hastada, terk depresyonuna karşı savunma mekanizmalarının terapötik yüzleştirilmesi odak noktasıydı. Bu da, savunmaları yenme ve terk depresyonunu derinliğine çalışmayı beraberinde getirdi ve gelişimsel duraklamayı ortadan kaldırdı ve böylece ayrılma bireyleşme süreci kendi gelişimsel yoluna devam edebildi. Kullanılan terimlerde kendini gösteren bakış açısı, ayrılma ve bireyleşme terimlerinde ima edilen kendilik bilinciyle birlikte, ağırlıklı olarak nesne ilişkileri teorisine dayanıyordu. Ayrılan ve bireyleşen şey kendilik değil de nedir? Gelgelelim, orada vurgu, kendilikten ziyade, ego anlamındaki ICH üzerindeydi.

Hasta, terk depresyonuyla derinlemesine çalışırken, önemli bir olay dikkatimi kendilik nosyonlarına doğru kaydırdı. Hasta, yeni bir ilgi ya da aktivasyon (kendilik aktivasyonu ya da bireyleşme) geliştiriyordu. Bu aktivasyon, çoğunluğu derinlemesine çalışılmış gibi gözükse de, yine terk depresyonunu tetikliyordu. Bunun ötesinde, yorumlamanın da artık bir faydası yoktu. Kendi kendini ifade etme ya da kendilik aktivasyonunda gösterilen bu yeni çabanın başka bir şeye ihtiyaç duyduğunu düşündüm.

Sonradan adına *İletişimsel örtüşme* dediğim bir tür müdahaleye başladım. Bu terim Mahler'in yakıt ikmali dediği şeyden; annenin çocuğun bireyleşme çabalarına, çocuğun iddialı keşiflerini sözsüz ipuçlarıyla cevaplayarak nasıl desteklediği veya yakıt ikmali sağladığını betimleyişinden ortaya çıkmıştı. Bu terimi, hastayla, şimdi içinde bulunduğu yeni fantezi ve

his, ilgi ya da aktiviteyi benim tecrübelerimle tartışabilmek için kullanmıştım.

Bu iletişimsel *örtüşme*, hastanın terk depresyonunu daha da hafifleterek, kendini ifade edişinin güçlenip serpilmesine yardımcı oldu. Aynı zamanda, terapötik nesnellik kazanılmış oldu ve regresif/gerileyici ödüllendirici birim savunmaları da harekete geçirilmemiş oldu. Geriye dönüp baktığımda, hastanın kendi kendini ifade edişini kabul edip paylaşma çabasının, hastanın kendiliğini daha iyi içselleştirip yeni ilgi ve kapasitelerini aktive etmesini sağladığını gördüm. Hastanın ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğinin yakıt ikmali meydana gelmişti ve yepyeni kapasiteler kendini göstermişti.

İLAVE BİR BOYUT: GERÇEK KENDİLİĞE ODAKLANMAK

Bu durum beni, sadece terk depresyonu ve onun savunmalarına değil, kendilik-tasarımı, kendilik-kabulü, yatıştırma, kendini-haklı görme, kendilik iddiası vs. gibi kendilik işlevselliğindeki zorluklara da daha fazla odaklanmaya yönlendirdi. Bu odaklanmayı yaptığım zaman içerisinde, kendilik işlevselliğindeki bu zorlukların, terk depresyonunun önemli sonuçlarından biri olduğu kadar, ego kusurları ve ilkel savunma mekanizmalarıyla birlikte olan ego saplanması olduğunu da gördüm. Kendiliğin gelişiminde bir duraklama olduğu kadar egoda da bir duraklama olması söz konusuydu.

Ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik, depresyonu harekete geçirdi; bu depresyona karşı savunma yapma ihtiyacı, gerçek kendiliğin gelişimini ve normal kapasitelerine kavuşmasını engelledi. Psikoterapide, terk depresyonu derinlemesine çalışılırken, gerçek kendilik ortaya çıktı ve ego işlevleri-

ni, savunmalarını ve nesne ilişkilerini olgunlaştırarak, yavaş yavaş kapasitelerini kazandı.

Örneğin, borderline ergenlerin tedavilerini takip çalışmaları (Masterson, 1980), iyileşme gösteren hastalarda, kendiliğin işlevselliğinde adım adım ilerleyen yeni kapasiteler kazandırıcı bir gelişim olduğunu gösterdi.

Bu gözlemler, kendiliği bütüncül bir kişi olarak tanımlayan ve intrapsişik boyut, nesne ilişkileri, ego savunmaları, bilinçdışı vb.'ni hariç tutacak kadar buna odaklanan erken dönem analistlerin izinden gidilmesini kolayca teşvik edebilir.

Gelgelelim, kendiliğe odaklanma üzerine (intrapsişik varlık olarak tanımlanan) bu ilave boyut, gelişimsel nesne ilişkileri teorisi üzerine diğer bakış açılarıyla aynı yerde tutulduğunda; borderline ve narsisistik bozukluklarını daha geniş, daha kapsayıcı ve daha derli toplu kendilik bozuklukları olarak görülmesini sağlayabilir.

Bu bakış açısı; kişisel, öznel deneyseli nesnel ve mekanik teorikle bir araya getirerek, ICH'in (kendilik ve ego şeklindeki) her iki tanımını da uzlaştırır.

Bunun da ötesinde, klinik çalışmalarda, kendilik kavramını kullanma ve onun işleyişindeki zorluklar bana; hastanın dikkatini, savunmalarını harekete geçiren depresyonu ortaya çıkaran şeyin, kendini ifade etmek ve aktive etmek için gösterdiği kendi çabaları olduğuna çekmek adına daha belirli, ekonomik, yeterli ve kullanışlı bir araç gibi geliyor. Hepimizin bilinçsiz bir şekilde, kendi kendini ifadenin doğal olarak olumlu, tatmin edici ve çelişkisiz bir şey olduğunu, olağanüstü bir derecede varsaydığına, yani diğer bir ifadeyle kendini ifadeyle ilgili sahip olduğumuz hayati çelişkilerin reddedilmesine dikkat çekmek de önemlidir.

Bunlara ek olarak, kendi gelişimi ve kendi kapasiteleriyle normal ve özerk bir kendilik kavramı; borderline ve narsisistik bozukluk hastaları tarafından üretilen kendiliğin psikopatolojisini, yani gerçek kendiliğin aktivasyonuyla deneyimlenen ayrılma anksiyetesine karşı savunmada kullanılan kendilik temsillerinin deforme olmuş yapıları ve terk depresyonunu, cesurca, rahatlıkla biçimlendirmeye yardımcı olur. Sıradaki bölüm, gerçek kendiliğin yapısını, işleyişini ve gelişimini anlatıyor.

3

GERÇEK KENDİLİK: YAPI VE GELİŞİM

GERÇEK KENDİLİĞİN YAPISI

Gerçek kendiliğin yapısına dair tartışmayı kolaylaştıracak birkaç tanım bulunmaktadır.

Kendilik Tasarımı

Kişinin belirli bir zaman ve özel bir durumda kendine dair sahip olduğu imgeye "kendilik tasarımı" denilir. Bu imge kişinin, fiziksel imgesi ve söz konusu andaki durumunun zihinsel bir temsilinden oluşur. Bu tasarım bilinçli ya da bilinçdışı, gerçekçi ya da çarpık olabilir (Moore & Fine, 1968).

Kendilik Temsili

Kendilik tasarımından daha uzun süreli bir şema olan "kendilik temsili", ego tarafından, bireyin farklı zamanlarda edindiği gerçekçi ve çarpık çok sayıdaki kendilik tasarımıyla inşa edilir. Kişiyi, kendini bilinçli ya ve bilinçsiz olarak algılarken ve aktif ya da durağanken temsil eder (Moore & Fine, 1968).

Aşırı-düzenli (Supraordinate) kendilik organizasyonu

Öznel deneyimler çoklu kendilik temsilleri tarafından düzenlenebildiğinden dolayı, "Ben" ya da zihnin içinde bulun-

duğu bir durum, başka bir "Ben" ya da farklı bir zihinsel durumla aynı olmayabilir. Bu terim, çeşitli ikincil kendilik tasarımı ve temsillerinin örüntülenmesi ve düzenlenmesi için kullanılır (Horowitz & Zilber, 1983). Terim bu iki eylemi birbirine bağlar ve bunlarla birlik, bütünlük hissi arasında bir süreklilik sağlar.

Bütün Kendilik

Bireyin gerçeklik içindeki, fiziksel ve zihinsel organizasyonunu da içeren bütün kişiliği; kişinin kendisi dışındaki diğer kişi ve nesnelerle farklılığını ortaya koyan kendi şahsiyeti. Bir sağduyu kavramı.

Gerçek Kendilik

Ego psikolojisi ve nesne ilişkileri teorileriyle uyumlu olmak adına "gerçek kendilik" terimi burada bütün kendilik olarak değil, daha ziyade intrapsişik anlamda, kendilik ve duygulanımlarıyla birlikte nesne ilişkilerinin toplamı olarak kullanılmıştır. Bir nesne temsili, Kohut'un kaynaşmış kendilik nesnesi fikrini kabul etmeden, kendiliğin bir parçası olarak nasıl tanımlanabilir? Eğer kendiliğin bir parçasıysa, aynı zamanda nasıl olur da ayrı durabilir? Kendilik ve nesne ayrıldıklarında, paralel bir şekilde, birbirilerinin gelişimini etkileyerek olgunlaşırlar. Bu nedenle gelişmekte olan nesne temsili, eşsiz bir şekilde kendilik temsili tarafından şekillendirilir; tıpkı kendilik temsilinin de aynı şekilde nesne temsili tarafından şekillendirildiği gibi. Her ikisi de, o belirli kişiye has özelliklere sahiptirler. Bunlara ek olarak, kendilik temsili aynı zamanda özerk hale gelir.

"Gerçek" kelimesi, sağlıklı ya da normal kelimeleriyle aynı anlama da gelir. Bu terim, gerçek kendilik temsillerinin, bilinçdışı fantezi unsurları vuku buluyor olsa bile, önemli bir

bilinçli gerçeklik bileşenine sahip olduğunu vurgulamak için kullanılır. Ayrıca gerçek kendiliğin önemli bir gerçekçi işleve sahip olduğunu da belirtir.

Winnicott'un (1965), gerçek ve sahte kendilikle ilgili teorisi hakkında birkaç rezerve sahip olduğum halde, onun hakiki kendilik kavramında benim gerçek kendilikle ilgili tutumumu tanımlamaya epey yaklaştığını da kabul ediyorum: "Hakiki kendilik, spontane davranış ve kişisel fikrin kaynağı olan teorik pozisyondur. Spontane davranış, hakiki kendiliğin hareket halindeki şeklidir. Sadece hakiki kendilik yaratıcı olabilir ve gerçek hissedebilir" (s. 148). Ben de, hakiki ya da gerçek kendiliğin gerçek hissetmesi dışında, gerçeklikte de bir işlevi olduğunun altını çizerdim. Erikson'un (1968) bakış açısından, ben onun kimlik kavramının ego kimliği anlamından ziyade, kişisel kendilik-kimliği tarafına gönderme yapıyorum. Kendilik kimliğine, Erikson'un kişilerarası bakışından değil, intrapsişik bir perspektiften bakıyorum.

Gerçek kendilik terimi kendini, daha sonra yeniden göreceğimiz gibi, borderline ve narsisistik hastaların, temel olarak gerçekliğe değil savunmacı fantezilere dayanan ve gerçeklik dâhilinde bir kendini ifadeye değil, savunmaya yönelen sahte kendiliklerinden ayırmak için de kullanılır. Gerçek kendilik terimini kullanırken ben, aynı zamanda hem kolektif ikincil kendilik temsillerini; hem de onların tertipli organizasyonlarını ima ediyor olacağım.

Gerçek kendilik, egonun paralel bir partneri şeklinde var olur ve kendine ait bir gelişime, kapasitelere ve kendi psikopatolojisine sahiptir. Kendilik ve ego, aynı koşumda iki at gibi, birbirlerine teğet bir şekilde, birlikte gelişir ve çalışırlar. Eğer ego gelişiminde bir durma olursa, kendilikte de olur. Kendiliğin bir yönü, belirgin bir şekilde bundan çok daha fazlası olduğu halde, egonun temsili bir kolu olarak görülebilir. Benzer şekilde, egonun da bir tarafı da; istem ve iradeli

olduğu için ve bireyleşme dileklerinin ödüllendirilmesi ve aktive edilmesi sonucu, kendiliğin yardımcı uzantısı olarak görülebilir. Ne var ki, asıl işlevi intrapsişik dengeyi sağlamak olduğundan, aslında rolü çok daha önemlidir.

Erikson (1968), kendilik-egosunun ikili ve ayrılmaz doğasını aşağıdaki gibi açıklamıştır:

> "Kimlik oluşumunun bir kendilik yönü ve bir de ego yönüne sahip olduğu söylenebilir. Kendilik kimliği denilebilecek şey, bir grup role başarılı bir şekilde yeniden dâhil edilen ve aynı zamanda sosyal kabullenilmeyi de güvence altına alan, geçici bir şekilde karışık (ikincil) kendiliklerin deneyimleri sonucu ortaya çıkar. Merkezi psikososyal işlevinin ışığında egonun sentezleme gücünü tartışırken ego kimliğinden bahsedebilirisiniz. Aynı şekilde, kişinin kendilik rol tasarımlarının bütünleştirilmesinin tartışma konusu olduğu yerde de kendilik kimliğinden bahsedilebilir. (s. 211)

Erikson, kendilik konusunu biraz daha açarak şöyle bir değerlendirme yapmaktadır: " 'Ben'in, daha önce nerede olduğunu ve bundan sonra nereye gideceğini bilmeden; vücudu, karakteri ve hayatla bağlantılı rolleri gördüğü ya da deneyimlediği zaman yansıttığı şey, bizim birleşik kendiliğimizi oluşturan çeşitli kendiliklerdir." Erikson, psikanalistlere, kastettikleri asıl şeyin 'Ben'in bir nesnesi olarak kendilik olduğu durumlarda, ego kelimesini kullanmaya devam etmemelerini de tavsiye etmişti:

> "Örneğin, olmak istediğimiz şeyin tasarımından bahsederken ego ideali yerine ideal kendilik'ten bahsetmek gerek. Aynı şekilde, 'Ben' kendini zaman içerisinde sürekli ve fiziksel olarak da tek tip olarak algıladığı sürece, ego kimliği yerine de kendilik kimliğinden bahsetmek yerinde olacaktır. Kendilik ve 'Ben'i egodan ayırdığımız zaman, egoyu; düşüncelerimizden kaçıp bizden hareket talep

eden ve yavaşça gelişen, güvenilir ve tetikte bir tarama sistemiyle düzenlenmezlerse bizi mahvedecek her türlü izlenim, duygu, anı ve dürtüyü yansıtıp sentezleyerek kendi tutarlı varoluşumuzu koruyan bir içsel araç olarak tutabiliriz. Kendilik çoğu zaman bilinç öncesidir, ama bilinçli hale de getirilebilir. Diğer bir deyişle, ego çoğu zaman bilinçdışıyken, kendilik her istediğinde; kalp ve beyinin hiçbir zaman bilinçli bir şekilde planlayıp gerçekleştiremediğimiz şeyleri yapması gibi, bizim için çalışır. Bilinçli 'Ben'i ve varlığıyla ilişkisi dâhilinde kendiliği görmezden gelmek; insanın kendilik bilincinin merkezini ve sonuç olarak kendilik analizini mümkün kılan kapasitesini silmek demektir."

Erikson aşağıdakilerle meseleyi daha ileri bir boyutta değerlendirmiştir:

"Kişisel kimliği (*ya da benim deyişimle gerçek kendiliği*-JFM), ego kimliğinden şu şekilde ayrılır: Kişisel mevcudiyet, iki eşzamanlı gözleme dayanan bilinçli bir duygudur: a- Kişinin zaman ve mekânda varoluşunun sürekliliği ve aynılığını içeren kendilik algısı ve yine b- insanın aynılık/özdeşlik ve sürekliliğinin diğer insanlar tarafından da tanındığı gerçeğinin algısı. Ne var ki ego kimliği, bu mevcudiyetin, öznel yönündeki niteliği ve ego sentezleme metotlarında bir kendilik aynılığı ve sürekliliği bulunduğu olgusunun farkındalığıdır. (s. 219)"

O halde gerçek kendilik, sınırlı ve sabit olmasına rağmen, gerçek kendiliğe duyulan ihtiyacı adaptasyonun gerektirdiği dış roller sayesinde harmanlayacak kadar çeşitli ve esnek bir iç repertuar sağlar.

GERÇEK KENDİLİĞİN GELİŞİMİ

Gerçek kendiliğin içeriği ya da yapı taşları; biyolojik ve genetik miraslardan, çocuğun kendi vücudundan gelen propriyoseptif ve algısal duyumsamaların yanında; çevresiyle başa çıkabilme konusunda giderek iyileşen becerisi ve aşağıdaki paragrafta Mahler ve McDevitt (1982) tarafından tasvir ettiği gibi, şefkatli bir nesneyle etkileşimlerinden meydana gelir:

> "Çocuğun, kendi kendilik tasarımını inşa ederken çıkış noktası olan iki temel referans olduğunu var sayacağım: Birincisi kendiliğin ilkel merkezini oluşturan kendi içsel duyguları ve ikincisi de libidinal nesne tarafından gösterilen şefkat algısı. Çocuğun kendilik algısının gelişimi, anneye bağlılık bağlamı içerisinde meydana geldiğinde, ortaya çıkan kendilik algısı da anne şefkatinin izlerini taşıyacaktır. (s. 837)

(Bunun, annenin, ortaya çıkmaya başlayan benzersiz kendiliğe verdiği destek ve onu kabulü olduğu anlamını çıkartıyorum.) Sembiyotik ve farklılaşma alt-evresi süresince, kendilik algısının gelişimi için şefkat gösteren kişinin aynalaması çok önemli yer tutar.

Yaşamın ilk üç ayı içerisinde, yani otistik dönemde, temsili olarak farklılaşmamış bir matriksin var olduğu kabul edilir. Bir sonraki yani sembiyotik dönemde de (aşağı yukarı 3 ila 18 aylık arası), annenin ödüllendirici ve engelleyici yönlendirmelerine dayanarak, bu matriksten, birbirine kaynaşmış iki kendilik nesne temsili meydana gelir. Mahler ve McDevitt (1982), bu konuyu aşağıdaki gibi açıklamışlardır:

> "Çocuğun annesinin ve sonra başkalarının yüzlerini, önce bakışlarla sonra da dokunarak tetkik ediş biçimiyle, kendisini ve kendi vücudunu yoklayıp tanıyış biçimi arasında benzerlikler olmasına rağmen; farklılaşma evresi

boyunca ve beklenen ortalama koşullar altında çocuğun dikkatinin kendisinden çok annesinde olduğu da akılda tutulmalıdır. Çocuk, zevk veren ve hoş olmayan fiziksel duygulara yol açan kişinin anne olduğunu seziyor gibidir. Kısaca, farklılaşma içinde kritik bir noktada duran anne, çocuğun mutluluğu açısından da kaçınılmaz bir figür haline gelmiştir. Bebek 5 ya da 6 aylıkken, aynada yansıyan parmak, el ve kollarının hareketlerine ilgi göstermeye başlar.

12 ile 18 ay arasında, bebeğin büyük bir hızla aynada gördüğü figürün gerçekte kendisi olduğuna dair bir bilinç geliştirdiğini fark ettik. Bu dönemde ya da biraz sonra da sorulduğu zaman, ya ismini söyleyerek, ya bir kişi zamiri kullanarak, ya da parmakla göstererek aynadaki kişiyi teşhis edebiliyordu. 10'dan 15 aylığa kadarki alt-evre pratikleri sırasında çocuğun, bireyleşme ve bağımsızlığa doğru doğuştan gelen olgunlaşma hareketi, açık seçik bir şekilde kimlik ve mevcudiyet algısına katkıda bulundu.

Bebek, bütün duyusal modaliteler yoluyla canlı ve cansız dünyaları keşfederken, hem kendisi hem de dış dünyayla ilgili giderek daha çok şey öğrendi. Bebeğin bu alt-evreyi yaşarken kendisiyle ilgili neler hissettiği, alt-evrede yaşadığı yeterli ebeveyn deneyimlerine ve bağımsız başarılarına bağlıydı. Eğer bu tecrübeler yeterliyse, kendi kendini sevme, kendi başarılarının ilkel bir değerlendirmesi ve tümgüçlülüğünden oluşan, sağlıklı bir ikincil narsisizm yaratıyordu. Aynı zamanda agresyonun yapıcı kullanımı da, pasiften aktife dönüştürme modelini teşvik ediyor ve böylece kendiliğini fiziksel olarak nesnelerden uzak tutabilme yeteneğini geliştiriyordu. Bu da, ayrık ve ayrı bir kendilik algısının başarıldığı anlamına geliyordu."

Bir sonraki ya da ayrılma-bireyleşme evresi olan 18-36 aylık yaş dönemi süresince, fiziksel olarak anneden ayrılma kapasitesinin kazanılması; sembiyotik (ortak yaşamsal) evrede

görülen aynı iki parametreye göre meydana gelen kendilik temsilinin, nesne temsilinden ayrılmasının paralel intrapsişik görevini işe koyulmaya teşvik eder. İyi kendilik iyi nesneden ayrılır, kötü kendilik de kötü nesneden. Ayrılma ve bireyleşme alt-evrelerine (farklılaşma, uygulama ve yeniden yakınlaşma) doğru gelişim ilerledikçe; hem iyi hem kötü, bütün bir kendilik temsili ve hem iyi hem kötü bütün bir nesne temsili şeklinde bir sabitliğe itiraz etmek için; bölünmüş kendilik ve nesne temsilleri en son alt-evrede bir araya gelir.

Bu hareketin, hem ego hem de kendilik gelişimi adına çok büyük sonuçları olur. Bu gelişimsel hareketin bir sonucu olarak, özdeşleşme ve içe yansıtma süreçleri sayesinde çocuk, annesinin onun için sergilediği ego işlevlerini içselleştirir ve daha iyi birer algı, engellere karşı hoşgörü, dürtü kontrolü ve ego sınırları kazanır. Bastırma, asıl savunma mekanizması olarak bölünmenin yerine geçer ve nesne sürekliliği için gereken kapasite gelişmeye başlar; yani bir insanı, duygusal bir şekilde ve hem iyi hem kötü, bir bütün olarak algılama ve inceleme; karşılaşılan hayal kırıklıklarına rağmen yatırımı sürdürebilme ve o kişinin yokluğunda dahi, intrapsişik imgesini muhafaza edebilme kapasitesi.

Kendilik Kapasiteleri

Ego işlevleriyle paralel ve eşzamanlı bir şekilde, kendilik ve nesne temsilleri bir bütün haline gelirken; şimdi bütüncül, ayrı ve gerçek kendilik özerkliğini kazanır ve kendine ait kapasitelerini devralır. Bu kapasiteler çoğunlukla, borderline ve narsisistik hastalarda bozukluk ve onarılmışlıklarıyla klinik olarak tanımlanırlar. Aşağıdaki liste muhtemelen tamamlanmışlıktan uzak, ama bu haliyle de uygun bir klinik çalışma şeması oluşturuyor:

1. *Duygulanımın spontaneliği ve canlılığı.* Duygulanımı derin bir şekilde, canlılık, neşe, kuvvet, heyecan ve spontane bir şekilde hissetmek için gereken kapasite.

2. *Kendini haklı görme.* Ebeveynlerin ortaya çıkmaya başlayan kendiliği kabul ve desteğiyle güçlenen erken dönem deneyimler sonucu algı; bu nesneleri edinmek için gereken çevresel bağ kadar, kendiliğin uygun hâkimiyet ve haz tecrübelerine hak kazandığına ikna olur. Bu algı, tabii ki, borderline bozuklukta iyiden iyiye zayıflamış; narsisistik bozuklukta da patolojik olarak şişirilmiş durumdadır.

3. *Kendilik-aktivasyonu, iddiası ve desteği.* Kişinin biricik bireyleşmeci isteklerini belirleme ve onları gerçek hayatta ifade edebilmek, desteklemek ve saldırıya maruz kaldıklarında savunabilmek için bağımsız inisiyatif ve iddia gücünü kullanabilme kapasitesi.

4. *Kendilik aktivasyonunun kabulü ve kendilik saygısının sürdürülmesi.* Kişinin kendiliğinin (her iki anlamda da); bir duygu durum ve/veya çevresel mesele ya da etkileşimle, olumlu ve uyumlu bir tavırla başa çıktığını belirleyip kabul etmesi. Bu kabul, yeterli bir kendilik saygısının, bağımsız bir şekilde atağa kalkabilmesi için gerekli olan itici güçtür.

5. *Acı veren duygulanımları yatıştırmak.* Bağımsız bir şekilde plan yapma kapasitesi, acı veren duygulanımları sınırlama, minimuma indirme ve yatıştırma aygıtıdır.

6. *Kendiliğin sürekliliği.* Etkili bir aşırı düzenleme sayesinde; belirli bir tecrübenin öznesi olarak "Ben"in zaman içinde sürekliliğini devam ettirdiği ve başka bir deneyime ait "Ben"le özdeşleşebildiğinin tanınması ve kabulü.

7. *Kararlılık.* Kendiliği bir nesneye ya da ilişkiye adamak ve bütün engellere rağmen hedefe ulaşmakta ısrarcı davranmak.

8. *Yaratıcılık.* Kendiliği; eski, tanıdık örüntüleri yeni ve farklı hale dönüştürmek için kullanmak.

9. *Yakınlık.* Kendiliği yakın bir ilişki içerisinde, terk edilme ya da yutulma hususunda minimum anksiyete hissederek, tam olarak ifade edebilme kapasitesi.

Gelişimin bu noktasında kendilik her ne kadar özerkliğini ilan etse ve işlevlerini icra ediyor olsa da; fallik-ödipal dönem, ve ergenlik dönemleri süresince de daha fazla şeyler de eklenecektir. Borderline ve narsisistik hastalardaki kendiliğin gelişimsel duraklaması bu sonraki dönemlerden önce meydana geldiği için, bu konuları detaylandırmadan sadece özet olarak sunacağım.

Gerçek kendiliğin ileriki dönemlerdeki gelişimini tanımlamak için, Erikson'un (1968) kendilik-kimliği kavramını ele alabiliriz. Tabii bu bakış açısının intrapsişik değil psikososyal olduğu gerçeğini akılda tutarak, ama bir süreliğine bir kenara bırakarak. Çocuk sonraki psikososyal dönemlerden geçerken, her bir dönem sonunda, çalışkanlık, inisiyatif vb. gibi belirli kapasiteler kazanır.

Kendiliğin gelişiminin bütün bir süreci, aşağıdaki durumlarda ergenin normal kimlik kriziyle sonuçlanır:

> "Sürekli bir değişim içinde olan sosyal gerçeklik içinde ergen, çocukluğunun psikososyal krizlerinden ortaya çıkan kendilik tasarımlarını, gençliğin ideolojik atmosferi ışığında test edip, seçip bütünleştirmelidir. Artık cinsel olgunluğu da içermesi gereken yeni bir süreklilik ve aynılık algısı arayışlarında ergenler; nihai kimliklerinin koruyucuları olacak dayanıklı idol ve idealleri yüceltmeden evvel, daha önceki yılların krizleriyle karşı karşıya gelmelidirler. Ergenlik çağında kimlik yapılanması, çocukluk özdeşimlerinin karşılıklı asimilasyonu ve reddi ve yeni bir düzen içinde sindirilmeleri sonucu kendini gösterir. Ki

bu da sırasıyla ya toplumun ya da alt toplum gruplarının genç bireyi tespit ederek, böyle bir kişi olması gerektiğini tanıyarak, onu bu haliyle kabul etmesi sürecine bağlıdır." (Erikson, 1968, s. 159)

Nihai kimlik ya da kendilik, ergenliğin sonunda; geçmişteki bireylerin herhangi biriyle özdeşimin aşırı düzenlemesiyle sabitlenir. Bu bütün önemli özdeşimleri içine alır, ama aynı zamanda biricik ve makul ölçüde tutarlı bir bütünlük kurabilmek için onları değiştirir. Bu kimliğin kendilik yönü ise; geçici olarak karışmış kendiliklerin, sosyal kabullenişi de güvence altına alan, bir grup sosyal rol olarak başarılı bir şekilde içselleştirildiği deneyimler sonucu ortaya çıkar. Merkezi psikososyal işlevinin ışığında egonun sentezleyici gücünü düşündüğümüz zaman ego kimliğinden, bahsedebiliriz. Kendilik tasarımı kimliği de ancak, bireysel kendilik ve rol tasarımlarının bütünleştirilmesiyle değerlendirilir.

Ego kimliği sabitlenmiş olsa bile, kendilik yönü sabitlenmemiştir ve hayatın ileriki safhalarında oluşacak girdiler temelindeki diğer değişikliklere açık olmayı sürdürür.

Ebeveynin Kabulü ve Gerçek Kendiliğin Gelişimi

Bu gerçek kendilik, doğal/bakıcı güçlerin bileşimi altında ortaya çıkar ve gelişir: Bu bileşim; yapısal donanımlar, genetik-biyolojik baskı ve anne-babanın hayatın o önemli ilk üç yılı boyunca ortaya çıkmaya başlayan kendiliğin biricik özelliklerini kabulü, ona verdikleri tepki ve duygusal destekten oluşur.

Bu aynalama ya da örtüşme süreci, gerçek kendiliğin gelişimi için hayati önem taşır. Özellikle şunları akılda tutmak çok önemlidir. Burada besleme, giydirme vb. gibi fiziksel

bakım gösterisinden söz etmiyorum. Daha ziyade, ebeveynlerin, ortaya çıkmaya başlayan kendiliğin biricik özelliklerini algılama ve bunlara olumlu ve destekleyici bir tavırla tepki verip, çocuğun biricik mizacına (Chess, Thomas & Birch, 1968) saygı göstererek tanıma, kabul etme ve muamele etmeyi, ayrıca çocuğun, gerçeklikle olan deneysel, keşfe dayalı ve kendilik iddiasında bulunmasını sağlayacak maceraları sırasında bireyleşmesinin ifade edildiği, kendine özgü stil ve tavrı cesaretlendirmekten bahsediyorum. Bu ebeveyn işlevlerindeki başarısızlıkların, kendiliğin gelişiminin başarısızlığına ve dolayısıyla narsisistik ya da borderline kişilik bozukluklarının ortaya çıkmasına önemli katkıları vardır.

4

BOZULMUŞ GERÇEK KENDİLİK: PSİKOPATOLOJİ

GİRİŞ

Gerçek kendilik terimi, normal, sağlıklı, intrapsişik kendilikle nesne temsilleri ve onlara bağlı ortaya çıkan duygulanımlara gönderme yapar. Gerçek kendilik, kendiliğin biricik ya da bireyleştirici isteklerini gerçeklikte yaratıcı bir şekilde tespit etmek ve hayata geçirmek ya da ifade etmek için işlev gördüğü kadar, egoyla birlikte ve onunla yan yana, kendilik saygısının özerk bir şekilde düzenlenmesi için gereken sürekli bir kaynak sağlamak adına etkili bir şekilde uyum ve savunma sağlamak için de işlevseldir.

Gerçek kendiliğin işleyişini anlarken, tıpkı partneri ego gibi, bu kendiliğin de esas olarak gerçekliğe yöneldiğini akılda tutmak önemlidir. Erikson'un (1968) güçlü ego tanımı, gerçek kendilik kavramına da uygulanabilir. "Kendilik, 'neyin gerçek olduğunu' test etmek için kendi özgür iradesi ve isteğinden yararlanır. Yani işe yarayan uzmanlaşmayı, gerekli olan anlayışı, hayati önemi olan şeyden zevk almayı ve ölümcül olanın üstesinden gelmeyi." Jahoda'nın (1950) sağlıklı karakter tanımı da gerçek kendilik anlamına uyar: "Çevresine aktif bir şekilde hükmedebilen ve belirli bir ölçüde ka-

rakter sergileyebilen kişi, hem dünyayı hem de kendiliği doğru bir şekilde algılayabilir."

Gerçek kendiliğin işleyişinin klinik bir örneği için, doktora tezinin ilk halini danışman komitesine teslim eden ve danışmanları tarafından tezdeki bazı alanlarda bilgi eksikliğinin bulunduğu, diğer alanlarda da anlatımın zayıf olduğu söylenen genç bir psikoloğu düşünün.

Gerçek kendiliğinin dönüm noktasının kendilik-kimliği algısı olduğundan, genç psikolog kendisini otoriteye ve bunun gerektirdiği her türlü kıstasla birlikte, kendilik-aktivasyonu, kendilik iddiası ve kararlılık kapasitelerine bağlı hissediyor. Psikolog başlangıçta, tezini o zaman teslim etmesinin amacının, yazıdaki eksiklikleri öğrenmesi ve böylece onları düzeltebilmesi olduğunu fark eder. Sonra da, gerekli olan bilgiyi bulmasına ve anlatımını geliştirmesine yardımcı olacak yaratıcılığına, kararlılığına ve kendi iddiasına başvurur. Gerçek problemini kontrolü altına alarak, kendine olan saygısını ya da kendilik tasarımını destekleyecek, sağlıklı bir şekilde gerçekliğe dayanan, bağımsız bir geri besleme sağlamış olur.

Borderline Kişilik Bozukluğunun Savunmacı ya da Sahte Kendiliği ve Bozulmuş Gerçek Kendiliği

Borderline kişilik bozukluğunda, gerçek kendiliğin bütün kapasiteleri belirli bir dereceye kadar bozulmuştur: Kendiliği, destekleyici kendilik iddiasıyla spontane bir şekilde aktive etme, kendilik-değeri, kendilik-aktivasyonu ve otoriteyi kabul etme, kendini haklı hissetme, yoğun duygulanımları yatıştırabilme, kendiliğin biricik bireyleşme isteklerini belirleyip onları gerçeklikte aktive etme, bir kararlılık oluşturup onu sürdürebilme ve yaratıcı olabilme kapasiteleri.

Bu hastalık tarafından bozulmuş kendilikler, destekçi ve gerçekçi kendilik iddialarıyla gerçek hayattaki zorluklara tepki verebilmek için gerçek kendiliklerini kullanamazlar; bunun yerine -patolojik ego, ödüllendirici nesne ilişkileri parça birimi ve geri çekilen nesne ilişkileri parça birimi arasındaki ittifakın bir ürünü olan- sahte savunmacı kendiliklerine yönelirler. Bu da, kaçınma, pasiflik, inkâr ve fanteziyle oyalanmaya yol açarak, kendilik saygısı eksikliğini beslemeye devam eder.

Gerçeklikten çok fanteziye dayanan savunmacı kendilik temsilleri; eşit derecede gerçeklikten uzak iki fantezi imgesinden oluşur: Kendilik iddiası olmadığı için sevilen ya da ödüllendirilen çaresiz çocuk ve annesinin geri çekilmesine yol açan, yetersiz, şeytani ve kötü kendilik imgeleri.

Bunların ötesinde, kendiliğin süreklilik, bütünlük ya da birlik algısı da yoktur. Diğer bir deyişle, hem alt kendilik temsilleri hem de aşırı kendilik organizasyonu düzeyinde; kendilik temsillerinin ağırlıklı olarak (çocukluk anılarından esinlenen) fantezilere dayandığı ve terk depresyonuyla gelişim becerisizliğinden kaçınma ihtiyacının ürünü olan, bir psikopatoloji yer almaktadır. Amaçları da acıya karşı savunmak ve gerçeklikle karşı karşıya gelmemektir. Yoğun bir şekilde sabit ve katıdırlar ve çeşitli çevresel rollerle uzlaşma sağlama becerisinden yoksundurlar.

Parantez içinde, bütün bu semptomlar, buradaki kendiliğin psikopatolojisi olarak ele alınmasından daha geniş bir bağlam içerisinde DSM-III (1980)'de borderline hastasının betimleyici listesine dâhil edilmişlerdir.

Borderline bozukluğunun işleyişini psikoloji öğrencisi metaforunu; sahte savunmacı kendiliği, gerçek kendilikle karşılaştırarak genişletmek gerekirse: Kendilik aktivasyonu, iddiası ve kararlılık ve yaratıcılık konusunda yaşadığı zorluk-

lar yüzünden öğrenci, tezinin teslimatını geciktirip son teslim tarihinden uzak bir zamana erteleyebilir. Kritik yorumlar; yetersiz kendiliğinin bir zorlaması ya da kanıtı gibi hissedilecek ve öğrencinin çaresizce ya öğretmenine ya da başka bir otoriteye yapışmasına ya da projeden tam olarak çekilmesine neden olacak bir terk depresyonunu hızlandıracaktır. Bu da, doğal olarak, kendisiyle alakalı yetersiz kendilik algısını daha da kuvvetlendirecektir.

Borderline Kişilik Bozukluğuna Klinik Örnekler: Sahte Savunmacı Kendilik ve Bozulmuş Gerçek Kendilik

Borderline kişilik bozukluğunun sahte savunmacı kendiliğinin klinik görünüm ve işlevi büyük ölçüde çeşitli ve sinsidir. Hasta yavaş yavaş bu sahte kendiliğin hem gerçek kendiliğe yıkıcı bir tehdit oluşturduğunun hem de aktif bir şekilde onunla ortak çalıştığının farkına varmalıdır.

Üniversiteden atılmış genç bir kadın, depresyon şikâyetiyle gelmişti ve çoğu zaman hiçbir şey hissedemediğini, bütün gün boyunca hayal dünyasında yaşadığını ve aşırı bir şekilde kendini yemek yemeye verdiğini söylemişti. Kendisi farkında olmasa bile, kendini öne çıkarmakta zorlandığı ve insanların kendisini kullanmalarına izin verdiği de apaçık ortadaydı.

Terapi süresince; gerçek kendiliğini öne çıkarmayı/iddialı olmayı bırakmasının ne kadar zararlı olduğunu yüzleştirmek, hastanın kendisini sürekli eleştiren oda arkadaşına karşı gerçek kendiliğini yavaş yavaş öne çıkarabilir hale gelmesini sağladı. Bunu yapar yapmaz da kendisini anksiyöz ve depresif hissetti ve kendilik iddiasını yine bıraktı. "Kendimi desteklemenin en önemli olduğu anlar aynı zamanda en zor anlar. Bunu yapmak istediğimi hissediyorum, yapıyorum ve

sonra birdenbire duruyorum. Durmama neden olan, beni mahveden ve olduğum yerde sıkıştıran o karşımdaki diğer kişiden ölesiye korkuyorum. Örneğin, oda arkadaşıma yaptığım gibi kendimi ortaya koymuş olsam bile, bu durumu burada ya da bir konuşmada ifade ettiğim zaman (savunmacı kendilik) bir şey bu duyguyu içimden alıp götürüyor ve ortada duygu filan kalmıyor. Kızgınlık gidiyor, yani ortada sadece boş boş anlattığım bu anlamsız hikâye kalıyor. Olumsuz etkinin gücü nerdeyse gerçekdışı bir hal alıyor. Birilerinin beni kullandığını, benden yararlandıklarını hissettiğim zamanlarda pasif bir şekilde tepki veriyorum ve sonra gidip kendime saldırıyorum." Hastanın savunmacı kendiliği; hastanın önce kendini ortaya koymasını bıraktırıyor, sonra hissetmesini olanaksız kılıyor, en sonunda da onu hayal dünyasına ve pasifliğe itiyor.

Motivasyon için başka insanlara yapışması sonucu ortaya çıkan bir borderline savunmacı kendilik, gerçek kendilik ve savunmacı kendilik arasındaki ilişkiyi güzel bir şekilde ortaya koyar. Bir kadın, başka insanları memnun etmesinin kendisi için ne kadar önemli olduğu hakkında konuşmaya başlıyor. Ciddi şekilde hasta olduğunu düşündüğü annesi yüzünden canı epey sıkılmıştır. Annesinin doktorunu arıyor ve doktorun annesinin durumunun iyiye gittiğini söylemesine çok şaşırıyor. Bu durum kadında; annesinin, bir şehit gibi, hastaya acı çektiğine dair mesajlar ilettiğine ve kendisine bakmasını ima ettiğine dair bir farkındalığa yol açıyor. Sonra bir adım ileriye giderek, belki de gerçek kendiliğinden kaçmak için annesine itaat ettiği ihtimalini de düşünmeye başlıyor: "Annem beni etkilemek için sürekli şikâyet ediyor ve ben de iyi bir kız olup, gerçek kendiliğimden kaçmak için o ne derse yapıyorum. Kendiliğimle yüzleşmek zorunda kaldığımda, şu anda seansta yaptığım gibi, kendimi geri çekiyorum."

Bundan hemen bir sonraki seansta bir önceki hastamı ofisten ayrılırken gördü ve sempatik bir tavırla, "Hastalarınızla görüşmeleriniz arasında mola bile vermiyorsunuz," dedi. Beni şikâyet etmeye davet ediyordu. Gelgelelim ben de, "Neden kendini değil de beni düşünüyorsun?" diye cevap verdim. Sonra da aslında, benden, annesinin ona yaptığı gibi şikâyet etmemi beklediğine ve böylece gerçek kendiliğinden kaçabilmek için ortam yarattığına dikkatini çektim. Hasta da benim bu önerimi; en son seanstan sonra gerçek kendiliğinin sahnede olduğu zaman her türlü duyguya ket vurması gerektiğini fark ettiğini, bu seansa gelirken tedirgin hissettiğini ve ne hakkında konuşması gerektiğini, kendisini nasıl aktive edeceğini bilemediğini söyleyerek genişletti.

Aynı şekilde bir erkek hastamın da, gerçek kendiliğini ifadeden kaçınmak için adapte ettiği bir tutumu, başka insanların beklentilerine yapışmaya yönelik, benzer bir hayat tarzı vardı. Savunmacı kendiliğiyle giriştiğimiz uzun ve mücadeleli bir terapi sürecinden sonra, en sonunda, gerçek kendiliğiyle iletişime geçtiğine dair şu küçük işaretleri vermeye başladı: "Biraz evvel bir randevudan çıktım ve biraz boş vaktim olduğunu fark ettim. Sokakta yürürken birdenbire bir özgürlük duygusuyla doldum, kendimi ne istersem yapabilecek durumda hissettim. Diğer insanlara baktığım zaman, onları bana nasıl baktıkları konusunda endişelenmeden görebildiğimi fark ettim. Kendimi insanlar aracılığıyla ifade ediyordum; dükkânlara girip, alışveriş sırasında onlarla konuşuyordum. İçimdeki duygular ve ifadeler akıp gidiyordu, ama aynı zamanda kontrollüydüm ve kendimi iyi hissettim, kendimle ilgili iyi şeyler hissettim (*kendilik tasarımı ya da iyi hissetmek aracılığıyla gerçek kendiliğin spontane ifadesi*). Hayatın sırrının, insanın kendi duygularıyla (gerçek kendilik) iletişim halinde olması ve bunları, senin hakkında ne düşünecekleri konusunda endişelenmeden, başkalarına ifade

etmesi olduğunu hissettim." Sonra da diğer (savunmacı) kendilik devreye girdi. "Eve döndüğüm zaman yemek yemeye başladım ve kendimi durduramadım. Her türlü duyguyu kesip atmak zorunda olduğumu fark ettim-iğrenmiştim. Bu durum, ben ne zaman gerçek kendiliğimle iletişime geçsem araya giren bir robot, bir bilgisayar gibi bir şey."

Otuzlu yaşlarında olan başka bir adam da, depresyonu ve savunmacı kendiliğinin yıkıcı davranışlarıyla -uyuşturucu, alkol ve gelişigüzel cinsel aktiviteyle- başa çıkabilmek için uzun yıllar terapi görmüştü. Bu semptomatik davranışları hafiflediği ve hasta gerçek ve savunmacı kendilikleriyle ilgili bir perspektif kazanmaya başladığı zaman şöyle söyledi: "Çok şiddetli, bir anksiyete krizi geçirdim-berbat bir baş dönmesi. Bu krize yakalanmaktan korkmam da, kadınların peşinden koşmama, alkol ve uyuşturucu kullanmama da neden olan, diğer kendiliği (*savunmacı kendilik*) güçlendiriyor. Bu durumu geçen hafta sonu çok açık bir şekilde fark ettim. Kendi sorumluluğumu üzerime alırsam (gerçek kendilik), annemle ilgili bu mefhumumu kaybedeceğim. Onu aklımda tutabilmek için her şeyi yapmaya hazırım; alkol, uyuşturucu, kadınlar. Annem asla büyümeme izin vermedi, hep yanı başımda olmasına ihtiyaç duyuyordum. O olmadan var olamayacağıma inandım ve bu tür anksiyetelerle bunaldım. Bu yaşta hala bir çocuğun duygularına sahip olabildiğime inanmam çok zor. Yüzde yüz kendi sorumluluğumu üstlenmem gerektiğini düşününce hala tedirgin oluyorum."

İki çocuk sahibi, 30 yaşında bir kadın, gerçek kendiliğinin savunmacı kendiliğiyle olan ilişkisini incelemeye başlıyor. "Değerli değildim, çünkü gerçek bir kendiliğim yoktu. Başka insanların üzerinden yaşayan bir vampir gibiydim. Buna muhtaçtım. Kendimi o kadar küçük düşürdüm, içimde olup biteni görebilmek için ihtiyacım olan gerçek kendiliğimi ortaya çıkarmaya o kadar isteksizdim ki. Anneme olan bağlılı-

ğım olağanüstü boyutlardaydı ki, yıllar boyunca onunla ilgili içimdeki bu fantezi yüzünden gerçek kendiliğimden kaçtım. Kafamı meşgul eden şeyler hep dış görünüş ve yüzeyler. Bana göre ben başka insanlara nasıl bakıyorsam, onlar da öyle düşünüyor. Gerçek kendiliğimle başa çıkabilmek çok zor. En sonunda gerçek kendiliğimi görmek, 20 yıl hapis kaldıktan sonra özgür kalmak gibi bir şey; her şey çok yabancı geliyor. Korkuyorum, çünkü kendimi anlayamıyorum. Artık başka bir insanın derisinin içine giremediğim için sıkkınım. Kendimle ancak başka biri olursam başa çıkabiliyorum. Hala daha gerçek kendiliğimi olduğu gibi kabul etmeye yanaşmıyorum, çünkü gerçek kendiliğim, annemin dikkatinin merkezinde olmamamla ilgili kurduğum eski fantezilerimle çelişiyor" (*savunmacı kendilik*).

Benzer şekilde başka insanların beklentilerine yapışarak yaşayan genç bir yönetici de şunları anlattı: "İstediğim şeyleri yapmıyorum (*gerçek kendiliğin ifadesi*), çünkü gerçekten ne istediğimle ilgili fikirlerim, başka insanların ne istedikleri algısından geçerek eleniyor: Ne düşündüğüm, nasıl giyindiğim, nasıl çalıştığım, hatta yaradılışım ve kadınlarla nasıl ilişki kurduğum bile. Sonra da hayatımda ters giden şeylerden ötürü, motivasyonumu değil, hayat tarzımı ve davranışlarımı sorumlu tutuyorum. Diğer insanları neyin memnun ettiğini anlayabilmekte iyiyim; onlara istediklerini veriyorum, ama karşılığında çok ağır bir bedel ödüyorum. Hayat tarzımda değişiklikler yapıyorum ama işe yaramıyor. Adeta bir bukalemun gibiyim çevremdekilerin beklentilerine uyacak şekilde değişiyorum. Gerçek kendiliğimden ziyade, başkalarının beklentilerine göre işleyen bir robot gibiyim. Diğer taraftan, bütün hayatım boyunca kendimi bir tutsak gibi, boğulmak üzere, özgürlük için, içi içini yiyen biri gibi hissettim (*gerçek kendilik*) ve ortaya çıkıp bunu ifade edecek cesaretim olmadığı için de kendime kızgınım."

Temel Şikâyet

Jean (17 yaşında), son dört senedir kilosunu kontrol edemediğinden şikâyet etti; ya 'domuz gibi yiyor' ve 15-20 kilo alıyor, ya da sürekli rejim yapıyordu. Bu şikâyetleri, kız kardeşinin evlenmesini takip eden yıllarda büyük ölçüde artmıştı. Kilolu olduğu dönemlerde okula gitmekten kaçınıyordu, çünkü kendisini çok 'iğrenç' hissediyordu ve son senesinde okula gitmediği tam 50 gün bulunuyordu. Kendisini depresif hissettiğini ama intiharı düşünmediğini, ayrıca annesinden çok babasıyla çatıştığını anlattı. Jean'ın daha öncesinden, haftada iki seanstan iki sene süren bir terapi geçmişi vardı.

Annesinin şikâyetleri şöyleydi: Jean hevesli biri değildi, sorumsuzdu, kendisine bakmıyordu, kıyafetlerine, odasına bakmıyordu, bütün gün uyuyordu, annesinin zamanını harcıyordu, saygısızdı ve hizmet bekliyordu.

Babasının şikâyetleri şöyleydi: Jean bencildi, tembeldi, talepkârdı, şımarıktı, kendisinden başka kimse için bir şey yapmıyordu, kendisine hizmet edilmesini bekliyordu ve bir baba olarak ondan alabileceği her şeyi almak için çabalıyordu.

Geçmiş

Jean, durumu iyi bir orta-sınıf ailede doğmuştu. Üç çocuktan ikincisiydi, kendisinden 6 yaş büyük bir ablası ve ailesi tarafından tipik bir Amerikalı oğlan olarak tanımlanan, bir yaş küçük bir de erkek kardeşi vardı.

Annesi Jean'in başlarda tatminkâr ve mutlu bir bebek olduğunu hatırlıyordu. 11 aylıkken erkek kardeşinin doğumu geçici bir idrarını kontrol edememe ve biberona gerileme sorunu yaşamış, 3 yaşına kadar da emzik kullanmıştı.

Bunların dışındaki erken gelişimi normaldi; gelgelelim hastanın geçmişiyle ilgili soru sorulduğunda ebeveynlerin hafızası ilginç bir şekilde bulanıktı. Görünen o ki hasta okula başlamakta bir sorun çekmemişti; dersleri iyiydi, sosyal sorunlar yaşamıyordu ve çocukluk semptomatolojisine dair başka bir kanıt da yoktu. Erkek kardeşiyle arasında epey bir rekabet vardı. 7 ila 15 yaş arasında ikametlerinde birkaç değişiklik olmuştu.

İlk reglesini 14 yaşında yaşamıştı ve bu hususta herhangi bir sıkıntısı yoktu. Erkeklerle çıkıyordu, ama onların "istedikleri şeyleri almak için kendisiyle yaklaştıklarını" hissettiği için cinsel aktivitesi sınırlıydı. Liseden henüz mezun olmuştu ve üniversite için uzaklara gitmeyi planlıyordu. En büyük hobisi şarkı söylemekti.

Ebeveynlerin kısa bir değerlendirilmesi sonucunda, babanın narsisistik, kızgın ve talepkâr olduğu ortaya çıktı. Hırsızlık yaptığı ve disiplinsizlik sorunları yüzünden babası tarafından askeri okula gönderilmişti. İş hayatında epey başarılıydı. Annenin babası kadın 6 yaşındayken ölmüştü ve annesi de kendisi 13 yaşındayken yeniden evlenmişti. Liseden mezun olduktan kısa bir süre sonra babasıyla evlenmişti ve kısa bir süre içinde iki kez kürtaj olmuş ve sonra da üç çocuk sahibi olmuştu. Dış görünüş açısından çekici ve ağır başlı bir kadın olan annesini Jean, babasını idealleştirircesine, şefkat gösteremeyen ve anne olmanın yükü karşısında, asıl olarak Jean yüzünden, aşırı derecede kızgın bir kadın olarak betimliyordu.

Psikiyatrik Muayene

Jean'in dış görünüşü çok etkileyiciydi. Kırmızıya boyanmış saçları, aşırı rujlu dudakları ve makyajı, hatlarını belli eden kıyafetleri ve yüksek topuklu ayakkabılarıyla, yirmili yaşlarının ortasında bir koro kızı gibi görünmeye çalışan ga-

yet çekici bir genç kızdı. Depresifti, kızgındı ve ilgisizdi. Herhangi bir düşünce bozukluğu yoktu ve yeterli ve uygun bir duygulanıma sahipti.

Bir önceki terapisini şöyle anlattı: "Terapistim ilk önce problemlerimin normal olduğunu ve endişelenmemem gerektiğini söyledi. Ben de kendimi bıraktım ve her şey daha kötüye gitti. Sonra da annemle çatıştığımı söyledi. Annemi çok severken nasıl onunla çatışabilirim ki?"

Jean, diğer insanların (annesi, babası, terapisti) kendisiyle ilgili düşüncelerini anlatıyordu, ama kendi duygu ve düşüncelerini betimlemekte büyük zorluk çekiyordu. Fiziksel görüntüsüyle ilgili gerçek bir fikri yoktu, kendisini hem çok şişman hem de çok zayıf olarak görebiliyordu, ama herhangi bir kusma ya da müshil kullanma gibi bir geçmişi yoktu, anoreksik ya da bulimik değildi.

Psikoterapinin İlk Dönemi (Üç ay)

Jean, haftada üç kez olmak üzere bütün yaz boyunca benim ekibimden biri tarafından görüldü. Terapist hastayı, gerileyici ve kaçınmacı davranışlarının yıkıcı ve uyumsuz taraflarıyla yüzleştirdi ve kendi duygusal durumlarıyla iletişime geçmesine yardımcı olmaya çalıştı.

Epey becerikli olan terapistin bütün çabalarına rağmen hasta aslında terapide 'duvara tosladı' ve herhangi bir ilerleme sağlayamadı. Yazın sonlarına doğru, bizim terapiye devam etmesine dair empatik tavsiyemize uymayarak hasta, orijinal planı olan "üniversite için uzaklara gitme" hayalini izlemek için terapiyi bıraktı. Üniversitedeki ilk sömestrinde, ağır depresyonuna, diyetlere ve yemek krizlerine rağmen idare etmeyi başardı. İkinci sömestrinin ortalarına doğru daha fazla başaracak kuvveti kalmamıştı, çünkü yine derslere

girmeyi bırakmıştı. Okulu bıraktı ve danışma için beni görmeye geldi.

Bir önceki çalışma, Jean'in tanısının sahte-kendilik türü bir borderline kişilik bozukluğu olduğuna ve patolojik savunmalarının kendilik tasarımı yerine geçtiğine ve önceki başarısız iki girişimin ışığında, zorlu bir terapi sürecinin olacağı konusunda beni ikna etti. Terapiye kendim devam etmeye karar verdim ve Jean'in ailesiyle yaşamayı bırakmasını ve bir işe girmesini de şart koştum. Bu çevresel düzenlemeler, psikopatolojisinin iki ayrı cephesiyle başa çıkabilmek için önerilmişti: Hastayı olumsuz ebeveyn yansıtmalarından fiziksel olarak ayırmak ve onu kendi sorumluluğunu üstlenmesi gereken bir çevreye yerleştirip; bu şekilde savunmacı işlevi gerçek kendiliğiyle bağlantılı olan depresyon ve anksiyetenin içsel deneyiminden kaçınma olan gerileyici savunmacı kendiliğinin çalışmasına bir engel sağlamak içindi.

Bu tavsiyenin, hastanın ödüllendirici birimini çınlatabileceği ve terapinin sonraki aşamalarına ele alınabilecek bir direnç riski taşıdığını fark ettim; ama hastanın gerileyici çevresinin önceki terapi girişimlerinin başarısızlığında önemli rol oynadığını düşünerek, bu riskin alınması gerektiğini de hissettim.

Psikodinamikler ve İntrapsişik Yapı

Terapinin ilk birkaç ayı içerisinde, Jean'in psikodinamikleri ve intrapsişik (içruhsal) yapısıyla ilgili gözlemler ve borderline üçlüsü ile savunmacı sahte kendiliğinin klinik manifestoları, terapötik bir plan tasarlamayı mümkün kıldı. Jean'in savunmacı sahte kendiliğinin kısmen yükseldiği, çünkü her iki ebeveynin olumsuz yansıtmaları için bir depo ya da konteynır görevi gördüğü belirginleşti; bu duygularını ebeveynleri için işlemek zorundaydı ki onlar da bağımlılık ve suçlulukla ilgili acı hissetmesinler. Örneğin, babası, yansıt-

malı özdeşim yoluyla, bağımlı ihtiyaçlarına olan farkındalığına karşı kendisini savunmak için; bağımlı ve küçümsenmiş kendilik imgesini Jean'e yansıtıyor ve onu kötü, tembel, talepkâr, kendisi için hiçbir şey yapmayan biri olarak görüyordu.

Annesi ise farklı bir grup olumsuzluk yansıtıyordu. Narsisistik kocasıyla güçlü bir şekilde çatışan, boş, bağımlı, pasif, depresif ve itaatkâr bir borderline kadın olarak, kendisini muhtaç, boş ve bağımsız biri olamamanın getirdiği tatminsizliklerle dolu hissettiği halde, bir anne olmak ve çocuklarının bakımını üstlenmek zorunda oluşunun sınırlandırmalarını üzerinde hissediyordu. Bir tarafta anne, gerileyici davranışı ödüllendirip, kendi depresyonuna karşı savunma yapmak için bireyleşme davranışından geri çekilerek ve kendisinden ayrılmasını engellemek için hastaya yapışıyordu. Buna ek olarak anne kendi suçluluk duygusunu ve depresyonunu, bütün bu acı veren duygulanımları taşıyıp işlemesi beklenen hastaya yansıtıyordu. Paradoksal bir şekilde Jean aynı zamanda annesinin sorunlarını dinleyip ona önerilerde bulunarak, annesinin annesi rolünü oynamak zorunda kalıyordu.

Jean doğduğu zaman, fena halde bir erkek bebek isteyen ebeveynleri büyük hayal kırıklığına uğramış, 11 ay sonra bir sonraki çocukları doğduğunda onu her şeye ve herkese tercih ettiklerini en açık ve iğrenç şekillerde göstermişler. Daha da ilginci, ebeveynlerin her ikisi de açık bir şekilde epey dindarlarmış. Sürekli olarak insanlık için sevgi kavramını dile getirirlerken, bir yandan da Jean'in kendini ifade edişine saldırıyor, onu baştan çıkarıyor ve ihmal ediyorlarmış.

Hastanın sahte savunmacı kendiliği, babasının bağımlı ihtiyaçlarıyla ilgili olumsuz hisleri ve annesinin depresyon ve bağımlılık gereksinimlerini üzerine alma ihtiyacından ortaya çıkmıştı. Jean bunu, yansıtmalarla özdeşleşerek ve itaatkâr, çaresiz küçük bir kız formunda sahte, savunmacı bir

kendilik geliştirerek yapıyordu. Bu tema, kendi gerçek kendilik aktivasyonu ya da teyidi etrafında dönüp dolaşıyordu. Eğer özerk ve kendilik iddiası olan bir tavır sergilerse, hem annesi hem de babası ona saldırıyordu. Diğer bir deyişle hasta 'kötü' olduğu sürece ebeveynler kendilerini 'iyi' hissedebiliyorlardı.

Bu temalar daha sonra hasta tarafından, intrapsişik yapıyı oluşturacak şekilde ya içselleştirilmiş ya da içe atılmıştır: Hastanın, gerileyici, bağımlı, çaresiz ve yapışkan davranışına karşı ağır bir vurgu yapan ödüllendirmeyi, sevecen bir bakıcı olarak tecrübe ettiği maternal parça nesnesinden oluşan ödüllendirici parça birimi. Savunmacı kendilik temsili, çaresiz ve yapışkan olmaktı; bu ikisine bağlı olan duygulanım ise, annesinin davranışının gerçekliğine değil, onun söylediği şeylere bağlı olarak ortaya çıkan kendini sevilmiş hissetmenin açık bir parçasıydı. Geri çekilen parça-birimi, bölme yoluyla derin bir şekilde savunulan, saldırgan bir 'cadı'nın parça-nesne temsilinden oluşuyordu. Parça-kendilik temsili ise; bir şey olamama, değersizlik, hak etmeyen ve kullanışsız olmakla alakalıydı. Bu parça-nesne ile parça kendilik temsilini -terk depresyonu- birbirine bağlayan duygulanım ise, çalışmasının ileriki safhalarına kadar kendini göstermedi ve temel bileşeni de, hasta yalnızken ya da kendini bağımsız bir şekilde idare ederken ortaya çıkan ileri derecede ayrılma paniğiydi. Terk depresyonunun şu diğer özellikleri de mevcuttu: Depresyon, suçluluk, çaresizlik ve umutsuzluk ve ağır bir şekilde savunmaya maruz kalan bir öfke ile herhangi bir duygu ya da kendini haklı görmekten bütünüyle yoksun olma.

Borderline Üçlüsü (Borderline Triad)

Gerçek kendiliğin aktivasyonu ya da bireyleşmenin, depresyona, depresyonun da savunmaya yol açması şeklindeki Borderline üçlüsü, şu şekillerde işlemiştir: Jean'in davranışla-

rı gerilemişti, ne pahasına olursa olsun gerçek kendilik-aktivasyonundan ve bireyleşmeden kaçınıyordu ve diğer insanlara itaatkâr davranması gibi savunmacı kendiliğinin işlerliğiyle hareket ediyordu. Terk depresyonu ve ayrılma paniği alttaki gizli öfkeyle birlikte şu durumlarda uyarılmıştı: (1) Üniversiteye gitmek gibi harici bir durum, ayrılmayı içeriyordu ve çok daha gerçek bir kendilik aktivasyonu gerektiriyordu; ya da (2) gerçek kendiliğini ruhunda aktive etmeye çabalamıştı; ya da (3) herhangi bir ebeveyninin ellerinde, ihmalkâr ve baştan çıkarıcı deneyimlere maruz kalmıştı. Bu ayrılma ve bireyleşme stresleri, kendisinden kurtulmak (Ödüllendirici Nesne İlişkileri Parça Birimi ÖNİP) için 'domuz gibi yeme' deneyimini tetikleyen bir depresyonu (Geri Çekilen Nesne İlişkileri Parça Birimi: GNİP) tetikliyordu. Bunun ötesinde, klinik olarak çok daha önem taşıyan, duygulanıma karşı savunmacı bir kopukluk bulunuyordu. Hasta kendini, 'hiçbir şey hissetmez' ve benim ödüllendirici parça-birimi fantezileri şeklinde tanımladığım 'hayallere dalmış' olarak betimlemekteydi. Ailesi Jean'den, bu ilgisiz durumları yüzünden, 'başıboş' olarak bahsediyordu. Gramer okulundaki öğretmenleri de bu 'hayallere dalma' huyu yüzünden Jean'den şikâyetçiydi.

Jean bölme savunmasını işleterek, gerileyici ve yapışkan davranışlarını tetikleyen bir sürü fiziksel ödül ve materyal sağlamasına rağmen annesinden ziyade babasıyla daha çok problemi olduğunu anladı. Hasta bütün bunları kabul etti, ancak daha sonra bu baştan çıkarışların tetiklediği öfke ve depresyonla başa çıkabilmek için kendini yemeğe veriyordu.

Terapi Planı

Terapi planı, hastayı gerçek kendilik aktivasyonundan kaçınmasının yıkıcı ve uyumsuz tarafları ve savunmacı kendiliğinin faaliyetleriyle yüzleştirmekti, yani gerileyici, yapışkan

ve kaçınmacı savunmalarıyla. Aynı zamanda kopukluğunun üstesinden gelmesine ve duygusal durumlarıyla iletişime geçmesine ve bu duyguların savunmacı davranışlarını nasıl etkilediğini anlamasına yardımcı olmak da amaçlar arasındaydı. Başlarda aşırı yemek yemesini, "sadece yalnızken, kendisini çaresiz hissediyorken yaptığı ve sonrasında kendisini sinirli ve berbat hissettiği ve yemeyi bıraktığı, ailesi ona istediği her şeyi verirken nasıl böyle davranabildiğini düşündüğü," safhalar olarak tanımlamıştı. Sonra da hayal dünyasına girmek için hissettiği bütün duygulardan kopuyordu. Kendisini suçlu, çaresiz ve babasının hayatını mahvetmiş bir asalak gibi hissediyordu.

Bu örnekler, asıl amacı savunma olan sahte savunmacı kendilik ile gerçek kendiliğin işleyişinin altında yatan zorlukların arasının ayırt edilmesi gerektiğini gösteriyor. Gerçek kendilik temsilinin, savunmacı kendiliğin altında ya da arkasında gizil ya da atıl durduğu ve terapide terapistin yüzleştirmeleri sayesinde yeniden aktive edilmesinin, hem terk depresyonunu hem de gerçek kendiliğin işleyişindeki problemleri tedavinin merkezine getirdiği görülecektir.

Savunmacı ya da Sahte Kendilik ve Narsisistik Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Gerçek Kendiliği

İntrapsişik kaynaşmış kendilik nesnesi temsili ya da narsisistik kişilik bozukluğunun sahte savunmacı kendiliğinin klinik niteliği, gerçek kendilik mi yoksa ona karşı bir savunma mı olduğu konusunda, gözlemcinin -ve çoğu zaman hastanın da- kafasını karıştırabilir. Kendilik temsilinin büyüklenmeciliği ve nesne temsilinin tümgüçlülüğü olan bu tür özellikler, kolayca saldırganlaşma ve bu kaynaşmış nesne ilişkileri biriminin sürekli aktivasyonu, depresyon inkârı ve

çevresel travmaların azalmasıyla birlikte, narsisistik kişilik bozukluğunu, büyüklenmeci kendilik-yansıtmasıyla çınlamaya zorlar ve böylece sürekli olarak büyüklenmeci kendiliği tahrik ederek onun sabit olduğu yanılsamasını devam ettirir. Hasta kendisini, manik evredeki bir manik depresif hasta gibi çok büyüklenmeci hisseder ve bu his, onun dünyayı algısıyla ve bu dünyanın pekiştirici geri beslemesiyle giderek pekişir. Bu durum aynı zamanda, kendiliğin ve egonun gelişiminin duraklamasından acı çekse de narsisistik kişilik bozukluğu olanın, yaratıcılığını borderline olandan nasıl daha iyi ifade edebildiğini de açıklar, özellikle bu yaratıcılık bir sanatçı, oyuncu ya da politikacıda olduğu gibi teşhirci özellikler içeriyorsa. Kendi içindeki büyüklenmeci ve serbest agresyon kozası içinde, hayal gücü ve yaratıcılık özgürce var olurlar. Çok güçlü olduğu takdirde çatışmaya neden olacağı açık bir durum olsa da, belirli bir noktaya kadar gerçekliğin yadsınması, hastanın kendi kendine yeten halini destekler; tesadüfen de olsa hasta, gerçekliği kendine inkâr etmesine rağmen, başkalarını kendi narsisistik amaçları doğrultusunda manipüle etmek için onların tepkilerine aşırı hassasiyet gösterir.

Yaratıcı-teşhirci eylem, çok özel bir yaratıcılığı olmayan narsisistik bozukluklar için bile bizatihi bir tatmin kaynağıdır, zira bu tür bir ifade biçimi onlar için biricik moddur. Sonuç olarak, eğer ürün gerçek bir yaratıcılığın eseriyse, çevreden gelen tatmini izleyen pekiştirme; görünürdeki pekiştirme ve istikrarlı durumun bir kısır döngüsünü oluşturur ki bu da gerçek kendilikte görülen istikrar ve etkinliğin tekrarlanan yanılsamasını içerir.

Savunmacı kendiliğin yanılsamacı niteliği; içeriği, motivasyonları ve gerekli olan gerçekliği inkâr ya da devalüe etmeyle (değersizleştirmeyle) kendini gösterir. İçerik, büyüklenmecilik ve tümgüçlülük etrafında döner, motivasyonu ise

narsisistik malzeme arayıp bulmaktır: Benzersiz ve özel olmak, tapınılmak, hem şekil hem de işlev açısından mükemmele ulaşmak ve para, güzellik ve güç sahibi olmak. Bütün bunlara bir de bu tür yansıtmaları engelleyen her bir uyarıcının gerçekliğinin olağanüstü bir inkârı eklenir. Terapide narsisistik kişilik bozukluğu olan hasta narsisistik kozasından dışarıya adım atıp gerçek kendiliğini aktive ettiği anda yani gerçek dünyada gerçek kendilik ifadesini ya da gerçek ilişkiler aradığında, gerçek kendiliğin işlevindeki asıl zorluklar kendini göstermeye başlar. Nesne ilişkileri bakış açısıyla bu; altta yatan agresif kaynaşmış kendilik-nesnesi temsilinin parçalanmış kendilik temsilinin harekete geçirilmesidir. Şimdi narsisistik bozukluk; işleyişinde ve hissedişinde daha önce belirtilen her türlü zorlukları açıkça gösterir: Kendilik-aktivasyonu, hak görme, devamlılık vb.

Terapistini idealize ederek aktarımını eyleme vuran bir narsisistik bozukluk hastası bunu, benim yardımım olmadan 'seanslarda kendisini aktive edemediğini' ifade ederek sağlıyordu. Görüşmeye başlayamıyordu, akıcı değildi, düşüncelerini belirleyip ifade edemiyordu, vb. Benim görüşüme göre, nihayet harekete geçirdiği zamanda da gerçek kendiliğinin etkisini kabul edemiyordu. Kendini haklı görme ya da kendi değerini algılamadaki yetersizliği belirgindi. Ne var ki, mükemmelliğin büyüklenmeci kendilik-yansıtması pekiştirildiğinde, terapide yahut gerçek hayatta, kendisi iyi hissediyordu ve kendini kolay ve başarılı bir şekilde aktive edebiliyordu. Hangisinin gerçek kendiliği olduğuna dair kafasının karışmasına ise pek şaşılmamalı.

Terapistiyle çarpık bir şekilde duygusal bir ilişkiye giren borderline hastasının savunmacı kendiliğine karşılık, narsisistik kişilik bozukluğu sahici bir duygusal bir ilişki kurmayı beceremez. Bu yüzden, gerçek kendilikle ilgili yaşadıkları esas sorunlardan biri de kendilerini duygusal olarak bir iliş-

kiye adayamamalarıdır. Çünkü böyle bir durum, bozulmuş gerçek kendiliklerinin altta yatan boşluğunu aktive edecektir. Sahici bir ilişki kurabilme kapasitesindeki bu altta yatan şiddetli bozukluk; büyüklenmeci kendiliğin, duygusal ilgililik yanılsamasını yaratan, tümgüçlü nesne yansıtmalarının mütemadiyen aktive edilmesiyle kamufle edilir ve gizlenir.

Hastanın narsisistik kırılmalara olan hassasiyeti de onu, diğer insanların narsisistik ihtiyaçlarına karşı aşırı hassas ve anlayışlı kılar ve hasta bu anlayışı; kendi büyüklenmeci kendilik yansıtmasını pekiştirmek için diğer insanların narsisistik ihtiyaçlarını tatmin etme yoluyla, onları zorlamak ya da manipüle etmek için kullanır. Bazı narsisistik kişilik bozukluklarında var olan zekâ, çekicilik ve karizma, son derece ikna edici bir ilgililik yanılsaması ortaya koyabilir. Ne var ki bu değişimin temelde narsisistik olan doğası; ilişkinin hastada narsisistik hayal kırıklığı yaratan ya da narsisizmiyle karşı karşıya gelen meselelerle yüz yüze geldiğinde kendini gösterir. Hasta da işte o zaman bütün ilgi ya da endişe yoksunluğunu açıkça belli eder. Narsisistik kişilik bozukluğu olan insanlarda, kendileriyle ilgili bir soru sorulduğunda ne kadar ılıman ve ilgili karşılık verdikleri görülen, sosyal tecrübeler yaşamayan yoktur. Gelgelelim bu kişiler asla size kendinizle ilgili sorular sormazlar ya da ya sosyal normlara uyum sağlamak ya da sizi manipüle etmek ve narsisistik bir malzeme olarak hazır tutmak için belirgin bir şekilde resmi davranırlar. Eğer onlarla ilgili soru sormaya devam etmezseniz ilişkinin hızlı bir şekilde çözülmesi ve sizden kaçınmak için çeşitli yollara başvurduklarını görmek de eşit derecede ilginçtir. Artık onlar için narsisistik bir kaynak değilsinizdir.

Psikoloji doktorası öğrencisi metaforunu açmak gerekirse. Eğer bu öğrenci bir narsisistik bozukluk hastası olsaydı, gayet kendinden emin bir şekilde tezini teslim ederdi ve işin ne kadar mükemmel olduğuna dair de bir övgü beklerdi.

Gelen eleştirileri saldırı olarak algılardı ve altta yatan saldırgan birimini, haşin saldırı nesnesi ve parçalanmış kendiliğiyle devreye sokardı. Danışman kurulunu sert ve adil olmamakla suçlayarak ya da eleştiri hak ve becerilerini küçük görerek kendisini savunurdu. Tezin kusurlu olduğu gerçeğini inkâr ederdi.

Sahte Savunmacı Kendiliğe Klinik bir Örnek ve Narsisistik Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Gerçek Kendiliği

Son derece başarılı ve narsisistik annesiyle aşırı belirlenimli bir patolojik özdeşleşme yaşayan 32 yaşındaki Bay X, yaşadığı 'evlilik sorunları' yüzünden terapiye geldi. Sorun, aynı şekilde narsisistik bir bozukluğu olan karısının, hastanın ve hastanın annesinin narsisistik hareketlerine boyun eğmeye hazır olmamasıydı. Hasta karısının yüzde yüz haksız olduğunu düşünüyordu.

Büyüklenmeci kendiliğinin içinde bulunduğu duygusal durumu "kendinden son derece emin, kendine ve hayatına hâkim ama çoğu zaman aşırı coşkulu" olarak tanımlıyordu. Terapinin başlarında bunun bir sahte savunmacı kendilik olduğundan ve gerçek kendiliğinin işlevlerinde şiddetli bir bozukluk olduğundan haberi yoktu, yani gerçek kendiliğinin takatsiz kalmasına izin vermişti.

Terapi süresince gerçek kendiliğini aktive etmeye niyetlendiğinde, büyüklenmeci kendiliğinin savunmacı doğasının giderek daha çok farkına varmaya başladı ve onu annesinin bir 'kopyası' olarak değerlendirdi. Ne var ki, kendisini iyi hissetmesine ve durumunun iyiye doğru gitmesine rağmen bu, hastanın hem iş hayatı hem de özel ilişkilerinde bir dizi sorun yaşamasına yol açtı.

Terapi sırasında gerçek kendiliğini aktive etme girişimleri büyük boyutlarda sorun yaratıyordu. Duygu ve düşünceleri-

ni teşhis edemiyordu, uyukluyordu, hafızası kötülemişti, seanslarda ne konuştuğunu hatırlamıyordu.

Büyüklenmeci kendiliği şu şekilde işliyordu: Halen aktif bir şekilde oynuyor olmasa da, yerel bir tenis turnuvasına katılmış ve çok kötü bir derece almıştı. Kendi kendini hayal kırıklığına uğratmıştı. Dahası, bu hayal kırıklığının gerçekçi olmadığını hissetmişti, çünkü turnuva için çalışmamıştı, diğer oyuncuların donanımları çok daha iyiydi ve bu yüzden daha iyisini başarması da beklenemezdi. Ne ki hayal kırıklığına uğramıştı işte. Diğer bir deyişle, büyüklenmeci kendiliğinin mükemmellik mücadelesi hayal kırıklığına uğramıştı. Daha sonra tenis, briç, kendi işi vb. gibi yapmaktan hoşlandığı bir dolu şey olduğunu ama hiçbirine yoğunlaşıp sürdüremediğini anlattı.

Bu örneği, gerçek kendiliğini aktive etmekte çok zorlandığını ve bu yüzden hem terapide hem de gerçek hayatta bunu başaramadığını, çünkü böyle yaparsa büyüklenmeci kendiliğinden vazgeçmesi ve bunun sonucu ortaya çıkan kızgınlık ve depresyonla yüzleşmesi gerektiğini bildiğini hastaya açıklamak için kullandım. Bu yüzden de kendisini bir aktiviteye adamakta, onu takip etmekte ve geliştirmekte zorluk çekiyordu. Bana şöyle karşılık verdi: "Benim gerçek kendilik tasarımım, kendi kopya imgem ve annemle, sanki iki ahtapot gibi birbirine girmiş durumda."

Bozulmuş gerçek kendilikle ilgili hissettiklerini şu şekilde açıkladı: "Ben hiç kimseyim, kırılacak bir yumurta kabuğuyum. Annem kabuğumda bir delik açtı ve içeride ne var ne yok hepsini emdi. Orada hiçbir şey kalmadı. Hangi yöne gideceğimi bilmiyorum, bir uzay gemisi gibi savruluyorum. Gerçek kendiliğimin aktive olmasından korkmakla kalmıyorum, onun da başarısız olacağına eminim. Bu durum kendimi aptal gibi, bir geri zekâlı gibi zayıf hissetmeme neden oluyor. Büyüklenmeci kendiliğim olmadan, içimde büyüyen

nefret katmanları var, kendimden nefret ediyorum. İçimde hiçbir şey yok, bir özüm yok. "

Terapistin hasta için bir aynalayıcı nesne işlevi; seanslara hep zamanında başlamama ve genelde hastanın geç kalıyor olmasına rağmen, eğer bir iki dakika gecikirsem, ofisin kapısında içeri girmeyi sabırsızca beklemesi ve onu hayal kırıklığına uğrattığım için epey kızması olgusuyla gösteriliyordu.

Daha sonra şunları bildirdi: "Kendimi kapana kısılmış hissediyorum. Gerçek kendiliğim kapana kısılmış. Kendini kurtaramıyor. Annemin uçlarından sıkıca düğümlediği ve ellerinde tuttuğu bir kirli çamaşır torbasının içinde sanki." Annesinin hayaletinin içine girdiği benzetmesini yaptı. "Bütün enerjim, gerçek kendiliğim yerine bu canavarı, bu kopyayı yaşatmak uğruna harcandı. Küçükken suyun üzerinde yürüyebildiğimi hayal ederim."

Büyüklenmeci kendiliğine geri dönünce de şunları söyledi: "İyi hissetmek için, en iyi işadamı, en iyi atlet, en iyi sevgili vs. ben olmalıydım, her konuda en iyi ben olmalıydım. Cinsel ilişkilerde kendi tatminimden çok karşımdaki kadının gözlerinde nasıl olduğum konusunda daha çok endişeleniyordum. O konuda da en iyi performansı sergilemeliydim çünkü."

"Diğer insanları yönetebilmek için mükemmel kendiliğime bürünüyorum. İnsanları etkilemekle ilgiliyim, onlarla ilişkiye girmekle değil. Şimdi bunun sahte bir kendilik olduğunu gördüğüm için kendimi ikiyüzlü, yalancı biri gibi hissediyorum. Ama alttan alta gerçek kendiliğin bir hiç olduğunu, bomboş durduğunu hissediyorum ve bununla başa çıkamıyorum. Örneğin, mükemmel kendiliğime büründüğüm zamanlarda, bir kadın bulmakta ya da onları ayartmakta hiçbir sıkıntı çekmiyorum ve kendimi güvenli ve üstün hissediyorum. Ama bu his geçince ve gerçek kendiliğimle baş başa

kalınca da çok korkuyorum, utanıyorum, kendimin farkına varıyorum."

"Bir kadına yaklaşmak için asla gerçek kendiliğimi ortaya koyamıyorum ve zaten eğer koyarsam da bir işe yaramayacağını hissediyorum. Kendimi açarsam saldırıya uğrayacağımdan ya da alay konusu olacağımdan korkuyorum. Ama mükemmel kendiliğime büründüğümde, bunların hiçbiri umurumda olmuyor. Sadece saldırıya hazır olmakla kalmıyorum, gerekirse kendim de başkalarına saldırmak için hazır oluyorum. Tenis oynamaktan hoşlanmama rağmen, asıl sevdiğim ya da ilgilendiğim şey, seyircilerin alkışları, hayran bir kitlenin dikkatinin merkezinde olmak, imkânsızı düşlemek ve onu başarmak."

"Ne var ki, bütün bu dış tecrübelerin en mükemmel mücevherinin bile sadece içsel kendiliğimin açlığını arttırmaya yaradığını artık öğrendim. Mükemmel kendiliğimdeyken, gerçek hislerimden kopuyorum, ama sanki kendimi aşırı derecede coşkulu, yüksek ve neredeyse bir manik gibi hissediyorum. Kadınlar konusunda asla tatmin olamıyorum. Hiçbirini yeterince çekici ya da zeki bulmuyorum. Ya da mesela yeterince zeki olsalar bile yeterince kültürlü olmuyorlar bana göre."

Bu vaka, narsisistik kişilik bozukluğunun savunmacı, büyüklenmeci kendiliğinin karakteristiklerini ortaya koyuyor; özellikle de, bağlılığın oyunvari niteliği, acımasız mükemmellik ve narsisistik kaynak arayışı, ayrıca altta yatan terk depresyonu ve gerçek kendiliğin kapasitelerini aktive ederken karşılaşılan derin güçlükler. Kendisinin de anlattığı gibi gerçek kendilik, akıcılıktan, sorumluluktan, bağlılık ve yaratıcılık kapasitelerinden ve yoğun duyguları yatıştırabilme kapasitelerinden yoksundur. Bütün bunların karşılığında da hasta acı veren duygulanımlarını yatıştırmak için kendini içkiye, aşırı yemeye ve cinsel eyleme vurmaya veriyor.

İkinci Klinik Örnek

38 yaşında, evli ve dört çocuk sahibi başarılı bir avukat, 20 yıllık karısının, onu 'artık daha fazla kötü muamele görmek istemediği için' terk etmesi nedeniyle terapiye geldi. Bir çeşit depresyondaydı, ama daha çok kadının onu terk etmeye cesaret edişi yüzünden kendini aşağılanmış ve öfkeli hissediyordu. "Bu kendi elimin bileğimi terk etmesi gibi bir şey olur. Elim nasıl bileğimden kopup gidebilir? O benim bir parçam." Hasta karısına her zaman narsisistik bir nesne olarak davranmıştı. Ne var ki son yıllarda, çocukları birer yetişkin olunca, kadın kendi işini kurmuş ve bu iş çoğu zaman evin dışında olmasını gerektirmişti. Hasta karısına karşı giderek daha çok öfkelenmeye ve ona daha kötü davranmaya başlamıştı. En sonunda kadın da 'yeter' diyerek, adamı terk etmeye karar vermişti.

Hastanın geçmişi şöyledir; fakir bir aileden geliyordu ve babası hasta küçükken sürekli duygusal anlamda hastalanıyordu. Annesi de oğlunu idealleştirmişti ve çocuğu entelektüel yeteneklerini aileyi içinde bulunduğu durumdan kurtaracak araç olarak görüyordu. Hasta, entelektüel yetenekleri sayesinde okulda başarılı olana dek ki bunun sonucu annesi onu ödüllendirmişti, mutsuz bir çocukluk geçirdiğini hatırlıyor.

Okuldaki başarısı neticesinde mutsuzluğundan kurtulan hasta şunları anlattı: "Kendi kendime her zaman işe yarayacak minik bir makine icat etmiştim, bu mükemmel hayat olacaktı. Annem ve babamın yaşamı gibi sürekli tehdit altında olmayacak bir hayat kurmaya kalkıştım. Duygulardan kaçmak için kendimi eğitimime verdim. Hissetmek önemli değildi. Bir çeşit bilgi toplayan bir makine haline geldim. Giderek daha başarılı oldukça, daha çok bir makineye benzedim. Bütün hayatımın tam kontrolünün elimde olduğunu ve kendime karşı bütün saygımın bu kontrole dayandığını

hissediyordum. Bu mükemmel performans, incitilemez bir zırh vazifesi görüyordu." Ailesiyle birlikte yaşarken üniversiteye ve hukuk okuluna gitmiş ve hukuk okulunda okurken "kendini tamamen işine verebilmek için gereken başka bir ev kurmak için" evlenmişti.

Benmerkezciliğinin ve şişkin kendini haklı görme duygusunun farkına vardıkça şunları anlatıyordu: "Galiba karıma bir çeşit izleyiciymiş gibi davrandım. Onun ihtiyaçlarıyla gerçekten ilgili değildim. Diğer insanlara da böyle davranıyorum. Onları etkiliyorum, ama yakın ilişkiye girmeme de izin vermiyorum. Yanımdan gittiklerinde, aklımdan da çıkıyorlar. Tam anlamıyla kendimi açıp gerçek kendiliğimi ortaya koyamıyorum. Gerçek kendiliğim aslında, hırpalanmak ve reddedilmekten korktuğu için bu incitilemez zarf içine saklanan küçük bir çocuk. Bağ kurmak yerine, diğer insanlardan yağcılık görmek için başarılarımı kullanıyorum."

Kendi ifadesiyle, "geniş ve büyük çaptaki" hak ettiklerini onun dikkatine sunduğumda; kendini depresif hissetmekten korktuğundan, altta yatan değersizlik duygularından ve yalnızlık ile içindeki boşlukla yüzleşmemek için hayatını başarı ve iş etrafında kurduğunun farkında olduğundan bahsetti. En önemli başarılarından biri de, tek işlevi kocasına bakmak ve onun hayatını kolaylaştırmak olan bir kadına sahip olmaktı; önce annesi, sonra da karısı. Kendisinin tek işlevi ise başarmaktı. "İş yerinde iş arkadaşlarımdan sürekli alkış gördüğüm durumlar yaratabiliyorum (narsisistik kaynak); ne var ki aynısını evde karım ve çocuklarımdan da bekliyorum. Çocukken annem ya da babamın olabildiğinden daha "girift hava sızdırmaz bir başarı/hak ediş makinesi" icat edeceğimi ve böylece kendimi onlar gibi aşağılanmış ve başkalarına bağımlı hissetmeyeceğimi düşündüğümü hatırlıyorum. Başarılar/haklı olma benim kendilik-tasarımım. Onlar olmadan çökerim ve kendimi yalnız, aşağılanmış, terk edilmiş ve kop-

muş hissederim. Ben sadece büyük bir başarı makinesiyim. Galiba karımın bu kocaman makineye uyum sağlayamayacağını önceden fark ettim, bu yüzden onu ihmal ettim."

Karısı terk ettikten sonra kendisine ait bir yer bulmak zorunda kalmış, bu yüzden daha da kızgın, boş, yoksul ve depresif hissetmiş. Sonraları da, görüşmelere zamanında gelmekte ve konsantre olmakta zorluk çekmeye başladı. Şunları söylüyordu: "Herkes ve her şeyin bana doğru akması gerektiğine dair çılgınca bir fikrim var. Benim haklılığımı beslemeyecek bir görev fikrinin var olması imkânsız. Görüyorsunuz ki yapmak bile istemiyorum. Yoksa kendime saygısızlık yapmış gibi, aşağılık, kısırlaştırılmış ve azalmış hissediyorum. Sanki bir mucize bekliyor gibiyim, tek başıma olduğum gerçeğiyle yüzleşemiyorum. Karım benim bir parçamdı. Ona veda edemem. Hayal dünyasında yaşamamın bedelini ödüyorum. Eğer başarılarım, sihirli bir şekilde yeniden yapılanmazlarsa hiçbir şeyin değeri yok. Böyle bir şey benim başıma gelmiş olamaz. Suyun içine atıldım, fakat gözlerimi kaparsam ıslanmayacağım ve yine de sırılsıklamım."

Buradayken sizin gerçekçi tavrınız karşısında da çok bozuluyor ve öfkeleniyorum. Kan kaybediyorum ve kimse beni kurtarmaya gelmiyor. Mucize filan olmuyor. Bu çok küçük düşürücü. Eğer geçmişimi geri kazanamazsam hiçbir şey yapamam. Bütün bu yükü kaldıramayacağım.

"Sadece başka bir insanla birleşince kendimi bir bütün gibi hissediyorum. Ayrılık beni boş ve yıkılmış bir insan haline getiriyor. Pazarlığımız 'sen bana bakacaksın ben de kendim olmayacağım'dı. Kaybettiklerim, hayatım boyunca saklamaya çalıştığım şeylerin, yani kendi (*gerçek kendilik*) sorumluluğumu almak konusundaki isteksizliğimin, maskesini düşürüyor. Kendi başıma kalmaktan hep çok korktum, çünkü bu yalnız kalmak, çıplak hissetmek ve becerilerim olmadan zayıf olmak demek. Rüya olmadan, mükemmellik maki-

nesi olmadan hiçbir kapasiteye sahip olmamaktan korkuyorum. Beni bir arada tutan, bana disiplin ve kudret veren bu rüyaydı, bu başarı/haklılık rüyası. Bir zamanlar yıldızı olduğum bir film setine şimdi bir figüran olarak dönmüş gibi hissediyorum. Karımın bir yakınlığına ihtiyacım yoktu. Sadece, başarılarımı engellemeye başladığı zaman ona kızmaya ve geri çekilmeye başladım. Kendi kendime işleyebilmek için gereken kaynaklarım olmadığını hissediyorum; utangaç, değersiz ve bağımlıyım."

Karısından ayrılıp yeni bir hayat kurmaya başladıktan bir süre sonra başka kadınlarla çıkmaya başladı ve kadınlara karşı narsisistik davranışlarının daha çok farkına varmaya başladı. "Bir kızla görüşüyorum ama onun ben ne istersem onu yapmasını istediğimi fark ettim. Konuştuğumda beni dinlesin istiyorum. Ben istediğim zaman seks yapmak istiyorum, o istediği zaman değil. Onun konuştuğu şeylere ve ilgi alanlarına ilgilimin giderek kaybolduğunu fark ediyorum. Bunun sebebi acaba ortak noktalarımızın azlığı mı yoksa benim beklentilerimin çok oluşu mu? Beni bir kral ya da patron gibi gören, bana ait olan ve kontrol edebildiğim ve ne zaman istersem o zaman sevişebileceğim kadınlar mı ilgimi çekiyor sadece? Yani benim haklılık/başarı makinemi kabul ediyorlar. Ben de onları önemseyebilirmişim gibi davranıyorum. Eğer bir kadınla ilgileniyorsam, hayatını tamamen bana uyacak şekilde düzenlemesi gerekiyor."

Kendiliğin Psikiyatrik Muayenesi

Hastanın kendiliğinin yeterliliğini klinik anlamda değerlendirebilmek için şunlara dikkat etmek gerekir: (1) Hastanın kendiliği ve nesne temsilleri hakkında söyledikleri ve bunları seans sırasında nasıl ortaya koyduğunun gözlemlenmesi; parça, bütün, iyi, kötü ya da çelişkili olup olmadıkları;

gerçek ya da fanteziyle ilişkileri; birlik ya da bütünlük ya da süreklilik düzeyleri. (2) Kendine saygısını bağımsız bir şekilde düzenleme kapasitesi. (3) Kendi istek, düşünce ve duygularını tespit edebilme ve bunları hayata geçirebilme kapasitesi. (4) Spontanelik, inisiyatif, ilişkiye girebilme, özerklik ve yaratıcılık kapasiteleri.

Bu gözlemler, hastanın kendiliğinin ortaya çıkış ve işleyiş geçmişinde de kontrol edilip, doğrulanabilir. Bu durum merkezi tezahürünü, hasta iki ya da üç yaşında yürümeye başladığında annesinin beklentilerine hayır deme özgürlüğü sayesinde gösterir. Çocuk büyüdükçe, bütünleşir ve hastanın kendilikle, yani kendilik tasarımıyla ilgili duygularında ve aynı zamanda hastanın hayatla başa çıkma tarzı ya da tutumunda, yani ilişkilerinde, okul ve aktivitelerinde vs, kendini belli eder. Hasta gerçek kendiliğiyle ilgili, ne istediğini tespit edebilecek ve bunu gerçek hayatta başarabilmek için denemelerde bulunacak kadar kendinden emin hissediyor mu?

Bu bölümde, borderline ve narsisistik kişilik bozukluklarının terk depresyonu ve savunmalarının altında yatan, gerçek kendiliğin işlevlerinin altta yatan bozukluğu anlatıldı. Bir sonraki bölümde ise bu bozukluğun tedavisi gözden geçirilecektir.

5

BOZULMUŞ GERÇEK KENDİLİĞİN TEDAVİSİ: İLETİŞİMSEL ÖRTÜŞME

TERAPÖTİK TARAFSIZLIK VE NESNELLİK

Terapötik duygusal tarafsızlık ve nesnellik kavramı, yani terapistin hastaya karşı tarafsız ve nesnel bir tavır sergilemeye çalışması ve hastayla kişisel bir ilişkiye girmemesi, psikanalizde; hasta ve terapist ilişkisinde, hastanın aktarım yansıtmalarına karşı karşıtlıkları belirleme, karşılaştırma ve derinlemesine çalışma için bir çerçeve olarak kullanılabilecek doğal bir gerçeklik ekranı sağlamak için sarf edilen çabalar sonucu ortaya çıkmıştır. Terapötik ilişkinin bu özelliğine, terapötik ittifak adı verilir. Yani çalışmalarının amacının ne olduğu hususunda hasta ve terapist arasındaki oybirliğiyle belirlenen gerçek bir nesne ilişkisi: İçgörü, kontrol vb. yoluyla hastanın iyileşmesine yardım etmek.

İyi gelişmiş, bağımsız bir kendiliğe ve güçlü bir egoya sahip olan nevrotik hastanın, iyi bir terapistin tarafsızlığını algılama, kabul etme ve kullanma ve terapötik ortaklığı da yansıtmalarını ölçüp anlamak için kullanabileceği bir platform olarak görebilme kapasitesi vardır. Hasta ve terapisti, ilişkilerinin gerçekliği konusunda ortak bir algı ve anlayışı paylaşırlar. Gelgelelim, savunmacı birer kendiliğe ve az ge-

lişmiş birer egoya sahip borderline ve narsisistik kişilik bozukluğu hastaları, yansıtmalarıyla sınırlı bir dünyada yaşadıkları için, terapistin duygusal tarafsızlığına dayanan terapötik ittifakın kurulması, terapinin hem başlangıç hem de devamlı hedefidir.

Bu hastaların zayıf gerçeklik algıları, terapötik tarafsızlığın kurulmasının, nevrotik hastalarda olduğundan çok daha önemli olduğu anlamına gelir. Bu hastaların terapi deneyimleri, hayatlarında onlara karşı nesnel kalabilen ve terapötik ilgilerinin iyiliğini gözeterek davranan bir kişiyle birlikte olabildikleri belki de yegâne imkândır. Bu yüzden de, terapistin tarafsızlığı ve nesnelliği hastanın yansıtmalarına karşı onu koruyan bir cankurtaran haline gelir.

Eğer terapist bu tutumunu değiştirir ve hastayla kişisel olarak ilgilenmeye başlar ya da hastanın hayatının gerçekliğine adım atarsa, algı ve yargısının nesnel niteliğini ve dolayısıyla hastaya yardım etmesinde en çok işine yarayacak olan en değerli aracını kaybetmiş olur. Buna ek olarak, tabii ki, hastanın gerileyici yansıtmalarını çınlatır ve böylece direnci kuvvetlendirmiş olur. Bu yansıtmaların yüzleştirilmesi, hastaya onları içselleştirmesinde yardımcı olur ki bu da çocukluk kaynaklarının, anı, fantezi ya da rüyalar aracılığıyla su yüzüne çıkmasına izin verir. Aktarım eyleme vurumunun kontrolü, derinlemesine çalışmayı da destekler.

Özetlemek gerekirse, terapist olabildiğince tarafsız bir tavır takınır ki, hastanın savunmalarıyla mümkün olduğunca az çınlama yaratacak bir ortam ya da durum sağlayabilsin ve böylece analiz devam edebilsin. Terapist, hastanın terapi sürecinden ziyade kendi kişisel geçmişiyle alakalı karşıt aktarımlarını anlamaya ve onlara paravan çekmeye çalışır. Terapötik tarafsızlığı riske atabilecek karşılıklar vermekten kaçınır; örneğin, hastanın öfke, korku ve depresyonuna tepki vermektense yansıtma yapar ve kişisel bilgi sunmaz.

Terapötik tarafsızlığın, çalışmanın başarısı için hayati önemi, bazı terapistlerin, terapistin terapötik tarafsızlığı tehdit etmemesi için, insan değil, bir odun gibi davranması gerektiği şeklinde çarpık ve katı şekilde aşırı belirlenmiş bir görüşe neden olmuştur. Bu tutuma paralel bir başka bakış açısı da, tedavi sürecindeki tek terapötik gücün, geçmişin analizi ve derinlemesine çalışılması olduğu yönündedir.

Bu bakış açısı, bizatihi terapinin yapısının muhteşem ve olumlu bir destek oluşturduğu ve analitik çalışma için gereken ortama potansiyel olması ve bunu sağlaması açısından güçlü bir terapötik yardım sağladığı olgusunu gözden kaçırır. Yapı derken, terapistin, hastasının her zaman hem özdeşimi için bir rol model, hem de araştırma için bir platform görevi görecek olgun ve uyumlu, kendi kendisiyle ilgili bir davranış takınacağına dair sahip olduğu örtülü varsayımı kastediyorum.

Bunun da ötesinde, terapistin duygusal sakinliği; hastasının çaresizlik ve umutsuzluğunun duygusal fırtınası karşısındaki meraklı tavrı ve araştırmalarıyla birlikte; hastanın kendi çatışmalarını idare edecek kapasiteye sahip olduğuna dair bir güven duyduğunu da ima eder. Bu tavrın yatıştırıcı bir etkisi vardır ve hastanın mücadelesinde ısrarcı olmasını da cesaretlendirir. Örneğin bir terapist süpervizyon sırasında, borderline bozukluğu olan hastası, savunmalarıyla yüzleştirildiğinde ve bunlarla başa çıkmak zorunda kalıp terk depresyonu yaşadığında, çaresizlik ve umutsuzluk içine gömüldüğünü, "duvara tosladığını, daha fazla ileri gidemeyeceğini," söylediğini bildirmişti. Bu durum da hastasını duvardan kurtarmak için müdahale etmesi gerektiğini hisseden terapistte, bir Kurtarma Fantezisi karşıt aktarım tepkisinin oluşmasını hızlandırmıştı. Ne kadar çok müdahale ederse, hasta da o kadar fazla çaresizleşiyordu. Terapistin süpervizörü ortada bir karşıt aktarım olduğunu belirledikten sonra te-

rapist de durumu kontrol altına alıp hastanın yükünü taşımak yerine yavaş yavaş bu ümitsizliğin kaynağını araştırmaya başladı ve sonrasında, hasta zamanla depresyonuyla yüzleşti ve onunla başa çıkmayı öğrendi.

Hem uzunluk ve sıklık bakımından seansların düzeniyle hem de terapistin hastanın problemlerine duyduğu ilginin istikrarı ile daha fazla destek sağlamak mümkündür. 'Problem' diyorum, çünkü eğer çalışma iyi motive edilirse, terapist doğal olarak hastanın problemleriyle ilgilenmeye başlayacaktır. Bu, çoğu borderline hastasının düşündüğü ya da öyle olmasını dilediği gibi, hastasıyla kişisel olarak ilgilenmek demek değildir. Eğer terapistler her bir hastalarıyla kişisel birer ilişki kursalardı, sadece terapistlik özelliklerini kaybetmekle kalmaz, duygusal anlamda da tükenmiş olurlardı.

Terapistin gözlem ve müdahalelerinin uygunluğu ve bu gözlem ve müdahalelerin hastalara yararlı olup olmadıkları meselesi de hem destekleyici hem de analitik bir meseledir. Hastaların çoğu için bu, başka bir insan tarafından sırf kendi iyilikleri için duygusal ihtiyaçlarının algılandığı, kabul edildiği ve karşılık verildiği, hayatlarında ilk kez yaşadıkları bir durumdur. Terapist, hastanın herhangi bir noktada duygusal olarak aşabileceği şeyleri göstererek ve müdahalelerini de bunlara göre sınırlayarak gereken desteğin çoğunu sağlayabilir. Buna ek olarak yapılan sözlü görüşmeler de, acı veren duyguları ifade ve ifşa etmek; problemleri çözmek için gereken çabaları gözden geçirip incelemek ve uygun yeni çözümler keşfetmek için bir fırsattır. Bütün bunların toplamı da, duygusal yatıştırıcı bir süreç olarak terapiye destek olur. Uygun bir şekilde idare edilirse bu güçler, gerilemeye yol açmadan, çalışmanın tümüne kendilerine özel olumlu bir terapötik katkıda bulunurlar.

Odak noktamızı genel hastalardan sadece borderline ve narsisistik olanlara kaydırdığımızda ise bu olumlu unsurların

çok daha önemli hale geldiklerini söyleyebiliriz. Ayrıca, terapistin de bu noktada gerçek bir nesne ya da kişi olması gerekir; tabii ki kişisel hayatını paylaşacak şekilde değil, ama hastanın problemlerine sıcak ve duygusal bir ilgiyle yaklaşacak, hastanın gerçek hayattaki yenilgileriyle empati kuracak, zaferlerini onunla birlikte kutlayacak ve başa çıkma ve uyum sağlamanın, duygusal kurtuluş için hayati önem taşıdığı gerçeğini kabul edecek şekilde. Son olarak, terapist yüzleştirmeleriyle hasta için yedek bir ego görevi de görür.

Ego psikolojisi ve nesne ilişkileri teorisi bakış açısına göre, bu yaklaşım hastanın kendilik ve nesne temsillerindeki psikopatolojisi ve ego bozuklukları ve savunma mekanizmalarıyla başa çıkabilmek için gereklidir. Bu, ego bozuklukları ve ilkel savunmalarla başa çıkabilmek için, hastanın yoğun aktarım eyleme vurma yansıtmaları ve yüzleştirmeleriyle mücadele edecek gerçek bir nesne sağlar. Aynı zamanda, gerçek kendilik bakış açısına göre, hasta bütün bu terapötik aktiviteleri, gizil embriyonik ve az gelişmiş gerçek kendiliği için olumlu bir girdi olarak deneyimler.

Bütün bu olumlu destekleyici unsurlar, borderline ve narsisistik hastaların tedavisi içinde uzun yıllardır mevcuttur. Gerilemeye yol açmadan ve analitik çalışmanın ilerleyişiyle çelişmeden, analitik çalışmayı mümkün kılacak uygun ortamı oluştururlar (Masterson, 1976, 198,1983).

Başka bir yerde, hasta için gerçek bir nesne ve yedek ego olmanın öneminden bahsetmiştim. Bunun yanında hastanın yansıtmalarıyla -ya ödüllendirici birim ya da geri çekilen birim- çınlamaması için, terapinin 'çerçevesi'ne dahil olan etkenlerin ele alınmasına ve gerileyici direniş üretmekten kaçınmaya çok dikkat etmek gerektiğinden de bahsetmiştim. Çerçeve etkenleri derken, terapinin somut etkileşimlerini sarmalayan her türlü politikadan bahsediyorum: Zaman, görüşmenin uzunluğu, ücretler, telefon konuşmaları, tatiller,

gecikmeler, gelmemeler, acil durumlar vs. Hastanın, terapiye olan bağlılığından ve görüşmelerde duygu ve düşüncelerini tanımlayıp açıklamaktan sorumlu olması gerekmektedir. Bu, hastanın savunmacı kendiliğinin gerileyici çekiliş dalgasını (örneğin, aktarım eyleme vurumunu) kontrol altına alınmasına yardımcı olur.

Bozulmuş Gerçek Kendiliğin Terapisi: İletişimsel Örtüşme

Çocuk gözlem çalışmalarından elde edilen kanıtlar açıkça gösteriyor ki; bebeklikte gerçek kendiliğin sembiyotik kendilik nesnesi temsilinde ortaya çıkıp, ayrı, bağımsız hale gelmesi ve işlevlerini üstlenmesi için, başlangıçta anneden sonra da babadan kabul ve destek görmesi gerekiyor. Yine, demek istediğim şey besleme, üst baş değiştirme gibi ilgi gösterişleri değil; daha ziyade, çocuğun biricik kendiliğinin temsili ve işlevsel taraflarının tanınma ve kabulüyle, kendi kendini ifade etme ve destekleme işlevlerinin cesaretlendirilmesidir. Burada kilit nokta, çocuğun ortaya çıkmaya başlayan kendiliğinin nitelikleri arasındaki uyum ya da ahenk ve bu özelliklerin en az çelişkiyle bir bütün haline gelmesini sağlayacak olan annesinin bu nitelikleri algılayıp kabul etme kapasitesidir. Bu hayati çevresel girdi olmadan, kendilik kapasiteleri asla tam olarak gelişemez.

Çevresel kabullenilmenin, çocukluk sırasında kendiliğin kabulünde çok önemli bir rol oynadığına dair bu gözlem, borderline ve narsisistik hastalarla yapılan klinik çalışmalarda sağlamlaştı. Çok fazla terk depresyonun derinlemesine çalışıldığı gerçeğine rağmen; kendilik aktivasyonu şu anda terk depresyonunun müdahalesi tarafından rahatlamamış durumdaki depresyonu hızlandırmaya devam ederken hastanın gerçek kendiliği de bozulmuş olmayı sürdürür. Diğer bir

deyişle, terk depresyonunu sürükleyen şeyin çoğunun yok edilmiş olmasına ve daha önce bahsettiğimiz, terapideki olumlu destek unsurunun varlığına rağmen, gerçek kendilik kolayca kendi işlevlerine ulaşamaz. Bunu yapmak için başka bir şeye ihtiyaç duyuyor gibidir. Sırası gelmişken, eğer Erikson'un (intrapsişikten ziyade) psikososyal teorik perspektifini kabul ederseniz; kendilik kimliği ve ego kimliğinin sağlıklı algılarının, her zaman sadece gelişim yıllarında tecrübe edilen kabullenmeyle değil, hayatın geri kalanında çevreyle kurulacak olan devamlı bir kabullenilme diyaloğuna bağlı olduğunu da iddia edebilirsiniz.

Ek olarak hangi terapötik müdahaleye ihtiyaç duyulabileceği problemi üzerine uzun uzun düşündükten sonra, Mahler'in normal ayrılmayla ilgili yaptığı çalışmayı (1975) yeniden okudum ve bu sefer kendiliğin gelişimine odaklandım. Yazarın yeni yürümeye başlayan çocuğun çevresinde yaptığı kendini ifade etmesine yardımcı olacak keşiflerini; ihtiyaç duyduğu desteği, konuşmadan annesine ifade edişi, annesinin de bu sözel olmayan desteği davranışlarla vererek çocuğun çevresini keşfedişini tetiklediğini tanımlayış şeklinden çok etkilendim. Mahler ve çalışma arkadaşları bu süreci 'yakıt ikmali' (refueling) olarak adlandırmışlardı: Yakıt ikmalindeki iki meseleye yoğunlaşılır: (1) Çocuğa gerekli olan yakınlık ve kabul duygularını temin etmek, ve (2) kendini ifade eden keşiflerinde gözlemlendiği şekilde serpilen gerçek kendiliğine destek vermek. Bu da, çocuğun onay görmek için tekrarlayan aralıklarla oyuncaklarını annesinin kucağında biriktirdiği uzlaşma safhasında kendini gösterir.

Gerçek kendiliğin normal gelişim senaryosunu, narsisistik hastaların çocukken deneyimledikleri hasarlı kabullenişle karşılaştırmak beni bu satır aralarındaki bazı terapötik müdahalelerin, aslında gizli gizli ihtiyaç duyulan imdat çağrısına cevap verebileceği düşüncesine götürdü.

İletişimsel Örtüşme

Hastanın terapi esnasında o çok önemli bağlantıya ulaştığı yerdeki, yani terk depresyonunun azaltıldığı ve kendilik aktivasyonunda yaşanan zorlukların ortaya çıktığı yerdeki (ki hastalar genelde kendilik aktivasyonu ya da bireyleşme gibi yeni bir ilgi alanını keşfediyorlardı,) klinik duruma geri döndüm. Sonra terk depresyonunu yorumlamayı bıraktım ve hastayla birlikte -bir çeşit iletişimsel örtüşme formu paylaşmak ya da yaratmak için- bu yeni merakının gerçeklik taraflarını tartışmaya başladım. Bu konuyla ilgili bildiğim ne varsa paylaşarak ve uyum sağlamanın ne kadar işe yaradığına dair kendi tecrübe ettiğim bazı 'hayat dersleri' gibi noktalara dikkat çekerek bir çeşit iletişimsel örtüşme sağladım.

Egonun gelişimsel duraklaması, bütün ego hasarları ve ilkel savunma mekanizmalarıyla, gerçeklik algısına zarar verecek şekilde işlev görür. Yani hastanın kişiliğinin bu bölümü, çevresiyle iletişim kurmayı öğrenmesi engellenecek şekilde, bir dolapta kapalı kalmış gibidir. Bu arada, bedeni, zekâsı, sosyal davranışlar gibi hastanın kişiliğinin geri kalan kısmı halen gelişim duraklaması tarafından hükmediliyor olsalar da gelişimini sürdürürken, hastanın bu yönleri uyum sağlama kapasitesine sahiptir.

Terapist bu olgunlaşmamışlığı, çoğu zaman yüzleştirmeci olan iletişimsel örtüşme tepkileri yoluyla bir öğrenme deneyimi sağlayarak ele alır. Bunlar, ortalama olgun yetişkine gayet ortada olan genel bilgiler gibi gelebilir, çünkü o bunları tecrübe ederek öğrenmiş ve zihninde toparlamıştır; bu bilgiler şimdi onun uyumlu repertuarının bir parçasıdır. Ne var ki bu tepkiler hastaya bu kadar bariz gelmezler. Daha ziyade aşağıdaki gibi sağduyu mefhumları içerirler:

İş

1. Ne kadar çalışırsanız, istediğinize o kadar ulaşırsınız. Ne kadar iyi çalışırsanız da, işten o kadar zevk alırsınız.
2. İstediğiniz şeyi bulmak için deney yapmak şarttır.
3. Başarılı iş, inisiyatif, kendi kendini ifade edebilme, sürekli çaba, ince düşünme, hata yaptıktan sonra kaldığı yerden devam edebilme, hatalardan ders alma ve yeniden deneme özellikleri gerektirir.

Çalışma

1. İyi bir ilişki kurmak zaman ve deneyim gerektirir.
2. Karşınızdaki insanın kişiliğinin gerçekliği test edilmeli ve doğal uyumun derecesine karar verilmelidir.
3. Duygusal yakınlığın derecesi, bu deneyimin tepkilerine göre ayarlanmalıdır.
4. İlişki ne kadar yakın olursa, o kadar çok dikkat, zaman ve deney harcanmalıdır.
5. Yeni bir ilişkinin idare ettirebilmesi için, biten yakın ilişkisi için yeterince yas tutulmuş olması gerekmektedir.

Hastalar bu müdahaleleri bir kabullenme ve gerçek kendiliklerinin yakıt ikmali olarak deneyimlediler ve sonra da yeni ilgilerinin peşinden daha inatçı, sürekli ve eşit derecede önem taşıyan, yeni bir kendiliğindenlik hissi, beceri ve canlılık ile ilerlediler. Gerçek kendilik zorlukları bir bir aşıyordu ve kapasitelerini kazanıyordu. Müdahaleler görevlerini başarıyla yerine getiriyor gibiydiler. Bu müdahale türüne, gerçek kendiliğin bozukluklarının üstesinden gelmesini ve kapasitelerini kazanmasını sağlayacak şekilde kabulüne yönelik iletişimsel örtüşme adını verdim. Gerçek kendilik aktivasyonu problemleri üzerine yaptığım derin çalışmalar da, iletişimsel

örtüşme ihtiyacının aslında terapinin çok daha erken safhalarında ortaya çıktığını gösterdi.

Terapinin başlangıcında hasta savunmacı kendiliğine sırtını dayayarak, gerçek kendilik aktivasyonundan kaçınır ve bu kaçınma yüzünden gerçeklik adına ödediği bedeli de inkâr eder. Terapist, borderline hastanın savunmacı kendiliğini yüzleştirir ve narsisistik bozukluk hastasının savunmacı kendiliğini de, terk depresyonuna karşı bir savunma olarak yorumlar. Gerçek kendilik aktivasyonundan kaçınmanın gerçeklik bedeli, her iki bozuklukta da gözle görülebilir hale gelir ve onları anında terk depresyonuna iten kendilik aktivasyonu çabalarıyla ve gerçek kendilik aktivasyonundaki temel sorunla yüz yüze getirir. Örneğin, görüşmeye başlamada, duygu ve düşünceleri aktif bir şekilde belirlemede, temaların özdeşim sürekliliğini sağlamada, terapistle ilişki kurabilme ve bunu sürdürebilmede, acı veren duyguları yatıştırabilmede ya da kendine güveni düzenlemede güçlükler yaşanabilir.

Kendilik iddiasını uyumlu bir rehber gibi kullanabilmedeki gelişmemiş kapasitesini yeniden keşfetme sürecinde, her bir hasta kendi gerçek bireyleşme arzularını belirlemeyi öğrenmek ve onları hayata geçirebilmek için mücadele eder; gerçek kendiliğine özgü hangi aktivite ve ilişkileri belirleyeceğini, otorite ve başa çıkmayı düşünebilmeyi, gerçek kendiliğini aramaya yeniden başlayabilmesi için gereken kendilik saygısını kurmayı temin etmeye çalışır. Bu nedenle, gerçek kendiliği ifadesinde yaşanan sıkıntılarla başa çıkmak için harcanan çabalar, depresyonun derinlemesine çalışılmasıyla yan yana ilerler. Genelde hastaların her biri, bu gelişmeyi kolaylaştırmak adına kendi ilgi alanını bir itici güç olarak kullanmayı seçer. Çoğu zaman bu fikirler yıllar öncesinden zaten mevcuttur, ama harekete geçirilmemişlerdir ve sabit bir şekilde o zamandan beri yerlerinde durmaktadırlar. Bunlar; embriyonal, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik ve çev-

re arasındaki erken dönem etkileşimin bir ürünü olan biricik bireyleşme istek ve fantezilerinin terapide yeniden aktive edilmesini temsil eder. Ne var ki, daha önce hiç aktive edilmemişlerdir ya da sadece gerçek kendilik kapasitelerini kullanamadığı için aktive edilmiş ve başarısız olmuşlardır. Buna ek olarak, aynı zamanda yeni istek ve fantezileri de ortaya çıkmaya başlar.

Bu fikir ve aktivitelerin iki önemli özelliği vardır: (1) hasta kendine özgü gerçek kendiliğini ifade ettiğini hisseder, (2) bu fikir ve aktiviteler, pasif bir modelden, aktif ve kendini ifade edebilen bir modele dönmeyi de kapsar. Örneğin, bir hastanın hobi olarak maraton koşucusu olduğunu, diğer bir hastanın hukuk, üçüncüsünün biyoloji, bir diğerinin de tıp çalıştığını düşünün. Bazıları da yazı yazmak ya da oyunculuk gibi daha yaratıcı aktiviteleri seçer.

Bu aktiviteler sonradan terk depresyonunun ve bozulmuş kapasitelerin üstesinden gelmek için gerçek kendiliği aktive eden bir araç haline gelir. Bu araç da, gerçek kendilik ile borderline ve narsisistik savunmacı kendilikler arasındaki mücadelenin teşhisini belirginleştirir. Hastanın kendiliği harekete geçirme çabaları başarıyla sonuçlanır, ama bunu hemen savunmacı kendiliğin teslimiyle ortaya çıkan geçici bir depresyon takip eder ve en sonunda savunmacı kendilik yeniden aktive edilir.

Hasta savunmacı kendiliğinden vazgeçer ve gerçek kendiliğini etkinleştirir/aktive eder. Terapist de işte bu noktada, hastanın gerçek kendiliğini etkinleştirme girişimlerinin tereddütlerine dikkatlice uyacak şekilde, iletişimsel örtüşme müdahalelerini ileri sürmeye başlamalıdır. Bu kendilik aktivasyonunu başlatmak ve yönlendirmekten kaçınarak hastanın önüne geçmemek çok önemlidir; aksi takdirde bu davranış yönlendirici ve gerileyici sonuçlara neden olabilir. Yeniden vurgulamak isterim ki, terapist için bu, hastanın ger-

çek kendiliğinin rehberi olması için ehliyet alması demek değildir. Terapist, hastanın inisiyatiflerine karşılık verdiğinden emin olmalıdır.

Bir terapist, kendilik aktivasyonunu yönlendiremez, zorlayamaz, baştan çıkaramaz ya da korkutamaz. Terapist sadece ve sadece, hastanın gerçek kendiliğini etkinleştirebilmesi için gerekli uygun koşulları yaratabilir. Aktivasyon gerçekleşecek gibiyse, bu noktadan sonrası hastanın kendisine kalmıştır.

Peki, bu iletişimsel örtüşme nasıl çalışır? Hasta terapistin, hastanın adaptasyon için kendini ifade etme çabalarına dayanan bireyleşme ve kendilik temsiline karşı olumlu ve destekleyici tavrını içselleştirir. Bu yeni nesne ilişkileri parça birimi; hastanın bireyleşmesine, gerilemeye değil, kendini ifadeye dayanan bağımsız bir destek sağlar ve hasta depresyonuna derinlemesine çalışırken, gerileyici nesne ilişkileri parça birimine kaşı da yavaşça büyüyen bir tampon alanı olarak görev görür.

Bütün bunları terapistiyle paylaştıktan sonra hastanın yenilenmiş bir heves ve canlılıkla bireyleşme arayışına devam etmesi dikkat çekicidir. Hastanın gerçek kendiliği kendisini gösterirken, gerçek kendiliğinin uyumlu ifadesinde de görüldüğü gibi, terapist hastanın içselleştirmesini, gerçek kendilik kapasitelerinin süregelen bir işlevi şeklinde görmeye başladığı zaman, iletişimsel örtüşme müdahalelerinin yavaş yavaş azalmasına izin verir. İletişimsel örtüşmeye daha fazla gerek yoktur ve yeniden gerileyici olacaktır. İletişimsel örtüşmenin amacının hastaya, kendini ifade edebilme ve destekleyici uyum çabaları gibi yaptığı hareketlerin, yanında, kendiliğindenlik, heves, heyecan, canlılık gibi hissettiklerinin niteliği konusunda da yardımcı olmak olduğu akılda tutulmalıdır.

Başarı payının iki katına çıktığı ve yenilgi payının da yarı yarıya düştüğü bir başlık altında, başka bir empatik iletişimsel örtüşme türü daha bulunur. Burada hastanın gerçek kendilik aktivasyonuyla ilgili gerçek hayatta yaşadığı değişiklikleri kastediyorum. Örneğin, erkek bir hasta eşi ve kızı arasında sürekli devam eden mücadele arasında, bu sıkıntıyı çözecek gücü hissetmeyen bir halde sıkışmasından duyduğu hüsranı dile getirmişti. Yaşadığı şey çaresizlik değildi ama bir baba olmanın getirdiği kaçınılmaz sonuçlardan biriydi: Hayat içerisinde insanın katlanmak zorunda olduğu durumlardan biri. Bu noktaya dikkat çekmek ve hislerine empati kurmak için hastaya, sürekli olarak karısı ve metresi arasında kalan adamla ilgili bir fıkra anlattım. Fıkrada adamın bir arkadaşı diğerine sorar: "Nasıl oluyor da kendisini sürekli bu duruma sokabilmeyi beceriyor?". Diğeri cevap verir: "Galiba gerçekten sadece çok şanslı."

Başka bir hastam da, uzun bir mücadele sonucu, babasının yetersizliği nedeniyle, aile işini devralıyordu. Hastanın bunu yapması gerekiyordu, ama yoğun bir şekilde kastrasyon anksiyetesi hissediyordu. Daha önce Başkan Kennedy'nin danışmanı olarak görev yapmıştı, bu yüzden kendilik aktivasyonunu desteklemek ve anksiyetesini azaltmak için ona görünüşe bakılırsa iş dünyasında meşalenin yeni bir nesle geçtiğini söyledim. Shakspeare üzerine eğitim gören başka bir hastam da, gözle görünür derecede büyük yetenekleri yüzünden çalışma arkadaşları tarafından yıkıcı bir şekilde kıskanılmaktan büyük hasar görmüştü ve hüsrana gömülmüş bir şekilde iş değiştirmeye karar vermişti. Bu hastaya da yetenekleri yüzünden yıkıcı kıskançlıklara neden olan Julius Caesar'ı hatırlattım.

Başka bir örnek olarak da; sevgilinin yokluğu artık inkâr edilemeyecek noktaya geldiğinde ve ilişkinin bitmesi gerektiğinde sırf çok üzülmek, şaşırmak ve aşırı derecede hayal kı-

rıklığına uğramak için, uygun olmayan bir kişiyle ilişkiye giren kadın ve erkekler gösterilebilir. İlişki bittiğinde bu kişiler kendilerini depresif, hüzünlü, yenilmiş ve bütün insanlığa karşı çok kızgın hissederler. Onlara *A Touch of Class* isimli filmden şu enstantaneyi örnek veririm. Filmin kadın kahramanı, şans eseri aynı taksiyi paylaştığı evli bir adamla ilişkiye girer. İlişki hüsranla sonuçlanır. Sonra kadın kendisiyle ilgilenen başka bir adamla taksiyi paylaşır. Ama bu sefer, tecrübelerinden ders almış bir şekilde, adamın teklifini reddeder.

Bu iletişimsel örtüşme müdahaleleri, hastanın klinik ihtiyaçlarına göre doğru bir şekilde zamanlandırılmalıdır. En ideali, ortada uygun bir terapötik ittifak bulunmadıkça ve hasta kendiliğinin sorumluluğunu aktif bir şekilde üzerine alıp terk depresyonu üzerinde çalışıyorsa kullanılmamalarıdır. Eğer bu müdahaleler hasta gerileyici, savunmacı ve eyleme-vuran bir safhadayken yapılırlarsa, daha fazla gerilemeye yol açacaktırlar. Bu müdahalelerden gerileyici duygulanımlar yaratmaktan kaçınmak için, hastanın müdahalelere verdiği klinik karşılıkları kontrol etmek gerekir. Eğer müdahaleler uygunsa, hasta bunları içselleştirir bu da daha çok anksiyete ve depresyona neden olacak, daha yoğun bir kendilik aktivasyonuna yol açar. Eğer bu meydana gelmezse, o zaman terapist hastanın tarafında gözden kaçırılmış bir savunmacı durum olup olmadığını kontrol etmelidir.

Bu terapötik müdahalenin teorik dayanağı, gerçek kendiliğin çevresinden kabullenilme görmeden ortaya çıkmayacağı ve kapasitelerini tam olarak üzerine alamayacağıdır. Kabullenilmede yaşanan başarısızlığın, kendiliğin erken dönemde yaşadığı sorunlarla büyük ölçüde ilişkisi vardır ve terapistin terapideki müdahalesi bu sorunlarla başa çıkmaya yardımcı olur.

Bu yeniden ebeveynlik yapmanın, yani terapi sırasında ortaya çıkan hastanın çocukluk ihtiyaçlarını gidermenin,

farklı bir yolu mudur? Dışarıdan bakılırsa, kesinlikle öyleymiş gibi görülebilir, ama daha dikkatli bir çalışma, asıl meselenin bu olmadığını ifşa eder. Asıl mesele, terapistin gerçekliği ve davranışlarının, hasta tarafından nasıl algılandığında kilitlenmektedir. Terapist bir ebeveyn değildir; daha ziyade dikkatlice hastaların terapötik ihtiyaçlarına karşılık veren bir terapötik teknik ortaya koyuyordur. Diğer yandan hasta ise bu aktiviteyi; aktarım yoluyla, özellikle terapistinin ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini kabul edip onaylayan her zaman istediği annesi olduğu fantezisiyle, çocukluğunda yoksunluğunu çektiği şeylerin yerine koymak olarak deneyimler. O zaman ortadaki fark, terapistin gerçekliği ve hareketleriyle, hastanın bunları nasıl algılayıp tecrübe ettiği arasındadır. Bu ayrım hasta için genelde, eğer hasta gelişimsel duraklamasını tamamen ortadan kaldıracaksa mutlaka analiz edilmesi gereken terapinin son ya da ayrılma safhasına kadar belirgin hale gelmez.

İkinci bir argüman da, bu tür bir müdahalenin yönlendirici olduğu, hastanın yükünü taşımaya odaklandığı ve bu yüzden de onun ödüllendirici birimini tetikleyerek gerileyici sonuçlar doğurduğu yönündedir. Eğer iletişimsel örtüşme çok erken ya da çok yoğun bir şekilde yapılırsa, zamanlaması ve dozu uygun şekilde ayarlanmazsa ya da çok uzun zaman sürerse, kaçınılmaz olarak gerilemeye ve dirence yol açacaktır. Bunun kanıtı da müdahalenin bütünleştirilememesi, kendiliğin daha fazla etkinleştirilememesi ve hastanın daha depresif ve anksiyöz bir ruh haline girmeyişidir. Yüzleştirmenin terapötik tekniğine benzer şekilde, iletişimsel örtüşmenin temel itkisi, bu belirli hastalardaki gerçeklik ve gelişime doğrudur. Eğer bunu içselleştirirlerse, kaçınılmaz olarak daha fazla gelişim, ilerleme ve gerçekliğe doğru dönmüş olurlar.

Tekrar tekrar söylediğim gibi, iletişimsel örtüşme terapötik tekniğinin, diğer tekniklerle bir arada, çok dikkatli ve seçici bir tavırla uygulanması gerektiğini yeniden vurgulamak istiyorum. Tümgüçlü bir guru haline gelerek hastanın hayatıyla ilgili sorumluluğunu üzerinize almak ya da onu yönlendirmek bir bahane olamaz.

BORDERLINE KİŞİLİK BOZUKLUĞUNUN BOZULMUŞ KENDİLİĞİYLE İLETİŞİMSEL ÖRTÜŞME

Aşağıdaki örnekler, iletişimsel örtüşme terapötik tekniğinin kullanımının, bozulmuş gerçek kendiliğe nasıl yardımcı olduğunu ortaya koymaktadır. Ben şimdilik, daha önce başka bir yerde (Masterson, 1976) de bahsi geçtiğinden, sadece terk depresyonunu derinlemesine çalışmayla ilgili materyalden bahsedeceğim. Ne var ki okuyucu, terk depresyonunu derinlemesine çalışmakla gerçek kendilik aktivasyonunun yan yana ilerlediğini akılda tutmalıdır. Okuyucu aynı zamanda, klinik malzemenin bu şekilde yoğunlaştırılmasının terapistin rolünü, normalde klinik manzaranın tamamen ortaya konulmuş olduğu durumlardaki durumundan çok daha aktif görünmesine neden olacak şekilde değiştirdiğini de unutmamalıdır.

Klinik Örnek: Michael

Depresyonda bir yazar olan Michael, borderline savunmacı kendiliğe dayanan, birincisi 20'li yaşlarında olmak üzere, iki analiz görmüştü. Ortada çok az bir gelişme vardı. Bu hastanın klinik savunmacı kendiliği, görünürde çok sağlam ve yüksek derecede entelektualize edilmişti. Hasta kendini ebeveyn beklentileriyle o kadar özdeşleştirmişti ki bu savunmacı davranışını gerçek kendiliği gibi algılıyordu. Gerçek kendiliğinin motivasyonları ve duygulanımı, hasta tara-

fından ayrılma anksiyetesine yol açan bir tehdit gibi deneyimleniyordu.

Hastanın savunmalarının, gerçek kendiliğinin ifadesi üzerindeki olumsuz ve düşmanca saldırgan tutumu, hastanın yazılarında ortaya çıktı. Genelde gazeteye dair ya da rapor türünde yazılardı ama gerçek kendiliğinin aktivasyonunun ilk kanıtı olarak, tarihi bir figürün özgeçmişini hazırlama fikrini ortaya attı. Şans eseri seçtiği bu kişiyle ilgili çok fazla şey okumuştum ve bu fikirlerini gerçek kendiliğinin etkinleşmesi olduğunu fark ederek onunla kitabı hakkında detaylı tartışmalara girip konuyla ilgili kendi düşüncelerimden bazılarını da ekleyerek iletişimsel örtüşme kurmaya başladım.

Hasta, yapmak istediği şeye karşı olumlu bir tutumum olduğundan ve bunun kendisiyle ilgili olumsuz düşünceleriyle başa çıkmasına yardımcı olduğundan bahsetti. Akabinde, kendisini özgür hissettiği, kendi başına kalabildiği, kendi iş saatlerine kendisinin karar verebildiği, paniksiz ve baskısız yabancı bir şehirde olduğu bir rüya gördü. Kurduğu bağlantılar şöyleydi: "Baskı altındaki şimdiki hayatımın tam tersi bir yer. Özgür ve yalnız kalabileceğim bir yer, ama sonra boş zamanın kötü bir şeyin habercisi olduğunu ve başımı belaya sokacağını hissediyorum. Bütün bu gerçek kendiliğimi ifade etme, özgür olma fikri, bir hapishanenin kapılarını açmak gibi bir şey. Kontrolü kaybetmekten korktuğumu hissediyorum. Kendi isteklerimin altında eziliyorum." Hastanın kendisini savunmacı kendiliğiyle kapsamlı bir şekilde özdeşleştirmesi, gerçek kendilik aktivasyonunu yanlış ve kötü bir şey olarak görmesine yol açıyordu.

Sonra eğlenceyi, yani heyecan duyma, yaşam dolu olma ve kendiliğin canlılığı gibi şeyleri, neden bir tehlike kaynağı olarak gördüğünü anlayarak devam etti. Aynı zamanda hem mahkûm, hem de gardiyan olduğunu, eğer bırakıverirse ger-

çek kendiliğin akıcılığının çok fazla anksiyete yaratacağı için kendisini sıkı kontrol altında tuttuğunu fark etti.

Daha sonra da hayatta bir işçi ya da köle olduğu benzetmesini yaptı. Kendisinden beklenilen şeyleri yapıyordu. Diğer bir seçenek vahşi, kontrolden çıkmış olmaktı, yani gerçek kendiliğini ortaya koymaktı. Ben de sordum: "Peki ya bütün bu potansiyele sahip ama onları arınmış bir şekilde eğitip ıslah eden adama ne oldu?"

Hayatında yaptığı sözüm ona bütün seçimlerin özgür seçimler olmadığını anlatarak devam etti: Bu seçimler gerçek kendiliğinin ürünleri değillerdi, sırf başkalarının beklentileri üzerine kuruluydular. Bütün bunların altında üniversite çalışmalarıyla ilgili duyduğu pişmanlık vardı, iş hayatına atıldıktan beri yine, kendi istediğinden ziyade, kolayca ilerlemesini sağlayacak olan insanların ondan beklediklerini yapmaya devam etmişti.

Bu tür bir adaptasyonun -gerçek kendilikten kaçınmanın- sonuçlarından biri de- hastanın bulmayı umduğu tatmin ve zevki hayattan alamamasıydı. Hasta da bunu, gerçek kendiliğinden kaçınmasına değil, "hayatın işte böyle" oluşuna bağlıyordu.

Bir sonraki seansta, gerçek kendiliğinin aktivasyonunda yaşadığı sıkıntıları, üzerinde çalıştığı biyografiyi kullanarak (kaçınma) detaylandırdı. Yapacaklarını sürekli erteliyor, evin içinde dolaşıp duruyor, kalemlerin uçlarını açıyor, ufak tefek işlerle uğraşıyor ve çalışmanın başına oturmamak için elinden gelen her şeyi yapıyordu. İşe koyulduğunda ise aklı hep başka yerlerde oluyor, dikkati kolayca dağılıyor ve bir fikri kovalamakta ya da gerçek kendiliğinin aktivasyonuna odaklanmakta zorluk çekiyordu. Cesareti kırılmıştı ve hızlı bir şekilde bu hevesinin de peşini bıraktı.

Ne var ki hastayı kaçınmasıyla yüzleştirmek ve buna neden olan kaynağa müdahale etmekle birlikte, biyografi konusuyla ilgili daha çok tartışmaya girerek, başarılı sanatçı tatmininin çaba gerektirdiği inancını doğru çıkartır biçimde, iletişimsel örtüşmeyi sürdürdüm. Her bir bölümün ilk sayfasını 25'er kez yazan Balzac ya da bir heykele başlamadan evvel yüzlerce ön çalışma yapan Rodin gibi isimlerden örnekler verdim. Çaba ve sabra olan ihtiyacı vurgulamak için de kendi yazı tecrübelerimden bazı örnekler sundum.

Yazı yazmak için çaba göstermeyi sürdürdü ve ufak çapta bir başarı hikâyesiyle geri döndü ve sordu: "Neden bu kadar çok korkuyorum?" Daha sonra ise, kendisini açıkça ifade etmekten korkmasının (gerçek kendiliğini ortaya koymasının) onu nasıl hasarlı hale getirdiğine dair, herhangi bir başarısıyla ilgili üzgün bir ruh haline sokan anılarından bahsetti. Kendisini küçük, ince, zayıf ve önemsiz hissediyordu.

Yazı yazmaktan aldığı ufak çapta bir gerçek kendilik tatmini, onu iş programının aslında asıl ne istediğinden ziyade, zorunlulukları yerine getirmekten ibaret takıntılı detaylardan oluştuğunu fark etmesine neden oldu. Değişmek için çaba sarf etmeye başladı. Hayatında ilk kez, mecbur olduğu için değil, ilgisini çektiği ve merak ettiği (gerçek kendilik) için okuma yapmanın ne demek olduğunun farkına vardı. Zaman zaman onunla, tarih, spor ya da edebiyat gibi konularda okuduğu şeylerin içeriklerini tartışıyordum. Bana şunları söyledi: "Hayat benim için kocaman bir ev ödevi gibiydi. Eğitim, gerçek kendiliğime bağlanmaktan kaçındığımı saklamaya yarayan bir paravan görevi görüyordu. Kendi istediğim şeyleri yapma düşüncesi beni heyecanlandırıyor. Bir yandan kendimi çok dürüst bir şekilde zevk alırken görüyorum, ama bir tarafım da pes etmiyor: Zayıf bir tarafım var ve ben de ona inanmaya korkuyorum, bir felaketle karşılaşmaktan korkuyorum." Birkaç ay sonra depresyonu derinle-

mesine çalışılırken ve kendilik aktivasyonu yoğunlaşmışken, kendilik aktivasyonuyla ilgili ilk kez duygulanımında bir değişiklikten bahsetti. Bundan zevk almaya başlıyordu.

Şunları bildirdi: "Hayatıma dönüp baktığım zaman, gerçek kendiliğime olan güvensizliğimin beni risk almaktan alıkoyduğunu, kötümser hissetmeme neden olduğunu, tatminsiz ve mutsuz biri haline gelmemi sağladığını görüyorum."

Savunmacı kendiliğinin, gerçekliği tamamen dışarıda bırakıyor gibi gözüktüğüne dikkat çektim; o kadar ki eğer gerçek kendiliğine bürünürse mutlaka bir felaket yaşayacağını düşünüyordu. Terapinin gerçekten iyi gitmesine ve hastanın da yazılarının gelişiyor olmasına rağmen; halen her iki aktiviteye de kendisini tam olarak vermeyi başaramadığını söyledim. Şöyle cevap verdi: "Ne yaparsam yapayım, sonucu kötü oluyor. Hayat içerisinde topallıyorum, aktivitelerden kaçınıyorum, kendime ve fikirlerime arka çıkmıyorum. Sürekli kendi kendimi eleştiriyorum, ama şimdi yeni bir yöne doğru ilerliyorum. Kendime olan güvenim arttı ama yine de her an eskiye dönebilirmişim gibi. Hepsinin sebebi bu lanetli ve hüzünlü yansıtmalar."

Hastanın kendilik aktivasyonu, belirli aralıklarla bu olumsuz yansıtmalar arasında ışıldıyordu: "Ne istersem yapabileceğim (*gerçek kendilik*) düşüncesi beni heyecanlandırıyor, ama aynı zamanda endişelendiriyor da. Her ne kadar kendi kendimi eleştirsem ve kendimle ters düşsem de fikirlerimin (*gerçek kendilik*) arkasında duruyorum ama sonra pes ediyorum. Kendi hayatımı sürdürmeye korkuyorum. İş programımı değiştirmeye ve istediğim şeyleri (*gerçek kendilik*) yapmaya başladığım zaman, çok daha fazla zevk alıyorum, ancak dünyayla tek başıma yüzleşmeyi beceremiyorum. Pes ediyor ve gidip başka şeylere tutunuyorum (*savunmacı kendilik*). Evde her uzak kaldığımda çok daha mutluydum, ama her defasında geri döndüm. Her zaman için en az dire-

nişi gösteriyorum ve başka insanların kontrolü ellerine almalarına izin veriyorum. Otoriteler karşısında hep pısırık ve itaatkâr oldum. Sorumluluk almaya ve istediğim şeyleri yapmaya (*gerçek kendilik*) başlamam gerek. Bu o kadar zorlu bir iş ki."

İşe karşı tavrının taş yığını karşısındaki bir mahkûmunkine benzediğini söyledim. Onun asıl olarak yapmayı düşündüğü şey, tam olarak istediği şeydi. Bir süre sonra gelip şunları söyledi: "Şimdi yapmak istediğim şeyleri (*gerçek kendilik*) yapmak konusunda önümü açıkça görebiliyorum. Yansıtmalarım ve kaçınmalarım konusunda hiç bu kadar net olmamıştım. Özellikle iş çevresinde işler yavaşça rayına oturuyor ve ben de hayatımla ilgili daha önce hiç olmadığım kadar kontrol sahibi hissediyorum kendimi. Kendi kendimi nasıl da kandırmışım, şaşırıp kalıyorum." Bu durum tedavisi başarılı bir şekilde süren her hastanın sonuçta eriştiği bir farkındalıktır.

Şimdi de hastamız Michael'in üç ay sonraki haline bir bakalım. Terapi, savunmacı kendiliği ve depresyonunu neredeyse iyileştirmiş ve gerçek kendiliğin, özellikle iş alanında, ortaya çıkmasına izin vermiştir. Bu noktada hastanın yazdığı biyografi kitabı da iyi gidiyordu ve bozulmuş gerçek kendiliği de büyük ölçüde iyileşmişti ve hasta da gerçek kendiliğini etkinleştirebiliyor ve bundan zevk alabiliyordu:

> "Artık haftada yirmi ya da daha fazla saat yazı yazıyorum. Daha fazla ertelemek yok. Yazı yazmakta sıkıntı çekmiyorum, bundan zevk alıyorum. Kelimeler kolayca dökülüyor, her şey pürüzsüz, bütün o zorluklar yok oldu. Yazı yazmayı beceremeyeceğim düşüncesine nereden kapıldım ki? Kendimle ilgili bir zamanlar sahip olduğum çarpık perspektifler gerçekten çok şaşırtıcı. Hayatımda yapmak istediğim şeyler de üç ay öncesinde olduğundan çok daha net. Aslında çok daha fazla yeteneğim olduğunu

fark ediyorum. Şimdi eskisinden çok daha fazla disiplinliyim. Sorun kapasitelerimde değildi. Sorun, pes etmem ve teslim olmamdı (*savunmacı kendilik*). Bu biyografiyi yazmaktan büyük keyif alıyorum, ama kafamın içindeki ses bu işi yapmamam gerektiğini, daha basmakalıp bir şeylerle uğraşmam gerektiğini söylüyor. Yapmak istediğim şey de bu sesle mücadele ediyor. Eğer kendimi bırakabilirsem, çok daha fazla zevk alacağımı ve yeteneklerimle çok güzel şeyler yapabileceğimi (*gerçek kendilik*) hissediyorum. Ama o ses beni daha güvenli bir kanala geri çekmek istiyor. Büyüyen ve yeşeren gerçek kendiliğime sürekli saldırıp duruyor. Ne istediğim konusunu düşünmek ve hayal etmekten bile korkuyorum. O ince sınır sürekli orada bir yerde ve ses de inanılmaz derecede yaratıcı ve inatçı. Sanırım bu sesi kendimi sınırlamam için bir gardiyan olsun diye kafamın içine ailem yerleştirdi. Sesin ne söylediğini anlayana ve beni kontrol ettiğini kendim görmediğim sürece hiçbir tedavinin yararı olamaz. Bu kadar yıl boyunca inkâr ettiğim bir dolu şeyin hep oralarda bir yerde var olduğu ve mümkün olduğunu birdenbire fark etmek son derece inanılmaz ve güçlü bir şey. Kitabımı tamamlayacağımı biliyorum, iyi ve başarılı bir kitap olacağını da biliyorum. Kafamın içindeki sesin bunu yapmamı engellediğini, gerçek kendilik tasarımımın kontrolünü eline aldığını bilmek inanılmaz bir şey. Başka bir şeyin var olduğunu bilmiyor ya da anlayamıyordum. Ömür boyu hapis cezasından afla serbest bırakılmış gibi hissediyorum. Umutsuzluk ve çaresizlik içinde boğuluyordum. Sanırım gerçek kendiliğimin yetenekleri karşısında çok fazla şaşkınım, çünkü o ses benim onların farkına varmamı engelleyip durmuş. Nasıl da rahatladım, anlatamam!"

Klinik Örnek: George

İkinci bir örnek olarak da, 35. sayfada kısaca tanıtılmış olan genç yönetici George'a dönelim. Bir önceki hasta gibi George da; herhangi bir nesnenin ve çevresinin beklentileriyle karşılaştığında ortaya koyduğu davranışları gerçek kendiliği gibi teşhis ettiği, bir borderline sahte kendiliğe sahipti. Hastanın gerçek kendiliği ortaya çıktığı sürede aynı zamanda terk depresyonunu da derinlemesine çalıştığını akılda tutarak şimdi bu sorunu nasıl deneyimleyip onu nasıl ifade ettiğine bir bakalım.

George savunmacı kendiliğinden gerçek kendiliğine geçtiği sürede, görüşmelere zamanında gelmekte, seanslarda düşünce ve duygularına yoğunlaşmakta sıkıntı çekmeye başladı. Benim varlığımın farkında olmadan gördüğü ya da hissettiği şeylere yoğunlaşmasının çok zor ya da imkânsız olduğunu belirtti. Sonra şu soruyu gündeme getirdi: "Acıyla başa çıkacak cesaretim var mı? Beni bu kadar uzun süredir bir arada tutan dayanakları bir kenara atmaya cesaretim var mı? Dün gece kendimi kontrol ettim, kadınların peşinde koşmadım, ama uyuşturucu kullanmadan duramadım. Kendi sorumluluğumu üstlendiğimde kendimi korkmuş ve depresif hissediyorum, sonra bu sert sesler gelip beni istedikleri şeyi neden yapmadığım konusunda sorguya çekiyor, bana saldırıyorlar ve bunları size anlatmamam gerektiğini söylüyorlar."

Bu noktada yüzleştirmeyi kuvvetlendirmek adına iletişimsel örtüşme tekniğini kullandım. Önce yüzleştirdim: Eğer kendisini aktive ettiği için depresif ve anksiyöz hissediyor ve sonra da bu duygulardan kurtulmak için uyuşturucu kullanıyorsa yaptığı şey sadece terapi dahilinde kendi nesnelliğine engel teşkil etmek oluyordu. Sonra da ona, koca bir kayayı sırf tepeden aşağı yuvarlamak için sonsuza dek yokuş yukarı iten Sisyphus'un mitolojik hikâyesinden bahsettim. Hikâyede, Sisyphus kayayı tepeye en sonunda ulaştırdığı zaman

birden aşağı itiyor; sonra kendisi de inip yeniden yukarı itmeye devam ediyordu. George gerçek kendiliğini aktive etmek için gösterdiği başka birkaç çabadan da bahsetti. "Görüşme sırasında kendime odaklanmakta zorluk çekiyorum. Hissettiğim uyuşuk berbat bir şey. Neden bununla başa çıkmak zorundayım ki? İçime baktığımda sadece boşluk görüyorum."

George sürekli yorgun olduğundan, tükenmişliğinden ve gidecek bir yönü olmamasından şikâyet ediyordu. Bir çeşit özgür irade felci gibi. İş yerinde kendisine bağlı çalışan kişilerle ilişkisine sınırlar çizmek konusunda endişeleri vardı. Yine, iletişimsel örtüşmeyi ileri sürdüm ve ona şirketinin başkanlığını yapan başka bir hastanın hikâyesini anlattım. Bu hasta, yönetim kurulunun reddetmesinden korktuğu için, kendi kararlarını verip kurulun onayını beklemek yerine kararı kurulun kendisine bırakıyordu ve sonuç olarak da kurul bu şansı hasta üzerinde otorite kurmak ve inisiyatifini kırmak için kullanıyordu.

Kendisini, diğer insanlar tarafından oluşturulmuş çerçeve dışında düşünmekte sıkıntı çekiyordu. Hayatı boyunca ailesi tarafından sırf kendisini düşündüğü için dalga konusu olmuştu ve bunu benimle yapmaya kalkıştığında da, benim de ailesinin yaptığı gibi onun bağımsız düşüncelerine saldıracağımı düşünerek onayım konusunda anksiyete yaşamya başladı.

Uzun süren bir sessizlik anından sonra, çökmüş bir şekilde dedi ki: "Burada gerçek kendiliğimi ifade etmek, kendim için düşünmek ve konuşmak istiyorum, ama bunu nasıl becereceğimi bilmiyorum. Ne istediğimi bilememekten çok sıkıldım ve yoruldum. Her şeyi başka insanlar için yapıyorum. Kendime ait bir hayat edinmek istiyorum. Şu ana kadar bir robot gibi, yüksek maaşı olan bir köle gibi çalıştım."

Yazı yazmak için bir istek duydu, müzik ve oyunculuğa ilgisi ortaya çıktı, ama bunlardan hiçbirini harekete geçirmedi. Politikaya atılmayı düşündü, ama sonra bu isteğinin kendi politik fikirlerini ifade etmekten ziyade, nesneyi tatmin etme ihtiyacının kaynaklarını genişletme çabasının bir sonucu olduğunu fark etti.

Haftada dört seanstan oluşan terapi sürerken birkaç yıl içerisinde, hasta savunmacı kendiliği ve terk depresyonunun bileşenlerini derinlemesine çalışırken; savunmacı kendiliğinin savunmacı niteliğiyle ilgili giderek net bir algı edindi ve böylece gerçek kendiliği de kendisini göstermeye başladı. Uyuşturucu kullanma, içki içme, uygun olmayan kadınlarla görüşme ve aşırı derecede meşguliyet gibi savunmacı aktivitelerini neredeyse tamamen bıraktı.

"Kendimden kaçmama sebep olan bütün dayanaklarımdan kurtulmak istiyorum," dedi. "Şu ana kadar yapmış olduğum dünyevi şeyleri bir kenara bırakıp, manevi tarafımla ilgilenmek istiyorum." Terapinin bu noktasında hastadaki değişiklik, o sıralar okuyor olduğu Carl Sandberg'in *Lincoln* kitabı tarafından tetiklenmişti. Lincoln'ün gerçek kendilikle ilgili sahip olduğu güvenli algısı, kendisini kontrol edebilme yeteneği, başkalarının beklentilerine karşı tarafsız kalabilişi ve yön konusundaki kendinden emin tutumundan son derece etkilenmişti. Bu hastaya ilham verdi ve "Kendi yönetimimi ellerime almalıyım," kararına yönlendirdi. Bu karar da hastanın hayat tarzında çok önemli değişikliklere neden oldu. Kendine ait tek başına bir eve taşındı ve ismini, tahmin edeceğiniz gibi, Lincoln koyduğu bir köpek edindi. Bu, kendisi dışında başka bir nesnenin bakımını üzerine alma konusundaki gerçek ilk bağlılığıydı; tabii ki kendisiyle, gerçekçi bir tutumla değil, daha hoşgörülü, gerileyici bir tavırla ilgilenmişti. Aynı zamanda daha evvel, kendisine yemek ve temizlik konularında bütün gün yardımcı olan çalışanları

vardı. Yardımcılarının işine son verdi ve kendi temizliği ve yemeğiyle de kendisi ilgilenmeye karar verdi. Kilo sorunu olduğu için bir diyete ve yüzme ve koşma olmak üzere, düzenli olarak egzersiz yapmaya başladı. Gün içerisinde meditasyona zaman ayırıyordu ve böyle bir değişiklikle kaybolan anksiyete ve depresyonunu kabul etmek zorunda kalacağına karar verdi. Bu aktivitelerin hepsi gerçek kendiliğin ortaya çıktığına ve savunmacı kendilikten kontrolü devraldığına işaret ediyordu ve bu da terapinin işe yaradığına dair çok önemli bir klinik sinyaldi.

Ben de bu gerçek kendilik aktivitelerine iletişimsel örtüşme tekniğiyle eşlik ettim: Çeşitli yemek tariflerini, diyet problemlerini ve karışıklıklarını, köpek bakımının önemli noktalarını, insanın vücuduna iyi bakmasının kendisine iyi bakmasının en önemli unsurlarından biri olduğu gibi konuları hastayla birlikte tartıştım. Hatta hastanın üyesi olduğu atletik kulüpteki havuza gidip yüzdüm ki, yüzmenin getirdiği avantajlar ve memnuniyet üzerine de sohbet edebilelim.

Bu gerçek kendilik aktivasyonu, bir baba figürü olarak gördüğü patronuna olan bağlılık sorununa getirdiği son derece yaratıcı bir iş çözümüyle zirveye ulaştı. Finansal bağımsızlığı güvence altındayken işten ayrılmasına izin veren bir iş anlaşmasında pazarlık etmişti. Aynı zamanda eskiden her yaz tatilini ailesinin yazlık evinde geçirmiş olmasına rağmen şimdi kendisi için bir ev kiralamaya ve kendisine ait bir yazlık inşa etme planları yapmaya başlamıştı.

Gerçek kendiliğinin aktivasyonunda bir süreklilik sağladığı zaman; ister iş dünyasıyla ilgili bir karar, ister bir egzersiz ya da bir yaratıcı tecrübe olsun, gerçek kendiliğini harekete geçirdiği her an, akabinde önce bunaltı sonra uyuşukluk, sonra da üstesinden gelmek zorunda kaldığı bir içsesin saldırısını hissettiğinin farkına vardı. Örneğin, "Havuza atlamadan hemen, suya girebilmek için üstesinden gelmem ge-

reken bir anksiyete ve uğursuzluk hissine kapılıyorum. Ama havuza girip yüzmeye başladığımda bu hisler de yok oluyor. Sanırım bunun sebebi kendim için bir şeyler yapıyor olmam, kendimi gerçekten etkinleştiriyor olmam. Aynı şeyleri kendi evimi ve köpeğimi aldığımda da hissettim. Burada sizinle kendime odaklanmaya çalışırken de hissediyorum."

Borderline kişilik bozukluğunun bozulmuş kendiliğinin terapisine üçüncü bir örnek olarak da, genç bir bayan hasta olan Jean'in terapisini gözden geçirelim.

Klinik Örnek: Jean

İlk yıl: Haftada üç kere.

Jean'le yaptığım yüzleştirmeler şunlardı: Neden kendisiyle, görüntüsüyle, oturduğu eviyle ve işiyle daha çok ilgilenmiyordu? Neden başka insanların bir şeylerin acısını kendisinden çıkarmasına izin veriyordu? Neden kendisini aktive etmiyor ve desteklemiyordu? Bu meseleler, ilk altı ay içerisinde, o zamanlar birlikte olduğu iki erkek arkadaşı hakkındaki tartışmalar sonucu netleşti. Sevgililerinden biri daha sağlıklı ve kadınlarla daha samimi bir şekilde ilgili gibiydi; ama hastayı o kadar geriyordu ki, onunla çıktığı randevularından her dönüşünde kendisini 'domuz gibi yemek' zorunda hissediyordu. Sonra da ondan kaçıyordu. Bir narsisist olan diğer sevgilisi de, hastayı bariz bir şekilde sırf cinsel amaçla kullanıyordu. Jean bu adamdan hoşlandığını ve gün içerisinde sürekli kendisiyle ilgilendiği anların hayalini kurduğunu belirtti. Bu narsisist adamla ilgili kurduğu fanteziler şu şekildeydi: "Beni istiyor, dünyanın geri kalanı diye bir şey yok; sadece ben ve o varız -mükemmel. O orada- beni hayatının merkezine koyan ilk kişi."

Hastayı bu iki ilişkisindeki savunmacı kendiliğinin uyumsuz değişkenlikleriyle yüzleştirmek; kendisinden gerçekten

(hastanın gerçek kendiliğinden) hoşlanan adama karşı gerçekten olgun ve bağımsız bir davranış sergilediğinde, kendisini çok anksiyöz hissettiğinin, domuz gibi yediğinin ve sonra da ondan kaçtığının farkına varmasını sağladı. Diğer yandan, hastayı kullanan diğer sevgili savunmacı kendiliği kuvvetlendiriyor ve hastanın bağımsız olmakla ilgili anksiyetesini azaltıyordu, bu yüzden de hasta her ne kadar kaçınılmaz olarak en sonunda kendisiyle ilgili kötü duygularını güçlendirmesine sebep olacak şekilde kendisinden yararlanılmasına izin veriyor olsa da bu adamla birlikte olmaktan daha çok zevk alıyordu. Hasta bu yüzleştirmeyi içselleştirdi, narsisist sevgilisiyle görüşmeyi kesti ve daha sağlıklı olanla bir ilişki kurmaya çalıştı, ama pek de başarılı olamadı. Gerçek kendiliğini tam olarak bağımsız ve özerk bir şekilde aktive etmeye hazır değildi.

Bir noktada, annesi tarafından bariz bir şekilde geri çevrildiği özel bir durumdan sonra hasta şiddetli bir öfke ve aşırı yeme krizi yaşadı ve annesine karşı kızgınlık ve hüsranını aşırı yemek yiyerek ifade ettiğini de ilk kez kabul etmiş oldu. Ne var ki bu kabullenme oldukça yüzeyseldi ve çok uzun sürmedi. Hasta da ebeveyninin belki de kendisinin hayat içerisinde çuvallamasını umduğundan şüphe etmeye başladı.

İkinci altı aylık süre içinde hasta savunmacı kendiliğinin kontrolünü nispeten daha çok üzerine aldı, duygulanım ortaya çıkmaya başladı ve bu duygulanımla temas halinde kalabilme yeteneği de gelişti. Kendisiyle ilgili algısı, hissettikleri ve ailesiyle ilişkisi terapinin merkezine oturdu. Gerçek kendiliği, ona bağlı olan terk depresyonuyla birlikte ortaya çıkmaya başladı. Kendisini aldatılmış ve kaybetmiş hissediyordu: "Sıkıştım kaldım, bunu hak ettiğimi sanmıyorum. Çok acı çekiyorum. Kendiliğim o kadar önemli değil, hayatımı yalnız ve depresif bir şekilde boşuna harcıyorum. Kendimi ait hissedebileceğim bir yerin olmamasından bıktım

usandım, terk edilmiş hissediyorum. Hiçbir şey gibi hissetmek çok küçük düşürücü. Kendi kendimden nefret etmekten hiçbir şeyin tadını çıkartamıyorum. Bir yerlerde kıvrılıp ölmek isterdim. Kendimi ölü, umutsuz hissediyorum ama aynı zamanda hayallere dalabiliyorum."

Bu seans hastanın savunmacı kendiliğini harekete geçirdi. Bir sonraki günü yatağında geçirdi, işe gitmedi, bir sonraki terapi seansına da gelmedi. "Umurumda değildi. Kendimi çaresiz ve yalnız hissediyordum, kimse beni sevmiyormuş gibi. Bu haksızlık. Herkesin kendine ait bir hayatı var ve ben sıkışıp kaldım, bir kendiliğim bile yok. Birilerinin bana ihtiyacı olduğunu hissetmek istiyorum. Kendimi özel ve sevilen biri gibi hissetmek istiyorum."

Şimdi de geçmişini araştırmaya başlamıştı: "Çocukken de hep böyle hissederdim ama aynı zamanda annemin harika biri olduğunu düşünürdüm. Erkek kardeşimin onlarla uyumasına izin verirlerdi, ama ben yataklarına tırmanmaya çalıştığımda buna asla izin vermezdiler."

Jean: İkinci Yıl

İlk yılın sonlarına doğru, hastanın ebeveynlerinin kendisini günah keçisi ilan etmeleriyle ilgili bakış açısı çok daha derinleşmiş ve sürekli hale gelmişti. "Duygusal dengesizliğimin fark edilmemem ve hor görülmemle alakası var. Başarısızlığım benim değil onların yansıtması. Kendimi hep bir 'şey' gibi hissettim. Onların tek umursadığı şey kendi başarısızlıkları. Ben nasıl başarısız olduğumu ve depresyona girdiğimi düşünmeye cesaret edebilirim ki? Bu onları sırtlarından bıçaklamak gibi olur. Annem dışarıdan çok tatlıdır, ama aslında kendimi o kadar suçlu hissettiriyor ki ağlamak istiyorum. Tek istedikleri suçluluk yükünden kurtulmak. Babam gururu ve bencilliği adına her şeyi feda edebilir. Nasıl olur da annem hiçbir zaman benim tarafımı tutmaz? Na-

sıl olur da bana sanki bir hiçmişim gibi davranabilir? Nasıl olur da babam ona kölelik yapmam gerektiğini söyleyebilir?" Burada, yine ilk kez, hasta kendisini savunmak adına agresyonunu/saldırganlığını etkinleştirmeye başlamıştı. Agresyon savunmasının içselleştirilmesi sonuçlarını vermeye başlıyordu.

Bununla birlikte, seanstan hemen sonra Jean yine suçluluk duygusu ve depresyon hisleri altında boğuldu; savunmacı kendiliğini aktive etti, 'domuz gibi' yemek yedi ve gerçeklikten koptu. Asıl temaya geri dönmek, duygulanım ve savunma arasındaki bağın yüzleştirildiği birkaç seans sonrasında başarıldı. Örneğin hasta birkaç hafta sonra şu bilgilerle geri döndü: "Annem zavallı bir iş makinesi, babam bir düzenbaz, sahtekâr ve duygusuz biri. Bense kayıp, hiçbir yere ait olmayan aciz bir ruhum. Ebeveynlerim her zaman suçlayacak başka birini ki bu genelde ben oluyorum, buldular. Beni usandırıyorlar. Onların bir malıyım. Kendi karakterim yok. Dolabın en dibinde ben varım. Bir erkek çocukları olsun istiyorlardı, benle ilgili suçluluk duyuyorlar, sanki hiç var olmamışım gibi davranıyorlardı. Onların bu suçluluk duygusuyla başa çıkmam gerekti."

Bu seans bir miktar öfke ve depresyonunun boşalmasını sağladı ve hastanın gerçek kendiliği yeniden kendisini göstermeye başladı. Dedi ki: "O görüşmeden sonra kendimi iyi hissettim. Bir sersemlik içinde, yani gerçeklikten kopmuş durumda, değilsem, her şeyi yapabilecek kadar zeki olduğumun farkına varıyorum ve kendimi iyi hissediyorum. Ama çoğu zaman kendimi bu sersemlik içinde buluyorum." Bir oyuncunun nasıl rolün ta kendisi haline gelebileceği konusuna dikkatini çektim. Jean de bütün bu öfke ve depresyon dolu seanslardan sonra, gerçeklikten kopma savunmasıyla mücadele etmeye başlıyordu.

Birkaç ay sonra, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik, terapötik ittifakın sağlıklılığı ve tam çalışmanın kurulması, Jean'in dış görünüşündeki çok önemli bir değişiklikle kendilerini gösterdi: Saçını kızıla boyamayı bıraktı, ağır makyaj ve yüksek topuklu ayakkabılardan kurtuldu ve 18 yaşında, doğal bir kumral genç kız gibi gözükmeye başladı. Gurur duyar bir şekilde; "Bu benim," diyebiliyordu. Aynı zamanda şarkı söylemeye olan ilgisi arttı ve yerel gruplarla söyleyebilmek için seçmeler araştırmaya başladı. Yeni kurduğu kendiliğini gerçek dünyada ifade etmeye başlıyordu. Yine de depresyon, kopma ve gün içinde hayallere dalmakla yaptığı büyük mücadele devam ediyordu.

Bir ay sonra, "İlk kez hayatımın düzene girdiğini görebiliyorum," diyebiliyordu. Terapiye başlayalı 18 ay olmuşken, gerçek kendiliğin ve kendi kendini destekleyen davranışın daha ileri seviyede bütünleştiğini gösteren önemli bir olay meydana geldi. Annesi Jean'in gerileyici davranışını yine ödüllendirmişti ve ertesi gün Jean kendisini feci halde depresif hissediyordu. "Yataktan çıkmak istemedim, o yüzden de çıkmadım. Hep devam eden bir savaş bu. Sonra kendimi ezilmiş ve çaresiz hissettim; daha fazla devam edemeyecekmişim, bunu beceremeyecekmişim gibi geldi. Sonra da canları cehenneme diye düşündüm. Kendim için bir şey yapacaktım. Gerisini onlar düşünsün dedim." Diğer bir deyişle hasta, duygusal yatırımını nesneden alıp kendilik temsiline aktarıyordu.

Sadece kendisi hakkında düşünmek için iki gün izin aldı ve hislerinin akışına baktı. Hastanın ebeveynleri panik halinde beni aradılar. Ben de onlara Jean'in nerede olduğunu bilmediğimi ama büyük ihtimalle endişelenecek bir durum olmadığını düşündüğümü söyledim. Dönüşünde Jean, "kendime sahip olduğuma ve ihtiyacım olan tek şeyin bu olduğuna karar verdim," dedi. "Kendime iyi bakmalıyım ve

annemler konusunda endişelenmemeliyim. Düzeni bozmalıyım. Kendim için bir seçim yapmalı ve sonuçlarına katlanmalıyım ve bunu sürdürmeliyim. Kendim için harekete geçmeye hazırım. Somut bir şeyin, somut bir perspektifin varlığını hissediyorum."

Ne var ki, onları her ne kadar daha seyrek görse de ailesine karşı aynı itaatkâr tutumda davranmayı sürdürdü.

Daha önce çevresi vasıtasıyla var olan tema, şimdi saf bir şekilde kendi zihninde ortaya çıkmaya başlıyordu: Gerçek kendiliğini aktive etme girişimleri, daha önce ebeveynleriyle olan ilişkileri tarafından oluşması hızlandırılan bütün semptomları harekete geçiriyordu. Bunlar da savunmacı kendiliği aktive ediyordu ve hasta da bu yüzden kendisini depresif, tükenmiş ve kopmuş hissediyor, aşırı yemek yemeye başlıyordu: "Kendimi desteklemenin en zor olduğu zamanlar aslında en önemli olanlar. Son görüşmeden sonra kendimle ilgili olumlu hislerim vardı, ama sonra yine aynı şeyleri yaptım. Pes ettim, hislerimle bağımı kestim ve domuz gibi yemek istedim. Bu pes eden, beni silip süpüren ve gözlerimin önüne siyah bir tül perde çeken bu diğer kendimden *(savunmacı kendilik)* ölesiye korkuyorum."

Bu ilerleme-gerileme durumu birkaç ay daha devam etti. Gerilemelerin inatçılığı; terk depresyonunu derinlemesine çalışmak için gerekli olan şartları yaratmak için ihtiyaç duyulan duygulanım politikasının devamlılığını sağlayamayabileceğini telkin ediyordu. Hastanın kapasiteleri hakkında şüpheye düşmeye başladım. Derinlemesine çalışma yapabilmek için gereken temel ego gücüne sahip değil miydi yoksa? Yarı psikopat mıydı yoksa gerilemesi karşılığında çok fazla ödüllendirildiği için bundan kurtulmayı beceremiyor muydu? Ya da cezadan aldığı zevkten mahrum kalmamak için gerilemeyi bırakmayacak derecede mazoşist miydi?

Hastanın; çok net olduğu konularda devamlı olarak bir ileri bir geri gidip geldiğini ve bunu davranışlarını kontrol edemediğinden mi yoksa kontrol etmek istemediği için mi yaptığı konusunda kararsız kaldığımı söyleyerek, bu meselelere dikkatini çektim. Denediği halde davranışlarını kontrol edemediğini ortaya koyan bir mücadele gözlemlemediğimi de sözlerime ekledim. Gerçek kendiliğinden neden vazgeçer gibi göründüğünü merak ettiğimi söyledim. Bütün bunlar da hastanın gerçek kendiliğini aktive etmek için sarf ettiği çabaların yenilenmesiyle sonuçlandı.

Jean: Üçüncü Yıl

Paradoksal bir şekilde terapisinin üçüncü yılına girdiğinde Jean ilk kez, savunmacı kendiliği, yani gerileyici eyleme vurma, gerçeklikten kopma ya da aşırı yeme, olmadan yalnız kalmasıyla ilgili ortaya çıkan ayrılma paniğiyle başa çıkabildiğini belirtti.

Birkaç hafta sonra, benim bir haftalığına şehirden uzaklaşmam yüzünden ortaya çıkan ayrılma stresi ortamında Jean, ayrılma paniğiyle bu sefer daha iyi başa çıkabildiğini gösterdi. "Ofisinizden korkmuş bir şekilde ayrıldım. Kendi evime döndüm ve bir an önce harekete geçmezsem, içimdeki çocuğun dizginleri ele alacağını ve yine pes edeceğimi fark ettim. Kendimi çok çaresiz hissettim ve üstümü bile değiştirmeden koşmaya çıktım. Sonrasında ise çok rahatlamış ve çok iyi hissettim." Gerçek kendilik temsiline bağlılığı, gerileyici dürtülerinin üstesinden gelmişti. Hastaya "aferin" diyerek, kontrol alma çabalarını destekledim. Bu, hastanın gerçek kendiliğini harekete geçirmesine, daha önce asla denemlemediği türde, onaylayan bir karşılıktı.

Anlatmaya devam etti: "Ama sonra, eğer devam edersem kendimi çok yalnız ve kaderime kızgın hissediyorum ve her

şeyi mahvetmem gerekiyor." Bu söyledikleri, kapasitesiyle ilgili şüphelerimi o anlık yatıştırmıştı.

Birkaç hafta sonra hasta, geri çekilen nesne ilişkileri parça biriminin altını şu bağlamda çizen, gördüğü önemli bir rüyadan bahsetti: "Ailemle ilişkilerim hakkında günlüğüme yazdıklarımı okuyordum ve şimdi de beş sene önce olduğu gibi olduğunu gördüm ve pes etmek istedim. Orada öylece oturup kendimi kötü ve gergin hissedemezdim, bu yüzden gidip domuz gibi yemek yedim. Beni kendimden geçirip uykuya dalmamı sağlayacak bir şey yapmak istedim çünkü. Sonra uyudum ve rüyamda şunları gördüm: Annem oradaydı, bana nasıl giyinmem gerektiğini söylüyordu, ama o kadın aslında pek anneme benzemiyordu. Başka bir kadındı, korkunç, hain gözlü, garip bir kadındı. Bir cadı, bana içten içe çok kızgın, çirkin bir canavar. Çaresiz bir şekilde bu cadının suratına annemin yüzünü monte etmeye çalışıyordum, cadıya dönüşümünü engellemeye çabalıyordum. Nefesimi tutuyordum ve en sonunda annemi görebildim."

Jean'in serbest çağrışımları şöyleydi: "Sevecen bir anne fantezisini sürdürecek kadar çaresizim. Farklı bir şey görmeye katlanamıyorum." Bu hislere karşı nasıl savunma yaptığına ilişkin bir anısını hatırladı: "Çocukken kendimi sürekli rahatsız edici bir şekilde boş ve sıkılmış hissediyordum. Bu sabah işe gitmek için kendimi yataktan zorla kaldırmam gerektiğinde de aynı şeyi hissettim. İşi bırakmak istedim. Tükenmiştim. Beynim yıkanmış. Kavga edecek çok şey var, pes ediyorum. Sırf üzülmek için erkek arkadaşımdan ayrılmayı bile istiyorum. İnandığım ve uğruna yaşadığım her şey bir yalan. Kalbim kendim ve kendi masumiyetim için kan ağlıyor. Ailemdeki iyi kişinin ben olması mümkün müydü? İçten içe birilerinin, erkek arkadaşımın, canını yakmak istiyorum ki benim hissettiklerimi hissedebilsin. O beni seviyor, bu yüzden ona zarar verebilirim, onun da bana zarar verme-

sine izin verdiğim gibi. Hasta, delirmiş bir kafası olan çirkin kişiyim ben."

Hastanın annesinin onu günah keçisi ilan etmesini (geri çekilen nesne ilişkileri parça birimi) idrak edişine hissettiği kızgınlık ve hüsranla başa çıkma konusunda başarısız olduğu ve bu yüzden her bireyleşmeye çalıştığında harekete geçen kafasındaki cadıyla ilgili hisleriyle yüzleşmesi gerektiği yorumunu yaptım. Bu duruma kafasının içinde hâkim olmalıydı, yoksa ortaya çıkmaya başlayan kendilik aktivasyonuyla çelişecekti. Kızgınlığı gördüğü anda paniklediğini ve pes edip işin acısını kendisinden çıkarttığını söyleyerek cevap verdi.

Gerileme ve savunmayı eyleme vurmadan ziyade, terk depresyonuna hâkim olup, derinlemesine çalışma kapasitesinin giderek geliştiği de, benim bir sonraki tatil kararıma verdiği tepkiyle kendisini ortaya koydu. Son görüşmede kendisini boş, sıkkın ve depresif hissettiğini söyledi ve gördüğü şu rüyayı anlattı: "Küçük kedimin balkondan aşağı atlarken gördüm. Çok yüksek olduğunu biliyordum, yardım için bağırdım ama kimse duymadı. Kedim atladı ve yere yapıştı. Çaresiz masum bir şey? Neden beni terk etti?" Serbest çağrışımları şunlardı: "İnsanlar beni çok küçük görüyor. Hiçbir özeliğim yok. Nasıl bir fark yaratabilirim ki? Annem erkek kardeşimi doğurduğunda da böyle hissettiğimi hatırlıyorum. Sonra da zaten beni büsbütün görmezden gelmişti."

İlk kez, yaklaşan tatilim konusuna, annesinin mevcut olamayışının bir tekrarıymış gibi tepki verdiği yorumunu yaptım.

TARTIŞMA

Borderline Üçlüsünün Kökeni

Ebeveyni Jean'in bireyleşme ihtiyaçlarını karşılıklı bir şekilde ihmal etseler de, sevgi ve şefkatlerini kelimelere dökmüşlerdi ve bu sözlü ifadeler de Jean'in ödüllendirici birim fantezisinin temelini oluşturuyordu. Babasının bağlılık konusundaki olumsuz hisleri, hastaya yansıtılmıştı; annesinin bağımsızlık ve depresyonu hakkındaki olumsuz hisleri de hastaya yansıtılmıştı.

Borderline Üçlüsünün Klinik Tablosu

Jean bu yansıtmalarla kendi bireyleşmesinin kaybı pahasına özdeşleşmişti. İyi ve itaatkâr bir çocuk olarak kendilik temsili bu birimin duygulanımıyla ilintiliydi -biri tarafından ilgilenilmek; yapışma ve çaresiz, çocuksu davranışların yanında, bireyleşmenin inkârı ve ondan kaçınmayı gerektiren patolojik bir egoyla birleşmişti.

Ayrılma paniğinin acı veren duygulanımları, cinnet ve intihar eğilimli depresyon, duygulanımdan kopmak ve aşırı yemek yemekle idare ediliyordu. Hasta kendini, yüzeyde çocuksu davranışları yüzünden sevilen, ama aslında bağımlı ihtiyaçları yüzünden kötü ve hatalı olan çaresiz, yapışkan, şikâyetçi ve güzel bir çocuk olarak sunuyordu.

Borderline Üçlüsünün Terapötik Yönetimi

Bu sahte savunmacı kendilik, kopuk-duygulanım görüntüsü, terapistlerin üç yıl süren psikoterapi boyunca hastalığın içine girme çabalarını engellemişti ve bu terapideki ilk klinik problemdi. Gerilemeyi en aza indirmek ve kendilik aktivasyonu ve sorumluluğa duyulan ihtiyacı en üst seviyeye çıkarmak için, hastanın kendi kendisine bakabilmesi için kendisine ait bir eve çıkmasını ve bir işe girmesini *şart* koştum. Pa-

tolojik egoyla başa çıkma planıma; aşırı yemek yemesiyle alakalı duygulanım kopmasının yanında, kaçınmasının ve yapışkan davranışının uyumsuz ve yıkıcı taraflarını yüzleştirerek başladım. Yüzleştirmelerin içselleştirilmesinin bir sonucu olarak hastanın gerçek kendiliği ortaya çıkmaya başladı: Hasta kendisine daha iyi bakıyordu, kendisini aktive ediyordu ve çok daha olgun ve bağımsız bir davranış sergilemeye çalışıyordu. Bunlara ek olarak kopma ve aşırı yemek yeme yoluyla sergilediği eyleme vurmaları kontrol altına almaya da çalışıyordu. Bu gelişmeler; gerilemeye duyulan ağır ihtiyaçla sonuçlanan geçici kontrol ve gelişimden oluşan bir rutin model ortaya çıkardı. Bu süreç terapinin, hastanın gerilemelerinin hizmet ettiği asıl duygulanımlar ya da bu duygulanımları hızlandıran şeylerin ikisinden de bihaber olduğu, ilk bir yılını kapladı.

Zamanla, hasta gerçek kendiliğini daha iyi bir şekilde aktive edebilecek hale geldiğinde ve sahte, savunmacı ve gerileyici kendiliğinin kontrolünü devamlı olarak ele alabildiğinde, gerileyici kendiliği gerektiren acı verici duygular üreten iki tür hızlandırıcı etkenin de farkına daha iyi vardı: (1) Kendilik aktivasyonu ya da tek başına bireyleşme hareketi ve (2) ebeveyninin ihmali ya da baştan çıkarışını da içeren çevresel ayrılma deneyimleri.

Aynı zamanda kendisini aktive edebildiği derece ve ilişki kurduğu erkek türü arasında da bir ilişki bulunuyordu. Gerçek kendiliğini etkinleştiremediği ilk safha boyunca, epey yıkıcı bir etkisi olan bir erkek arkadaşı vardı -annesiyle olan ilişkisinin bir tekrarı: Bu adamı sevmek ve onun tarafından sevilmekle ilgili fantezileri vardı, ama gerçekte adam hastayı narsisistik bir şekilde kullanıyordu. İkinci safhaya geçtiğinde gerçek kendiliği ortaya çıkmaya başladı ve hasta da kendisine daha iyi bakabilecek, kendisini aktive edebilecek duruma geldi. Sevgilisinden ayrıldı ve bir sonraki erkek arkadaşı da

en azından sevgisini gösteriyor ve hastaya daha uygun bir şekilde davranıyordu; ama bu adam da kendi sorunları yüzünden hasta için kullanışlı değildi.

Terapinin ikinci yılından sonra, kendilik aktivasyonu sağlamlaşmıştı ve artık kendi evinde oturuyor ve hem eviyle hem de işiyle başa çıkabiliyordu. Hastaya karşı duygu ve davranışlarında şu ana kadarki en uygun kişi olan üçüncü bir erkek ortaya çıktı. Gerilemeler seyrelmişti ve Jean artık ayrılma paniği, öfke ve intihar eğilimli depresyon ve kendiliğin ifadesinin derin yoksunluğu konularıyla daha fazla temas halindeydi.

İlerici ve gerileyici kafa karışıklıkları, Jean'in terk depresyonu ve ayrılma paniğinin sınırlarından kurtulup bireyleşebilecek kapasitelere sahip olup olmadığı konusunda ciddi bir şekilde düşünmeme sebep oluyordu. Gelgelelim bu mesele; çevresinden ziyade zihninin içinde güvenli bir şekilde oturtulduğu, yani Jean'in kendilik aktivasyonu ya da gelişimine doğru herhangi bir hareketin, gerileyici bir savunmayla karşılık verdiği ayrılma paniğini beraberinde getirdiği, terapinin sonraki safhasına kadar asıl terapötik bir teste tabi tutulamıyordu. Bu mesele bir araya getirilmişti ve ilerleme kaydedilmişti, ama en son çözülme noktası hala belirsizliğini koruyordu.

Bu vaka; terapistin hastanın patolojik savunmalarının yüzleştirilmesi terapötik tekniğini, nihayetinde hastanın borderline üçlüsünün işleyişinin farkındalığını kendi zihni içinde sağlamak için, nasıl kullandığını ortaya koyuyor: *Bireyleşme, depresyona,* depresyon da *savunmaya* yol açıyor. Bu üçlünün derin bir şekilde içselleştirildiği ve hızlanan ayrılma ve bireyleşme stresleri tarafından otomatik olarak tetiklenen ve terapötik ortaklığı güvenceye alan; aynı zamanda hastayı borderline sorunuyla başa çıkmak konusunda bir seçim alternatifi olarak terapiye bağlayan da hastanın bu

farkındalığıdır. Aynı zamanda terapist, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliği bütünleşmesini pekiştirmek için iletişimsel örtüşme terapötik tekniğinden yararlanır.

Narsisistik Kişilik Bozukluğunun Bozulmuş Kendiliğiyle İletişimsel Örtüşme

Klinik Örnek: Harold

Terapiye başladığı sırada Harold, aile şirketlerinden biri için çalışıyordu, lüks bir dairede oturuyordu ve narsisist ama güzel karısına, tıpkı annesine olduğu kadar bağlıydı. Karısını idealleştiriyordu, ona bağımlıydı ve hayatı onu memnun etmeye çalışarak geçiyordu. Bu çabalarının annesini memnun etme ihtiyaçlarıyla çeliştiği zamanlar hariç tabii ki. Karısının onu terk etmesi, intrapsişik yapısında bir hareketliliğe neden oldu ve gerçek kendiliğinin ortaya çıkması için ilk kez bir fırsat yarattı. Bu ayrılma stresine tamamen narsisistik savunmayla mı, yani büyüklenmeci kendiliğiyle mi karşılık verecekti, yoksa hayatını yeniden düzenleyebilmek için gerçek kendiliğini aktive etmek adına bir fırsat olarak değerlendirebilecek miydi?

İletişimsel örtüşme adına ilk girişimler, hastanın boşanmanın finansal tarafında anlaşmasının zorunlu hale geldiği zaman başladı. Hasta, kadını memnun etme ihtiyacı yüzünden, parasal gerçekleri görmezden gelmeye, inkâr etmeye ve eski karısına gerçekdışı bir anlaşma önermeye meyletmişti. Bu yaklaşımının yıkıcı inkârıyla yüzleştirilmesinin yanında; kadın ya da ailesiyle hiçbir ilişkisi olmayan, tarafsız bir avukat tutma fikri gibi boşanma anlaşmalarıyla ilgili diğer meselelerle ilgili tartışmalardan oluşan iletişimsel örtüşme de kuruluyordu.

Boşanmanın sonuçlanmasından sonra gelen sorun da, ona para ve unvan sağlayan, ama gerçek kendiliğini ifade etmesini engelleyen aile şirketinde çalışmaya devam edip etmemesi gerektiğiydi. Aynı zamanda kendisine narsisistik kaynak sağlayan, ama gerçekte onun için fazla büyük olan lüks dairesinde oturmaya devam etmeli miydi?

Firmadan ayrılmaya ve finansal kaynaklarını ailesininkinden tam anlamıyla koparmaya karar verdi. Bu, kendisinden fazlasıyla korktuğu annesiyle kapsamlı görüşmeler yapması gerektiği anlamına geliyordu. Annesine karşı itaatkâr davranışlarının yüzleştirilmesinin ötesinde, görüşmelerin kendi hedeflerinin zihninin merkezinde durmasının önemli olduğu, çeşitli gerçekliklerini tartıştık. Büyük mücadeleler ve zorluklardan sonra Harold, hem karısı hem de annesiyle büyüklenmeci kendiliğinden ziyade gerçek kendiliğinin kararlarına dayanan anlaşmalar yapmayı başardı. Sonra evini sattı ve daha küçük ama kendisine daha uygun bir eve çıktı.

Bu durum, hasta her bir klinik örneği, emlakçılar ve ev satın alan kişiler arasındaki sorunlar olduğu kadar, New York'taki gayrimenkul işlerinin vaziyeti ve değişimini tartışmak üzere getirdiği için, önümüzde güzel bir fırsat yaratıyordu. Bu hareketlenmeyi daha çok gerçek kendiliğine dayanarak düzenlemeyi başardı ve şimdi kendi evinde, ailesi ve karısından uzakta ve en azından finansal anlamda, özgürdü. Bu değişiklikler çevresinin ve yaşam tarzının, hem iş hem de özel ilişkilerinin gerçek kendiliği pahasına büyüklenmeci kendiliğiyle çınlaması yüzünden gerileyici ve savunmacı olmaktan çıkıp, çok daha uyumlu hale gelmesini sağlamıştı. Artık o tür gerileyici ilişkilerden kurtulmuştu ve hayatını düzene sokabilmek için gerçek kendiliğini kendi başına aktive etmesinin gerekliliğiyle yüzleşmişti. Bu değişiklikler aynı zamanda, elbette, savunmalarıyla çeliştiler ve İkinci Bölüm'de anlatıldığı gibi terk depresyonunun ve gerçek kendi-

liği etkinleştirirken yaşadığı sorunların su yüzüne çıkmasına sebep oldular.

Zamanını dolduracak bir şey bulması ve bir kariyer seçmesiyle ilgili ihtiyacıyla yüzleşen Harold'ın gerçek kendiliğinin aktivasyonunda yaşadığı sıkıntılar büyük sorunlara neden oluyordu. Ne istediğine bir türlü karar veremiyordu, konsantre olmakta zorlanıyordu. Her türlü ilgi alanı ya da aktiviteyle ilgili kararsızdı. Başarısız olacağından, küçük düşürüleceğinden ve seçtiği kararda engellerle karşılaşacağından korkuyordu. Aynı zamanda belirli aralıklarla bu pasiflik ve kaçınma altında bunaltı geçirdiği oluyordu. Hiçbir şey yapamaz durumdaydı.

Gerçek kendiliğini tayin ve aktive edebilmedeki becerisizliği ve kararsızlığını çözebilmek için meslek testine girdi. Bu da bana, asıl önemli olanın yetenekleri değil -ki üniversitedeki notlarına bakılırsa gerçekten çok yetenekli olduğu belliydi- ne istediği ve motivasyonun ne olduğu gerçeğini tartılarak iletişimsel örtüşme yapma imkânı vermiş oldu. Girdiği meslek testi de ona ne yapmak istediğini söyleyemeyecekti.

Sorun, şimdi para kazanmasına gerek kalmayacak kadar iyi bir gelirinin olduğu gerçeğiyle daha da karmaşık hale gelmişti. Bu durum yine, paranın çoğu zaman bir engel olabildiğine ve çoğu insanın geçinebilmesi için para kazanması gerektiğine, başka seçme şanslarının olmadığına dikkat çekerek iletişimsel örtüşme yapabilmeme olanak sağlamıştı. Çalışmak zorunda olmama lüksü, ne yapmak istediğini tespit konusunda çektiği sıkıntıyı daha da zorlaştıran kocaman bir seçenek paleti ortaya koyuyordu. Bu durum da, insanın karar verme yoluna nasıl girdiği ve bir ilgi alanı ya da kariyerin oluşturulmasında gerçek kendilik ve çevre arasında deneyler yapma ihtiyacıyla ilgili yaptığım iletişimsel örtüşmelere yol açtı.

Harold son olarak, karar verme konusundaki beceriksizliği yüzünden mahvolmuş bir şekilde bir takım kurslara katılmaya karar verdi: "Bu kurslar beni ya savaşmaya ya da silahları bırakmaya zorlayacak." Kurslar, muhasebe, hukuk ve resim üzerineydi. Bu kararı, hastanın kendi kendini ifade etmekle ilgili sıkıntılarıyla yüzleşmesini sağladı ve bu öğrenim alanları dâhilindeki gerçeklikleri iletişimsel örtüşme alanında tartışmaya önayak oldu. Bu tartışmalar, gerçek kendilik ve büyüklenmeci kendilik arasındaki motivasyonları görüp ayırt etmesine yardımcı olmayı hedefliyordu. Örneğin, resim yapmak, teşhirci özellikleri yüzünden, yani çok ünlü olacağı ve insanların onu hayranlıkla izleyeceği fantezisi çok ilgisini çekiyordu. Bunun da, tabii ki, insanın bir şeyi yapmayı aklına koyması ve o konuda uzmanlaşması ya da başarıya ulaşmasının getirdiği gerçek kendilik tatminleriyle, karşılaştırılması gerekiyordu.

Bir keresinde bir tiyatro oyununa finansal yatırımda bulunmayı kafasına koydu, konu üzerinde pek düşünmeden yatırımı yaptı ve oyun başarısız olduğunda da büyük hayal kırıklığı yaşadı. Hastayla, bir oyuna yatırım yaparken insanın zihninde bulundurması gereken konularla ilgili, yani bir sürü oyun arasında sadece küçük bir kısmının başarıya ulaştığı ve bir kişinin başarıyı garantilemesi için çok ileri görüşlü ve bu alanda çok tecrübeli olması gerektiği üzerine bir iletişimsel örtüşme tartışması yaptım.

Koşu yapmak en sevdiği hobilerinden biri olmuştu, ama çelişkili bir soruna yol açıyordu: Bir yandan bu hobisi büyüklenmeci kendiliğiyle çınlayan gerileyici ve savunmacı bir aktiviteydi, bir yandan da bir çeşit gerçek kendiliğini ifade ediş şekliydi.

Koşmaya karşı verdiği duygusal tepkisi, büyüklenmeci kendiliğiyle gerçek kendiliği arasında bir ileri bir geri gidip geliyordu. Örneğin, seanslarda terk depresyonuyla ilgili

geçmiş konular ortaya çıkıyordu ve sonrasında hasta kendisini koşmaya veriyordu. Fiziksel aktivitenin heyecanı ve salgıladığı endorfin, performansına bağlı olarak, büyüklenmeci kendiliğinin bir çeşit manik gösterisiyle sonuçlanıyordu. Aynı zamanda terk depresyonuyla ilgili konular da seanslarda birden bire yok oluyorlardı. Gerçekten de atletik yeteneği epey fazlaydı. Sırf kendisiyle ilgili kötü hisleriyle başa çıkabilmek için koşmasına gerek olmadığını altı çizilmişti, ama insan kendisine ve vücuduna iyi bakarak, iyi durumda olduğundan emin olarak ve koşma ve yarışmanın fiziksel zevkinin tadını çıkartarak gerçek kendiliğini ifade etmek için de koşabilirdi.

Tekrar tekrar, muhasebe, hukuk ve resim kurslarının birer yaratıcı hobi mi yoksa gerçek ilgi alanları mı olduğu sorusunu gündeme getirmek önemliydi. Resimle ilgili mesela, eğer gerçek ilgi alanı bu olacaksa, uzun bir süre çaylak konumunda olmasının, bu alandaki profesyonel ve uzman kişilerle yarışmasının gerekli olduğu vurgulanmalıydı. Bu yüzden, fazla bir çevresel başarı umması da biraz zor gözüküyordu.

Kendine ait parasını yatırımlarda kullanıyordu ve düzenli olmakla birlikte büyüklenmeci kendiliğinin beklentilerini karşılamadığı için küçümsediği, belirli bir kazancı vardı. Bu davranışı da yüzleştirilmişti, ama aynı zamanda çoğu insanın yatırım yaparken ne kadar güçlük çektiğiyle ilgili tartışmalar yoluyla iletişimsel örtüşme tekniği de kullanılmıştı. Endişelerini atlatmış gözüküyordu ve elindeki parayı neden yeni bir kariyerin temelini atmak için kullanmadığını düşündü.

Boşanmadan sonra kadınlarla yaşadığı ilişkiler de büyüklenmeci ve gerçek kendiliği arasındaki sorunlarla benzerlik taşıyordu. Kadınların kendisine hayran olmalarını, kendilerini yüzde yüz adamalarını bekliyordu. Fazla sayıda tek gecelik ilişki yaşıyor, kadın arkadaşlarını düzenli bir şekilde dışarı

çıkarmıyor, bunun yerine aradığında hazır bulunmalarını talep ediyordu. Düzenli bir ilişkisi yoktu. Hayranlık uyandırmak ve cinsel performansının övülmesini bekliyordu.

Büyüklenmeci kendiliğinin kadınlarla ilişkisinde hasta, performansıyla ilgili herhangi bir endişesi olmaksızın, kendini güvenli, sakin ve güçlü hissediyordu. Bu boş ilişkilerin bitmez tükenmez tekrarlarının kaçınılmaz kapalılığı, onları savunmacı değerlerini düşürüyordu ve bu da hastanın ilişkiler konusunda hissettiği yalnızlık ve depresyonun daha da açığa çıkmasına sebep oluyordu. Sorunu yeniden gözden geçirmeye ve gerçek kendiliğini kadınlarla aktive etme çalışmalarına başladı. Sonuç olarak duygusal durumu, tamamen yetersizlik ve başarısızlık ve reddediliş konularında kesinliğe doğru değişiklik gösterdi.

İnsanın nasıl gerçekçi bir şekilde ilişki kurduğuyla ilgili temel fikirler hastaya yabancıydı ve bu konuların iletişimsel örtüşme aracılığıyla tartışılması gerekiyordu. Örneğin, kimya ya da cinsel çekim ve diğer kişinin karakteri arasındaki farkı öğrenmesi gerekiyordu. İlişkinin önce bu çekimle başlayıp sonra karakterler sayesinde devam edebildiğini; insanın cinselliğe kendisini kaptırmadan önce karşısındakinin karakterini incelediğini; eğer gerçekçi bir ilişki istiyorsa kendi kendiliğinin ifadesi kadar karşısındaki insanın kendiliğine de çok dikkat etmesi gerektiğini; iş ve kariyer hayatında olduğu gibi aşk hayatı içinde de hangi tür kadının gerçek kendiliğine en uygun olduğuna karar verebilmek için deneme yanılmanın gerekli olduğunu öğrenmesi gerekiyordu.

Teşhirci ve narsisistik kaynak oluşturdukları için, sadece aşırı güzel kadınlarla birlikte olmak gibi bir huy edinmişti. Güzel kadınlarla birlikte olmak, başkalarının gözündeki önemini de arttırıyordu. Duygularına ve gerçek kendiliğine uygun bir kadınla birlikte olma fikri bir masaldı ve ürkütücü geliyordu. Bununla birlikte, tabii ki, kadınlarla ilgili yaşadığı

hüsranın sebebinin büyük ölçüde, bu kadınların mükemmel olmadığı ve kendi büyüklenmeci kendiliğiyle çınlamadıkları gerçeğini de derinlemesine çalışması gerekiyordu.

Yine, bütün bu süreçle birlikte hastanın terk depresyonunu da, son derece acı veren depresyon, öfke, çaresizlik ve umutsuzluk duyguları eşliğinde derinlemesine çalıştığı da unutulmamalıdır.

Klinik Örnek: Walter

Walter, karısının onu terk etmesinden sonra mahvolmuştu. Bu durum, ergen yaşta çocuklarıyla birlikte varoşlarda bir evde yaşadığı ve evden çıkması gerektiği gerçeğiyle daha da kötüleşmişti. Bu şartlar, elbette, gerçek kendiliğini etkinleştirmesi için çevresel bir imkân da ortaya koyuyordu. Gelgelelim, ilk tepkileri tam anlamıyla apati, depresyon ve bir çeşit oturma grevi yapmak olmuştu. Problemler hakkında konuşmayı ve taşınmayı reddediyordu ve hayat içerisindeki temel dayanağı olan işi de kötüye gitmeye başlamıştı. Durumu idare edemeyecek kadar çok depresifti. Kendisini "bunu beceremediğini ifade edemediği için kızgın, aptal, küçük düşmüş ve kaybedecek hiçbir şeyi olmayan kayıp biri gibi" hissettiğini söylüyordu: "Eski yaşam biçimime tutunuyorum, çünkü yenisine başlamaya korkuyorum. Hareketsiz bir şekilde, sihirli bir değnek bekliyor gibiyim."

Çoğu insan bu süreç dâhilinde heyecan ve zevk duyarken, gerçek kendiliğini şimdi aktive etmenin neden bu kadar korkutucu olduğunu sorarak iletişimsel örtüşme yaptım. En sonunda ani bir manevrayla, hiç kendisine göre olmayan başka bir eve taşındı. Bu da bizi, hayat içerisindeki pozisyonu ve tecrübelerine uygun ne tür evleri seçebileceği konusunda tartışmalara götürdü.

Yeni evine taşındıktan hemen sonra, gerçekten ilgili olduğu çocuklarını görmek için bile plan yapmama noktasına gelecek kadar büyük bir korkunun içine gömüldü. Bu davranışı; kendisini çocuklarından uzaklaştırması ve iyi bir ebeveyn olmak istediğini söylediği halde tersini yaparak bununla çelişmesinin çocukları üzerindeki etkileri hakkında konuşmalar yapmamıza imkân sağladı. Oğulları bu ayrılığı babalarından daha iyi bir şekilde idare ediyorlardı ve bu durum, hastanın gerçek kendiliğini etkinleştirmesini cesaretlendirmek için kullanıldı.

Hasta, çok yavaş ve acı veren bir şekilde kendiliğini etkinleştirmeye başladı, çocuklarıyla iletişim kurdu ve onlarla görüşmeye başladı. Bunun sonucunda çocukların ihtiyaçlarının, babanın ihtiyaçlarından farkını ve çocukların kendilerine babalık yapmak için ona ihtiyaç duymaları üzerine konuşmalar yapıldı. İşine olan ilgisi canlandı ve görüşmelerde gerçek kendiliğini karısıyla olan ilişkisini, kendine güveninin kaybolması açısından değil, karısı için yetersiz bir duygusal tatmin kaynağı olduğu gerçekliğinin kabulüyle, yeniden değerlendirmek için kullanmaya başladı. Bu da, bir kocanın karısına nasıl davranması, onu nasıl memnun etmesi gerektiğiyle ilgili iletişimsel örtüşme yapma imkânı yaratmış oldu.

Gerçek kendiliğine dönmesi, eskiden beri ego uyumlu olan işe bakış açısında da bir kaymaya sebep olmuştu. İşinden aldığı tatminin, bütün personel arasında dikkat merkezi ve idealleştirilmiş çalışan olmasının yanı sıra, otorite ve başarı hislerinin de bir birleşimi olduğunun farkına varmaya başladı. Kaba, küstah ve değer bilmeyen davranışları yüzünden birlikte çalıştığı iş arkadaşları arasında nasıl husumet yarattığını da görmeye başladı.

Bu fark edişle birlikte, iş arkadaşları arasındaki uyum; başkalarıyla ilişki kurmayı bekliyorsa onların kendiliklerini gerçekçi bir şekilde kabullenmesi gerektiği ve otorite ve ba-

şarı sayesinde iş yerinde gerçek kendiliğini tatmin ediyor oluşu konularında tartışmalar yapıldı. İşi hayatının temel dayanağı olduğu için Walter'da bu, Harold'da gözlemlediğimiz aynı soruna yol açmadı. Sadece, işini gerçek kendiliğinin amaçlarına ters düşen bir şekilde, narsisistik amaçlar için kullanması üzerine çalışmak gerekiyordu; bunlar farklılaştırıldığında da işinin gerçek kendiliğini nasıl memnun ettiğine dikkat çekmek gerekiyordu.

Ne var ki, iş alışkanlıklarıyla ilgili iyi bir ölçüde iletişimsel örtüşme bulunuyordu. İşi narsisistik zırhını ve duygusal kopmasını güçlendirdiği için uzun süredir işkolikti. "Programların insan için yapıldığı, insanın programa göre ayarlanmadığı" konusunda tartışmalarımız sürerken, "iş programı" konusunda gerçekçi olmadığının farkına varmaya başladı. Aynı zamanda iş dışında yaratıcı ilgi alanlarıyla ilgilenmek için de zamana ihtiyacı olduğunu görmeye başladı.

İletişimsel örtüşme yapmak için belki de en elverişli alan kadınlarla olan ilişkileriydi. Karısından evlenmeden önce neredeyse hiçbir ilişkisi olmamıştı. Bütün perspektifi, narsisistik kimliği, kadının hayatının merkezinde olması gerektiği ve tıpkı annesi gibi, kadının her şekilde kendisini ona adaması gerektiği düşünceleriyle kaplanmıştı. Bir önceki hastada olduğu gibi Walter'la da, iletişimsel örtüşmeye verdiği karşılıklar aracılığıyla, gerçek kendiliğin nasıl narsisistik kendilikten farklı bir şekilde ilişki kurduğunun tartışılması gerekiyordu. Hasta bu konuda son derece zorlandı.

Buna rağmen bir süre sonra, finansal açıdan güvenli ve profesyonel bir adam olarak, peşinden koşan birkaç kadın tarafından hayatlarının merkezine oturtuldu. Bu kadınların verdiği sosyal ve cinsel tatmine dayanarak onlarla hızlı ilişkiler kuruyordu, ama uzun süreli ilişki istediklerine dair düşüncelerini gösterdikleri anda hasta narsisistik bir öfkeyle patlıyor ve onlardan ayrılıyordu.

Bu tür tepkileri, narsisistik ve gerçek kendiliği arasında ayırım yapma fırsatı sundu. Karakterleri hakkında hiçbir bilgi sahibi olmadan kadınlarla anında cinsel ilişkiye giriyordu ve sonrasında zayıflıklarını, yetersizliklerini ya da uzun süreli ilişki isteklerini keşfettiğinde de hüsran ve kızgınlık içinde kayboluyordu. Bir kadının kendisini aynalamasından mı yoksa gerçek karakterinden mi hoşlandığını ayırt etmede güçlük çekiyordu. Genelde birinci şık geçerli oluyordu. "Kadınlarla nasıl arkadaşlık kuracağımı öğrenemedim," diyordu. "Beni bir kral ya da derebeyi gibi gören, bana ait olan ve kendilerini kontrol etmeme izin veren kadınlara bağlanabiliyorum."

En sonunda bir gün şöyle söyledi: "Gerçek kendiliğim ortaya çıkmaya başladı. Gerçekten kim olduğum konusundan hala emin olmasam da artık bir kral ya da yıldız olmadığımı biliyorum; ama bunlardan çok daha fazlası olduğumu hissediyorum. Bana ait ve gerçek bir şey ortaya çıkıyor." Gerçek kendiliği ortaya çıkarken, hayat tarzında, kendi deyimiyle 'derin değişiklikler' deneyimlemeye başladı. İşindeki otoritesinin tadını çıkartıyordu, iş arkadaşlarıyla daha gerçek bir tabanda ilişki kuruyor ve olumlu tepkiler alıyordu. Yaratıcı işlere zaman ayırıyordu, rahatsız, sabırsız ve tez canlı davranışlarını bırakmıştı, kendisini ve özellikle kadınlar olmak üzere diğer insanları çok daha gerçekçi bir pencereden gözlemliyordu ve gerçek kendiliğiyle deneyler yapabiliyordu. "Kendi kendime yetmeye ve bir şey yapmaya kalkışmaktan ziyade önce düşünmeye çalışıyorum. Kendimden daha az korkuyorum, daha rahatım ve diğer insanların ihtiyaçlarını anlamak için istekliyim." Ne var ki ilk zamanlarda, gerçek kendiliğiyle ve kadınlarla deneyler yapmaya kalkıştığı zaman -örneğin onlardan hoşlanmak ve bağ kurmak gibi- onlardan gördüğü karşılıklar anında büyüklenmeci kendiliğini tetikliyordu ve o zamanda karşısındakinin gerçek karakterlerine

olan ilgisini yitiriyor, onlarla sadece birer narsisistik kaynak olarak ilgileniyordu.

Fazla sayıda deneyden sonra, kendisinden 10 yaş kadar genç, bekâr çekici bir kadınla tanıştı. Yine kadınla 'hemen yakınlaştı', sık sık görüşmeye başladı, birbirlerine âşık olduklarına karar verdi ve boşanmasının son safhasında olduğu için de hemen onunla evlenmeyi düşünmeye başladı. Kadın çocuk istiyordu. Walter istemediğini söyledi ve daha önce hiç evlenmemiş ve bir çocuk isteyen bu kadınla ilgili ileride meydana gelecek sorunları yadsıdı.

Çalıştığı firma kapanacağı için iş değiştirmek zorunda kaldı. Arayışları sonunda, kendisini isteyen yeni firmanın uygun olup olmadığını yeterince incelemediği için kötü bir seçim yaptı. Kısa bir süre sonra iş arkadaşlarının gayet vasat vasıfları olduğunu fark etti ve belirgin yetenekleri ve narsisistik tavırlarının birleşimi sayesinde birkaç ay içinde onları avucunun içine almayı başardı. En sonunda sevgilisinden de ayrılmak zorunda kaldı.

Hukuk firmalarının politikaları ve aynı zamanda iş arkadaşları arasında kafasını biraz daha yukarı kaldırmaya cesaret edenlerin doğal olarak kıskanıldığına dair iletişimsel örtüşme tartışmaları yaptık. Shakespeare'in "Julius Ceasar"ı yine bu duruma çok uygun bir örnek oluşturdu.

Narsisistik bozukluklardaki büyüklenmeci kendilik savunmasının etkililiği ve katılığının, gerçek kendiliğin terk edilmiş bırakılmasına sebep olduğu görülebilir. Sonuç olarak gerçek kendilik deney yapma, teste tabi tutulma ve çevreyle ilişki içerisinde bir şeyler öğrenme için uygun durumda değildir. Bu yüzden, terapi sırasında kendisini göstermeye başladığında, hayatın ve insanlar arasındaki ilişkilerin gerçekliğiyle ilgili bütün bu nispeten belirgin ve neredeyse genel sosyal mefhumlar, daha önce hiç öğrenilmediklerinden, ilk

kez öğrenilmek zorundadırlar. İletişimsel örtüşme süreci her birinde farklı şekillerde kullanılan yüzleştirme tekniğinden farklı olarak- hem borderline hem de narsisistik kişilik bozukluklarında aynı olsa da; narsisistik bozuklukta iletişimsel örtüşmenin büyüklenmeci kendilik tarafından yapılıp yapılmadığı ve büyüklenmeci kendilikle çınlamaya yönlendirip daha büyük dirence yol açmadığı konusunda çok daha dikkatli olmak gerekir.

II. KISIM
SOSYOKÜLTÜREL

Bozulmuş gerçek kendiliğin tamiri konusunda klinik çalışmalar, kaçınılmaz olarak, kendiliğin bu gelişim ve ifadesini hangi sosyal ve kültürel etkileşimlerin pekiştirdiği ya da engellediği konusunda soruları gündeme getirir.

Bu sorular, anekdot ve deneysel seviyede klinik kanıtla aynı geçerliliğe sahip olmasalar da, yine de düşünmek adına önemli bir temel sağlarlar. Kitabın bu bölümü, kültürlerarası ve sosyokültürel etkenlerin ilişkisinin gerçek kendiliğin gelişim ve ifadesine etkileri hakkında bir takım hipotezler ve spekülasyonlar ortaya koyuyor. Bununla amaçlanan şey ise, tek başına bir sosyokültürel araştırmalar paketi sunmaktansa, gerçek kendiliğin klinik konseptinin genişletilip geliştirilmesidir.

6

GERÇEK KENDİLİĞİN GELİŞİMİ VE MATERNAL LİBİDİNALİN KABULÜ: KÜLTÜRLERARASI YAKLAŞIMLAR

Önceki bölümler, maternal libidinal tarafından gösterilen kabullenmenin, gerçek kendiliğin gelişiminin, maternal libidinal ulaşılabilirliğin sağlanmasının ortaya çıkmaya başlayan kendilik üzerindeki önemini kuvvetle vurgulayan Amerikan kültüründeki hayati rolünü tanımlıyordu. Anne ve çocuk arasındaki bu erken dönem yakın bağın korunması ve geliştirilmesi, çokça zaman ve çaba gerektirir.

Akla sık sık şu soru gelir: "Maternal libidinal ulaşılabilirliğin, kendiliğin gelişimindeki rolü gerçekten bu kadar büyük müdür?" Bu soruya, meseleyi epey farklı bir şekilde ele alan diğer kültürleri inceleyerek alternatif cevaplar öne sürebiliriz. Bu konuda, İsrail ve Japonya tartışmamızın temelini oluşturacak ülkelerdir.

İSRAİL

Bruno Bettelheim, Şikago'da yer alan yatılı bir terapi merkezindeki Ortogenik Okulu'nda, ebeveynlerinden ayrı kalan otistik çocukları tedavi etmişti. Çocukların erken yaşta

annelerinden alınarak, çocuk evlerine yerleştirilerek erken dönem anne-çocuk bağı önemsiz kılınan Kibutz (komün İsrail köyleri) kültüründeki çocuklarla ilgilenmeye başladı. İsrailliler, Bettelheim'in otistik çocuklarla yaptığı şeyin aynısını normal çocuklarda uyguluyorlardı: Onları ebeveynlerinden ayrı büyütüyorlardı.

Bu gelenek son yıllarda epey değişti. Hala uygulandığı yerlerde de, anne ile çocuk arasındaki bağı sağlamak adına çok daha fazla ve devamlı çaba harcanıyor. Gelgelelim, erken dönemlerden verilen bu örnek, Amerikan tarzına ters düşen yapısıyla yararlı bir tezat oluşturuyor. Bettelheim, bu mesele üzerinde kısa bir süre çalışmış (yerel gözlemcilere göre gerçekten çok kısa bir süre), ve ulaştığı sonuçları da *Rüya Çocukları (Children of the Dream* 1969) kitabında rapor etmişti.

Kibutz modeli çocuk yetiştirmek için iki sebep öne sürmüştü: (1) Kibutz'lar bir sınır toplumuydular ve annelerin tarlalarda çalışmasına ihtiyaç vardı ve (2) Kibutz işçileri varoşlarda hâkim olan anaerkil yapıdan uzaklaşmak istiyorlardı.

Çocuklar annelerinden henüz birkaç haftalıkken alınıyor ve diğer çocuklarla birlikte bir bakım evine yerleştiriliyorlardı. Ebeveynlerin gündelik bakım konusunda hiçbir sorumlulukları yoktu, ama akşamları ziyaret edebiliyorlardı. Bakım evlerinde çocukların duygusal yatıştırma ve rahatlatılma için yetişkinlere değil, birbirlerine danışmaları cesaretlendiriliyordu.

Bettelheim bu toplumda gelişimin sembiyotik safhası ve aynı zamanda ayrılma depresyonuyla ilgili herhangi bir kanıta rastlamadığını belirtmişti. Annelerinden uzakta büyüyen Kibutz çocuklarının, gelişimlerinin sonraki aşamalarında çocukluk dönemlerine ait herhangi bir kırılganlık göstermediklerini, okuldan atılmadıklarını, uyuşturucu sorunu yaşama-

dıklarını, iyi birer vatandaş, asker ve öğrenci olarak hayatlarını sürdürdüklerini yazmıştı. Bu yüzden de, bu tip bir çocuk yetiştirme tarzının, Amerika'dakinden daha üstün olduğu; çünkü Amerika Birleşik Devletleri'nde çocukluğa ait sorunların, okuldan atılmaların ve uyuşturucu problemlerinin daha yaygın olduğu sonucuna varmıştı. Özetlemek gerekirse, anne-çocuk arasındaki erken dönem bağlantının vurgulanmaması daha üstün sonuçlar getiriyordu.

Bettelheim (1969) okurken, ayrılma stresinin olmadığına dair aldığı notlara rağmen, çocukların tarafında bir ayrılma stresi olduğu şeklinde yorumlayacağım birçok kanıt sunduğunu fark ettim. Bunlara ek olarak, kitabın arkasında yer alan sonradan aklına gelmiş gibi gözüken bir notta da, Kibutz'larda büyüyen çocukların mükemmel birer asker, öğrenci, vatandaş olmalarına rağmen, gerçek kendiliğin yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık gibi- önemli işlevlerini içeren kapasitelerinde sorun çektiklerini belirtmişti.

Bizi insan yapan şeylerin yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık olduğuna inandığımdan, anne-çocuk arasındaki erken dönem bağa maksimum önemi veren ve bu yüzden de yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık dâhil olmak üzere kendiliğin bütün işlevleriyle birlikte gelişmesine olanak sağlayan bizim çocuk yetiştirme biçimimizin, okul ve uyuşturucu problemleri gibi potansiyel çocukluk kırılganlıklarına değdiğine düşünüyorum.

Aynı meseleye farklı bir açıdan bakmanın bir yolu da, Philip Roth'un *Portnoy'un Şikâyeti (Portnoy's Complaint)* (1969) kitabının kahramanını incelemek olabilir. Eğer Portnoy, cinsel sorunlarının az ya da çok sebebi olan annesinin aynı zamanda yazı yazmak için gerekli olan gerçek kendilik kapasitesini kazanmasına da yardımcı olduğunun farkına varsaydı, bu kadar çok şikâyet etmeyebilirdi.

Anne ve çocuk arasındaki erken dönem bağ -özellikle annenin çocukta ortaya çıkmaya başlayan kendiliği kabulü- kendiliğin gelişimi ve yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık potansiyelleri için hayati önem taşır. Bu bağın yeterince vurgulanmaması da bu insani niteliklerde yetersizliklere yol açacaktır.

JAPONYA

Amerika'nın 1945'ten 1952 yılına kadar süren Japonya istilası, bu aile kavramının merkezde durduğu, grup ve devlet yönetimindeki toplumun Amerikanlaştırılmasını ve Batılılaştırılmasını hızlandırmıştı. Çoğu kültürde ergenlik sosyal değişimin en hassas aracı olduğundan, bu durum Japon ergenleri arasında duygusal sorunlarda önemli çoğalmalara yol açmıştı. Örneğin baba katliamları klinik bir sorun olarak ortaya çıktı.

Ben bu durumu *Borderline Ergenin Terapisi/Treatment of the Borderline Adolescent* (1972) kitabım Japonya'da basılıp epey ilgi gördüğü zaman keşfettim. Daha sonra geçtiğimiz günlerde, Japonya'daki çocuk yetiştirme yöntemleri, bu yöntemlerin kişilik gelişimindeki etkileri ve Amerikanlaştırılmalarının bu süreçle nasıl çatıştığıyla ilgili ilk elden gözlem yapmama olanak sağlayan bir söyleşi turnesi vesilesiyle Japonya'ya davet edilince bu problemlerle ilgili daha fazla bilgi edindim.

Ruth Benedict (1946), Japon çocuk yetiştirme geleneğini, annenin çocuğun çocuksu narsisizmini ve benmerkezciliğini 5-6 yaşına gelene dek ödüllendirdiği ve hoş gördüğü, ileri derecede çocuk merkezli bir yöntem olarak tanımlamıştı. Bu yaşlara gelindiğinde de, anne çocuğu sosyalleştirmek adına davranışını ters çeviriyor ve utanç hissini de çocuğu, çocuksu

büyüklenmeci ve narsisizminin dışavurumunu kontrol etmesi için kullanıyor.

Kendi kültürümüzdeki normal gelişim üzerine yaptığımız çalışmalar sonucu; hayatın ilk dönemlerinde çocuğun kendiliğinin hem büyüklenmeci hem de tümgüçlü olduğunu ve dünyanın, kendiliğinin anne-çocuk karışımı kendilik-nesnesi temsilinin ikililiğindeki yansıması etrafında döndüğünü biliyoruz. Amerika Birleşik Devletleri'nde, bu büyüklenmeci kendiliğin, annenin kendi elleriyle yeniden ateşlendirilmesi, söndürülmesi ve içinde bulunduğu döneme uygun bir hayal kırıklığı yaratılarak gerçek hayata döndürülmesi gerekir. Eğer Amerikan anne bunu yapmaz ve Japon anne gibi büyüklenmeciliği ve tümgüçlülüğü ödüllendirip hoş görmeye devam ederse, çocuğun yetişkinliğinde narsisistik kişilik bozukluğu olarak sınıflandırdığımız klinik durumla karşı karşıya kalırız.

Bana kalırsa Japonya'da meydana gelen şey de tam olarak budur. Her şeyden önce çocuksu büyüklenmeciliği hoş görmek, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğin ve kendilik aktivasyonunun kabulü ve desteklenmesiyle aynı şey değildir. İkinci olarak da, anne büyüklenmeciliğin dışavurumunu utanç hissini kullanarak kontrol etmeye çalıştığı zaman, intrapsişik yapıyı değiştirmek için artık çok geç kalınmıştır. Çocuk çoktan sabit bir intrapsişik yapı, büyüklenmeci, tümgüçlü ve benmerkezci bir kendilik temsili -bizim deyişimizle narsisistik kişilik bozukluğu- geliştirmiştir. Diğer yandan, patolojik narsisizmin teşhircilik -insanların hayran olması için kişinin eşsizliği ve mükemmelliğinin etkileyici bir gösterisi- vasıtasıyla ifade edildiği Amerika Birleşik Devletleri'nden farklı olarak, Japonya'da annenin bu teşhircilik dışavurumunu utandırması, çocuğun utanç duygusunun acı veren etkilerini hissetmemek için bu teşhirciliğini kontrol etmesini gerektiriyor. Bu yüzden utanç, Japon kültürünün ki-

lit duygulanımı ve kişinin büyüklenmeciliği ve narsisizmini diğer insanlara dolaylı ve gizli hareketlerle ifade etmesi de Japon davranışının kilit davranışı haline gelmiş. Diğer bir deyişle büyüklenmecilik ve benmerkezcilik doğrudan ve açıkça değil, ancak başka insanlar ve gruplar aracılığıyla ifade edilebiliyor. ABD'de biz buna "gizli" ya da "kapalı" narsisistik kişilik bozukluğu adını veriyoruz.

Japonya'nın kişilerarası ilişkiler ve sosyal davranış psikolojisini incelersek, bu hipotezin bütün gözlemlenebilir fenomeni açıklayabildiğini görürüz. Örneğin, ilişkilerle ilgili en ünlü Japon teorisi Doi (1977) tarafından geliştirilen Amae'dir. Bu teorinin özü, Japon bireyinin (Amerikan bireyinin aksine), kendisini ve duygularını yönetebilecek seviyede bağımsızlık geliştirmesinin beklenmediğidir. Bunun yerine, intrapsişik dengesini korumak için hayatındaki diğer insanlarla (aile, gruplar, devlet vs) olan ilişkilerine dayanmayı sürdürür. Yani, nesne ilişkileri açısından kendi içsel sıkıntısını rahatlatmak için başkalarıyla kuracağı bir kaynaşma peşindedir.

Amae teorisinde, gizli narsisistik kişi, büyüklenmeciliğini doğrudan ifade edemez, ama sırf görünürde tam tersi bir şekilde, karşısındaki insanın suçluluk duyup kendisinin benmerkezci büyüklenmeciliğini teşhis edip memnun etmeye çalışacağını varsayarak, onun benmerkezciliğini memnun etmek için fedakâr bir tavır sergiler. İntrapsişik açıdan faaliyette olan şey ise; erken dönem anne-çocuk birliğinin doğrudan bir uzantısı olan ve narsisistik kişilik bozukluğuna benzeyen ikili bir kendilik nesne temsilidir.

Duruma intrapsişik nesne ilişkileri perspektifinden bakarsak, aile, toplum, devlet ve imparator değerlerinin; kaynaşmış kendilik nesne temsilinin nesne bölümü aracılığıyla içselleştirip duygusal olarak sindirildiğini görürüz. Büyüklenmeci kendiliğin tatmin sağladığı asıl yol, ifade etmek istediklerini

görünürde grup değerleri için feda ettiği, bu nesne temsilinden geçer. Grup da o zaman, bu fedakârlığı idealleştirerek gerekli olan narsisistik tatmini sağlar. Bu model, birey ve aile, toplum, devlet vs. arasında olduğu kadar, iki kişi arasındaki etkileşim için de geçerlidir. İlk modele verilebilecek en iyi örneklerden biri de, kendisini devlet (içsel nesne) için feda ederek zafer (idealleştirme) kazanan kamikaze pilotu örneğidir.

Beklenilebileceği gibi, büyüklenmeciliğin ifadesinin kontrolünün asıl metodu utanç olduğundan, Japonlar normal Batılı sağlıklı kendinden emin olma durumunu narsisistik, büyüklenmeci, kaba, boş, vs. olarak yorumlar. Batılı, narsisistik değil bağımsız bir şekilde kendi ifade ediyordur, ama Japonların narsisistik olarak yorumladığı bağımsız kendilik ifadesi için bir modelleri yoktur; çünkü bu utançtan duyulan korkmayı tetikler ki Japonlar için bu kabul edilemez bir şeydir. Japonların ileriki hayatlarında utanç kavramıyla ilgili edindikleri tecrübeler; bu kavramın çağdaş anlamında değil, kaçınılması gereken o korkunç çocuk tecrübesinin bir tekrarı gibi bir çağdaş tecrübe bakışında yatar.

Bu durumun kişilerarası ilişkilerde nasıl işlediğine dair bir örnek de şudur: Bir Batılı ve bir Japon birlikte bir barda içki içiyorlarsa ve Batılı olan kişi yorgun hissediyorsa, açıkça ve doğrudan, "Bu gece bana yetti, eve gitmeye ne dersin?" diye sorardı. Japon için bu kabullenilemez bir ifadedir. Eğer yorgun hisseden ve eve gitmek isteyen kişi Japon olsaydı, şöyle derdi: "Yorgun musun? Eve gitmek ister misin?" Bu, karşısındakine (nesneye) asıl yorgun olanın ve eve gitmek isteyenin kendisi olduğunu ifade etme şeklidir. Bunu doğrudan yapamaz. Karşısındaki Batılı'nın da bunu algılaması ve "Evet yorgunum. Eve gidelim," diye karşılık vermesi beklenir.

Bu tip bir intrapsişik yapının Japon toplumu için bir faydası da, okul, iş ya da askeri servisler gibi grupların sorunsuz

ve akıcı bir şekilde işliyor oluşudur. Birinci sınıftan, lise sona kadar hepsi üniforma içinde, gruplar halinde bir turistik aktiviteden diğerine düzenli bir şekilde akın eden Japon öğrenciler gördük.

Bu çocukları birer askere dönüştürmek için çok az çabaya gerek olduğu, sadece ellerinden kitap ve kalemlerini alıp yerine silah vermenin yeterli olacağını, çünkü zaten grup halinde hareket etmeye alıştırıldıklarını düşündüm. Buna ek olarak sosyal davranışları da son derece muntazamdı. Çabuklar, çalışkanlar, anlayışları son derece gelişmiş ve diğer insanların ihtiyaçlarına da duyarlılar. Bu açıdan Japonya'da gezmek çok eğlenceli bir tecrübe olabilir.

Bu seviyede sabitlenmiş gelişimden beklenebileceği gibi, Japon insanları mantıktan ziyade sezgilerine dayanarak hareket ederler ve nesnel olarak neyin doğru ya da yanlış olduğuyla değil, bir ilişki ya da amaca ne iyi gelecekse onunla motive olurlar.

Narsisistik kişilik bozukluğuna sebep olan anne-çocuk etkileşim modelinin, Japonya'daki toplumun nasıl işlediğine olduğu kadar, kadın erkek ilişkileri adına da önemli sonuçları vardır. Gözlemlenebilir gerçeklerden önemli bazıları; Japonya'daki evliliklerin hala aile büyükleri tarafından soyları devam ettirecek şekilde ayarlanıyor olduğu ve çok azının çiftler arasındaki sevgiye dayandığıdır. Evlilik ayarlanır ayarlanmaz, bana şahsen bir Japon'un söylediği gibi, "Amerikan erkekleri kendilerini nasıl işlerine adıyorsa, Japon erkekleri de evlerine adar." Japon erkeğinin, kendisini ev işleri ve çocuklarıyla ilgilenmeye veren karısıyla çok az bir ilişkisi olur. Japon erkeğinin aynı şekilde çocuklarıyla kurduğu ilişkisi de sınırlıdır ve bütün zamanını çalışarak harcar. Japonya'da toplum iş koliktir. Japon koca, haftada altı ya da yedi gün sabah erken saatlerden gece geç saatlere kadar çalışır. İşten yorulunca da evine karısına dönmez. Eğer ekonomik duru-

mu elveriyorsa sahip olduğu metresine gider, ya da erkek arkadaşlarıyla gece eğlenmeye çıkar. Tatiller çok seyrektir. Japonlar hayatta kalabilmek ve işlerinde terfi edebilmek için devamlı ve çok çalışmaları gerektiğine inanırlar.

Benim kendi teorim ise şöyledir: Çocuksu büyüklenmecilik ve narsisizmi, zamanı dışında ödüllendiren ve sonra da ona saldırarak çocuğunun bir zamanlar cesaretlendirdiği her davranışından utanç duymasına sebep olan anne aslında, çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarını kötüye kullanıyor demektir. Erkek Japon çocuğun bu onur kırıcı ve acı durumun bir daha tekrar etmesine asla izin vermeyeceği bir konuma geldiğinden şüpheleniyorum. Kendisinin bir kadına duygusal olarak ilgili ve bağlı olmasına bir daha asla izin vermeyecek. Bu bakış açısı sonradan toplumun geneline yaygınlaşır. Erkekler, anneleriyle yaşadıkları kötüye kullanılma ve utanç duygularını yeniden yaşamaktan korktukları için kadınlarla duygusal ilişkilere girmezler ve işte bu yüzden de, aile ve geleneksel değerleri yaşatan, ama ebeveynler arasında duygusal ilişki olmayan bir toplum düzenlerler.

Kız çocukları da benzer şekilde duygusal ilişki kurma konusunda kendilerine has problemlerle karşılaşıyorlar. Erkekler derinlerdeki depresyon ve yalnızlık hisleriyle ilk önce kendilerini işe vererek ikinci olarak da o tür bir duygusal tatmini erkek egemen sosyal ilişkilerde bulmaya kalkışarak başa çıkmaya çalışırlar. Sırası gelmişken Japon balad şarkılarındaki ana temanın yalnızlık olduğunu da belirtelim. Kadınlar da ihtiyacını duydukları tatmini, kendilerini çocuklarına ve evlerine adamakta bulurlar.

Doi, Japon erkeklerinin homoseksüel olmadan birbirlerine nasıl bu kadar yakın olabildiklerini anlatmada geniş detaylara girer. Bunun nedenleri bana da gayet açık geliyor. Narsisistik kaynaşmış kendilik nesnesi intrapsişik yapılarıyla, bu nesneyi bir kadına yaptıkları gibi bir erkeğe de yansıtabi-

liyorlar, ama asıl aradıkları şey cinsel ihtiyaçlarının tatmininden ziyade, büyüklenmeci kendiliklerinin kaynaşmış bir ilişki içinde tatmin edilmesidir.

Çocuk yetiştirme öncelikleri ve kendiliğin gelişimi konusundaki temel teze geri dönersek, Japonların vurgusunun Amerika Birleşik Devletleri'nde olduğu gibi annenin mevcudiyeti ve ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliği kabulünde değil, çocuksu büyüklenmeciliği cesaretlendirip hoş görmesi ve sonra da ona saldırmasınadır. Bu durum da narsisistik kişilik bozukluğu vakalarında gördüğümüze benzer bir kişilik yapısının ortaya çıkmasına neden olur.

Kaçınılmaz olarak ödenen bedeller ise, yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık kapasiteleri gibi gerçek kendiliğin gelişmesi için hayati önem taşıyan kapasitelerin başarısızlığıdır. Japonya'da bireysel bağımsızlık diye bir şey yoktur. Bireyin kendi bağına işleyebilmesi beklendik bir şey değildir; kişi daha ziyade nesne ve onun sembolleri -aile, toplum, iş yeri ve devlet- aracılığıyla var olur. En önemlisi de yaratıcılığın çok az olmasıdır. Japonlar, hepsinin de kabul ettiği gibi, taklit vasıtasıyla hızlı öğrenebilen çok iyi öğrencilerdir. İcat edip yaratmakta başarısızdırlar, ama öğrenme ve adapte etmekte çok iyidirler.

İsrail'de olduğu gibi Japonya'da da ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğin maternal libidinal ulaşılabilirliği vurgulamadaki başarısızlığın, bireyin yaratıcılık, bağımsızlık ve yakınlık kapasitelerinde ileri derecede zorluklara neden olduğunu görüyoruz. İsrail Kibutz köyleri vakasında yetişkin kendini işlevlerini devam ettirebilir, ama duygusal hayatında sıkıntı yaşar; belki de bu ülkedeki, maternal libidinal ulaşılabilirlikte yetersizlikler yaşamış olan ileri derecede borderline kişilik bozukluğu olan bir hastadan pek de farklı olmayarak. Diğer yandan Japonya'da yetişkin bir birey daha çok, narsisistik kişilik bozukluğunun yerel bir değişkeni gibi işlev gö-

rür, ama aynı zamanda duygusal ilişkilerinde de sıkıntılarla karşılaşır. Bu bakış açısını okuyan Japon arkadaşlarım bunun iyi ya da kötü çocuk yetiştirme tarzıyla alakası olmadığının, belki de Darvinci bakış açısının dikte ettiği farklılıklardan yani Japon adalarının çok kalabalık olması yüzünden hayatta kalmak için bireyden ziyade kalabalık gruplara değer verilmesi gerektiği gibi- biri olduğu yorumunu yaptı. Benzer bir yorum İsrail örneğinde de geçerli olabilir.

Bu mesele, Japonların olağanüstü başarısı ve refah seviyesiyle Amerikan etkileşiminin güçlü atılımının bir sonucu olarak, oldukça önemli ve karmaşık bir hal almıştır. Bu değişiklikler Japon psikolojisinin ve kendiliğin duygusal karmaşası ve bunaltısıyla başa çıkmasının alışılmış metotlarının merkezinin tam üstüne denk geldi.

Sosyal kanıtların gösterdiğine göre, Japonya'da kadınlar da iş hayatına atılmak istiyor. Aynı zamanda kocalarının birer koca ve baba olmalarını da istiyorlar, duygusal ilişkiler kurabilmek de. Ayrıca anlaşmalı evliliklere de karşılar. Japon erkekleri de kendilerini tamamen işlerine adamak istemiyorlar. Kendilerine ait daha çok zaman talep ediyorlar. Japon toplumunun bu sosyal tarafında, gerçek ve bağımsız bir kendiliğin ortaya çıkışına doğru geniş ve kademeli bir hareketlenme gerçekleşiyor. Ne var ki Japon psikolojisi ve gelişiminin ne bağımsız bir kendilik, ne de çeşitli çelişkilerle bu gerçek kendiliğin ifadesi yoluyla başa çıkabilmek için herhangi bir hazırlığı da yok. Daha çok birey kaynaşmış kendilik nesnesi temsili vasıtasıyla gruba bağımlı olmalıdır.

Bağımsız gerçek kendilik ifadesindeki Batılı değerlerin vurgusu, Japonya'nın kendi temel kişilerarası ilişkiler psikolojisine yani Amae'yi arayışlarına tamamen zıttır. Bunu derinlemesine çalışmak yerine kendilerini ifade ettiklerinde, bu en temel Japon tarzını da baltalamış olurlar.

Japonlardaki narsisistik kişilik bozukluğunun, Amerika Birleşik Devletleri'ndekinin aynısı bir savunma fonksiyonuna sahip olduğundan epey şüpheleniyorum: Çocuksu öfke ve depresyona karşı savunma. Sosyal davranıştaki değişiklikler intrapsişik yapıyı değiştirmez. Sadece çocuk yetiştirme modellerindeki değişiklikler ya da terapi intrapsişik yapıyı değiştirebilir.

Bu yüzden, Japonların bağımsız kendiliği daima bir aforoz ve karşılarındaki insanı derinlemesine çalışan geleneksel psikolojik mekanizmalarının engellenmesi olarak gördükleri bir psikoloji ve kültür içinde, bağımsız bir kendilik ortaya koymaya kalkışıyorlar diyebiliriz. Sosyal değişiklik intrapsişik yapıyı değiştirmediği için, henüz yapabilecek kapasitede olmadıkları bir şeyi başarmaya çalıştıkları da söylenebilir. Kaynaşmış kendilik nesnesi temsili ayrı, bağımsız bir kendilik gibi işleyemez. Net sonuç olarak depresyon ve kızgınlığa karşı savunmaları (narsisistik kaynaşmış kendilik nesne temsili) müdahaleye uğrayacak ve bu savunmalar çocuksu ihtiyaçlarının asıl hayal kırıklığına karşı gösterilen derin kızgınlık ve depresyonun karşısına çıkartılacaktır. O zaman da kızgınlıklarını bağımsız olma maskesi altında eyleme vuracaklardır.

Meydana gelen şey de tam olarak bu gibi gözüküyor. Japonya'daki günümüz ebeveyn-çocuk psikopatolojisi, ABD'dekinin tam zıttıdır. Burada, çocuklarını kötüye kullanan ebeveynler konusunda endişeleniriz, Japon toplumu ise çocukların ebeveynlerini kötüye kullanmalarından daha çok endişeleniyor. Ebeveynler, Amae psikolojisine göre, kendilerini feda ediyorlar ve çocuklarının suçluluk duyarak ebeveynlerinin isteklerini yerine getirip onların narsisistik kendiliklerini tatmin etmelerini bekliyorlar. Batılılaşma etkisi altındaki çocuklar da ebeveynlerinin davranışının anlamını kabul etmek istemiyor. Amae'yi takip etmek zorunda hissetmiyorlar,

ama kendilerini tıpkı Batılılar gibi ifade etmek istiyorlar. Kızgınlaşıyorlar, kendilerini ifade ediyorlar, ebeveynlerine saldırıyorlar ve ebeveynler de kendilerini savunmuyor.

Ama bu saldırı, intrapsişik olarak bağımsız bir kendilik olmak için hissettikleri motiflere, yani sağlıklı bir kendilik ifadesine dayanmaz. Çünkü gerçek kendiliğin gerekli olan intrapsişik temsiline sahip değillerdir. Amae'yi reddedip, bağlı oldukları grubu derinlemesine çalışmayarak, kendi büyüklenmeci kendiliklerini daha derin bir kızgınlık ve depresyona götürürler. Yani dışarıdan bağımsız bir kendilik ifadesi gibi görünen şey aslında engellenmiş narsisistik öfkelerinin eyleme vurulmasıdır.

Japon psikiyatrisinin belirgin bir meselesi de "evde şiddet" meselesidir. Okulda şiddete dair de -öğrencilerin okul müdürü ve öğretmenlere saldırması ve eğitimi öğretmenlerin kendilerini savunmaya hevesli olmadıkları bir kesintiye uğratmaları gibi- örneklere rastlanabilir.

Bence Amerikanlaştırılmanın, özellikle ergenler üzerindeki, etkileri çalışmamın Japonların dikkatini çekmesine neden oldu ama en çok dikkatlerini çeken bölüm terk depresyonuyla ilgili olandı. Japon narsisistik kişilik yapısı, terk depresyonuna karşı kendi başına bir savunmadır ve bu terk depresyonu hastaların haberleri bile olmadan kişiliklerinin temelinde yatar ve bu mefhumla otomatik olarak empatik bir çınlama hissetmelerine sebep olur. Eğer Batılılaştırmanın savunmalarına müdahale ettiğiyle ilgili bu hipotez gerçekse bu milleti, Batı etkisi çocuk yetiştirme metotlarını değiştirmediği sürece, çok daha fazla sosyal zorluk bekliyor demektir.

SONUÇ

İsrailliler, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik için annenin ulaşılabilirliğini en aza indirgiyorlar ve böylece yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık kapasitelerinde zorluk yaşayan işlevsel yetişkinler üretiyorlar. Japonlar ortaya çıkmaya başlayan kendilik yerine, annenin benmerkezcilik ve büyüklenmeciliği hoş görmesini vurguluyor ve böylece sosyal açıdan gruplar içinde iyi işleyen ama yakınlık, bağımsızlık ve yaratıcılık konularında ileri derecede sorun yaşayan narsisistik kişilik bozukluklarına sahip bireyler yetiştiriyorlar. Amerikalıların ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik için annenin ulaşılabilirliğine verdiği önem de, bu üç hayati ve insani nitelik için asıl kapasitenin korunmasını sağlıyor.

7

SOSYOKÜLTÜREL DEĞERLER VE GERÇEK KENDİLİK

Sosyokültürel değerler, gerçek kendiliğin ifade ve tamamlanmasını destekleyip hızlandırabilir, ya da bunları bozup engelleyebilir. Çağdaş sosyokültürel güçlerin, kendiliğin oluşumu döneminin hassas gelişim yılları sürecine ebeveynlerinki kadar güçlü bir etkisi yoktur. Ne var ki, daha sonraki yıllarda, kendiliğin işleyişine etki ederler! Sosyokültürel değerler bireyin sorumlulukları yanında özgürlüğü ve haklarını da ne kadar çok vurgularsa, gerçek kendilik ifadesine de o kadar altyapı oluşturmuş olurlar.

Eğer bireyin sorumlulukları da en az hakları kadar vurgulanmazsa, en önemli değerin "bu işten benim çıkarım ne?" sorusunun olacağı, narsisistik bir toplum ortaya çıkar. Sosyal etkileşim geriler ve birey de kendini narsisistik bir yalnızlık, soyutlanma ve kayıtsızlık içinde bulur. Diğer yandan, sosyokültürel değerler grup kavramını ve sıkıyönetimi (Japonya ve Sovyetler Birliği'nde olduğu gibi) ne kadar çok vurgularsa, gerçek kendiliğin ifadesi de o kadar bozuk olacaktır.

Sosyokültürel güçler, bağımsız, tam anlamıyla gelişmiş birer gerçek kendiliğe sahip olanları, kendilik bozukluğu olanlardan daha farklı etkileyecektir. Tam gelişmiş, bağımsız

bir gerçek kendilik olması durumunda, olumlu güçler kendilik ifadesini destekleyip pekiştirir ve olumsuz güçler de büyük ihtimalle, gerçek kendilik tarafından ortaya konulan devamlı ve çoğu zamanda etkili bir dirençle karşılanır. Herhangi bir bozukluğa sahip olan kendilik üzerinde etkiler ise fazlasıyla farklı olacaktır. Narsisistik bozukluğa sahip kendilik, özgürlük ve bağımsızlık değerlerini, gerçek kendilik değil narsisistik bir tatmin kazanmak adına sömürür ve olumsuz güçlerin bireyin kimlik algısı üzerindeki ihlaline karşı hararetli bir şekilde savaşır.

Borderline bozukluğa sahip kendilik de, olumlu güçlere karşı daha fazla gerçek kendilik ifadesiyle değil, gerçek kendilik ifadesiyle ilgili duyduğu daha büyük bir endişeyle tepki verir. Olumsuzluklara, kendi patolojik savunmalarının pekiştirilmesi olarak tepki verecektir.

SIKIYÖNETİMDEN BİREYSELLİĞE: 60'LAR DEVRİMİ

60'lı yıllarda gerçekleşen devrim, sosyokültürel etkilerin sonuçlarına güzel bir örnek oluşturur. Sıkıyönetim, bireyin otoriteye, haklı olduğu için değil, sırf otorite olduğu için teslim olması ve boyun eğmesini gerektiren bir standart olarak tanımlanabilir. Anlaşılacağı gibi bu durum, bireye, gerçek kendiliğinin aktive edilmesi ve deney yapması için çok az miktarda bir imkân alanı bırakır. Bireyin özgürlüğü ve bağımsızlığına dayanan bir toplum fikriyle sonuçlanan Amerikan devrimini tetikleyen de, İngiliz monarşisinin vergiler -ve diğer başka meseleler- üzerindeki otoriter tavrıydı. Gelgelelim, toplumumuzun bu açıkça belirttiği değerlere rağmen, çocuk yetiştirme modellerinde, okullarda, mahkemelerde, iş hayatında ve sosyal alışkanlıklarda farklı otorite şekilleri oluşmaya devam etti.

60'lı yılların aktivizminin temel yararlarından birinin de, bütün bu alanlardaki standartlarda gerçekleşen değişiklik sıkıyönetimden, bireyin daha çok vurgulanmasına doğru bir değişiklik- olduğu çoğu zaman kabul edilmez. Değişim için yapılan bu kavganın esas yükü ise, genç kitle tarafından taşınmıştı. 60'lı yılların aktivizmi bir miktar şiddet içerse de, özellikle kazanılan değişikliklerin ışığında, diğer sosyal devrimlerle karşılaştırıldığında bu şiddetin en az miktarda olduğu görülebilir.

Bireyselliğe doğru olan bu değişim, gerçek kendiliğin farklı tarzları keşfetmesi ve deneyler yapması için çok daha geniş bir alan sağladı. Okullarda öğrenciler, ezberleyerek öğrenmek zorunda olmamalarına ek olarak, kendi müfredatlarının planlanmasında daha büyük bir rol sahibi olabiliyorlardı. Mahkemelerde, vatandaşın haklarına giderek daha çok önem veriliyordu. Çocuk yetiştirme modellerinde, bir dizi kural koymak yerine, çocuğun deneyerek öğrenmesinin cesaretlendirilmesi vurgulanıyordu. Sosyal standartlarımızda ise, kadın hakları hareketinin ortaya çıkmasıyla birlikte kadının toplum içindeki rolüne olduğu kadar; kılık kıyafete, annebaba ve karı-kocanın sosyal rollerine, cinselliğe karşı tutumlarımızda da önemli değişiklikler meydana gelmişti.

Bu artan özgürlük, tam anlamıyla gelişmiş bir kendiliğe sahip olanların gerçek kendiliğinin gelişim ve işlemesini de teşvik etmiş oldu. Ne var ki, aynı zamanda ortaya daha fazla alternatif sunuyor ve daha fazla sorumluluk gerektiriyordu. Bu sorumluluğu üzerlerine alma kapasiteleri olmayan, bir kendilik bozukluğuna sahip bireyler, muhtemelen çok daha fazla savunma gerektiren, yüksek dozda anksiyete tecrübe ettiler. Örneğin, ergen yaşta genç bir erkek, ebeveynlerinden kurtulmak için -bağımsız bir kendiliğin gelişimini tamamlamak adına- sırt çantasını koluna takıp, yeni bulduğu kapasitesinin kendi başına işleyip işlemediğini görmek için, moto-

sikletine atlayıp ülkeyi baştan aşağı gezmek ihtiyacı duyabilirdi. Bu, onun gelişim ve ilerleyişi için iletici bir durum olurdu. Öte yandan, bir borderline ergen aynı hareketi yapıp, gerçek kendiliğini geliştirme ve tatmin etme kisvesi altında sırt çantası ve motosikletiyle ülkeyi baştan aşağı dolaşabilirdi; ama bunu aslında sorumluluk ve daha fazla gelişimle birlikte gelen depresyondan kaçınmak için yapardı. Yani bu yaptığı, bağımsız olmanın tetikleyeceği, anksiyete ve depresyona karşı savunma yapma ve kaçınmanın bir formuydu sadece.

60'lı yıllar boyunca birçok borderline ergen "kendilerini bulma ihtiyaçları" hakkında konuştu ve bu amaçla okulu bırakıp, kendileri amaçlarına götüreceğine inandıkları uyuşturucu dünyasını keşfe çıktılar. Aslında bu aktiviteler, kendiliklerini bulmaya yönelik değildi, çünkü kendiliklerini bulacak kapasiteye sahip değillerdi. Asıl yaptıkları şey, "kendini bulmak"la gelen, imkân, özgürlük ve sorumluluğun sebep olduğu depresyonla başa çıkmaya çalışmaktı.

Bazen, Christopher Lasch'ın (1978) *Narsisizm Kültürü (The Culture of Narcissism)* isimli kitabında yazığı gibi, sosyokültürel değerler sarkacı fazlasıyla hızlı sallanabilir. Lasch kitabında değerlerin; patolojik narsisizme ulaşmak için bireyselliği nasıl teğet geçtiğini ve tek, benmerkezci bir tatmin uğruna gerçekçi ve uyumlu sosyal standartların aşınmasıyla nasıl sonuçlandığını tanımlar.

Kadınların Sosyal Rolü

Kadın özgürleşme hareketi gerçekten de kadınları, çarpıtılmış ve erkek-egemen Viktoryen tavrın kadına bakış açısına uyum sağlamaları için yapılan tarihi baskıyı zihinlerinde sindirme gereksiniminden kurtarıp özgürleştirmişti: Yani gerçek kendiliği ve ifadesini zorla bastırmaktan, deneme yap-

mak ve gerçek kendiliklerinin (bir anne ve eş olarak yaratıcı ifadeleri de dâhil), tatmin ve gelişimi için kaynaklar bulmak yerine, teslim olmuş bir şekilde bakıcı anne ve eş rolü üstlenmekten kurtarmıştı.

Bu çarpık Viktoryen idealleri, kız ve erkek çocuklara, ebeveyn farklılıkları yoluyla çeşitli çocuk yetiştirme tavırları sayesinde erken gelişimde nesilden nesle aktarılmıştı. Örneğin iddialılık niteliği erkeklerde cesaretlendirilirken, kızlarda tasvip edilmiyordu. Bu mefhumlar daha sonra da toplumun baskıcı tavırlarıyla pekiştiriliyordu. Gerçekten de başa çıkmanın çok zor olduğu, ürkütücü bir güçler birliği.

Kadın özgürleşme hareketi, bu engelleri aşma ve kadınların gerçek kendiliklerini bulup denemelerine, farklı ve yeni hayat biçimleri ve daha uygun sosyal roller bulup geliştirmelerine izin verecek bir ortam sağlamaya gücü vardı. Bu değişiklik, cinsiyetler arasındaki tarihsel ve geleneksel rol model dengesini büyük ölçüde tersine çevirdi ve cinsiyetler arasındaki ilişkileri fazla deneyselliğe ve ilişki içindekilerin duygusal ihtiyaçlarına çok daha uygun yeni ve farklı tarzlara açmış oldu. Şimdi bir kadının, kadın haklarının kazanılmasından evvel kesinlikle imkânsız görülen, bütün o toplumsal itirazlardan bağımsız bir şekilde anne olmak istemediğine karar vermesi mümkün. Benzer şekilde şimdi bir erkeğin de baba olmak istemediğini söyleyebilmesi mümkün. Şimdi, hem erkekler hem de kadınlar, yeni ebeveyn rollerinin imkânlarını yaratıcı bir şekilde keşfetmekte özgürler.

Kadının gerçek kendiliğini tatmin etmesi için kullanabileceği toplumsal kanalların sayısı çoğaldı: Profesyonel okullar, iş yerleri, akademi dünyası vs. Kadının tatmin imkânları her alanda iki katına çıktı. Kadınların yolunun tıkanması geleneği, büyük ölçüde yok oldu. Kadınlar eve ekmek getirme konusunda daha aktif bir rol benimserken, genç babalar da çocuklarının bakımında çok daha etkin bir pozisyonda duru-

yorlar. Sıkıyönetimden bireyselleşmeye geçiş sarsıntısında olduğu gibi, kadın özgürleşme hareketinin sarkacı da bazı vakalarda, hem anatomik hem de psikolojik açıdan cinsiyetler arasındaki tamamlayıcı farklılıkları inkâr etme derecesine kadar, biraz fazla ileriye doğru manevra yapmıştı. Androjenlik üzerindeki süregelen vurgulama, cinsiyetler arasındaki farklılıkların yeni bir toplumsal tanımının yapılmasından kaçınmaya duyulan ihtiyaçla başa çıkmanın bir yolu olarak görülebilir. Yani farklılıklar kabul edilmez.

Çalışan Anne

Kadın haklarının kazanılması ve başka ekonomik etkilerin sonucu oluşan sosyokültürel değişikliklere örnekler arasındaki en önemlilerinden biri de, çalışma hayatındaki kadınların oranındaki dikkat çeken yükselme oldu. 1983 yılında çoğu iç gücünün yüzde 43'ünü kaplayacak şekilde (*New York Times*, Temmuz 31, 1983), 16 kadından yüzde 63'ü çalışıyordu. Bu önemli kariyer imkânı kendisiyle birlikte bir de sorun getiriyordu: Kariyer ve çocuk meselelerini nasıl yan yana getirmek gerektiği konusunu. Bazı kadınlar bu sorunu tek bir tarafı idealleştirip diğerini önemsemeyerek çözmeye kalkışıyor: Kariyer iyi, annelik kötüdür ya ta tam tersi gibi. Bu yaklaşım, her ikisiyle de uyumlu bir şekilde başa çıkılabilme ikilemiyle uzlaşmakta başarısız kalmaktadır. Geçerli bir sonuca oluşabilmek için, her iki meselenin de sahip olduğu rekabetçi ve tamamlayıcı tarafları gerçekçi bir şekilde yüzleşilmelidir.

Çözüm, annenin duygusal sağlığını, çocuğun duygusal sağlığını, annenin işe başladığı zaman çocuğun kaç yaşında olduğu, anne ve çocuk arasındaki ilişkinin türünü ve çocuğun ihtiyaçlarıyla ilgilenecek yedek kişinin uygunluğunu da içeren bir dizi değişkeni de içerir.

Konuyla ilgili elimizdeki en açık klinik kanıt, Bowlby'ın (1969) bağlılık üzerine yaptığı çalışmadır. Bowlby, 1 ve 3 yaşlarındayken belirli kurumlarca annelerinden ayrılan çocukların tepkileri üzerine çalışmıştı. Annesine teslim edilmediği takdirde çocuğun kızdığını, ağladığını, şikâyet ettiğini gören Bowlby, bu durumu ilk evre ya da protesto ve kavuşma evresi olarak adlandırdı. Eğer bir süre sonra çocuk hala annesine geri verilmezse o zaman protestoyu bırakıyor, depresyona giriyor, diğer çocuklarla oyun oynamıyor, yemek yemiyordu. Bowlby bu duruma keder evresi adını verdi. Ne var ki, çocuk annesine yine teslim edilmediği takdirde, bakıcılar çocuğun daha iyi olduğunu, yemek yemeye, uyumaya, oyun oynamaya başladığını rapor ediyorlardı. Gelgelelim annesine geri teslim edildiği zaman da çocuk annesine bir tatmin kaynağı olması dışında herhangi bir ilgi göstermiyordu. Bowlby bu durumda kopma evresi adını verdi. Bowlby'ın çalışması, Mahler'in normal gelişim üzerine çalışmasında olduğu gibi, erken dönemlerde annenin ulaşılabilirliği ve kendiliğin gelişimi arasında doğrudan bir ilişki olduğu çıkarımını pekiştiriyor.

Çocuk anneden koparıldığı ve kendilik ve maternal nesnenin içsel bir imgesine sahip olduğu zaman; kendiliğin gelişimi ve çok güçlü bir ego yapısının yaratılması adına önemli bir hareket meydana gelir. Bu yüzden de gelişim sürecinde belirli bir noktaya gelene kadar annenin çocuk için ulaşılabilirliğini sürdürebilmek için çabalamasının değeri çok büyüktür.

Gerçek Kendiliğe Sakıncalı Çağdaş Sosyokültürel Güçler

Toplumumuzun şu anki durumunda, geniş ailelerin eksikliği, yüksek boşanma oranları, köksüzlük ve coğrafik sa-

bitliğin olmayışı gibi gerçeklerin hepsi; insanın erken yıllarındaki nesne ilişkilerinin ve bu yüzden de ortaya çıkmaya ve gelişmeye başlayan gerçek kendiliğin içselleştirilme kaynaklarının dengesizliğine katkıda bulunur. Çekirdek aile dışında akrabalar ya da bir başka istikrarlı yer gibi mefhumlar, çoğu zaman stres altındaki bir çocuğun bu stresten kurtulmasına ve uyum sağlamasına yarayan dengeli bir yapısal destek sağlamaktadır.

Aynı derecede önemli başka bir nokta da dinin etkisinin reddedilmesi olmuştur. İnanan ve inançlarını içselleştirebilen kişiler, gelişmekte olan çocuğun karakterinde çok güçlü ve düzenleyici bir etkiye sahiptir. Bugünlerde, insanların hırslı bir şekilde dini inancı kovaladığı politik yelpazenin en sağ köşesinde, dine duyulan bu ihtiyacın yeniden ortaya çıktığını görüyoruz.

Olumsuz güçlerin, kendilik bozukluğu olan kişiler üzerinde, bozukluğu olmayanlara kıyasla daha çok etkisi vardır; çünkü kişinin intrapsişik yapısı ne kadar gelişmemişse, kişi de uyum sağlamasına yardımcı olsun diye dış dünyanın görünürde dengeli etkilerine o kadar fazla tutunur.

Bazı sosyokültürel olaylar da, borderline kişilik bozukluğuna sahip hastalar için birer mıknatıs görevi görürler.

Bozulmuş kendiliğe sahip borderline hasta, kendisini yönetme ve bağımsız bir şekilde uyum sağlama becerisine sahip değildir. Nesne ilişkilerindeki noksanlığını tamamlaması için, egosunun çalışmasındaki yetersizliklerle başa çıkabilmek için gereken bir dizi rehberlik kurallarına olduğu kadar, sabit bir nesneye ya da otoriteye de ihtiyaç duyar. Bu iki işlevi -sabit bir nesne ve sabit bir yardımcı ego işlevini- sağlayacak herhangi bir toplumsal olay, borderline hastalara çok çekici gelecektir. Bu, olaya dâhil olan herkesin borderline

hastası olduğu anlamına gelmez, ama borderline hastaların bu olaya karşı konulmaz bir sempati duydukları da kesindir.

Buna, James Jones olayını, ya da Mooncuları ya da Hare Krishna tarikatını örnek verebilmek mümkündür. Bütün bu tarikatlar, bir borderline hastanın zihin yapısındaki iki eksikliğin yerine geçen iki şeyi; bir yaşam rehberiyle tümgüçlü bir nesne ve otorite sunarlar. Kendi başlarına işlerlikte çok zorluk çeken bazı borderline hastalar vardır ki, kendilerine iyi bakıldığını düşündükleri hapishaneye geri dönmek için sürekli ve düzenli bir şekilde ufak tefek suçlar işlerler. Hapishaneden daha kötü olan bir şey varsa o da kendi başlarının çaresine bakmak zorunda kalmaktır. Jonestown olayında gördüğümüz gibi, kendini tarikata teslim ederek gerçekliğin reddedilmesi, sadece gerçek kendiliği değil, bütün bir hayatı bile feda etmeye değecek kadar harikadır.

Dini tarikatlar, genç borderline hastayı gruplarına almak için ona sabit bir nesne, yedek bir ego, sevgi ve şefkat fantezisi sunarlar. Bu kurumun programlayıcı doğası; tarikatlara alıştırılan gençleri kaçırıp İncil konusunda uzman olan ve bu suretle onların zihinlerini temizlemeye çalışan bir diğer gençle birlikte aynı otel odasına koyan Ted Patrick'in bu gençlerin zihinlerinden programlanmışlığı silme çabalarıyla çok iyi bir şekilde ortaya konmuştur.

Sahip oldukları tek oğullarının Hare Krishna tarikatına üye olduğu evli bir çiftle bir görüşme yapmıştım. Baba, oğlu Hare Krishna üyesi olduktan birkaç yıl sonra yazdığı bir mektupta, hayattaki en büyük zevkinin topluluğun liderinin ayak parmağını öpmek olduğunu belirttikten sonra beni görmeye gelmişti. Baba, oğlunun sırasıyla önce lisede bir takım sorunlar yaşadığını, terapi gördüğünü, sonra üniversite için uzağa gönderildiğini, okulu bıraktığını ve tarikata katıldığını anlattı. Bunu takiben baba oğluyla tarikatın mı yoksa özgürlüğün mü daha iyi olduğu konusunda bir konuşma ya-

şamış, ancak başarısız olmuştu. Adam, şimdi oğlunu kaybettiğini için mutsuzdu. Önerebileceğim tek şey, tartışmayı ve kavga etmeyi bırakıp iletişim kanallarını açık tutması ve oğlunun en azından uyuşturucudan uzak ve temiz bir yer olan bir tarikatta olduğuna şükretmesiydi.

Bu olaya benzer başka bir örnek olarak, Kore ve Vietnam savaşlarında beyinleri yıkanan esirlerimizi gösterebiliriz. Buna tersten psikoterapi de denilebilir. Birey fiziksel olarak işkence görmez, ama yemek ve uykudan yoksun bırakılmış ve böylece ego kaynakları zayıflatılmıştır. Sonra da sırasıyla önce sorgulayan sonra da ödüllendiren bir sorgusuyla yalnız bırakılır. Uzun bir süre sonunda ego kaynaklarının zayıflaması ve yalnızlaşması, borderline hastanın, ayrılma stresinden ve depresyonundan kurtulmak için bilinçdışı bir şekilde sorgucunun isteklerini içselleştirmesine neden olur. Böylece taraf değiştirmiş olur. Bu işlemin dinamiğine agresörle/saldırganla özdeşleşme adı verilir.

Agresörle özdeşleşme savunmasının nasıl işlediğini görmek için *The Deerhunter* isimli filmi gözden geçirin. (Bu filmin bir özeti değil; daha çok bahsi geçen dinamiği açıklamaya yarayan basit bir metafor). Amerikan mahkûmlar, sonucun ne olacağına karar vermek için Vietnamlılarla Rus Ruleti oynamak zorundadırlar. Eğer oynamazlarsa, nehre atılıp boğulacaklardır, yani seçimleri ya boğulmak ya da kendilerini vurmaktır. Bu konuda yapabilecekleri hiçbir şey yoktur. Gelgelelim, mahkûmlardan iki tanesi silahlarını kendilerini esir alan kişilere çevirir ve kaçarlar. Birkaç ay sonra içlerinden bir tanesi, insanların Rus Ruleti oynadığı ve kendisinin de bu oyunun yıldızı olduğu bir Siagon kulübünde bulunur. Böyle bir şey nasıl olabilir? Neden insan kendisini hayatını böyle tehdit eden konuma yeniden sokar ki? Dış dünyadan gelen terör tehdidi ve çaresizliğe karşı gelmenin yollarından biri de onu içselleştirmektir. Bu yüzden, kişi ag-

resörle özdeşleşir ve mücadelesini intrapsişik şekilde tekrar eder. Bu tip travmatik sosyokültürel olaylarla pekişen borderline kendilik bozukluğu psikodinamiğinin anahtarı budur.

SONUÇ

Erken gelişim sürecinde ve ebeveyn etkisi altında ortaya çıkıp tamamlanan gerçek kendilik; sonraki yetişkin hayatta da, kendisini ya teşvik edecek ya da engelleyecek sosyokültürel güçlerle çekişmeyi sürdürmelidir.

Gerçek kendiliği, erken dönem gelişim, psikopatoloji, terapi ve sosyokültürel güçlerin etkileri bakış açılarından değerlendirdikten sonra, şimdi de önemli işlevlerinden birine yani yaratıcılığına geçelim.

III. Kısım
Yaratıcılık ve Gerçek Kendilik

8

KİŞİSEL VE ARTİSTİK YARATICILIK

Yaratıcılık -yani keşif yapmak, icat etmek, yeni ilişkilerde eski modelleri algılayabilmek ya da eski modelleri yeni yollarla yeniden düzenleyebilmek- gerçek kendiliğin en karakteristik işlevlerinden biridir. Yaratıcı olma kapasitesi, diğer kapasiteler gibi, gelişim sürecine ek olarak genetik bir özelliktir ve bu yüzden de her bireyde farklı derecelerde görülür.

Yaratıcılık, geleneksel sanat kavramı dâhilinde düşünüldüğünde akla resim yapmak ya da yazı yazmayı getirir. Ne var ki, sanatkârlıkla uzaktan yakından ilgisi olmayan bir tür kişisel yaratıcılık formu da bulunmaktadır. Bu, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini -genelde psikoterapide ama her zaman değil- kullanarak kendi içsel psikopatolojik kalıplarında kendine has, orijinal düzenlemeler yapıp, sonra da kendisini dış dünyaya; kurduğu yeni, orijinal, çok daha uyumlu ve ahenkli ilişkilerle ifade edebilir. Psikoterapide bu tür bir yaratıcılık kendisini, terapinin başlarında ortaya konan belirli bir hareket sonucu gösterir. Gelgelelim, zaman içerisinde bu davranış, iç ve dış dünyayla ilgili kendiliğindenlik, esneklik ve orijinallikle karakterize edilen bir bakış açısı olarak bir bütün haline gelir.

Çoğu insan muhtemelen, ister kişisel ister sanatçı taraflarıyla alakalı olsun, yaratıcılık potansiyellerinin sadece küçük

bir bölümünün farkında oluyor ya da bunu kullanıyor. Bu başarısızlığın birçok nedeni olabilir. Mükemmel anne diye bir şey olmadığı gibi mükemmel çocuk diye de bir şey yoktur, bu yüzden bütün bireyler; gelişimin ayrılma/bireyleşme evresi sırasında ortaya çıkan, kendiliklerinin oluşmaya başladığı zamanlardan kalma hasarlara sahiptir. Bu herhangi bir kendilik bozukluğuna sahip oldukları anlamına gelmez; daha çok daha küçük çelişkilerin yansımalarından oluşan hayatla ilgili zorluklar yaşadıklarına işarettir. O zamanlardan kalan sorunlar da genelde yaratıcılık, bağımsızlık ve yakınlık konularında kendini gösterir.

Yaratıcılık, çoğunlukla ama her zaman değil, çaba, mücadele ve anksiyeteye dayanma isteği gerektirir. Bazı insanlar basitçe, kaçınılmaz olan anksiyeteye dayanmak için gerekli olan çabayı ya da hevesi göstermede isteksizdir; sonuç olarak da, yaratıcı yapıp etmelerden uzaklaşmış olurlar. Diğerlerinin ise biraz yaratıcı özelliği olabilir.

Sanatçıların kendi yaratıcılıklarıyla mücadele öyküleri efsanedir. Yaşadıkları bu zorlukların bazıları ya bir kendilik bozukluğuyla alakalıdır, ya da yaratıcılıklarını sınırlayan normal ayrılma/bireyleşme hasarları yüzündendir. En yaygın sorunlardan biri de kaçınmadır. Sanatçı, yeni bir işe başlamayı ya da var olan işine devam etmeyi beceremez. Bu, "sanatçı tıkanması" olarak adlandırılan ve çoğu zaman sanatçının yaratıcı dürtülerin sebep olabileceği anksiyete ve depresyonun acı veren duygulanımlarına karşı kendini savunma ihtiyacı yüzünden ortaya çıkan durumlarda gözlemlenir. Madalyonun diğer tarafında ise, işlerine devam edebilen, yaratıcı açıdan gayet başarılı olan ve sonra da bu başarının getirdiği suçluluk duygusu, anksiyete ve depresyonla başa çıkamayan ve acı veren bu duygulanımlarla baş etmek adına kendini içkiye veren sanatçılar bulunur.

SANATSAL YARATICILIK VE GELİŞİMSEL ÇATIŞMA

İster yazar, ister ressam ya da heykeltıraş olsun, bir sanatçının teması, diğer birçok insanın gelişimsel çatışmasıyla ne kadar çınlıyor ya da onu ne kadar ifade ediyorsa; ürettiği şey de, eğer iyi bir şekilde işlenmişse, o kadar başarılı ve popüler olur. Bu duruma iyi örnekler olarak da en popüler masalları gösterebiliriz: Pamuk Prenses (1932) ve Külkedisi (1974). Öykü açısından bu masallarda kahramanlar kötü üvey anneleriyle çatışan genç kızlardır ama psikodinamik seviyede daha derinlere inersek aslında genç kızın gerçek kendiliğinin gelişimiyle ilgili sıkıntılar ve kötü anneye karşı düşmanca hisleriyle başa çıkabilmek için kullandığı savunmaların anlatıldığını görürüz.

Okuyucu kendisini hikâyenin içine kapılmış hisseder, çünkü masalda kendi annesiyle yaşadığı yakınlık ve ayrılık çatışmasının bir temsilini görür, bu temsili duygularının boşaltımı için bir araç olarak kullanır ve hayali bir çözüme ulaşır. Masalın bu kadar uzun süredir popüler olmasına şaşmamalı. Aynı gelişim rotasından geçmiş olan bizler de, temel fikirle çınlayan kalıntılara sahibizdir. Tabii ki borderline hastalar için bu tema; terapi görmedikleri takdirde hayatlarının kalan kısmı boyunca katlanmak zorunda kalacakları temel bir sorun olarak kalır.

Şimdi de biraz önce bahsi geçen iki masalı da, gelişimsel nesne ilişkileri teorileri ve gerçek kendilik bakış açılarından inceleyelim.

Pamuk Prenses ve Yedi Cüceler

Karakterler

Anne: İyi anne figürünün tasarısı, kötü anneninkinden ayrılmıştır ve öldüğü için aralarında var olmadığından, etkili bir şekilde fantezi olarak korunmaktadır. Bu çocuğu çok fazla istemiş (sevmiş) ama doğumdan kısa bir süre sonra ölmüştür. Çocuğu seven gerçek annesidir, ama artık yaşamıyordur. Aynı tema Külkedisi'nde de yer alır.

Baba: Babanın hikâye içerisinde neredeyse hiçbir rolü yoktur. Her iki hikâye de, genç bir kız ile üvey annesi arasındaki olaylardan bahseder. Örneğin, *Pamuk Prenses*'in bir bölümünde babayla ilgili şu cümle geçer: "Bir yıl sonra, Kral ikinci kez evlenir." Bu ifade, çoğu borderline hastamızın babasının bulunduğu noktayı çok iyi açıklar: mesafeli, pasif, neredeyse var olmayan bir kişi.

Kraliçe: Bölünmüş savunma mekanizması, kötü üvey anne -çocukla herhangi bir kan bağı olmadığına dikkat edelim- imajıyla pekiştirilmiştir. Kraliçeyi sadece düşmanca amaçları olan, şeytanın ta kendisi olarak göstermek adına hiçbir çabadan kaçınılmamıştır. Kötü anne, yani kraliçedeki öfkenin en iyi şekilde *bütünüyle kötü* olarak yansıtılmıştır. Örneğin masalda Kraliçe ilk ortaya çıktığında şu şekilde tasvir edilir: "Kralın yeni karısı, yani yeni Kraliçe çok güzelmiş, ama aynı zamanda kibirli, kendini beğenmiş ve gösterişçi bir kadınmış. Gerçekten de hayattaki en büyük dileği, ülkenin en güzel kadını olmakmış." Kraliçenin narsisizmi, aynayla konuşmasında daha da belirginleştirilir -narsisistik kişilik bozukluğu için mükemmel bir metafor.

Üvey annenin narsisizmi ve kibirliliği masal boyunca kurcalanır. Mesela, Pamuk Prenses'in kendisinden daha güzel olduğunu duyduktan sonra "paniklemiş, yemyeşil olmuş,

kıskançlıktan çatlamak üzereymiş ve kalbi gövdesi içinde ters dönmüş. İşte Kraliçe o masum çocuktan sırf güzelliği yüzünden bu kadar çok nefret ediyormuş. Bu şeytani duygular Kraliçe'nin içinde giderek zehirli çalılar gibi büyümüş ve kadını ne gündüz ne de gece rahat bulmaz hele getirmiş." Bu cümleler sadece Kraliçe'nin öfkesini değil, aynı zamanda bu öfkenin kadının kendi duygusal dengesi içinde oynadığı merkezi rolü de ortaya koyuyor. İsteklerinin ve öfkesinin dile getirilişinin sert niteliği de "Kraliçe Pamuk Prenses'in kalbi sandığı şeyi büyük bir zevkle mideye indirdiğinde" ortaya çıkıyor.

Kraliçe'nin 'kötülüğü' ayrıntılarla incelenmiş: "Bu hain yaratığın büyücülük sanatında çok yetenekli olduğunu söylediğimde şaşırmayacağınıza eminim." Daha sonra sihirbazlığından "kötü niyetli cadılık" olarak bahsediliyor. Çocuğun, annenin tümgüçlülüğüne olan inancı da bir tarafta iyilik meleklerine işaret ederken, diğer yandan da cadılık kavramıyla karşı karşıya kalıyor.

Kraliçe'nin kıskançlık ve fesatlığının derecesi şu şekilde anlatılıyor: "Pamuk Prenses zehirli elmayı aldıktan sonra ve ölmüş olduğu farz edilirken, Sihirli Ayna Kraliçe'ye "şimdi ülkenin en güzel kadını sizsiniz" demiş." Yazar sonra şöyle devam ediyor: "Artık en sonunda Kraliçe'nin içi huzur dolmuştu. Yani nefret ve kıskançlık dolu bir kalp ne kadar huzur dolabilirse o kadar." Kraliçe'nin bu tanımı; iyi anne imajının çocuğu çok isteyen annenin öldürülmesi ve şeytani niteliklerin de kötü anne üzerine yani Kraliçe'ye yansıtılması yoluyla, bölünmenin savunma mekanizmasını tamamlıyor.

Kraliçe'nin portresi, borderline hastaların kendi anneleriyle yaşadıkları deneyimler ve onları tanımlayış şekilleriyle çarpıcı bir benzerlik taşıyor. Pamuk Prenses'in güzelliği, hastanın bireyselliği ve/veya kadınsılığı ya da gerçek kendiliğine denk düşüyor. Hastaların annelerinin kıskançlık ve

hırsları da, kendiliklerini aktive etme çabaları yüzünden uyandırılıyor.

Pamuk Prenses: Kraliçe'nin şeytani niteliğinin tam karşısında, Pamuk Prenses'in masumiyeti ve iyiliği duruyor. Hikâyenin başlarında Prenses masum bir çocuk olarak tasvir ediliyor. Bu masumiyet ve iyiliği daha sonraları, Kraliçe'nin onu kandırmaya çalışmasını fark etmeyişiyle de, pekiştiriliyor. Pamuk Prenses'in bu portesi, kendi tarafından herhangi bir kötülüğe aman vermiyor ve kötü anne, yani Kraliçe'nin kötülüğünün yansıtılmasına mükemmel bir tümleyici oluşturuyor.

Yedi Cüceler: Aynı zamanda cüceler de, Pamuk Prenses'i terk eden Kraliçe'ye karşı mükemmel karşıt figürler olarak ortaya çıkıyor. Terk tecrübesine karşı savunma yapmak için bir tür ödüllendirici birim kurtarma fantezisini temsil ediyor gibiler. Küçük, neşeli, kibar, sevgi dolu ve güler yüzlüler ve Pamuk Prenses'le ilk tanışmalarından itibaren ona sevgi gösteriyor ve evlerinde ağırlıyorlar. Örneğin şöyle diyorlar: "Eğer evimizi hep temiz tutar ve bir yuva haline getirirsen, burada sonsuza kadar kalabilirsin." Pamuk Prenses de böylece terk edilmekten cüceler tarafından kurtarılmış oluyor.

Prens: Pamuk Prenses, pasif geçen bütün yıllarında olduğu gibi, cam tabutta uyur ve uyanınca da artık bir kadın olmuştur (prenses). Ama bu durum, anneyle özdeşleşmeyle değil- bu bölünmeyle engellenir -bir erkek sayesinde, Beyaz Atlı Prens sayesinde gerçekleşir. İşte başka bir kurtarılma fantezisi daha; erkek Prensesi annesiyle arasında sıkışıp kaldığı tuzaktan çekip kurtarmıştır.

Hikâye

Gerçek anne, çocuğunun doğumundan kısa bir süre sonra hayatını kaybeder ve bencil ve güzel yeni Kraliçe de Pa-

muk Prenses'in güzelliğini (yani gerçek kendiliğini) kıskanıyordur. Kraliçe bu durumdan o kadar rahatsız olmuştur ki, kendi dengesini yeniden kurabilmek için (*bu, çoğu borderline hastanın çocuklarına yapışmasının da nedenidir*) Pamuk Prenses'i ölüme terk eder. Terapi başlarında çoğu hasta, annelerini memnun etmenin tek yolunu kendilerini öldürmek olduğu düşüncesini ifade ederler.

Gelgelelim, Pamuk Prenses ölümden kurtarılır ve Kraliçe'nin tam tersi bir şekilde kibar ve sevgi dolu olan Yedi Cücelerin yanında kendine yeni bir yuva bulur. Amacına ulaşamamış ve hala kızgın olan ısrarcı üvey anne (tıpkı hastalarımızın annelerinin ısrarcılığı gibi), Pamuk Prenses'i öldürmek için fazladan birkaç plan daha yapar -bazı hastalarımızda görülen astım benzeri belirtilere benzer şekilde ilk denemesi prensesi boğmaya kalkmak olur. Sonra da, bazı hastalarda terk depresyonundan sonraki safhalarda görülen G.I. belirtileri akla getiren, zehirlemeyi dener.

Başlangıçta, psikoterapide bölme çözülmeye ve kötü anne ortaya çıkmaya başladığında, hastaların rüyalarında sık sık şu tema görülür: Hasta gerçek hislerini ifade ettiği takdirde annesinin onu öldüreceği teması. Yani Pamuk Prenses, Yedi Cüceler tarafından her kurtarıldığında. En sonunda Cüceler Prenses'i kurtarmada başarısız olunca, Pamuk Prenses uzun yıllar süren bir uykuya yatar ve sonunda bir Prens sayesinde uyanarak sonsuza kadar mutlu mesut yaşar. Kraliçe ise, kötülüğü ve kızgınlığı için ateş kırmızısı ayakkabılar giyip hayatının sonuna kadar dans etmeye mahkûm edilir.

Böylece anneyle ilgili temel çelişkiyi ortaya koymuş oluyoruz: Bölme savunmaları, inkâr, kızgınlığın yansıtılması ve kurtarılma fantezileriyle, terk edilme korkusu.

KÜLKEDİSİ

Karakterler

Anne: Bu masalda da, iyi anne imajı, ölüm yoluyla korunuyor. Külkedisi'ni seven gerçek anne artık hayatta değil.

Baba: Külkedisi'nin babası, bu masalda kendisine Pamuk Prenses'tekinden (1. satır) daha çok ilgi gösterilmiş olsa da (4. satır), hâlâ kızın hayatında hiçbir rol oynamıyor: "Bir zamanlar, ilk karısı öldükten sonra yeni bir kadınla evlenen Fransız bir soylu varmış. Adam bunu, kızı annesiz kalmasın diye yapmış. Sonra da bir yıl boyunca sürecek uzun bir yolculuğa çıkmış. Kendisi yokken kızına çok iyi bakılacağına ve mutlu edileceğine inanıyormuş."

Babanın kaybedilişi mantıklı hale getirilip hasıraltı edilmiş. Hastalarımızın çoğu, anneleriyle olan yoğun çatışmaları içine o kadar gömülmüşlerdir ki, terapinin başlarında sahip oldukları, mesafeli babaya olan bilinçli bakışları, yazarın Külkedisi tasvirine çarpıcı benzerlikler taşır. Babaları hiçbir zaman yanlarında olmamasına rağmen, bundan pek etkileniyor gibi gözükmezler. Tabii ki babaya olan kızgınlıkları savunma altındadır ve terapinin ileriki safhalarında ortaya çıkacaktır. Sık sık bölme ve yansıtma savunmaları sayesinde baba, annenin olumsuz imajı için bir hedef haline gelir, başlangıçtaki kızgınlık ona yönlendirilir ve baba merkez sahneyi meşgul ediyor gibidir.

Üvey anne: Üvey annenin buradaki rolü, Pamuk Prenses'teki Kraliçe'ninkiyle paraleldir. Bu kadın da cimri, kötü kalpli ve sadece iki çirkin kızını düşünen gururlu biridir.

Kız kardeşler: Bu masalda, Pamuk Prenses'tekinin tam tersi bir şekilde, nefret ve kıskançlık sadece üvey anne tarafından değil, üvey anneye ek olarak üvey kız kardeşler tarafından da ortaya saçılır. "Anneleri, kızlarının en iyisinin

Külkedisi'ni mutfakta çalıştırmak olacağı konusundaki fikirlerini onayladı."

İyilik Meleği: İyilik Meleği aslında, sihir yoluyla Külkedisi'nin isteklerini gerçekleştirerek terk edilme duygularını engellemek için hayata geri dönen iyi annedir (Ödüllendirici Nesne İlişkileri Birimi).

Prens: Yine bir erkek, ama baba değil, Külkedisi'ni terk edilmişlik halinden çekip kurtarır.

Külkedisi: Pamuk Prenses'te olduğu gibi burada da Külkedisi'nin ne kadar nazik ve olumsuz duygulardan bihaber olduğu ısrarla vurgulanmıştır. Örneğin, "Külkedisi'nin hayatta narin kalbinden başka hiçbir şeyi yoktur." Kız kardeşler, Külkedisi'nin çok zevkli olduğunun ve onları en iyi şekilde giydirmeden bir yere yollamayacağının farkındadırlar. Masalın sonunda Külkedisi'nin iyi kalpliliği yine vurgulanır. "Kendisi çok eğlenirken kız kardeşlerini yalnız bırakmayacak kadar iyi kalpliydi." Kısa süre sonra Külkedisi kız kardeşlerini saraydan soylu adamlarla evlendirir ve hep birlikte mutlu mesut yaşar giderler. Külkedisi kızgın değildir. Elbette; çünkü bütün kızgınlık üvey anne ve kız kardeşler üzerine yansıtılmıştır.

Hikâye

Külkedisi'nin annesi, onu doğurduktan kısa süre sonra ölür ve babası da kibirli ve kötü kalpli bir kadınla yeniden evlenince Külkedisi'nin terk ediliş hikâyesi başlamış olur. İki üvey kız kardeşi her şeye (sevgiye) sahiptir, ama Külkedisi'nin hiçbir şeyi yoktur (terk edilmiştir). Örneğin, "Kız kardeşlerin odaları satın alabilecekleri en pahalı mobilya ve eşyalarla doluydu. Yatakları ipek çarşaflar ve saten örtülerle kaplıydı ve pencerelerde kadife perdeler asılıydı. Sabahlar kahvaltılarını yatakta ederler ve asla öğlen 12'ye kadar yatak-

tan çıkmazlardı. Her birinin 7'şer elbisesi vardı. Mücevher kutularında o kadar çok bilezik, kolye ve yüzük bulunuyordu, hangisini takacaklarına karar vermek için uzun saatlerini harcıyorlardı. Yetmezmiş gibi kendilerine özel olarak şarkı söyleyen bir kuşları ve oyun oynamak için de yavru bir köpekleri vardı." Acaba yazar, kız kardeşlerin duygusal desteğe sahip olduğunu, ama Külkedisi'nin hiçbir şeyi olmadığını vurgulamak için maddi şeyleri kullanıyor olabilir mi? Çoğu hastaların aileleri, sevginin yerine geçecek şeyler öne sürmüştür.

Külkedisi'nin terk edilişi, üvey kardeşlerinin lüks hayat tarzlarıyla tamamen zıt köşede duruyordu. "Külkedisi, ona arkadaşlık eden, ama maalesef ısınmasına yardımcı olamayan farelerle birlikte tavan arasında uyuyordu. Çoğu zaman ateşin yanına kıvrılıp uyumak için gecenin bir yarısı gizli gizli mutfağa sıvışıyordu. Ateş onu sıcak tutuyordu, ama sabaha karşı rüzgâr bacadan içeri girip, içerideki bütün isi Külkedisi'nin üzerine doğru üflüyordu. Üstünü değiştirecek başka bir elbisesi yoktu. Tıpkı eski bir ayakkabı gibi, sürekli kir pas içinde geziyordu. Kız kardeşleri de bu yüzden ona Külkedisi adını takmışlardı. Bütün gün boyunca bulaşık yıkıyor, yerleri silip süpürüyor, toz alıyor ve iş peşinde koşuyordu. Kızların elbiselerini ütülüyor, kıyafetlerine dantel ekliyor ve eteklerinin söküklerini dikiyordu. Acıktıklarında dükkâna gidip onlar için şeker satın alıyordu, ama kardeşleri şekerden asla kendisine ikram etmiyorlardı. Kızlar pikniğe çıktığında yemek sepetlerini Külkedisi hazırlıyor ve onlara üzerlerine oturacak bir örtü veriyordu; ama kızlar hiçbir zaman onu ne yanlarında götürürler, ne de evde kalmak zorunda olduğu için üzüldüklerini söylerlerdi."

Külkedisi'nin terk edilme hislerinin derecesi, kız kardeşlerini partiye gitmeye hazırlanırken gördüğünde doruk noktasına ulaşır: "Külkedisi evde kalmak zorunda olduğu için o

kadar üzülmüştü ki, gözyaşlarını tutamaz haldeydi. Mutfağa koştu, ateşin yanına oturdu ve uzun uzun ağladı. O kadar can havliyle ağlıyordu ki, fare arkadaşları bile onu rahatlatmayı başaramadı. Şöminedeki ateş onu ısıtmak için ne kadar parlak alevlerle yansa da olmadı." Külkedisi'nin yaşadığı terk depresyonu şimdi tamir edilmekten çok daha ileri seviyededir ve bu noktada içinde bulunduğu çelişki de bir kurtarılma fantezisiyle çözülür: Partiye gitmesi için ona güzel kıyafetler veren ve gece yarısı olmadan eve geri dönmesini isteyen İyilik Meleği Büyükanne fantezisiyle. Külkedisi'nin gece yarısı olmadan eve dönmek zorunda olması, akıllara hemen hastalarımızın hayatında iyi giden her şeyle ilgili hissettikleri kısıtlamaları getiriyor. Sanki jilet üzerinde oturuyorlarmış gibi, kısa süre kendilerini iyi hissediyorlar, ama her an terk edilme hislerine geri çekilmeyi umuyorlar.

Masalda sarayı ikinci kez ziyaret ettiği zaman Külkedisi Prens'le o kadar 'ilgilenir ki' zamanı unutur ve bunun cezasını da çeker. Hikâye, Prens'in kurtarma fantezisini gerçekleştirmesiyle sona erer.

Terk edilme korkusu, bölme savunması, inkâr, kızgınlığın yansıtılması ve kurtarma fantezisi, hem Külkedisi, hem de Pamuk Prenses'te de karşımıza çıkan konular.

Bu iki hikâyenin gördüğü inanılmaz talep, psikolojik temellerin en sağlıklı olanlarına dayanır: Ayrılma/bireyleşme ve anneden ayrılma ya da anneyle yakınlaşmaya karşı verilen evrensel mücadeleye.

Külkedisi'nin bozulmuş ruh halinin son derece canlı fiziksel tanımı, borderline ergen hastaların okullarında yazdıkları kompozisyonlarda da kendisini gösterir. Aşağıda bu duruma örnek olarak bir kompozisyon bulunuyor:

Bir Hastanın Yazdığı Kompozisyon

Vaka Örneği: Rich

Zavallı Rich, kendi kendine betondan bir dünyada yaşıyordu. Yapayalnız, kimsenin istemediği biriydi. Bütün zamanını şehrin güneyinde bir parkta geçiriyordu. Rich sürekli kendi dünyasına kapalı bir şekilde o parktaydı. Yağmur, çamur, kar demeden o ufacık küçük parkta duruyordu.

Bugüne kadar hep o parkın çitlerinde oturuyor ve gece gündüz demeden gelip geçen insanları izliyordu. İçten içe onlar gibi olmak istiyordu, ama o çok farklıydı. Evet, Rich farklıydı. Anne babası yoktu, en azından onları hatırlamıyordu. Sadece bir gün bir adam olduğunu hatırlıyordu, öncesiyle ilgili hiçbir hatırası yoktu. Hayatı boyunca bu sorunu yüzünden acı çekmişti. Kimseyle iletişim kuramıyordu ve kimse onu arasına almıyordu. Genelde insanlar ona bakıyorlar ve bazen bu bakış çok uzuyor ve dayanılmayacak hale geliyordu.

En kötüsü de gecelerdi. Gün boyunca insanları normal şeyler yaparken izliyordu: şarkı söylerken, dans ederken, yemek yerken, konuşurken, hayatın tadını çıkartırken. Ama kendisini olduğu yere kader gibi çivileyen parmaklıkların üzerindeki yerinden de bir yere ayrılamıyordu. Gündüzleri etrafında insanlar olurdu ve o da insanların bir parçasıymış gibi davranabiliyordu, ama geceleri bütün fantezileri ölüyordu. Etrafta kimse yoktu. Park karanlık, terk edilmiş, soğuk ve yalnızdı. Rich de yalnız hissediyordu. Her akşam ağlayacak gibi oluyordu ama anlayamadığı bir kuvvet onu engelliyordu. Sanki içinden güçlü biri "Sakın ağlama, sakın bu dünyaya teslim olma," der gibiydi.

Birçok kez intihar etmeyi düşünmüştü, ama ölümsüz olduğu için bu da işe yaramayacaktı. Ölümsüz, yalnız, reddedilmiş ve bu dünyada istenmeyen biri. Dünya adı

verilen zavallı gezegende var olan talihsiz ruhları temsil diyordu. Eskiden beri var olan ve sonsuza kadar var olacak ölümsüz ruhları temsil ediyordu.

O umutsuz yüz, o gitmeyen yalnızlık, o yırtık pırtık kıyafetler. Evet, sefil bir haldeydi ve dudakları hareket etmeyecek kadar ağır, sanki birbirine yapışık gibi olduğundan ağlayamıyordu da. Ama bir gün, kimse onu duymamış bile olsa, bağırarak ağladı. Ve bütün dünyaya "Nefret ediyorum, nefret ediyorum, bir heykel olmaktan nefret ediyorum," diye haykırdı.

Sanatsal Yaratıcılık ve Gerçek Kendilik

Tam olarak gelişmiş gerçek kendilik, yaratıcı tarafıyla iletişim halindedir. Ne ki, sanatsal yaratıcılığın varlığı, tam gelişmiş bir gerçek kendiliğin varlığına kesin bir kanıt değildir. Çoğu kendilik bozukluğu sahibi, ama bir yetenekli sanatçı; yüksek seviyede bir uyum bulabilmesine yardımcı olan bir parça gerçek kendiliği bulmak ya da kurmak için yaratıcılığına başvurur.

Bu yaratıcılık sayesinde kurulan ve pekiştirilen gerçek kendilik sanatçıya; sanatında kendiliğini harekete geçirme aracılığıyla, ahenkli, ego uyumlu bir kendine güven düzeneği sunar. Kırılgan ve tek boyutlu olsa da bu sistem sanatçıyı, sahip olduğu bozukluğun olağan trajedilerinden kurtarır. Bu şekilde yaratıcılık da, gerçek kendiliği kurmak adına yapılan arayışın itici kuvveti olur.

Gerçek kendiliği arayışta yaratıcılık konusuna burada, filozof ve yazar Jean Paul Sartre, ressam Edward Munch üzerinden kısaca ve bir sonraki bölümde romancı Thomas Wolfe üzerinden daha detaylı olarak değineceğiz.

Jean Paul Sartre

Sartre'ın kendi çocukluk yıllarıyla ilgili algısı ve içgörülü anıları; büyük anne ve büyük babasıyla annesinin, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini kabullenmedeki becerisizlikleri ve onu uygunsuz bir şekilde idealize etmelerinin; nasıl ileri seviyede kusurlu narsisistik bir kişilik bozukluğunun sahte savunmacı kendiliği tarafından savunulan bir gerçek kendiliğe neden olduğunu etkili bir şekilde anlatır.

> "Ben sahte bir çocuktum... Oyunlarımın davranışlara doğru evrildiğini görebiliyordum. Rol yapmak beni dış dünyadan ve diğer insanlardan koparıp ayırmıştı." (s. 53)
>
> "Kendime ait" bir sahnem yoktu. Büyüklere sufle veriyordum. Uzaklaşmamdaki kendimce sebebim; birdenbire aslında bir geçerliliğim olmadığını fark edip, kendi düzeni içindeki dünyadaki istenmeyen varlığımdan utanmamdı. (s. 54) Benim hakikatim, benim karakterim ve benim ismim büyüklerin kontrolü altındaydı. Kendimi onların gözlerinden görmeyi öğrenmiştim... Yanımda olmadıkları zaman, bakışlarını arkada bırakıyorlardı ve o da ışıkla karışıyordu. Ben de koşup, örnek bir torun olarak karakterimi sağlamlaştıran bir hareketle, o bakışın üzerinde atlardım... Şeffaf bir kesinlik her şeyi mahvetti: Ben bir taklitçiydim... Rolümü oluşturan net, güneşli görüntüler, tam olarak anlayamadığım ve hissedemediğim bir benliğin (ya da gerçek kendiliğin) yoksunluğuyla açığa çıkmıştı. (s. 52)
>
> Ne önemli ne de kalıcıydım... *Gerekli* bile değildim... Bir ruhum yoktu. (s. 55)
>
> Ne ataletim... ne derinliğim... ne de girişkenliğim yoktu. Ben *hiçbir şeydim*: Silinmez bir saydamlıktan ibarettim." (s. 57)

Sartre'ın çocukluğunu bu kadar net bir şekilde hatırlama yeteneği (genellikle çocukluk travmalarını hatırlayıp anlat-

madan önce dirençleriyle uzun süre psikoterapi yoluyla çalışılması gereken narsisistik kişilik bozukluğu hastaları arasında sivrilen, istisnai bir özellik), geleceğin teorisyenleri için zengin bir maden sağlamıştı. Örneğin Atwood (1963), bu madeni kazarak, Sartre'ın kendiliği ve başka insanlarla olan gereğinden fazla detaylı, sahte ve şeffaf ilişkisinin -elle tutulur bir kendilik ya da kimlikten yoksundu- gelişiminin merkezindeki psikolojik tema olduğunu ve bunu çözüşünün daha sonra geliştirdiği varlık ve hiçlik kuramlarında yansıtıldığını vurgulamıştı.

Gelişimsel, nesne ilişkileri bakış açısı da, Sartre'ın gerçek kendiliğinin narsisistik kişilik bozukluğu içinde sıkıştığını ileri sürer. Kaynaşmış büyüklenmeci kendilik-tümgüçlü nesne sahte kendiliği, yutulma korkularını ve boşluk, parçalanma ve bozulmuş gerçek kendiliğinin hiçliği duygularına karşı, anne ve büyük anne ve babasının idealleştirme yansıtmalarıyla özdeşleşerek savunma yapmıştır. O da, daha sonra, ailesinin ihtiyaçlarına uyum sağlamak için, aynalayıcı nesnesi olarak var olmuştur. Üzerindeki narsisistik yansıtmalarla uyum sağlayarak, kendi kendiliği pahasına da olsa, ailesinin kendiliklerini tamamlayacak mükemmel bir aynalayıcı nesnesi haline gelmiştir.

Tümgüçlü nesneyle yapılan bu savunmacı kaynaşma, beraberinde kaçınılmaz bir yalnızlık ve yutulma korkusunu da getirmiştir. Durum, Sartre'ın en temel korkusunun eğer savunma yapmak yerine bozulmuş kendiliğini aktive ederse, annesi, büyük anne ve babası yüzünden yaşadığı yok olma tecrübesini yeniden deneyimlemek olduğu gerçeğiyle, daha da karmaşık bir hal almıştı. Gerçek kendiliği köşeye sıkışmıştı; Sartre da onu; boş, belli belirsiz, önemsiz ve yutulma korkusuyla dolu bir şekilde tecrübe ediyordu.

Sartre, bu dilemmayla, yazmaya başlayarak başa çıkmayı öğrendi. Yazıları ailesi tarafından görmezden gelindiğinde

bu aynalayıcı nesnelerinin kaybı ona bir miktar mahremiyet kazandırmıştı ve ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğiyle deneyler yapabilmesi için alan sağlamıştı. Gerçek kendiliğini sahte kendiliğinden farklılaştıracak bir araştırmaya girişmişti (Sartre, 1964).

"Hikâyelerim giderek daha karmaşık bir hal alıyordu. Her türlü konuya giriyordum. Ayırım yapmadan, iyi kötü, okuduğum her şeyi bu karışımın içine döküyordum. Sonuç olarak hikâyeler acı çekiyordu. Ne var ki, olayları birbirine bağlamak zorunda olduğumdan, icat etme denilen şeyi kazandım ve giderek daha az kopya çekmeye başladım. (s. 90)

Kendimi bulmaya başlıyordum. Neredeyse hiçbir şeydim; en fazla tatmin olmamış bir aktiviteydim (yani yazmak) ama ihtiyacım olan tek şey de buydu. Rol yapmaktan kaçıyordum. Henüz bir işte çalışmıyordum, ama oyun oynamayı çoktan bırakmıştım. Yalancı, yalanlarını değerlendirirken gerçeklerini buluyordu. Yazı yazarken yeniden doğuyordum. Ondan önce, sadece bir ayna oyunu vardı ortada. İlk romanımla birlikte bir çocuğun aynalardan oluşan o koridorun içine girmesi gerektiğini biliyordum.

Kendimi ikiye böldüm... Bir yazar olarak kahramanım hala kendimdi; epik hayallerimi onun üzerine yansıttım. Bununla birlikte, iki kişiydik: Benim adıma sahip değildi ve ben de onu üçüncü tekil şahıs olarak çağırıyordum. Davranışlarımla onu donatmak yerine, onu, deyim yerindeyse, görebileceğim bir vücutla şekillendirdim. Bu araya koyduğum ani "mesafe" beni korkutabilirdi ama beni büyüledi. O pek ben olamasa da, ben o olmaktan çok memnundum. (s. 91)"

Gelgelelim, bu araştırmalarının tetiklediği yutulma korkularıyla başa çıkabilmek için Sartre, bu gerçek ve sahte kendiliği arasında bir ayırım yaptı ve uzaklaşma, mesafe

koyma ve entelektüelleştirme duygularına karşı fazladan savunmalar atadı: Bir entelektüel ve filozof oldu.

Sartre'ın Felsefesi

Sartre'ın gerçek kendiliğini kurmak adına yaptığı önemli mücadelenin temalarının hepsi; -bozulmuş gerçek kendiliğinin boşluğu, gerçek kendiliğinin bir kısmını ortaya çıkarmak için yaratıcılığını kullanmak üzere verdiği yalnız mücadelesi ve yutulma korkusu- bilinç, varlık ve hiçlikle, insan durumuyla ilgili felsefelerinde yeniden kendilerini gösterir. Kendinde *varlık*, yani bilinç, hiçliktir ve var olmayan şeyin de kimliği yoktur. Bu fikir, bozulmuş gerçek kendiliğiyle bağlantılı boşluk hissini yansıtır. Sartre'ın bilincin radikal özgürlüğü fikri; kişinin kendisinin ve kaderinin tek yaratıcısı olduğunun kabulü anlamına gelir. Kendi için *var olmak*. Bu rolle ima edilen olağanüstü sorumluluk da ıstırap şeklinde hissedilir ve bilinç dâhilinde özgürlükten kaçıp Varlığın kendi dünyasındaki şeyler tarafından ele geçirilmiş kendilik-kimliğinin güvenli dayanıklılığına saklanmaya karşı dayanılmaz bir ihtiyaç olarak kendini gösterir. Bir birey bu özgürlükten ancak öldüğü zaman kurtulabilir.

Sartre, çocukluğunda büyük babası ve annesinden, ortaya çıkmaya başlayan kendiliğine dair herhangi bir kabullenme görmemiş ve bunun sonucu olarak, bu kabullenmeyi kendisi yaratmak zorunda kalmıştı. Böylece herkesin kendi gerçek kendiliğini yardım almandan kendi başına geliştirmek zorunda olduğunu düşünmüş. Sartre'ı sarmalayan hiçlik; bozulmuş gerçek kendiliğinin boşluğu ve hem bu gerçek kendiliği aktive etme, hem de ona karşı büyüklenmeci kendiliği vasıtasıyla savunma yapma çabalarıyla bağlantılı yutulma korkularından oluşuyordu.

Sartre, gerçek kendiliğin ortaya çıkması ve bütünleşmesinin çevreden kabul görmeyle kolaylaşacağını ve mücadelenin

yanı sıra tatmin ve heyecanla da dolu olabileceğini göremiyordu. Yutulma, boşluk, yalnızlık ya da ıstırap korkusu olmadan bütün ve tamam bir şekilde özerk bir gerçek kendilik kavramını anlamakta da eşit derecede yetersizdi.

Sosyal ilişkilerle ilgili algısı da, bağımsız/özerk bir gerçek kendilik algısına benzer şekilde, çocukluğundan kalan yansıtmaları yüzünden bozulmuştu. Sosyal ilişkileri duygusal paylaşım ve karşılıklı zenginleşme olarak göremiyordu. *Başkaları için var olma* kavramında ilişkileri, *bağımsız bir şekilde kendisi için var olma*'ya karşı birer tehdit olarak görüyordu.

Sonuç

Sartre'ın gerçek kendiliği arayışı, onu yazı yazmaya yönlendirdi ve böylece, bir yandan kendilik yitirimi ve yutulma korkusuna bölme, duygulanımdan kopma, mesafe koyma ve entelektüelleştirme vasıtalarıyla savunma yaparak, gerçek kendiliğinin yaratıcı tarafını harekete geçirebildi. Böylece felsefesi de kendi duygusal kendilik dilemmasının -varlık ve hiçlik- bir rasyonalizasyonu haline geldi.

Edward Munch

Sartre felsefesi yoluyla, yaşadığı terk depresyonunun acı veren duygulanımlarını rasyonalize etmişti. Thomas Wolfe, 9 ve 10. bölümlerde de açıklanacağı üzere, bu duygulanımları romanlarında çok gerçekçi bir şekilde ortaya koyuyordu. Gerçek kendiliği arayışındaki yaratıcı yolculukta Edward Munch ise, Wolfe'un kelimelerle yaptığını resim yoluyla ortaya koydu; bozulmuş gerçek kendilikle bağlantılı terk depresyonunun yoğun duygularını, çok gerçekçi bir şekilde tablolarına yansıttı.

Edward Munch, 5 çocuğun ikincisi olarak Norveç'te dünyaya geldi. Ablası kendisinden bir yaş büyüktü. Bir Ordu doktoru olan babası, tüberküloz hastası olan ve Munch 5 ya-

şındayken hayatını kaybeden annesinin yaşının iki katı yaşlıydı. Annesinin ölümünden sonra teyzesi aileye katılarak çocukların bakımını üstlenmişti. Edward çocukluğu boyunca sürekli hastaydı. Kendisi 15 yaşındayken hayatını kaybeden kız kardeşiyle çok yakın bir ilişkisi vardı.

Bu erken dönem gelişimsel olaylar Munch'ün daha sonra karakterinde ve resimlerinde kendini gösteren silinmez izler bırakmıştı. Neredeyse tamamı resimleri etrafında dönen bohem bir hayat yaşamıştı. Korkusu o kadar büyüktü ki kendisini asla herhangi bir ilişkiye veremiyordu. Kadınlarla olan ilişkileri yüzeysel, tek tük ve düzensizdi; Mathilde Larsen ile yaşadığı bir uzun ilişki hariç. Ama Mathilde evlenmek istediği zaman Munch gerçek anlamda tabanları yağlayıp kaçmıştı. Bu hareketini; kadınların, kendisini sanatsal açıdan ifade etmek için sahip olduğu gerçek potansiyeli ortaya koymasını engelleyebilecekleri şeklinde rasyonalize etmişti. Gerçek kendiliğini arayışı o kadar yüzeyseldi ki, onu bir ilişki tehdidi karşısında bile açığa çıkartamıyordu. "Hiçbir zaman âşık olmadım," demişti. "Dağları hareket ettirecek, insanlara şekil değiştirtecek kadar yoğun tutkular yaşadım kalbi yarıp kanını içecek kadar yoğun tutkular- ama hayatımda hiçbir zaman tutup 'kadınım tek sevdiğim sensin, benim her şeyimsin' diyebileceğim kimse olmadı" (Stang, 1977, s. 174). Depresyon, yalnızlık ve alkolizmle cebelleşiyordu ve sık sık sağlık kuruluşlarına yatsa da pekiyi sonuçlar almıyordu. 45 yaşındayken alkolikliği daha da kötüye gitti; işkence hayalleri ve halüsinasyonlar görüyordu ve 8 ay boyunca bir hastanede kaldı: "Durumum delilik sınırlarına dayanmıştı."

Munch'ün tabloları, ayrılma paniği, terk depresyonu, ölüm ve ıstırabın en belirgin şekilde resmeder. Örneğin en ünlü tablosu "Çığlık", ayrılma paniğinin getirdiği çaresizliğin, dramatik olarak resmedilişidir. "By Deathbed/Ölüm

Döşeği" (ateş) (1893) adı eserinde, kayıp ve ölüm yoluyla ayrılma hislerini tekrar edip durur. "Death in the Sick-room/Hasta Odasında Ölüm" (1893/94), "The Sick Child/Hasta Çocuk" (1885/86), "Melancholy/Melankoli" (1891), "Death at the Helm/Dümende Ölüm" (1893), "The Dead Mother/Ölü Anne" (1893), "Dead Mother and Child/Ölü Anne ve Çocuk" (1897/98).

Kadınları algılama konusunda çektiği sıkıntılar da şu tablolarda resmedilmiştir: "Madonna/Meryem Ana" (1895), "Vampire/Vampir" (1893/94), "Separation/Ayrılış" (1894), "Separation/Ayrılış" (1896), "The Woman/Kadın (Sfenks)" (1893/94), "Jealousy/Kıskançlık" (1895).

Uzun hayatı süresince -81 yaşına kadar yaşadı- Munch, yaratıcılığının ve gerçek kendiliği arayışının sıra dışı kuvvetini ortaya koyacak şekilde, çok fazla miktarda tablo ve çizim yaptı (50.000'den fazla).

Bir sonraki bölüm, gerçek kendiliğin yaratıcılığı konusunu; Thomas Wolfe'un yaratıcılığının gerçek kendiliği arayışında nasıl ilk yardımına koştuğunu ve ayrılma/bireyleşme için ortaya konulan evrensel mücadele ve özlemi ve bu mücadele desteklenmediğinde ortaya çıkan terk depresyonunu çok gerçekçi bir şekilde eserlerinde yansıtmasına olanak sağlayan bir dünya yaratmasına neden olduğunun detaylı bir sunumuyla, sürecek.

9

THOMAS WOLFE'UN GERÇEK KENDİLİĞİ ARAYIŞI: MÜCADELE

Thomas Wolfe'un gerçek kendiliği, tıpkı yaşadığı yer olan Asheville, Kuzey Karolayna'nın etrafı dağlarla çevrili olması gibi, savunmacı sahte kimliğiyle kapana kısılmıştı.

Yazıları, bireysel yeteneği ve bu yeteneğinin çevresindeki belirli ve önemli kişiler tarafından kabul edilmesinin eşsiz bir birleşimi sayesinde, gerçek kendiliğinin yaratıcı kapasitesini bu hapishaneden kurtaran yegâne şeydi; tıpkı favori metaforlarından birinde "Asheville'i çevreleyen dağlardan kaçıp özgürleşmenin tek yolunun tren" olduğunu söylediği gibi (Wolfe, 1929).

> "Koca tekerleklerin çıkardığı yıldırım sesleri ve uzun uzadıya çalan düdüğün feryatları; sadece bir Güneylinin hissedebileceği şekilde, dayanılmaz ve kelimelerle ifade edilemeyecek bir arzu ve özlemle, gururlu ve bilinmez Kuzey'i hayal etmesine ve ona imrenmesine neden oluyordu." (Nowell, 1960, s. 33)

Gerçek kendiliğinin sanal hapishaneden kaçmasının kâhince fantezisi gerçekleşmek üzereydi, ama sadece gerçek kendiliğinin yaratıcı tarafı için. Gerçek kendiliğinin geri kalan kapasiteleri gelişimsel engellere takılmış halde duruyor;

yaratıcılığın kule gibi dikilen kapasitesinin, gerçek kendiliği bozulmuş diğer bütün kapasitelerinden oluşan bir çölün ortasında tek başına dikildiği psikolojik bir manzaraya sebep oluyordu. Yakınlık ve bağımsızlık kapasiteleri gerçekten çok az gelişmişti. Kendi sorumluluğunu ve hayatının kontrolünü üzerine alamayacak kadar düzensiz ve iradesizdi.

Yazı yazarak yaratıcılığını harekete geçirmesi, kendine olan güveni düzenli olarak çevresinden aldığı olumlu geri dönüşlerle pekişen ve bu yolla da bir kimlik sahibi olmasını ve insanlarla iletişim kurmasını kolaylaştıran daha az sabit bir sisteme yönlendiren bir gerçek kendiliğe sahip olmasını sağlamıştı. Daha da önemlisi, intrapsişik bakış açısından, yaratıcılık ve bu yaratıcılığın yazarak ifade edilişi, terk depresyonuna karşı uyumlu, arınmış bir savunmaya sahip olmasına neden olmuştu ki aksi takdirde çok daha kendi kendini yıkıcı bir varlık sürdüreceğine şüphe yoktu.

Borderline kişilik bozukluğu hastasıydı ve gerçek kendiliğinin gelişimi, gelişimsel duraklaması nedeniyle bozulmuştu. İntrapsişik yapısı, bütün borderline hastalarda olduğu gibi, ödüllendirici ve geri çekilen nesne ilişkileri parça birimleri ve patolojik bir egoyla gerçek egodan oluşuyordu. Ödüllendirici birimi ve patolojik egosu arasındaki uyuma dayanan, maternal destek almak adına ödüllendiren birimin isteklerine itaat etmek için kendilik aktivasyonu ya da ifadesinden kaçındığı, bir savunmacı kendilik tasarımı mevcuttu.

İntrapsişik yapısının kendine has bir tarafı da, çevresine yaptığı yansıtma ve eyleme vurma derecesi ve yelpazesinin genişliğiydi. İntrapsişik yapıları içselleştiriyor ve böylece duygusal problemlerinin neredeyse coğrafik genişlikte bir alanda eyleme vurulmasını ve böylece daha etkili hale gelip tespit edilmelerinin kolaylaşmasını sağlıyordu.

İçsel duygusal durumların başka insanlar üzerine olduğu kadar coğrafik alanlar üzerine de bu kadar yoğun yansıtılması ve eyleme vurulması; Wolfe'un intrapsişik içeriğini boşaltı ve bu da meydana gelen boşluğun doldurulması için 'her şeyi kapsaması' yolunda güçlü bir zorlamaya sebep oldu. Çok küçük yaştan itibaren okumak, bilmek, kaydetmek ve çevresel uyaranları kapsamak konularında takıntılı hale gelmişti:

> "Yürüdüğüm her sokaktaki her bir tuğla ve taşı, gittiğim her şehirdeki kalabalıklar içindeki her bir yüzü, ruhumun üstünlük adına verdiği vahşi ve kaba mücadelesinin gerçekleştiği her bir ülkeyi hafızama kaydetmek için duyduğum o şiddetli ve bitmek bilmeyen çabalarım." (Nowell, 1960 s. 220)

Ve yazmaya başladığı zaman, daha önce içine attığı her bir algısal malzeme kendisine geri dönüyordu: "Her bir taş parçası, her bir kasaba ve evet, üniversitedeyken dolup taşan raflardaki her bir kitabı yok yere yalayıp yuttuğum kütüphane, bu büyük ölçüde üzgün ve bir şekilde sessiz sedasız ve çılgın hülyaların kanatlarında, bir bir bana geri dönüyordu." (Wolfe, 1936)

Arayış

Borderline dilemması, dışsallaştırma yüzünden, Wolfe'un hayatının büyük bir bölümünü kapsıyordu. Annesine olan çözülmemiş, sembiyotik bağımlılığının ağlarına takılıp kalmıştı ve gerçek kendiliğinin ya da ayrılma/bireyleşmesinin harekete geçirilmesine neden olan her davranışla bağlantılı ileri derecedeki terk depresyonundan kurtulmak için, annesinin isteklerine itaat etmesine zorlayan bir savunmacı kendilik tarafından yönlendiriliyordu. Bu savunmacı sahte kendilik, ayrılma ve kendilik aktivasyonuyla bağlantılı terk depres-

yonundan kurtulmak için, idealleştirilmiş maternal nesneyle yeniden birleşme ya da kaynaşmak için duyulan güçlü istek tarafından yönlendiriliyordu. Gelgelelim, yeniden birleşme için duyulan bu istek ve yapışma savunması; birleşmek istediği nesne tarafından yutularak kendini kaybetme korkusunu da beraberinde getiriyordu.

Yapışmacı davranışı çok fazla kendini kaybetme korkusu tetikleyecek kadar yoğunlaştığı zamanlarda, -örneğin çok yakına geldiğinde- kendiliğinin parçalanmış algısını korumak adına kendini nesneden uzaklaştırmaya zorluyordu. Bu davranışından biyografi yazarları tarafından genellilikle 'zorunlu özgürlük' olarak bahsedilir. Bu mesele özgürlük değil, daha ziyade özgürlüğün muhafazasıydı.

Kendilik algısını korumak adına nesneden uzaklaşma ihtiyacı beraberinde fazladan başka sorunlar da getiriyordu. Terk depresyonuna karşı yaptığı asıl yapışma savunmasına müdahale ediyordu; depresyon ortaya çıkıyordu ve şimdi de başka tür savunmalara ihtiyaç duyuluyordu: kendisini, gerçekten yalnız olduğu coğrafik bir pozisyona yerleştirmek ve sonra depresyonunu boşaltmak, içmek, düzensiz cinsel ilişkilere girmek ve bitmek bilmeyen rahatsız avarelikler gibi çeşitli eyleme vurma formlarına dönmek gibi.

Bu yeniden bütünleşme ve kaynaşma, kendiliğin kaybından korkma, mesafe koyma, depresyon temaları ve kendilik yıkıcı davranışlar hayatına hükmediyor ve çalışması dahilinde hislerini ifade edişini de etkiliyordu. Nesneye önce yapışma sonra ondan uzaklaşma ve eyleme vurma arasındaki zıtlıklar, yazı yazma yoluyla kendiliğinin yaratıcı tarafıyla iletişime geçene dek Wolfe'un, temel savunma kalıplarıydı ki bu da fazladan, çok daha uyumlu bir savunma şekli ortaya çıkarmıştı.

Thomas Wolfe, birçok insan gibi, idealleştiren, yapışmacı ve mesafe koyan davranışının çocuksu doğasıyla yüzleşmekten acizdi. İnanılmaz yeteneği sayesinde bu meseleyi başkalaşıma uğrattı ve şu şekilde ifade etti: "Aslında bu temel olarak bir baba arayışıydı. Genç erkekler bazen, kendilerinden çok daha güçlü ve bilge, kendilerine çektikleri bütün ıstırap ve sıkıntıların cevabını verebilecek kahraman figürlerin varlığına inanırlar. Sonra bu cevapların kendi yüreklerinden gelmesi gerektiğini keşfederler, ama bu tür kahramanlara inanmak için içlerinden gelen güçlü istek devam eder." (Nowell, 1960, s. 157).

Aynı temayı Perkins'le de tekrar eder: "Sen benim için öyle bir figürsün işte. Hayatımın bağlı olduğu kayalardan birisin." (s. 157).

Yazılarında Wolfe, bu temayı şu şekilde idealleştirir. İkinci kitabı *Zaman ve Nehir*'den *(Of Time and the River)* bahsederken şöyle der: "Bana göre bunun, insanoğlunda var olan iki derin dürtüyle ilgisi var. Wordsworth hatırladığım kadarıyla '*To a Skylark*' adını taşıyan bir şiirinde bu dürtülere cennet ve ev adını verir ve ben de kitabımın ilk cümlesinde onlardan bahsediyorum, 'Sonsuzluğu ve dünyayı yeniden dolaşıp durmak.' Dünya derken yine basitçe ölümsüz dünyadan, bir evden, kalbin dönüp dolaşıp geleceği bir yer ve dünyevi ölümlü aşk, bir kadın için duyulan aşk gibi dünyaya ait bir gücü kastediyorum. Karşısında da daha büyük bir güç var; bana göre insanı gezip tozmaya iten, araştırmaya iten ve sonra onları yalnızlaştıran ve aynı anda bu yalnızlıktan hem nefret etmelerini hem de onu delicesine sevmelerini sağlayan daha büyük bir güç. Bunlar bence insanların içinde bulunan asıl unsurlar" (Nowell, 1969, s. 172). Wolfe bu temayı favori mecazlarından biri olan 'tren' metaforuyla bir kez daha inceler: "Büyük tren sonsuz ve sessiz dünyanın üzerinde aceleyle ilerliyor." İşte dolaşıp durmak ve sonsuz istirahat fikirleri

bunlardır. Bir kadın ve erkek arasındaki aşk teması da bunu temsil eder.

Wolfe'un nesneye yapışması, hayatındaki önemli insanları idealleştirmesiyle tetiklenmişti: Annesini, Bayan Roberts'ı, Max Perkins'i ve Aline Bernstein'i. Ne var ki, zamanla bu insanların gerçekçi uygunsuzlukları ve yutulma ve kendilik kaybı korkusu ortaya çıktığında, aşırı titiz incelemeleri bir tür düş kırıklığına neden oldu. Bu insanlar Wolfe'un tümgüçlü, mükemmel bir nesne ihtiyacını karşılayamıyorlardı. Kendiliğini kaybetme korkusundan kurtulmak için uzaklara kaçma isteği o kadar acı verici bir hal almıştı ki, bu kişilere olan hislere neredeyse nefrete dönüşmüştü. "Her bir iğrençliği görüyor ve onlar için kederleniyorum yani kötülük, adilik ve değersizlik gibi şeyler. Sevdiğim insanlardaki bu değişimlere tanımadığım ya da değer vermediğim insanlara hissettiğimin on kat daha fazlası nefret duyuyorum" (Nowell, 1969).

Bu idealleştirme Wolfe'un öğrencilerinin, yazarın arayışının sadece ebeveyni yerine geçecek bir yedek için değil, aynı zamanda entelektüel olarak kabul etmeyecek olsa da içten içe hasretini çektiği bir Tanrı figürü için de olduğunu öne sürmelerine neden oldu. Baba vekillerini tanrı figürleri yerine koyuyordu ve bu insanların gerçekte sadece kusur sahibi birer insan olduklarını fark edince acı bir düş kırıklığı ve kandırılmışlık hissi yaşıyordu (Nowell, 1960, s. 27). Bir baba mı arıyordu yoksa bir din mi? Ben her ikisine de cevabım hayır.

Gelişimin ayrılma/bireyleşme evresi boyunca çocuk anneyi tümgüçlü ve her şeyi bilen biri olarak algılar ve ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini maternal nesneden kopup, bağımsız ve tam hale gelebilmesi ve tüm kapasitelerini eksiksiz kazanabilmesi için annesinin kabulüne ihtiyaç duyar.

Thomas Wolfe'un, tümgüçlü maternal bir figürün kabullenmesi aracılığıyla bulmak istediği şey de işte buydu, yani gerçek kendiliğini arayış. Kendisini temel olarak kendi tatmini için bir nesne olarak kullanan annesinden kabul göremedi ve bu yüzden borderline saplanması gerçek kendiliğini gelişim duraklamasında kıstırılmış bir halde bıraktı. İstediği şey de, gerçek kendiliğini kabul edecek tümgüçlü bir figür tarafından bu tuzaktan kurtarılmaktı.

Bu çelişki içinde sıkışıp kalması, çocukluk ve yetişkinlik arasındaki geçiş safhasını algısını da yükseltmişti ve terk depresyonu yaşamış her borderline hastanın psikoterapi sırasında kendilerini etkinleştirdiklerinde ve bireyleştiklerinde tecrübe ettiği hisleri ve kayıp imgeleri algısını da şiddetlendirmişti. Yazarın çalışmaları, olağanüstü derecede dokunaklı, ağlamaklı ve anlamlı kayıp tasvirleriyle dolup taşar. Bu tasvirler, borderline hastaların terk depresyonlarını ifade etmek için yazdıkları şiirlerle benzerlikler taşır (Rich, s. 123).

Bu da Wolfe'un kitaplarının bu kadar popüler olmasının kilit noktalarından biridir. İnsan gelişiminin en önemli safhalarından birinin cilvelerini, çok güzel ve anlamlı bir şekilde tasvir etmiştir. Bireyleşme ve gerçek kendiliğe sahip olmak için duyulan insani özlemin olduğu kadar, gerçek kendiliğin ortaya çıkışının maternal nesne tarafından kabullenilmediği zaman duyulan hislerin olağanüstü derinliği ve kuvvetinin de tarihini tutan biriydi. Bunlara ek olarak, Wolfe'un okuyucusu aynı zamanda onun yaptığı mecazlara iki olgun düzeyde de tepki verebiliyordu: (1) Çatışmanın ödipal seviyesi, yani bir cinsel nesne olarak anneye karşı duyulan isteğin özgürleşme isteğine karşı oluşu ve (2) hayatın ileriki safhalarında deney ve macera ile güvenlik ve aşinalık arasındaki çelişki.

Hayat hikâyesi, idealleştirdiği kişilerle; tutsak haldeki gerçek kendiliğini kurtaracak kabullenmeyi sağlayacaklarını umarak, münhasır, sembiyotik/ortak yaşamsal bağımlı ilişkiler kurmak yoluyla gerçek kendiliği arayışının kendini tekrar eden, tipik dramlarıyla dolar taşar. Birleşme ve kaynaşma arzularının yoğunluğu dayanılamayacak dereceye geldiğinde bu, kendini bu kaynaşma içinde kaybetme ve yutulma korkusunu tetikliyordu. O zaman da çok daha büyük bir korku duyuyor ve bu korkuyla başa çıkabilmek için kendisini uzaklaştırma yoluna gidiyordu, işte bu da idealleştirdiği kaynaşma nesnesine saçmalık derecesinde bir tarzda saldırmaya başlayabiliyordu. Bu saldırılar, kendilik algısını ayırt edip koruyabilmesi için gerekliydi. Ne var ki, bu çatışmasının farkında değildi ve sorumluluk almaktan acizdi, bu yüzden de bütün zayıflıkları yüzünden idealleştirdiği nesneyi suçluyor, ona yansıtma yapıyor ve rasyonalize ediyordu ki kendini özgür kılabilsin. Ama bu davranışı da onu yalnız, başıboş ve terk depresyonuna karşı gelecek başka savunmalar bulmak zorunda bırakıyordu.

Yazı yazma yeteneğinin ve bu yeteneğinin çevresindeki önemli sembiyotik kişiler tarafından kabullenilişinin bu eşsiz bileşimi; gerçek kendiliğinin yaratıcı kapasitesinin uyum seviyesinde ortaya çıkmasını ve toplum için eşsiz bir sanat ürünü, savunma seviyesinde değerlendirildiğinde de terk depresyonuna karşı arınmış, çok daha uyumlu bir savunma üretmesine yardımcı olmuştu.

HAYATI*

Thomas Wolfe'un hayatının incelenmesi, gelişimsel nesne ilişkileri teorisinin bakış açısına göre, doğal bir şekilde hayatındaki önemli kişilerle olan ilişkilerine ve bu insanların onun yeteneğiyle olan ilişkisine dayanan safhalara göre ayrılır: Birincisi, erken gelişim yılları boyunca, annesiyle yaşadığı uzun dönem, lise ve üniversite, Harvard ve New York; sonra Aline Bernstein dönemi, Perkins dönemi ve Perkins-sonrası dönem. Bir yazarın hayatını, kendiliğine göre değil, nesne ilişkilerine göre kategorize etmek tuhaf gelebilir ama bu, bu nesne ilişkilerinin gerçek kendiliğinin yaratıcılık kapasitesinin ortaya çıkması adına çok önemli bir yer teşkil eden Thomas Wolfe'un kendine has karakteristiklerinden biridir.

Erken Dönem Gelişim Yılları

Tom 8 çocuğun en küçüğü olarak dünyaya gelmişti. Kendisinden bir büyük kardeşinden 6 yaş küçüktü ve klasik bir uygunsuz evlilik senaryosunun ürünüydü. Anne babası daha çok bireysel kaderlerinden kaçmak için uydurdukları bir tür kaçış fantezisi sayesinde bir araya gelmiş gibiydiler. Bu fantezi sonra dağılıp gitmişti. Annesi bencil, baskın, sahiplenici, pinti ve hırslı, hırsı uğruna çocuklarını feda etmeye hazır bir kadındı. Babası, her ne kadar duyarlı, ayakları yere basan ve tutkulu biri olsa da, ne kendisinin ne de ailesinin sorumluluğunu üstlenmekten acizdi. İleri seviyede depresyondan mustaripti ve bu yüzden ağır alkolikti. Hayatın omuzlarına yüklediği sorumluluğa duyduğu öfkeyi, karısı ve çocuklarına yaptığı, acımazsız sözlü saldırılarla dışa vuruyordu, kendi mutsuz hayatı için onları suçluyor ve bu yolla,

---

* Wolfe'un hayatıyla ilgili bilgilerin büyük bölümü Nowell (1960) ve Turnbull'un (1968) çalışmalarından alıntılanmıştır.

kendisini kurtarmaları için bir motivasyon yolu olarak içlerine suçluluk duygusu akıtmış oluyordu.

Bütün aile tarafından el bebek gül bebek büyütülen Tom, en küçük çocuk olduğu için de annesinin abartılı sahiplenmesinin nesnesiydi. Annesi şöyle yazmıştı:

> "Tom bir bebek olduğu için onu bir bebek gibi büyüttüm. Kocaman bir erkek olana kadar hep benimle birlikte uyurdu. 3,5 yaşına kadar emzirdim. Hala meme emiyordu, ama bu artık bir alışkanlıktan ibaretti o kadar. Gerçekten ihtiyacı yoktu. Çok güzel bukleleri, güzel kahverengi saçları vardı. Her gün onları tek tek tarardım, omuzlarına kadar uzundular. Sık sık, kıvırcık saçları yüzünden arkadaşlarının ona kız diye hitap ettiklerini söylerdi, ben de ona 'O hayır, ben saçlarının uzun kalmasını istiyorum biliyorsun,' derdim. Böylece artık kesmek zorunda kalana kadar onu oyaladım. Bunun en üzücü tarafı bebeğimin büyümüş olmasıydı. Yavaş yavaş benden uzaklaşıyordu. (Nowell, 1960, s. 23)"

12 yaşına kadar annesiyle aynı odada uyumuştu. Derin yaratıcılığını oluşturacak tohumları eken şey de, gelişim duraklaması sırasında gerçek kendiliğini tutsak eden duvarları ören şey de işte annesiyle olan bu derin bağımlı sembiyotik ilişkisiydi. Annesine olan bu gerçek, nerdeyse köle-vari bağımlılığı 25 yaşında Aline Bernstein ile tanışıncaya dek sürdü.

Babasıyla olan ilişkisi, daha mutlu olarak tasvir edilmiş olsa da, daha az yoğundur ve babası şiire olan ilgisi gibi birçok olumlu özelliğe sahip olmasına rağmen fazlasıyla depresiftir ve Tom'a baba olmasını engelleyecek kadar çok kendi dertleriyle alakadar gibidir. Anlatılanlara bakılırsa Tom ona tapıyordu ve babasıyla birlikte edebiyat ve şiirin tadını çıkartıyordu. En büyük ablası Mabel babasının, abisi Grover

(ikizlerden biri) de annesinin en sevdiği çocuklarıydı, annesi Tom'u ise bir eşya olarak görüyordu.

Uzun klinik deneyimlerime dayanarak, annenin abartılı benmerkezciliği ve sahipleniciliğinin Tom'un tarafında gelişimsel bir saplanmaya neden olan bir itaatkârlığa yol açtığını varsayıyorum: Sahte bir itaatkâr kendiliğin gelişimine ve annenin sahiplenmeci karakteriyle çatışacağı için desteklemediğinden gerçek kendiliğinin bozulmuş olması. Hiç şüphesiz, 3,5 yaşına kadar meme emmesi ve geç yaşlara kadar annesiyle aynı odada uyuması da; annesinin kendi ihtiyaçlarını karşılaması için Tom'un bağımlı sembiyotik ihtiyaçlarını şımarttığını da ortaya koyuyor.

Bayan Wolfe kocasını ilk kez, Tom 4 yaşındayken terk etmişti ve onu St. Louis'deki bir yatılı okula götürmüştü. En büyük kızı Mabel'i de babasıyla birlikte yaşaması için evde bırakmıştı. Tom'un abisi Grover tifodan hayatını kaybetti. Tom kardeşinin ölümünün annesine, Grover'ın onun en sevdiği çocuğu olduğu ima edercesine, 'hayatının en büyük yarasını verdiği' şeklinde tanımlamıştı. Grover'ın kadın için olan önemi, 34 yıl sonra Tom'un da ölmek üzere olduğunu söyledikleri zaman, Grover'ın ölümünü hatırlaması ve Tom'un da biyografisinde yazdığı gibi kelimesi kelimesine tüm detaylarıyla anlatmasıyla pekişmişti (Nowell, 1960).

Bu örnek, Grover'ın favori çocuğu, Tom'un ise eşyası olduğu gerçeğini destekliyor. Diğer bir deyişle, Tom'un fonksiyonu annesinin anksiyete ve depresyonunu hafifletmekti. Bu şekilde annesiyle bir günah keçisi konumunda olduğu, mahrum, sembiyotik ve bağımlı bir ilişki yaşayan Tom'un; annesinin depresyonuna karşılık olarak ilk dışsal ayrılma stresi ve terk depresyonunu henüz 4 yaşındayken, kardeşi Grover'ın ölümü sırasında yaşadığını varsayabiliriz. Bu dönem boyunca Tom ikizlerden diğeriyle, Ben'le yakınlaşmıştı

ve bir süre sonra Ben öldüğü zaman da başka bir kaybın acısını çekecekti.

Tom'un tecrübe ettiği ikinci terk depresyonunu başlatan derin ve hayati bir ayrılma stresi de; henüz 6 yaşındayken annesinin babasını terk etmeye karar verip, başka bir ev satın aldığında ve burayı pansiyon haline getirip asıl evlerini babası ve kız kardeşi Mabel'e bıraktığında meydana gelmişti. Diğer kardeşleri iki arada bir derede gidip geliyorlardı. Ama annesinin eşyası olan Tom, onunla yaşamak zorundaydı.

Tom *Look Homeward Angel* (1929) isimli kitabında şöyle yazmıştı: "Bu kadını bütün o yorucu meme ve beşik hayatına bağlayan en son şeydi. Hala geceleri onunla uyuyordu. Sanki kadının derisi yarılmış içine saklanmıştı; gündüzlerin baskın yoğunluğunda onu unutuyordu, ama geceleri telefonda geri gelmesi için yalvararak onu çağırıyordu." Kendisiyle yaşamasını talep eden annesi ve olabildiğince çok zaman geçirmeye çalıştığı eski evinde babasının yanında yaşamayı sürdürme isteğini destekleyen ablası Eliza arasında büyük bir mücadele vardı. Pansiyonun "koca buz türbesinden" nefret ediyordu. Tom "Eski Kentucky Evi" dedikleri bu evden ve annesinin pansiyoncu kariyerinden utanıyordu.

Tom daha sonraları şöyle yazacaktı: "Evsiz barksız biriydim -7 yaşından beri- iki çatısı olan ama ev diyebilecek bir yeri olmayan, avarenin tekiydim. O ölüm evine taşındım ve pansiyoncular ellerinde dolarlarıyla gelip, avluda keyif yaparlarken, ben de bir odadan öbürüne geçiyordum. Aşırı yüklü kalbim, kendi gizemlerimi bile dile getiremiyor, konuşamıyor, sıkışıyordu" (Nowell 1960, s. 27).

Annesinin Tom'un iyiliğini -yani gerçek kendiliğinigörmezden geldiğini ve onu bir eşya olarak kullandığını açıkça ortaya koyan bu ikinci hayati ayrılma stresi, Tom'un terk depresyonunu da büyük ölçüde pekiştirmişti. Bu da sa-

vunmalarının artmasını gerektirmiş ve daha sonra hayatını ve işini önemli ölçüde etkileyecek bir süreci başlatmıştı. Fantezisinde tekrar tekrar birleştiği tümgüçlü maternal nesne ona ihanet etmiş ve bütün kayıp ve yalnızlık hisleriyle birlikte terk depresyonuna maruz bırakmıştı: İlk olarak kurduğu ilişkinin benmerkezci, sahiplenmeci ve hırslı doğası, Tom'un ortaya çıkmaya başlayan kendiliğini kabul etmesini engellemişti; sonra da Tom 4 yaşındayken Grover ölmüş ve 6 yaşındayken annesinin yanına taşınmıştı.

Sembiyotik birleşmenin yoğunluğuna dayanan, önceki yutulma ve kendiliğini yitirme korkularına, şimdi de terk edilme korkusu eklenmişti. Fantezi dünyasına çekilme ve uzaklaşma savunmalarının gelişimi için gereken altyapı hazırlanmıştı. Hissettiklerini yazılarında "yalnızlık ve dehşet içinde dibe çökmüş" ve evinin mutsuz, ılık ve düzensiz merkezini sonsuza dek kaybettiği şeklinde ifade ediyordu (Nowell, 1960, s. 27).

Bu ilk esas ilişkisinde yaşadığı Hayal kırıklığı, ihanet ve kayıp hisleriyle başa çıkmak için Tom, fantezi dünyasında kendi kendine yarattığı hikâyelerde ve ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini kabul edip hapsolduğu yerden kurtaracak, tümgüçlü bir maternal nesne için hayatı boyunca sürecek bir yolculukta savunma aramaya başladı. Diğer bir deyişle gerçek kendiliğinin kabulüyle kendini özdeşleştirecek ve bağımsız olmak için onun gücünü ve bilgeliğini içselleştirecekti. Gelgelelim kader, yazılarında da çok güzel bir şekilde ifade ettiği üzere, özel hayatında bu aynı hayal kırıklıklarını tekrar tekrar yaşamaya mecbur kılacaktı.

Look Homeward Angel (1929) kitabında şöyle demişti: "Çocuğun aklını acımasız yanardağı ve yosun tutmuş hayal dünyası, garip evliliklerinin içine sızmış ve tüketilmişti. Acımasız yıllar bütün o tanrıları ve kaptanları tek tek alaşağı etmişti. Umut edecek ne kalmıştı? Büyümenin getirdiği fela-

ketlerin karşısında hangi hatıra dayanabilmişti? Hedefleri neden bu kadar belirsizleşmişti? Bütün hayatı boyunca parıldayan sadakati insanlarla başlayıp, hayallerle sona eriyor gibiydi. Sırtını dayadığı hayatı kendi ağırlığının altında eriyip gitmişti ve aşağı baktığında tek gördüğü bir heykelden başka bir şey değildi."

Of Time and The River (1935) adlı kitabında Tom bu arayışını bir baba arayışı olarak romantikleştirip idealleştirmişti: "Bana göre hayattaki en derin arayış, o ya da bu şekilde her insanın hayatının merkezinde duran şey, bir baba bulmaktı. Sadece etinin sahibi olan bir baba değil, sadece gençlik yıllarının kayıp babası değil, aynı zamanda kendi hayatının inanç ve gücüyle birleştirebileceği, kendi ihtiyaçlarının ötesinde kudretli ve bilge bir figür" (Nowell, 1969, s. 27).

En sonunda 37 yaşındayken bu arayışın ümitsiz olduğunu fark ettiğinde şunları yazmıştı: "Galiba gençliğimizin olağanüstü hayalinden asla vazgeçemediğimiz için, hayatımızın dışından sorularımıza cevap verebilecek bilge birini bulabileceğimize inanıyoruz. Ama olmuyor -bu benim içimdeki kudret değil ama sanırım bütün dindarlık da hayattaki bu en derin ihtiyaçtan kaynaklanıyor" (Nowell, 1969, s. 23).

6 yaşındayken başına gelen acı tecrübeden sonra Tom'un davranışları da içindeki boşluğu doldurmak adına fantezi dünyasına çekilmek ve okumaya doğru kararlı bir değişiklik göstermişti. Saatlerce kütüphanede kalıp iyi kötü bulabildiği her türlü kitabı okuyordu. Savunma yapmak için kelimeleri ve hayalleri kullanma eğilimi de kendini belli etmeye başlıyordu.

Ebeveynlerimizin bize sorun verdikleri kadar, bu sorunları çözebilmemiz için imkân sağladıkları da söylenir. Tom'a ihanet eden ve onu terk eden idealleştirilmiş annesi romatizma hastalığına yakalanmıştı ve sağlığı için her kış Tom'u

da yanına alarak, ve onu her defasında farklı bir okula yazdırarak, uzaklara gidiyordu. Bu gezilerin, akranlarla iletişim kurabilme gelişimi ve gizil yetenekleri üzerinde inanılmaz derecelerdeki yıpratıcılığı göz ardı edilemez. Hayatının ileriki dönemlerinde her iki alan içinde de sıkıntı yaşamış olmasına şaşmamak gerekir.

Bu durum annesinin onu nasıl bir eşya olarak kullandığına da işaret eder. Gitmek zorunda olduğu için, Tom da onunla gitmek zorundaydı; tıpkı pansiyonda onunla kalmak zorunda olması, saçlarını kıvırcık yapmak zorunda olması ve annesiyle aynı yatakta yatmak zorunda olması gibi. Gerçek kendiliğinin ihtiyaçları hep göz ardı edilmişti.

7 ila 13 yaşları arasında kışları, güneyde 8 farklı yerde geçirmişti. Bu durum bir yandan yıpratıcı olduğu kadar; seyahat etmeyi, depresyonu ve kaybetme korkusuyla başa çıkmak için kullanma fikrini de aklına sokmuştu. Sonradan da bu seyahat düşkünlüğü zaten hayatının çok önemli bir parçası haline geldi. *Look Homeward Angel* (1929) kitabında şöyle yazıyor: "Böylece ilk yokuşları ve gerçek sahibi dağların olan gökyüzünü görüyordu. Muhteşem güneyi gördü, parıldayan tarlaları, kalbinde sonsuza kadar yer edecek orman ve dağları gördü. Sessiz yolların ve ay ışığıyla aydınlanan ormanlık arazilerin ve bir gün kendi ayaklarıyla onlara geleceğini ve büyük şaşkınlık içinde nasıl da değişmediklerinin farkına varacağının hayalini kuruyordu (Nowell, 1960, s. 33).

Altı yaşındayken annesinin sembiyotik kaynaşma için baskıyı yenilediği bu tip geziler sonucu annesi tarafından ihanete uğrayıp hayal kırklığı yaşamasından hemen sonra; yeniden tetiklenmiş terk depresyonunun bir önceki yeniden birleşme fantezisini harekete geçirmesine izin vermemesi mümkündü. Bunun yerine ödüllendirici birim ya da yeniden birleşme fantezisinin bir bölümü annenin üzerine değil, manzaraya yansıtılmıştı ki bu manzarayla yaşayacağı hayali

birleşmede, hayatının önceki bir döneminde annesiyle sembiyotik fantezinin temelinde hissettiği kendinden geçme, şaşkınlık ve tatmin hislerini yeniden yaşayabilsin. Bu da, manzaraları, sanki tatminkâr sembiyotik bir anneyi temsil ediyormuşçasına, tasvir ederken kullandığı, gösterişli ve abartılı hisler ve ifade biçimlerini açıklamaya yardımcı oluyor.

Aynı zamanda trenler, gemiler, arabalar ve her türlü ulaşım araçlarıyla ilgili hisleri ve onları ifade edişinde de aşırı övgücü bir tavır sergiliyordu. Bu hisler, hiç şüphesiz, kendiliğini kaybetme korkusuyla başa çıkabilmek için kendini uzaklaştırma ihtiyacının romantikleştirilmiş biçimleriydi özgürlüğe kaçış gibi gözüken, bir bağlılık mekânını ya da tutsaklığı terk etme vs. Yolculuklarının altında yatan asıl gerçekliğin özgürlük ya da kaçış değil, artık daha da fazla savunma yapma ihtiyacı duyan o eski terk depresyonu olduğu gerçeğini her zaman inkâr edebiliyordu. Bahsettiği tuzağın aslında dışarıda değil kendi içinde olduğunu ve seyahatlerinin de problemleri değil, sadece manzaraları değiştirdiğini de inkâr ediyordu.

Gençliği (12-25 Yaşları Arası)

Borderline hastalarla yaşadığım terapi tecrübelerime göre, hastaların maruz kaldığı ağır haller Murphy kurallarından birine tekabül edecek şekildedir: Olabilecek en kötü şeyler olacaktır. Thomas Wolfe'un hayatı ise bu konuda bazı istisnalarla doluydu, çünkü o ilginç karakterlere sahip ve Wolfe'un kariyeriyle samimi şekilde ilgilenen yetişkinlerle karşılaşıp onlarla ilişki kurabilecek kadar şanslıydı. Onu kullanmaya kalkan dalavereciler ya da serserilerle uğraşmak zorunda kalmadı. Ortaya çıkmaya başlayan yaratıcı kendiliğine neredeyse mükemmel bir şekilde uyan kişilerin, son derece istikrarlı ve sadık desteklerine sahipti.

Bu kişilerden ilki, 12 ve 16 yaşları arasında gittiği Norths Masters Okulu'ndaki öğretmeni Bayan Roberts'tı. Daha önce Wolfe'la ilgili herhangi bir bilgisi olmadan onun yazdığı bir kompozisyonu okuduğunda, 'çocuğun bir dahi olduğunu' düşünmüştü. Ona kompozisyon, tarih ve İngiliz edebiyatı öğretti ve yaratıcı kendiliğini teşhis ederek onu ifade etmesi için cesaretlendiren de bu kadındı.

Wolfe bir keresinde şöyle yazmıştı (1936): "Benim için parlak bir hayal dünyasının kapılarını açan iyi bir edebiyat zevkini onun sayesinde geliştirmiştim. Bayan Roberts benim için öğretmenden çok daha fazla bir şeydi. Hayatımın ve düşüncelerimin en ufak parçalarında bile onun etkisinin değeri ölçülemez. Gözleri olmayan kör bir deniz yaratığı gibi düşe kalka hayatın, güzelliğin ve düzenin içinden geçiyordum ve sonra onu buldum. Ey beni ışıkla besleyen ruhumun anası! Unuttum mu sanıyorsun? Hiç unutabilir miyim?"

Bayan Roberts'ın davranışları, Wolfe'un ödüllendirici birim sembiyotik fantezisiyle çınlamıştı. Sembiyotik bağımlılığını Bayan Roberts'ın üzerine kurmuştu, kendini onaylanmış ve sevilmiş hissediyordu. Depresyonu hafiflemişti ve enerjileri yeniden ateşlenmişti. Bayan Roberts'ın yaratıcı kendiliğini onaylaması, Tom'a onu aktive etmek ve yazı yazmayı sürdürmek için yardımcı olmuştu.

Lisedeyken Tom ani bir şekilde boy atmıştı ve arkadaşları tarafından "o kadar geveze ki konuştukları sel olup akıyor" şeklinde tasvir ediliyordu. Yazı yazma hobisi de, yerel bir dergi tarafından North State Okulu'nda yazılan en iyi makale ödülünü kazanarak bronz madalya alınca, gerçeklikle pekiştirilmişti. Kelimelere olan doğuştan gelen yatkınlığı şimdi yazı yazma aktivitesine bağlanmıştı, ama öğrenme ve zanaatkârlık meseleleri bir yana, hayati bir psikolojik boyutun yoksunluğundan mustaripti ve bu boşluğu doldurmak için ihtiyacı olan şeyi bulması ve böylece yaratıcı tarafıyla iletişi-

me geçip gerçek kendiliğini aktive etmesi çok uzun zaman alacaktı.

Tom 16 yaşında liseden mezun oldu ve Princeton'a gitmek istiyordu, ama babası bu fikrini desteklemeyi reddetti. Onun yerinde Tom da, Kuzey Karolayna Üniversite'sine yazıldı; ilk defa tek başına evinden uzak bir yere gidecekti. Bu arada babası da birkaç yıl sonra ölümüne sebep olacak bir hastalığa tutulmuştu. Üniversitedeki ilk yılı -yani kendi başına- depresif olduğu ve tamamen yalnız başına yaşadığı için çok acı dolu geçmişti. Sosyalleşmekten aciz oluşu yüzünden tamamen kendi içine kapanmıştı ve zamanının çoğunu, ilk aşk macerası olan, ama neredeyse evlenmek üzere genç bir kız için yas tutarak geçiriyordu. İkinci senesinde ise Üniversite gazetesinde bir iş buldu ve hayatı değişti. Her türlü aktiviteye katılıyordu, çeşitli derneklerin kuruculuklarını üstleniyordu ve yazılarıyla ilgili giderek daha çok dış destek ve övgü bulmaya başlıyordu. Üniversite dergisinin editörüydü ve kendi şiir ve hikâyelerinin de yayınlandığı başka bir derginin de ortak editörlerinden biriydi. Bu sırada kendine sembiyotik yansıtma yapabileceği ve sayesinde Elizabeth dönemi edebiyatıyla ilgili çok şey öğrendiği Profesör Greenlaw adında başka bir akıl hocası bulmuştu.

Üniversitede geçen başarılı ikinci senesinden sonra 1918 yılının yazında eve dönmek yerine çalışmayı denemek için Norfolk'a gitti. Bütün yaz 'açlık ve dehşet' içinde geçmişti, çünkü tek başına olduğu için yine terk depresyonuna maruz kalmıştı. Hayatının başlıca tipik temalarından birini oluşturacak, 'kendi kendini uzaklaştırma' örüntüsünün habercisi olacak şekilde sokaklarda serseri bir şekilde dolaşıyor, içki içiyordu.

Üniversitedeki ilk yılında kendisini evden uzaklaşması için sürekli teşvik eden kardeşi Ben, annesinin kendisine iyi bakmadığı şüphesini akıllara düşüren bir şekilde zatürree-

den hayatını kaybetmişti. Ben Tom'un en büyük destekçisiydi, bu yüzden Tom kardeşinin ölümüyle ilgili bütün hayatının en trajik tecrübesi olarak bahseder. Ben her zamar Tom'un evden ayrılıp başka yerlere gitmesi konusunda ısrar etmişti ve şimdi onun ölümüyle Tom da öyle yapması gerektiğini fark ediyordu. *Look Homeward Angel*'da (1929) annesini şöyle tasvir eder: "Ateşin karşısında ellerini kavuşturmuş oturuyor ve *hiçbir zaman var olmamış* bir şefkat ve sevgiyle dolu bir geçmişi hatırlıyordu. Ve rüzgâr kasvetli sokakta ulurken ve kadın da o kayıp ve acı dolu ruhla ilgili bin bir hikâye uydururken oğlanın içindeki parlak ve yaralı şey, dehşet içinde kıvrılarak bu ölüm evinden kaçacak bir yol arıyordu. Bitti, bitti diyordu. Şimdi yapayalnızsın. Kayboldun. Git kayıp çocuk ve tepelerin arkasında kendini bul" (Nowell, 1969 s. 44).

Suçluluk duygusu üstün gelir ve şöyle der: "Şimdi gidemem, çünkü kadının yüzü bembeyaz, alnı çok geniş ve yukarda ve simsiyah saçları geriye doğru düşüyor ve yatakta oturduğu zaman küçücük bir çocuk gibi görünüyor. Şimdi gidemem, onu burada yalnız bırakamam. Kadın yalnız, dedi ses, ama sen de öylesin. Kaçman gerek yoksa öleceksin. Bütün bunlar ölüm gibi. Beni emzirmişti, onunla aynı yatakta yatmıştım, gittiği her yere beni de götürmüştü. Şimdiyse bunların hepsi bitmişti ve bu, her defasında ölüm gibiydi.

"Ve yaşam gibi, dedi gizemli ses ona ve her öldüğün sefer, yeniden doğacaksın ve bir erkek haline gelmeden evvel yüz kere daha öleceksin. Yapmam, yapamam. Şimdi değil, sonra, daha yavaş. Hayır, şimdi, dedi ses. Korkuyorum, gidecek hiçbir yerim yok. Bir yer bulmalısın dedi ses. Kayboldum. Kendi kendine avlanmalısın dedi ses."

"Eugene evin kasvetli rüzgârının evi terk etmesini söyleyen inlemelerini ve Eliza'nın geçmişten gelen sesinin kay-

bolmuş güzel şeylerin aslında hiçbir zaman olmadığını söylediğini duyuyordu."

Annesi de onu, yeniden birleşme fantezileriyle baştan çıkarmaya çalışıyordur: "Ben de dedim ki, 'Neden? Neden boynuna sıcak bir şeyler dolamıyorsun, yoksa ölümün soğuğuna yakalanacaksın.' Eugene onu boğazından yakaladı ve kapıda sıkıştırdı. İşte, nereye gidiyorsun, dedi Eugene çabucak yukarı bakarak. Gitmeliyim dedi, buradan uzaklaşmam gerek. Sonra Eugene'in gözlerindeki korkuyu ve sıkıntılı ve çocuksu bakışı gördü. Ona doğru koştu ve ellerini avucuna aldı. Kadın elini sıkıca tuttu ve yüzünü kollarının arasına gömdü. Henüz gitme dedi. Önünde koskocaman bir hayat var. Bir iki gün daha benimle kal. Tamam, anne dedi dizlerinin üstüne çökerek ve kendinden geçmişçesine annesini kucakladı. Tanrı seni korusun anne, her şey düzelecek; kadın acı içinde ağlamaya başladı. Yaşlı bir kadınım ben ve tek tek hepinizi sırayla kaybettim. O şimdi öldü ve ben onu asla tanıma şansını elde edemedim. Sen de beni terk etme oğlum. Bana kalan tek şey sensin, sen benim bebeğimsin. Gitme, gitme. Beyaz yüzünü oğlunun yakasına dayadı. Gitmek o kadar da zor değil, diye düşündü çocuk, ama ancak unuttuğumuz zaman."

Look Homeward Angel kitabının bu paragrafında Wolfe, kardeşinin öldüğü zamanlarda, ödüllendirici birim fantezilerinin altında yatan annenin geri çekilen birim nesne temsilini tasvir etmişti. Dehşet içinde gitmeye çalışıyordu, annesi ona yapışıyordu ve Wolfe da onu terk ediyor oluşundan büyük suçluluk duyuyordu.

Babasının ölümünden sonra Kuzey Karolayna'ya geri döndü ve yine bütün edebi aktivitelerinde başarı kazanmayı sürdürdü; felsefe dalında bir yazısı yüzünden bir de ödül kazanmıştı. Caroline oyun yazarları birliğini organize etmeye başlayan Frederick H. Koch'un etkisi altına girdi ve yo-

ğun bir şekilde tiyatroyla ilgilenmeye başlayarak birkaç da oyun yazdı. Yazıları yine çevresinden kabul ve destek görüyordu.

Bütün bunlara rağmen, mezuniyet zamanı geldiğinde yapmak istediği şey konusunda kafası çok karışıktı. Gerçek kendiliğini henüz teşhis edip etkinleştiremiyordu. Liseyi bitirdiği zaman yaşadıklarının aynısını yaşıyordu: "Lisedeki günlerimde çok güçlü olan yazı yazma isteğim giderek büyüyordu. Ama ben hala bir avukat ya da gazeteci olmayı düşünüyordum, asla bir yazar olabileceğimi düşünmeye cesaret edemiyordum" (1936, s. 30).

Bu belirsizlik, üniversitenin bitiminde de herhangi bir şekilde netlik kazanmış değildi. Yolunun yazı yazmakla kesişeceği çok bariz bir şekilde ortada olmasına rağmen neden bunu açık bir şekilde teşhis edemiyordu? Bence bu, bir yandan gerçek kendiliğinin bireysel isteklerini tespit edip dile getirmekte yaşadığı sorunlar yüzündendi; diğer yandan ise yazı yazıyor oluşu hala savunmacı kendiliği tarafından destekleniyordu. Diğer bir deyişle, aslında gerçek kendiliğini ifade etmek için değil, Profesör Koch gibi idealleştirdiği tümgüçlü nesneleri tatmin etmek için yazı yazıyordu. Oyun yazmanın ona uygun bir alan olmadığını keşfetmesi çok uzun zaman aldı. Ancak o zaman yaratıcı yeteneğinin büyük üretkenliği ve haznesiyle iletişime geçmeye hak kazanmıştı. Bu yeteneği, annesine olan intrapsişik ve süregelen dışsal bağımlılığı yüzünden daha önce gizli kalmak ve korunmak zorundaydı.

Üniversiteyi bitirdikten sonra tek başına kalmak zorunda olması, derinlerde yatan psikolojik dilemmasının belirginleşmesine sebep oldu. Gerçek kendiliğini aktive etmekte, ne istediğini tespit etmekte ve bunu gerçekleştirmekte sıkıntı çekiyordu. Gelgelelim annesine artık daha fazla yapışamayacağının farkındaydı ve kaçarak ondan uzaklaşmak istiyordu.

Hayalini kurduğu Kuzey bölgelerin bu kaçış planını sağlayacağını, gerçek kendiliğini kabul eden maternal nesne yerine geçeceğini ve bu kendiliği aktive edip tatmin etmesine yardımcı olacağını dile getirmişti.

Tom yavaş yavaş Harvard Üniversitesi'nde Profesör George Baker'ın danışmanlığında oyun yazma üzerine mastır yapma düşüncesini geliştirmişti. Bu ikinci coğrafik yer değiştirme, Asheville'de annesiyle olan ilişkisinin tuzağına sıkışıp kalırsa yaşayacağı kendilik kaybı korkusuyla başa çıkabilmek için yaptığı bir uzaklaşmacı görüngüydü.

Harvard'daki ilk yılında çevresi arkadaşlarla sarılmıştı, ona bakan bir amcası vardı (hayatında çoğu zaman yaptığı gibi yine kendisiyle ilgilenecek birini bulmuştu) ve yeni sembiyotik tümgüçlü nesnesi olan Profesör Baker'ı idealleştirmişti ve ona neredeyse tapıyordu. "Neredeyse bir yıl boyunca ona taptım. İnanılmaz bir adamdı, bir kâhindi; her şeyi bilen, her şeyi görmüş, tek bir kelimeyle her türlü sorunu çözebilecek, elinin tek bir hareketiyle hayatımız boyunca yaşadığımız acı, keder ve şiddeti yok edebilecek kapasitede, çok bilge, güçlü ve kibar bir ruhtu" (Nowell, 1960, s. 52). Ve böylece, Baker'ın danışmanlığında, bir dramaturg ve oyun yazarı olarak kendisini işine vermişti.

Tom'un okumaya olan açlığı sürüyordu ve okul kütüphanesinden alabildiği kadar çok kitap alıyordu ve bir yandan da listeler yapıyordu; bitmek tükenmek bilmeyen listeler. Dönem bitip diğer öğrenciler memleketlerine döndüklerinde, tek başına kamıştı. Bu durum, yıllar önce Norfolk'ta başına geldiği gibi, terk depresyonunu tetikledi. İnsan iradesinin şaşkınlık veren kararsızlıklarından birini yaşıyordu: Hangi işi hayatında kalıcı olacaktı? Altı hafta boyunca asılı kaldığı bu boşluktan kendisini kurtarmak için tek bir hareket bile yapmakta zorlanıyordu. Hayatı korkunç bir hareketsizlik içinde sıkışıp kalmıştı. Çok yalnızdı ve hiç parası yoktu, ama son-

baharda geri dönmesine izin vermeyeceklerinden korktuğu için eve gitmeye cesaret edemiyordu; ayrıca kendilik algısını kaybetmekten de korkuyordu.

İsteksiz annesini, zar zor Harvard'da ikinci bir yılı daha desteklemesi için ikna etti. O yılın başlarında, 1921 yılında babası hayatını kaybetti. Babasını kaybetmesi terk depresyonunu tetikledi ve gerçek kendiliğini bulmak için giriştiği arayış isteğini iki katına çıkardı. Profesör George Baker'ın düzenlediği Grup 47 adındaki atölyeyle birlikte Harvard'daki üçüncü yılına başladı. "Bir tür rüyada yaşıyordum, zevk ve gücün içinde sarhoş olmuştum" (Nowell, 1960, s. 51). Gelgelelim ne kadar çabalarsa çabalasın oyunları o kadar başarılı değildi. Oyun yazmak onun gerçek alanı değildi. Oyunlar çok uzundu, çok fazla karakter ve sahne içeriyorlardı ve bunlarda kısaltmaya gidemiyordu. Ne var ki, en son sembiyotik tanrısı Profesör Baker onu cesaretlendirmeye devam ediyordu.

En sonunda, oyunlarının iyi sonuç vermediğini ve oyun yazmanın ona göre olmadığını fark etti. Öğretmen olması gerektiğine karar verdi. Bu noktada bile, 24 yaşında, yazdığı bütün yazılar ve gösterdiği bütün yeteneklerle bile romancı olma fikri aklına gelmiyordu.

İdealize ettiği sembiyotik tanrılarıyla yaşadığı hayal kırıklığı, geri çekilen birimini bir önceki sembiyotik tanrısı Bayan Roberts'a yansıttığı zaman, Profesör Baker'la da tekrarlanmıştı. Bayan Roberts'a bir mektup yazıp şunları söylemişti: "Profesör Baker'ın mükemmel bir arkadaş, gerçek bir eleştirmen, ama kötü bir danışman olduğunu fark etmek ne kadar da acı bir şeymiş. O zamdan itibaren hayatımın düzeninin aslında kendi ellerimde olduğunu anlamıştım" (Nowell, 1960, s. 72). *Of Time and River* kitabında da şunları yazmıştı: "Ve sonra adamın yarısının talaş olduğunu gördüm, sıcaklık, büyüklük ve insancıllıktan yoksundu, insanın içindeki içten

nitelikleri görecek yeteneğe sahip değildi. Palyaçolar ve zayıf kişiler üzerinden rant sağlıyordu ve iyi insanların (yani Tom Wolfe'un), içinde en ufak bir yaşam parıltısı olan insanların canı cehenneme diyordu."

Wolfe, hezimet içerisinde ve neredeyse hiç istemeyerek oyun yazarlığından öğretmenlik alanına yöneldi. Öğretmek için herhangi bir isteği olmasa da yeni pozisyonu onu kendi başına kalması için gereken her türlü durumu yaratıyor, ailesinden uzaklaştırıyordu ve böylece ilk ve son olarak derinlerde yatan sorunlarını ele alıyordu.

Bir Romanın Hikâyesi (The Stroy of a Novel) (1936) kitabında şöyle yazıyordu: Bu dönem benim işkence ve stresle dolu bir dönemimdi, çünkü kendimi tamamen buna adamıştım ve geri dönüşü yoktu. Uzlaşmayacaktım ve pozisyonum çok umutsuzdu. Eski hayatımla, ailemle, memleketimle ve önceki bağlantılarımla (yani eski savunmalarıyla) ilgili bütün arta kalanların neredeyse hepsini söküp attım. Şimdi benim için kendimden ve işimden başka hiçbir şey yoktu. Bana yardımcı olacak kendim dışında hiçbir şey yoktu. Gücüm içimdeydi, onu çekip çıkartmalıydım. Bunu da yapamazsam hiç umut kalmayacaktı."

Tahmin edilebileceği gibi, kendi başına olması depresyonunu ve geri çekilen birim fantezilerini hızlandırmıştı. Bir öğretmen olarak yetersiz ve bilgisiz olduğu düşünceleri ve bu yetersizliğinin açığa çıkıp kovulmasına yol açması korkusu ona devamlı olarak işkence ediyordu.

Çaresizlik içinde ama başarmaya kararlı bir şekilde sabah akşam, yalnızlığı ve ıssızlığı da dâhil olmak üzere, kendi üzerinde olabildiğince derinlemesine çalıştı. İşini öğrendi ve hayatını yeniden kazandı. Bu, gerçek kendiliğinin ilk defa harekete geçirilişiydi. İşi o kadar yoğundu ki yazı yazamıyordu: "Hayatım çarklardan geçip giden su gibi. Herhangi bir

tekerleği çevirmiyor. En iyi oyun henüz yazılmadı, en iyi roman beynimin kenarlarını güçsüz elleriyle yumrukluyor. Ama zaman yok. Eğer önümde 100 yıl daha olsaydı hayallerimi gerçekleştirebilirdim, ama o kadar uzun süre yaşamayacağım" (Nowell, 1960, s. 80). Öğretmenlik mesleğinin en büyük bağışlatıcı özelliği, sonbahar döneminde izinli olduğu için, bir yazar olarak eğitiminin bir parçası olduğuna inandığı, Avrupa seyahatine çıkmasını mümkün kılmasıydı.

Bir sonraki bölüm bu uzun mücadelenin nasıl meyve verdiğini ve başarılı olduğunu anlatmaktadır.

10

Thomas Wolfe'un Gerçek Kendiliği Arayışı: Kısmi Tatmin

Thomas Wolfe'un hayatındaki bu yeni, en önemli ve en dramatik dönüm noktasının eşiğinde biraz duraksayalım ve artık koskoca bir adam olan yazarın kişiliğini inceleyelim.

Kişilik*

Çok uzun boylu, geveze bir genç adamdı ve peltek peltek konuşuyordu. Şen şakrak halinden en karanlık depresyona hızla geçebildiği önemli ruhsal değişiklikler yaşıyordu. Fiziksel olarak hantal ve alışılagelmiş sosyal yeteneklerden yoksun olmasına rağmen kendisi için yapamadığı bir takım şeyleri ona sağlamaları için insanları ikna etme kapasitesine sahipti. Birkaç sembiyotik bağımlılığına ek olarak, yıllar içinde, seyahat ettiği sırada Batı Avrupa ve ABD'ye kadar inanılmaz farklılıkta insanı bakıcısı olmaya hazır bir şekilde yanında toplamıştı. Wolfe uzun sürmediği ve çok fazla yakın olmadığı sürece bu ilişkileri idare edebiliyordu.

Babasının, yetişkinlerin kendileri ve başkalarının sorumluluğunu üstlenmelerinin sadece depresyona ve kine neden

* Bu bölüm Nowell'den uyarlanmıştır (1969).

olduğuna dair verdiği mesajı çok iyi bir şekilde öğrenmişti. Kendi yerine bu sorumluluğu üstelenecek birilerini her zaman buluyordu. Diğer insanları kendi ödüllendirici birim savunmasıyla çınlamaları için çaresizliğini mi eyleme vuruyordu?

Zekiydi, iyi bir espri anlayışına sahipti, gemiler, trenler gibi her türlü taşıma aracını seviyordu, beysbolla ilgileniyordu. Bazen en iyi arkadaşlarını bile kendisine ihanet etmekle suçlayacak kadar şüpheciydi; depresyonuna gömüldüğü zamanlar, kendilik kaybı korkusu ve geri çekilmeci birimi, onu daha iyisinden alıkoyuyordu. Fevriydi ve hiç bırakmadan saatlerce çalışabilecek kadar kendine söz geçirebildiği işi dışında temelde disiplinsizdi.

Gerçek kendiliğin gelişimi bakış açısından bakarsak, Wolfe'un, çok az yetişkin yakınlık kapasitesiyle birlikte, göze çarpan bariz bozuklukları vardı. 24 yaşına geldiğinde, cinsel açıdan karşı cinsi çekici buluyor ve kısa süreli birçok macera yaşıyor olsa da, henüz herhangi bir kadınla uzun süreli bir ilişkisi olmamıştı. Bağımsızlık kapasitesi yok denecek kadar azdı, hayatı o zamana kadar ve ondan sonra da hep bir takım yoğun sembiyotik bağımlılıklar etrafında dönüyordu. Bunlara ek olarak en çok dikkat çeken bozukluklarından birini de, gerçek kendiliğin sorumlu bakıcılık fonksiyonları diye adlandırabileceğimiz konuda yaşıyordu. Ya bu kapasiteye sahip değildi, ya da açık çaresizliliğini eyleme vuruyordu. Banyo yapıp yapmadığına, tıraş olup olmadığına hiç dikkat etmiyor, aynı kıyafetleri artık üstünde düşecek hale gelene kadar giymeye devam ediyordu. Kıyafetlerini değiştirdiği zamanlarda da üstünden çıkardıklarını öylece ortada bıraktığı söyleniyordu.

Tom'un süregelen bir zaman problemi vardı; toplantılara, derslere, iş görüşmelerine vs. hep geç kalıyordu. Kendine ait eşyalar konusunda da çok dikkatsizdi; elbiseler, yazı-

lar, çekler vs. sürekli bir şeyler kaybediyordu. Diğer bir deyişle gerçek kendiliğin gerçeklik algısına dayanan düzenleme ve sentez işlevleri hususunda sıkıntı yaşıyordu. Yazılarının basılabilmesi için, onları gerçekliğin getirilerine uygun olarak yeniden düzenleme ve şekillendirme konusunda yeteneksizdi. Yani burada gördüğümüz şey, Tom'un gelişimsel duraklamasının ego kusurları: Yetersiz gerçeklik algısı, zayıf dürtü kontrolü, yok denecek kadar az hüsran toleransı ve belli belirsiz ego sınırları. Diğer yandan, bilgiye karşı inanılmaz bir açlığı vardı, ilgi alanlarını kovalamada inanılmaz ısrarcıydı ve yakında göreceğimiz gibi, paradoksal bir şekilde, yaratıcılığı ve yeteneklerinin tatmin olmasını mümkün kılacak şartları yaratmak için kendini disipline etmek konusunda inanılmaz bir cesaret ve güç sahibiydi.

Yazma, Yaratıcılık ve Aline Bernstein

Avrupa'ya ilk seyahati Tom'un hayatında önemli bir dönüm noktası olacaktı, ama kötü başlamıştı. Artık yalnızdı, kendi başınaydı ve terk depresyonu da Norfolk'ta ve Harvard'da yalnız kaldığı zamanlarda olduğu gibi yine su yüzüne çıkmıştı. Yine içki içmek, başıboş dolaşmak gibi fazladan eyleme vurma aktivitelerine ihtiyaç duyuyordu ve bu yüzden gezisinin ilk birkaç ayı korkunç geçmişti.

Yazı yazmak için ne kadar hırslı işe koyulsa da, birkaç sabırsız bölük pörçük başlangıçtan sonra yazdıklarını haşin bir şekilde bir kenara atıyordu. Terk depresyonu yüzünden yeteneğini ve yaratıcılığını tek başına aktive etmede büyük güçlük çekiyordu. Ama pes etmedi, çabalamayı sürdürdü ve birdenbire yeniden yazmaya başladı. Kendi sözleriyle "Deli gibi, kontrolü kendi elinde olmayan ölümcül ve doyumsuz dürtülerinin yol açtığı bir hipnoz içerisinde trans halinde yazıyordu. Kelimeler içinden kana bulanmış bir ter gibi sü-

zülüyordu. Kalbiyle, beyniyle, teriyle, ciğeriyle, kanıyla ve tüm ruhuyla yazıyordu. Kelimeler hayatının en son gizli kaynağı ve özünün merkezinden kopup geliyordu ve içlerinde, kederli yalnızlığı, geri dönmek için hissettiği dayanılmaz arzu ve tutkuyu barındırıyorlardı. Herhangi bir tutarlılık, düzen ya da mantık olmaksızın hep birlikte oradaydılar. Amerika'nın kocaman, tek ve emsalsiz cevheri" (Nowell, 1960, s. 94-95).

Bu gezileri vasıtasıyla, kendisini tek başına ve alıştığı şeylerden uzak bir yere yerleştirmek adına fiziksel mesafeleri kullanmıştı. Depresyonu ve yalnızlığı su yüzüne çıktı, her zamanki eyleme vurma savunmalarını kontrol etmeyi başardı ve bir titanik kavgasında, gerileyici savunmalarını yenmek için gerçek kendiliğinin yaratıcı bölümünü aktive edebildi. Herhangi bir amaç ya da yönü olmadan yazıyordu. Bunu da "kendi Amerika'sını bulmak" olarak tasvir etmişti. Benim düşünceme göre bununla kastettiği şey Asheville ve annesiyle ilgili çocukluk anılarıydı.

Bu seyahati, yapışma ve ödüllendirici birim savunmalarını kesintiye uğrattı ve terk depresyonunu serbest bıraktı; böylece eyleme vurma yoluyla savunma yapmaya meylettiği için de, gerçek kendiliğini aktive etmesini ve yazmasını neredeyse imkânsız hale getirdi. Eyleme vurmasını kontrol ettiği zaman da terk depresyonu yazılarına kanalize oluyor ve kendini bu yolla dışa vuruyordu. Bu, aksi durumlarda gerçekten çok disiplinsiz bir insan için, önemli ölçüde cesaret gerektiren ve disiplinli bir eylemdi. Gelgelelim, yine de yedek bir maternal nesne olmadan yaratıcı amacını tespit edip daha fazla kabullenemiyordu ve yine kaderi, ihtiyaçlarıyla suç ortaklığı yapıyordu.

Yazı yazmaya olan yeteneğinin kaynağını keşfettiği bu önemli seyahatten eve dönüş yolunda, gemide Aline Bernstein ile tanıştı ve birbirlerine çılgınca âşık oldular. Wolfe ko-

nuya istinaden şöyle yazıyordu: "O dakikadan itibaren onu asla kaybetmeyecekti ve aşkın keskin bıçağına saplandığı için, bir zamanlar sahip olduğu gençliğinin yalnız, vahşi bütünlüğünü tam olarak asla yeniden hissedemeyecekti. Gençliğinin bütün o kör, işkenceci başıboşluğundan sonra bu kadın kalbinin merkezine oturacaktı, hayatının hedefi ve kendisini bir araya getiren, bütün tutku, güç ve merhameti aşkın alev alev yanan merkezi, yekpareliği ve yönetiminde toplayan, ölümsüz birliğin sembolü haline gelecekti. " (Nowell, 1960, s. 96).

Wolfe'un kendisinin icra edemediği fonksiyonların hepsini şimdi Aline onun yerine icra ediyordu ve bu yüzden de yaratıcılığının muazzam motorunu çalıştırmak için gereken bütün koşulları hazırlamış oluyordu. Aline, Wolfe'dan 20 yaş büyüktü, bir tiyatroda sahne tasarımcılığı kariyerinde kendine göre bir başarısı vardı ve kararlı, cesur ve idari kapasiteleri tam bir kadındı. Wolfe'un beceriksiz olduğu bakıcılık fonksiyonlarını üstlendi ve daha önce annesinin yaptığı gibi ona finansal açıdan da destek olmaya başladı.

Wolfe şimdi, sembiyotik bağımlılığını annesinden alıp, âşık olduğu Aline'e transfer etmişti. Bu değişim çok önemli ve hayati bir dinamiği de beraberinde getirdi. Wolfe şimdi "başka bir üstün varlık, kendi ihtiyacı dışında ve kendi açlığının üzerinde, hayatını bir araya getirebilecek, güç ve bilgelik sembolü başka bir figür" bulmuştu" (Nowell, 1960, s. 102).

Aline'le olan ilişkisinin başlangıç dönemlerini tanımlarken, derinlerde yatan çelişkisini de açığa çıkartıyor (1929): "Bir insanın dünya üzerinde sahip olduğu tek ev, yalnızlığının prizmalarından kaçabildiği tek gerçek dakika, başka bir insanın kalbine girebildiği andır. Yaşam ve ölümün bütün o görkemli karanlığı içinde bu cesur küçük aydınlıkları görüyorum; her şey için tek umut ve tek neden olan küçük ışıkla-

rı." Ama buna aşk adını veriyordu: "Hayatlarımızın tek kurtarıcı ve devası olan aşka inanıyorum. Sevilen kişiye, dermana, kurtarıcıya inanıyorum." 'Yalnızlık Hapishanesi' deyimi, Wolfe için, tek başına yalnız kalma hislerinin kendi adına, bütün o zevki silip süpürecek kadar güçlü olduğunu ifade ediyor.

Aline iki tane başka hayati fonksiyonu da karşılıyordu: hayatında ilk ve son kez Wolfe'a, karakter ve sahnelerinin uygunsuzluğuna, mekân ve insanlarının sahneye sığmayacak kadar kalabalık olduğuna dikkat çekerek, bir oyun yazarı olduğu düşüncesinden kurtulmasında yardımcı olmuştu. Buna ek olarak, yazı yazmasını kabullenip cesaretlendirmekle kalmadı, ona anlattığı acı dolu çocukluk ve gençlik anılarıyla da empati kuruyordu. Aline, Wolfe'un gerçek kendiliğinin kilit yönlerini olduğu gibi kabul ediyordu.

Aline'le tanışmadan kısa süre evvel, Wolfe eyleme vurma savunmalarını kontrol etmişti ve her ne kadar kör gözün parmağına, sendeleyerek ve herhangi bir amaç ya da yön sahibi olmadan yazsa da, yazıları suretiyle gerçek kendiliğinin ortaya çıkışıyla iletişime geçmişti. Aline'in bu onayı, cesaretlendirmesi ve desteği, Wolfe'un gerçek kendiliğinin ortaya çıkmasını pekiştirdi ve ona bir amaç ve yön bulmasında yardımcı oldu. Ama bunun da ötesinde, sembiyotik bağımlılığın annesinden Aline'e geçirilişi, yaratıcı gerçek kendiliğinin geniş kapasitesiyle iletişime geçmesi gibi, çok daha önemli bir dinamik sağlamıştı.

Bu dinamiği anlamak için, annelerine buna benzer bir sembiyotik bağımlılıkları olan borderline hastalara psikoterapi sırasında ne olduğunu kısaca anlatmak gerekir. Terapinin başlarında hastalar; ödüllendirici birim savunmalarını desteklemek ve ayrılma stresiyle terk depresyonlarını hafifletmek adına, annelerinin onları günah keçisi ilan etmelerine karşı duydukları kızgınlık, hayal kırıklığı ve hüsran gibi

olumsuz hisleri inkâr ederler. Eğer duygularını ifade ederlerse stres ve depresyona maruz kalacaklarından korkarlar. Aynı zamanda, hislerini annelerine açarlarsa, onun geri çekilmesinden de korkarlar. Bu sebeple, kendilerine yapışmış bu duygular ve anılar, bölme, kaçınma, inkâr ve yansıtma yollarıyla savunulur ve hastanın ulaşabileceği bir yerde değillerdir.

Wolfe, yaratıcılığının olağanüstü kaynağı ve deposuyla yani bütün kızgınlığı, hüsran ve olumsuzluklarıyla birlikte çocukluğu- iletişime geçmekte başarısızdı, çünkü iletişime geçerse, annesiyle olan bağımlı ilişkisini tehlikeye sokmuş olacaktı. Bu bağımlılığını annesinden Aline'e aktardığı zaman -diğer bir deyişle ödüllendirici birim yansıtması annenin üzerinden Aline'e kaydığında- artık şimdiye kadar başka insanlara yansıttıktan sonra annesine geri getirdiği geri çekilmeci birim yansıtmasını, artık Aline'e bağımlı olduğu için aynı terk tehdidi olmadan, üstlenmekte özgürdü. Bu durum, "gençliğiyle ilgili hatırlayabildiği bütün olaylarla" iletişime geçmesine yardımcı oldu. Bu da gerçek kendiliğinin yaratıcılığının ifadesini gerçekleştirmek için olduğu kadar tatmin etmek için de dürtülmesi gereken yaratıcı yeteneğinin kaynağı ve deposuydu.

Wolfe'un gerçek kendiliğinin yaratıcılığını serbest bırakmak için gerekli olan koşullar, özetle, şunlardı: (1) Eşyası olmayı gerektirmeyecek, tam tersine, gerçek yaratıcı kendiliğinin ortaya çıkışını destekleyip cesaretlendirecek ve ayrıca Wolfe'un kendisinin üstlenemediği bakıcılık fonksiyonlarını onun adına üzerine alacak bir maternal nesneye (Aline) olan sembiyotik bağlılık; (2) Thomas Wolfe'un kendisinin, terk depresyonuna karşı, eyleme vurma savunmalarını kontrol etmesi; (3) genel olarak yabancı bir yerde yalnız kalması ve Aline ile yaşadığı sembiyotik birleşme yüzünden kendilik kaybı ve yutulma korkularıyla başa çıkabilmesi.

Belirttiğim koşullar, bir borderline hastasının psikoterapisinde oluşan ve gerçek kendiliğinin ortaya çıkabilmesi için hastanın terk depresyonunun derinlemesine çalışılmasını sağlayan koşullara dikkat çekici benzerlikler gösterir: Terapistin destekleyici olduğu ve hastanın gerçek kendiliğini onayladığı gerçek bir terapötik ittifak; hastanın terk depresyonuna karşı yapışma ve uzaklaşma savunmalarının kontrolü; geçmişe ait bütün hatıralarıyla bozulmuş gerçek kendiliğin ve terk depresyonunun ortaya çıkışı. Savunmalar kontrol edilebildiğinde bu durum otomatik olarak ortaya çıkan bir süreçtir.

Her ne zaman bu savunmalar kesilirse, terk depresyonunun gücü, duygulanımların ve onlarla bağlantılı olan şeylerin su gibi akmaya başlamasına neden olur. Terapistin tek planı, bu suyun akışına mani olacak herhangi bir direnç engelini ortadan kaldırmaktır. Özetle, savunmalara müdahale edildikten sonra ortaya çıkan terk depresyonunun duygusal gücü, terapinin devam etmesini sağlayan asıl unsurdur.

Hasta, savunmalarını kendisinin kontrol etmesi dışında, bu süreçte herhangi bir sorumluluğa sahip değildir. Güç daha sonra hatıralar ve bu hatıralarla bağlantılı öfke ve depresyonun serbest bırakılması aracılığıyla, kaçınılmaz olarak seanslarda kendisini göstermeye başlar. Hastalar, 'bir gücün etkisi altında olmaktan' ya da kendilerini meydana gelen bir olayda seyirci pozisyonunda gibi hissetmekten ve çoğu zaman da bu hisler ve onlara bağlı hatıraların güç ve yoğunluğu altında bunalıp ezildiklerinden bahsedeceklerdir.

Thomas Wolfe da (1936) ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğini ya da yaratıcı yazı yazma sürecini aynen bu şekilde tasvir eder:

> "Bir fırtına, bir sel, bir nehir ya da serbest bırakılması gereken saf bir güçtü bu. Böylesine bir enerji kullanıl-

mazsa kendi kendine kaynayıp durur ve kimselere çıkış vermez. En sonunda da ona sahip olan kişi yakıp yıkar. Daha önce bildiğim şeyler hakkında yazılar yazmıştım; çocukluğumdan kalan tanıdık, yakınımdaki hayat ve tecrübelerle ilgili yazılar. Bir şekilde masumiyeti keşfetmiş ve neredeyse bir çocuk kalbiyle onunla ilgili yazmıştım, beni meraklı bir çocukmuşum gibi etkilemişti ve sayfalarım sadece basit ve sade olanlarla değil, sanki bir çocuğun dili aracılığıyla konuşan Şeytan'ın ta kendisiyle de dolup taşıyordu. Şeytanla damgalanmış olduğu halde ve korkunç bir aydınlıkla kor olmuş şekilde yukarı doğru yüzüyordu." (Nowell, 1960, s. 105)

Psikoterapi gören bütün borderline hastalar, çocukluk tecrübelerinin olumsuz algılarının akışı karşısında düzenli olarak şaşkınlığa düşerler. Başlangıçta Wolfe, çocukluk anılarının su yüzüne doğru yüzeceğini ve yazdığı kitabın (1929) ona bir iki yıla daha mal olacağını ve bütün gücünü tüketeceğini fark etmemiş. Kitabı, 350.000 kelimeyle normal uzunlukta bir kitabın neredeyse üç katına çıkmıştı.

"Yaratıcı kendiliği şimdi tamamen havada asılı kalmıştı. İşkence dolu bir süreç sonunda kendisi fark edene kadar onu boşaltması, dışarı akıtması, içinden söküp atması gerekiyordu. Çocukluğuna ait insanların söylediği ya da yaptıkları şeyleri hatırlıyordu, ama bunları her düzenlemeye çalıştığında, hafızası en basit gibi görünen bir olay en dipte gömülü bir tecrübeyi uyandırana kadar sınırsız derinliklere giden bağlantılar kuruyordu ve Wolfe da bu keşif ve ifşaat sürecinin yoğunluğu altında bunalıyor ve tükeniyordu." (Nowell, 1960, s. 106).

Buna benzer özellikler, psikoterapideki derinlemesine çalışma tecrübesine de uyarlanabilir: Çocukluğun masumiyeti ve savunma ihtiyacı yüzünden daha önce sınırda tutulan dev hatıra akıntılarının yeniden kazanılması.

Wolfe şöyle yazmıştı:

"Paris'teki hayat, ne zaman oraya gidersem hep hissettiğim evsizlik, köksüzlük ve yalnızlık hislerini yeniden canlandırmıştı. Şiddetli bir vatan hasreti çekiyordum ve şimdi yazmaya başladığım kitapların yapısı ve içeriğinin; bu tür bir duygunun, hafıza ve tutkunun böylesi sürekli ve neredeyse dayanılmaz yoğunlukta bastırışından türediğine gerçekten inanıyorum. Hafızamın, algılama duyularının yoğunluğunun derecesi açısından sıradışı bir özelliğe sahip olduğuna inanıyorum. Kokuları, sesleri, renkleri, şekilleri ve hisleri somut bir canlılıkla geri getirebilme gücündeydi. Hafızam, başlarda kontrol edemediğim ve kendi Amerikam olarak adlandırdığım, terk ettiğim o hayatın milyonlarca şekil ve şemasıyla birlikte aklımın içinde kendi kendine alev alev yanarak gezinen anılarla sabah akşam çalışıyordu." (Nowell, 1960, s. 168)

Daha sonra da süreci anlatıyordu:

"Örneğin bir kafenin terasında oturmuş Opera Caddesi'nde (Avenue le L'Opéra) hayatın gözlerimin önünde sergilediği ışık oyunlarını seyrederdim ve birdenbire Atlantic City'deki kaldırımlardan geçen tren raylarını hatırlardım. Bu manzarayı resmen olduğu gibi görebilirdim; ağır demir düdüğü, kaba çelik görüntüsünü, birbirlerine bağlanmış eklemleriyle o kadar somut ve canlıydı ki, ellerimle ona dokunabilir ve bütün boyutlarını hissedebilirdim. Ve sonra birdenbire aslında hiçbir şey görmediğimi fark ederdim. Avrupa'da buna benzeyen herhangi bir tren yolu ki bu gerçekten çok genel bir benzerlikti, birdenbire zihnimi aydınlatırdı ve aslında hayatımız boyunca bildiğimiz, ama daha önce tanıyamadığımız bir şeyi keşfettiğimizde hissettiğimiz şaşkınlığı yaşatırdı.

Aynı şekilde, bir sürü çirkin mimari cümbüşüyle bu bir Amerikan sokağı da olabilirdi. Orada oturmuş Opera Caddesi'ne bakardım ve bütün hayatım bu hatırayla, o

sokağı yeniden görme arzusuyla acı çekerdi. Bir şekilde onu anlatacak bir kelime arardım; onun herkesin görüp hissettiği şekilde şeklini anlatacak bir dil. Ve sonra bunu anladığımda, bildiğim ama söyleyemediğim şeyi kelimelere dökecek dili bulmam gerektiğini görüyordum ve bunu keşfettiğim andan itibaren hayatımın çizgisi ve anlamı şekillenmişti. Hayatımın bütün enerjisi ve yeteneğinin kanalize olacağı taraflar da bu şekilde tanımlanmış oluyordu. (s. 169)"

Bence Wolfe burada, terapideki derinlemesine çalışma süreciyle çelişen, yazılarının psikolojik amacından bahsediyor. Bu sürecin amacı; terk depresyonuyla alakalı acı veren kaybetme hislerinin; gerçek kendiliği, nesneden ayrılıp ortaya çıksın ve bağımsız olarak kapasitelerini kazansın diye, bu zincirden kurtarmak amacıyla boşaltılmasıdır. Wolfe terapi görmediğinden bu onun için mümkün değildi. Yazı yazmasının psikolojik amacı, terk depresyonuna bağlı acı veren kayıp hisleriyle, onları yeniden hatırlayıp yazılarında sonsuza kadar yaşamaları için ezberleme yoluyla başa çıkabilmekti. Bu süreç içinde gerçek kendiliğinin yaratıcı tarafını harekete geçirip bütünlemeyi başardı, ama kendiliğin geri kalan kapasiteleri hala bozuktu.

Wolfe terk depresyonunun yazılarını nasıl motive ettiğine dair bir örnek de şöyle veriyor (1936):

"Sanki içinde sürekli şişip büyüyen kocaman simsiyah bir bulut var gibiydi ve bu bulut elektrik yüklüydü ve daha fazla engellenemeyecek bir fırtına şiddetine gebeydi. Fırtınanın patlayacağı an gün be gün yaklaşıyordu ve tek söyleyebileceğim şey patlamadığı. Kitabın bittiğini gerçekten söyleyemem. Beni ele geçiren, bana sahip olan bir şeydi ve onunla henüz işim bitmeden, sanırım onun benimle işi zaten bitmişti. Tam anlamıyla sanki bu muhteşem siyah fırtına başlamış ve derinliklerinden şimşekler

dökülüyor ve işkence gibi kontrol edilemez bir sele dönüşüyor gibiydi. (Nowell, 1960, s. 172)."

Serbest çağrışım gibi tınlayan şu tanımlamayla devem ediyordu: "Sadece insanın düzenli hafızasının somut kayıtları hakkında yazmıyordum; aynı zamanda hatırladığını düşünmeye güçlükle cüret ettiği, hiç ummadığı bir anda geri dönecek olan aklının bir köşesinde çakıp duran unutulması güç ışık huzmelerini, zamanın birinde duymuş olduğu bir sesi, kaybolmuş bir yüzü, günışığının gelip gidişini, bir çalının üzerindeki yaprağın hışırtısını, bir dalı, bir yaprağı, bir kapıyı da anlatıyordum."

Benim, Wolfe'un psikolojik hedefinin bu anıları yakalamak ve sonsuza kadar yaşayacak şekilde bir yerlere kazımak olduğuna dair görüşüm, yazarın şu yorumuyla (1936) da pekişiyor: "Benim görevim bunun altını üstüne getirmek, derinlerine inmek, bir şekilde kayıtlara geçirmek ve belki de hiçbir zaman basılmayacak, hiçbir okuyucunun göremeyeceği, hiçbir öykünün dizisinde yer bulamayacak olan binlerce sayfanın üzerine nesnel bir şekilde işlemekti. Ne olursa olsun en sonunda bunları bir şekilde kayıtlara geçiriyor oluşum, istediğim kadar yazabildiğim sürece bütün sarf ettiğim çabalara değiyordu" (Nowell, 1960, s. 194).

Nowell (1960) bu durumu şu şekilde açıklıyor: "Basitçe, aklına ilk gelen her şeyi ayrı birinci tekil şahıs ağzından hikâye yığınları şeklinde, ne bir kronoloji, ne bağlayıcı bir unsur, ne de herhangi bir düzene bağlı kalmayarak, içinden boşaltıyordu" (s. 194).

Perkins de 1935 yılında şöyle yazmıştı (Nowell, 1960): "Başka hiçbir kitap böylesine olağanüstü bir üslupla yazılmamıştı. Neredeyse tersten başlıyordu ve birbirleriyle ilgisi yokmuş gibi görünen bölümlerden oluşuyordu, ama yine de yazarının kafasında, ta başlarda hissedilen bir tür bütünlüğü

olduğu aşikârdı" (s. 194). Wolfe, bu "büyük kazı planına", elindeki malzemeleri bir kitaba uygun biçimde düzenleyemeyecek kadar çok gömülmüş durumdaydı.

> "Böyle bir şeye içimde sahip olmak, her ne kadar mantığım elinden geleni yapsa da, herhangi makul bir şekilde bunu kendi dışımda düşünmeme olanak vermiyordu. Onunla ancak birebir hesaplaşabilirdim, mantık değil hayat dolu olarak hem de. Onu kendi içimden çıkartmanın tek yolu onu sonuna kadar yaşamaktı ve ben de öyle yaptım."

Klasik bir şekilde, her ne zaman dikkati yaratıcı meşgalesinden başka bir şeye kaysa depresyona giriyor, kara kara düşünmeye başlıyor, kendisini içkiye veriyor, geceler boyu sokaklarda dolaşıp duruyor ve arkadaşlarını arayarak onları kendisine ihanet etmekle suçluyordu. Yazı yazarak içini boşaltma yoluyla terk depresyonuyla başa çıkmadığı zamanlarda, bu depresyon onu bunaltıyordu ve Wolfe da içki içme ve arkadaşlarını suçlama savunmalarına gereksinim duyuyordu. Kendisiyle ilgili daha detaylı gözlemi şöyleydi: "Sadece yazı yazabilmeyi sürdürebilsem her şey yoluna girecek." Ve bununla sırf edebi kariyerinin iyiliğini değil, erişmek isteği iç huzuru da kastediyordu. Temel olarak, günlük hayatının tamamı yazı yazma ihtiyacı tarafından yönlendiriliyordu.

Gerçek yaratıcı kendiliğini gerçek hayatında bulmak ve kendisini annesine olan sembiyotik bağımlılığından kurtarmak için mücadele ederken, *Zaman ve Nehir* (*Of Time and The River*, 1935) kitabı üzerinde çalışıyordu. Başlarda kitaba, kahramanın 'esaslı bir yalnızlık, yaratıcı bir sessizlik ve gizli bir hayat' -benim görüşüme göre gerçek bir yaratıcı kendilik- bulmak için gösterdiği mücadeleyi sembolize etmek için "Bir Duvar Bina (The Building of a Wall)" adını vermeyi düşünmüştü (Nowell, 1960). Kitabın temasını, "biri dışarı

biri de aşağı doğru olmak üzere iki esas hareketten oluşuyor" şeklinde tanımlamıştı. Dışarı doğru olan hareket, gencin özgürlük, kurtuluş ve başka dünyalarda yalnızlık için gösterdiği çabaları anlatıyordu. Thomas Wolfe için özgürlük tatmin hissiyle değil, her zaman yalnızlıkla özdeşleşmişti. Aşağı doğru olan hareket ise, bir grup insanın kapalı hayatına yapılan sürekli bir kazıyla temsil ediliyordu ve bir ailenin yaratılış, birlik bozulma ve dağılmasından mütevellit döngüsel düzenini anlatıyordu." Bana göre bu annesine olan sembiyotik bağımlılığından kendini kurtarmak ve gerçek kendiliğini harekete geçirmek için verdiği mücadelenin hikâyesidir.

Kitap (1935) artık, neredeyse tamamlanmıştı, annesi olacak kadar yaşlı olan ve her açıdan zaten annesiymiş gibi işleyen Aline'le olan ilişkisinin sembiyotik yoğunluğu ve yakınlığı kendilik kaybı ve yutulma korkularını şiddetlendirip harekete geçiriyordu. Bu korkunun özünde, eğer bu nesneyle olan sembiyotik kaynaşmanın sürmesine izin verirse, kendisini, yani yazı yazma kapasitesini ve yaratıcılığını kaybedeceği, düşüncesi yatıyordu. Bana kalırsa Aline'le ayrılmasının gerçek sebebi de buydu; tıpkı daha sonra, fazladan başka bariz sebepler olsa da, Perkins'le de yaşayacağı gibi. Ne var ki, bu kendilik kaybı ve yutulma korkusundan kendisi de pek haberdar sayılmazdı.

Aline'den ayrılışını aşmak için Avrupa'ya döndü. Yine terk depresyonu su yüzüne çıktı ve buna eski alışkanlıkları olan serserilik, içki, cinsel eyleme vurma gibi aktivitelerle savunma yaptı ve yazı yazmada başarısızdı. Kendi günlüğünde depresyonunu tasvir edişi de (Nowell, 1960), benim birçok yetişkin hastam tarafından ifade edilen temalara büyük benzerlik gösteriyor:

> "Bugün korkunç bir gündü. Yalnızca rahatsız ve hastalıklı bir uyku uyuyabildim. 'Avrupa'da bir Amerikalı'

uykularının en kötüsüydü ve uykum boyunca sarsılıp durdum. Günüm berbat bir Avrupalı günüydü, herhangi bir aklın anlayamayacağı türden bir 'berbat'. Ruhu karartan nemli, ağır hava, güneş sistemine sindirilemez kurşun bir perde çekiyor, kişi kendisini kalın, nemli, puslu havaya kederli bir şekilde teslim edene kadar insanın etini yoğuruyor. Bu berbat korkuyu; umutsuz, sadece kötü haberlere, daha fazla kedere, başarısızlığa ya da aşağılanma ya da işkenceye delalet eden bir heyecan dalgası takip ediyor. Bir bitkinlik ruhun içine işliyor ve insanın daha iyi bir yarın ve daha güzel şeyler için umut etmesine neden oluyor; ama yalandan ve hiç inanmadan. (Nowell, 1960, s. 167)"

En sonunda kendini yıkıcı davranışlarından iğrenip, 'Amerika için hissettiği kör bir hasret' olarak tanımladığı bir motivasyonla işinin başına geçti.

Aline'den ayrılmak için verdiği mücadelede, ikiyüzlü bir tavırla bütün sorumluluğu kadının ve kendine gitmesi gerektiğini söyleyen kadının arkadaşlarının üzerine yıktı. "Hayatımda kimseye ihanet etmedim, kimseyi de terk etmedim. Günün sonunda biri ihanete uğruyor ya da terk ediliyorsa o hep ben oluyorum" (Nowell, 1960, s. 118). Aynı zamanda yalnız yaşamak ve çalışmak için özgür olması gerektiğine dair o kaçamadığı inançtan da bahsediyordu. Diğer bir deyişle, aslında karşısındaki insan tarafından değil, kendisinin yoğun sembiyotik istekleri tarafından harekete geçirilen kendilik kaybı korkusundan kurtulmalıydı. Bu, şu şekilde de ifade dilebilir; çalışabilmek için yalnız ve özgür olması gerekiyor, yani kendilik kaybı korkusundan kurtulmuş olması gerekiyor.

Sembiyotik fantezi, nesnenin yegâne sahiplenmeciliği mefhumunu da beraberinde getirir. Wolfe'un bunu Aline üzerine yansıtışı, kadının başka erkeklerle ilişkileri hakkında

sık sık hiçbir şekilde herhangi bir gerçekçi temele dayanmayan, paranoyak kıskançlık patlamalarına neden oluyordu. Bu da ilişkilerinin bitmesine neden olan şeylerden biriydi.

Wolfe Aline'i kendisini aldatmakla suçluyordu ve sonra da onu bu yüzden terk ettiğini söylüyordu. Örneğin, *The Web and The Rock* (1937) kitabındaki karakterini anlatırken şöyle demişti:

> "Aslında bilmiyor olsa da, belki kendi içinde de bir tür yıkım mevcuttu; çünkü sahip olduğu ve sevdiği şeyleri elleri arasında sıkıp duruyordu ve aksini düşünemiyordu. Doğadan gelen, hafızasından gelen, gençliğinin alev alev hatıralarından gelen, kendisi dışında ve ona yabancı olduğu halde kendini bildi bileli içinde ona yön veren, önleyemediği, kalıtımsal bir şeydi." (Nowell, 1960, s. 116)

Bence burada yine hayatı boyunca süren temel dilemmasından bahsetmektedir: Tümgüçlü nesneyi idealleştirme ve gerçek kendiliğini bulabilmek, aktive edebilmek ve tatmin edebilmek için kendiliğinin nesne tarafından kabul edilmesi umuduyla ondan alabildiği bütün verimi alabilmek için sömürme ihtiyacından. Bu, elbette, her zaman hüsran ve hayal kırıklığıyla sonuçlanan bir fanteziden ibaretti. Konuyla ilgili başka şunları söylüyordu (Nowell, 1960):

> "Aşk beni çıldırttı ve bir canavarla aynı seviyeye indirdi. Değerli her şeyimi ve (Aline'den bahsederek) en fevkalade varlığım olan seni kaybettim ve güzelleştirmek istediğim her şeyi mahvettim. Neden bilmiyorum. Galiba bu dünyada anlayışlarını tamamen kaybeden insanların hepsi aslında onu bulmak için çaresizce en çok çalışanlar oluyor. Her zaman her şeyin arkasındaki mantığın peşinde koştuğumu biliyorum. Beynim yorgun ve geri kalanı da istiyor ama elde edemiyor. Demir bir havyanın içinde, aslında hiçbir çıkışı olmadığı halde, dışarı çıkmak için bir yol arayarak döne döne havlanan bir şeye benziyor. Sınır-

larımızı bilene dek hiçbir şey yapamayız ve ben kendiminkileri asla bulamadım. Ne oldukları hakkında bir fikrim yok ve şu anda ruhum, neden yararlı bir felaketin gelip bu şekilsiz, ışıksız, hiçbir şeyi olmayan hayatı silemediğini merak eden bir solucan. (s. 125)

PERKINS DÖNEMİ

Wolfe, Aline Bernstein'in kendisini içine çeken uzantıları olarak gördüğü şeylerden kurtulmaya çabalarken, hayat yine yardımına koştu ve bu sefer de editörü Maxwell Perkins'i yedek bir nesne olarak önüne sundu. Perkins, Wolfe için, psikolojik olanlar da dâhil, Aline'in yerine getirdiği her türlü fonksiyonu ifa ediyordu. Wolfe da Aline ile yaşadığı aynı sembiyotik bağımlılığı bu sefer Perkins için geliştiriyordu. Bunun da ötesinde, Perkins sadece Wolfe'un bakıcılık fonksiyonlarını üstlenmekle kalmamış, ayrıca onun çalışmalarının düzenlenmesi ve sentezlenmesi işlerini de üzerine almıştı. Aslında bu karşılıklı bir sembiyotik ilişki gibi gözüküyordu: Wolfe, tümgüçlü nesnenin yani Perkins'in çok daha bilge, yüce ve kendisinden üstün bir yerde görüyor ve ihtiyacı olan destek ve zenginlikle besleyeceğini düşünüyordu. Perkins de Wolfe'u, büyük ihtimalle kendi alter egosu, her zaman olmak istediği romancı olarak görüyor ve Wolfe'un kariyerinde başarılı olmasına yardım etmekten büyük memnuniyet duyuyordu.

Wolfe Perkins'le ilgili şöyle yazmıştı (Nowell, 1960): "Hayatımda ilk kez, işime yarar eleştiriler alıyordum. Kitaplarımdaki kesmemi ya da değiştirmemi istediği sahneler gerçekten de en gereksiz ve en az ilginç olan sahnelerdi; basılmak için çok müstehcen, kaba, hantal ve edepsiz olduğunu düşündüğüm bütün sahnelere ise, en fazla bir kaç kelime dışında, dokunmama izin vermiyordu" (s. 132). Perkins'in yap-

tığı, Wolfe'un yaratıcı gerçek kendiliğinin tastamam kabulüydü ve Wolfe da kendisini "zafer sarhoşu" olarak betimliyordu.

Wolfe, bu ilişkinin sembiyotik doğasını ayrıntılı bir şekilde şöyle anlatıyordu (Nowell, 1960):

> "Şu anda kitabımla öyle bir bütünlüğe kavuşmuş durumdasın ki, sizi birbirinizden ayrı düşünemiyorum. Kitabı yazdığım zamanı net bir şekilde hatırlayamıyorum, ama benimle kitap hakkında konuştuğun ve onu derinlemesine çalıştığın ilk zamanları çok iyi hatırlıyorum. Sen aslında tam olarak benim bir insanın başkası için yapabileceğine artık inancımın kalmadığı şeyi yaptın. Benim için özgürlük ve umut yarattın. Genç erkekler bazen birtakım kahraman figürlerin varlığına inanırlar; çektikleri bütün acı ve üzüntülerinin cevabını aradıklarında dönebilecekleri, kendilerinden çok daha güçlü ve bilge figürlerin varlığına. Sonra da bu cevapların aslında kendi kalplerinden gelmesi gerektiğini fark ederler; ama öyle figürlere inanmak için içlerinden gelen o güçlü arzu devam eder. İşte sen benim için öyle bir kahramansın. Sen hayatımın demirlediği kayalardan birisin." (s. 157)

Geçmiş tecrübelere baktığımızda ilişkinin derinleşmeye başladığı bu noktada, kendilik kaybı korkusunun ortaya çıkmasının muhtemel olduğunu görüyoruz.

Look Homeward Angel (1929) basıldığında ve başarılı olduğunda, Wolfe gerçek yaratıcı kendiliğinin, çevresi tarafından sonuna kadar onaylanışının doruğundaydı. Ama kitap otobiyografik olduğu için, memleketinde çok büyük boyutlarda eleştirel öfkeye neden olmuştu. Daha önceki akıl hocalarından Bayan Roberts, ailesi ve kasabadan tanıdıkları kitapta o kadar detaylı bir şekilde tasvir edilmişlerdi ki, Wolfe bir sonraki 7 yıl boyunca Kuzey Karolayna'dan uzak kalmak zorunda kalmıştı. Wolfe bu insanları kitabında kullanması-

nın nedenini şu şekilde açıklıyordu (Nowell, 1960): Sonuç olarak kimse iyi bir kitaptan zarar görmemiştir, ki görmüş bile olsa, getirdiği iyiliklerin yanında bu ya geçici ya da değersiz bir durumdur" (s. 363). İyilik derken insanlığın iyiliğini kastettiğini düşünüyorum. Bundan incinen insanlardan çok, olaylara o şekilde bakabilmesi için buna ihtiyacı olan Wolfe için durum tabii ki çok daha kolaydı.

Wolfe yazmaya devam ediyor, zamanının büyük bir bölümünü, artık akıl hocası, kurtarıcısı, danışmanı ve babası haline gelmiş olan Perkins'le geçiriyor ve sürekli aynı kısır döngüyü (yalnız kalmak için uzaklaşma, depresyon, eyleme vurma savunmaları, eyleme vurmanın kontrolü, hatıra akışının geri dönüşü ve yazı yazmaya geri dönüş) tekrar tekrar yaşadığı Avrupa seyahatlerini sürdürüyordu. Ne var ki, elindeki dev boyutlardaki malzemeyi düzenlemekte zorluk çekiyordu. En sonunda Perkins bunları onun yerinde düzenledi ve ortaya *Zaman ve Nehir* (*Of Time and the River*, 1935) isimli kitap çıktı.

Wolfe, Perkins'in katkısını da kitaba not etmeyi istiyordu; Perkins onu bu düşünceden caydırmaya çalıştı, ama en sonunda Wolfe bir konuşmasında Perkins'in katkılarından bahsedince, kamuoyu ve eleştirmenlerce kitabın aslında asıl yazarı tarafından yazılmadığı, bunun sembiyotik bir ürün olduğuna dair spekülasyonlar ortaya atıldı. Muhtemelen, Wolfe'un Perkins'le olan yakınlığı içinde kendiliğini kaybetme korkusu zaten tavan yapmak üzereydi ve bu suçlamalar da, tıpkı Bernstein'e yaptığı gibi, Wolfe'un Perkins'i terk etme kararında bardağı taşıran son damla oldular. Yine hayal kırıklığına uğramıştı ve üzgündü ve geri çekilmeci birim yansıtmasını aslında bunu hiç hak etmeyen Perkins üzerine yöneltiyor; aslında terk eden bizzat kendisi olmasına rağmen, onu ihanetle ve ilişkiyi mahvetmekle suçluyordu.

Bu noktada yaptığı yansıtmalar nerdeyse paranoya sınırındaydı. Hissettiği burukluğun altında eziliyordu. Perkins'i "sadece iyi ama korkak biri" olmaktan tutun da, kendisini mahvetmek istediğine (Profesör Baker ve Aline Bernstein'in gölgeleri) kadar her şeyle suçluyordu. Ona şöyle dedi:

> "Sen, beni aklıma gelmeyecek herhangi bir çılgın sebep yüzünden mahvetmeye çalışan, benim güvendiğim ve her şeyin üstünde tuttuğum kişi misin? Bu gerçekten son mu? Sonumuzun gelmiş olmasından o kadar çok korkuyorum ki. Sahip olduğum o muhteşem, kudretli yeteneğin sonsuza kadar kaybolacak ve içinde yaşadığımız bu şantajcı toplumun bitmek tükenmek bilmeyen suçlamaları ve suçlarının altında yıkılacak olması da çok üzücü ve trajik. İşte şimdi Amerika'da yaşayan sanatçıların sonunun ne olduğunu anlayabiliyorum." (Nowell, 1960, s. 36)

Burada kendilik kaybı korkusunu Perkins, Scribners (yayıncısı) ve toplum üzerine yansıtmaktadır. Sembiyotik isteklerinin kendiliğini ya da yaratıcılığını yıkmakla tehdit ettiğinden değil daha çok kendisini yıkmaya yeltendikleri için. Nowell (1960) şöyle yazmaktadır

> Özgürlük arzusuna o kadar takıntılı bir şekilde sarılmıştı ki başka bir şeyden bahsetmiyordu. En sonunda sabrı tükenen Perkins ona, "Peki eğer Scribners'dan ayrılmak istiyorsan git ayrıl, ama Tanrı aşkına bir daha bu konudan bahsetme artık' diye çıkışana dek. Dahası, Perkins'e karşı hissettiği kızgınlık o kadar derinlerdeydi ki yaptığı ve söylediği her şeyde hissediliyordu, hatta bir keresinde iki adamı birbirlerine girmeye ramak bıraktıracak raddeye dahi gelmişti. (s. 375)

Böylece başka bir ilişkinin daha sonuna gelinmişti. Perkins artık o, kendisinden daha güçlü ve bilge olan kahraman figür değildi. Şimdi düşman haline gelmişti ve Wolfe'un dediğine göre, "onun yaratıcı hayatının yönünü değiştirme-

ye çalışıyordu ve bir sanatçının hayatında korunması ve dokunulmaması gereken tek şeye, affedilmesi güç bir şekilde burnunu soktuğu için de, en azından düşmanmış gibi kovalanması gerekiyordu." (s. 375) Bu, gerçek yaratıcı kendiliği nesne tarafından yutulmaktan koruma ihtiyacıydı. İnanılmaz boyutlarda mücadeleler ve bocalamalardan sonra nihayet hem Scribners hem de Perkins'le yollarını ayırdı.

PERKINS SONRASI

Uzun süren bocalamadan sonra editör olarak Edward Ashner'i kiraladı. Sonra da ilk kez gerçekleştireceği uğursuz Batı Amerika seyahatine çıktı. Asheville, Bernstein ve Perkins'le olduğu gibi Amerika'yla arasındaki sembiyotik ilişkisi içinde sıkışıp kalmışlık hissi, bariz bir şekilde, en düşük sınırda, çökmenin kıyısındaydı. Ama bu gezisindeki kendisine bakmayışı ve düşüncesizliği de en az diğer şeyler kadar, gezinin sonunda yakalanacağı hastalığın sebeplerindendi. Viskisini şişeden içiyor ve bu şişeyi zatürree olan bir arkadaşına uzatıp sonra tekrar kendisi içmeye devam ediyordu. Kendisi de zatürreeye yakalandı ve bu hastalık da en sonunda beyinde ölümcül bir tüberkülozla sonuçlan, gizli bir tür tüberküloza yakalanmasına sebep oldu.

SONUÇ

Thomas Wolfe'un yaratıcılığının bu incelemesi, onu herhangi bir mekanik psikolojik prensipler toplamı seviyesine indirmek için yapılmamıştır. Yeteneğinin kaynağı terk depresyonu ve çocukluk anılarıydı; bunu tetikleyen de gerçek kendiliğini bulmak için çıktığı arayışlardı. Bu ikisinin nasıl bir araya getirildiği ve olağanüstü yazı kabiliyet sayesinde böylesine ifade edildikleri de yeteneğinin gizemlerinden bi-

riydi. Yazıları edebi anlamda nasıl başarılıysa; kendi eyleme vurma savunmalarını kontrol etmesi ve gerçek kendiliğinin yaratıcılığını serbest kılmak için özgür iradeyle depresyonuna katlanması da psikolojik seviyede aynı şekilde oldukça dikkate değer unsurlardır.

II

TARTIŞMA VE ÖZET

Bu bölüm, kitapta tartışılan bakış açısının bazı hedeflerini tartışıp, duygusal çelişkilere neden olan fantezi vs. gerçeklik meseleleri üzerine bir takım kanıtlar sunar ve kitabın temel temalarının bir özetiyle de sonuçlanır.

PREÖDİPAL VE ÖDİPAL PERSPEKTİFLER

Kendilik ve bozuklukları hakkındaki bu çalışma, geniş çevrelerce onay görmesine rağmen, bazı kaçınılmaz tepkilerle de karşılaştı. Davranış terapistleri ve sistem teorisyenleri, kendileri organik ve direktif yaklaşımları vurguladıklarından, çalışmanın psikanalitik ve gelişimsel noktaları vurgulayışına karşı çıktılar. Aile, evlilik, grup terapisi içindeki kişilerarası burada ve şimdi ilişkilerini vurgulayanlar da, çoğu zaman, hayati önem taşıyan erken gelişim yıllarındaki olaylara dayanan intrapsişik yapı kavramına da karşı çıkarlar.

Anlaşılması daha da güç olan başka bir şey de, psikanalitik bakış açısına bağlı olan çoğu insandan gelen itirazlardır. Sonradan terapi içinde derinlemesine çalışılması gereken, erken dönem çatışmaların içselleştirilmesi ve saplanması kavramına neden bu kadar karşı çıkıyorlar? Başlarda bunun bilgisizlik ya da tecrübesizlikten kaynaklandığını düşünüyor-

dum, ama itirazlar bunun da ötesine gidince, bunun politika ya da yerel kanun meseleleriyle alakası olduğuna inandım. En sonunda da, asıl itirazın bu faktörlere değil, malzemenin içsel doğasına ve bireyin bunu dinleyip ona karşılık verme kapasitesine yapıldığına dair, aşağıda tartışılan, sonuca vardım.

İtirazlarının bilinçli ve makul temeli, klasik ödipal ve dürtüsel teorik mefhumların kaybedilmesi pahasına, preödipal meselelere çok fazla yer verilmesi hususuydu. Şimdi meseleyi biraz daha detaylı inceleyelim:

70 yıldan fazla bir zaman önce Freud ve Jung (McGuire, 1974) arasındaki bir anlaşmazlıkla başlayan bu ödipal ve preödipal (ödipal öncesi) bakış açıları arasındaki çelişki günümüzde hala iki büyük insan arasındaki ayrılığın meydana geldiği zamanda olduğu kadar canlılığını ve etkisini sürdürüyor.

Edinilen tecrübeler ve kendilikle ilgili bu preödipal malzemeyle ilgili sıkıntı çeken ödipal bakışının günümüz taraftarları, beni bu ezelden beri devam eden tartışmayı yeniden gözden geçirmeye teşvik etti. Bu tecrübeler -bu başarılı önderler arasındaki geçmişteki çatışma ve perspektifle ilgili günümüzdeki güçlükler- bu çatışmaya sebep olabilecek, yaratıcıları Freud ve Jung'un geçmişlerinin ve klinik malzemenin algısındaki farklılıkların bile ötesine giden başka bir olası nedeni öne sürüyordu. Freud'un gelişimi görünürde preödipal sorunlardan bağımsızdı ve Freud çalışmasını ödipal safhaya dayandırıyordu. Jung'un hayatı ise preödipal problemlerle doluydu.

Kişilik gelişiminin neticeleri ve ileriki hayatta gelişimin çeşitli evrelerinde, çatışmanın çözümüne dair yetişkin işlevlerinin gözden geçirilmesi gerekir. Freud ve belki de, ödipal bakış açısının günümüz savunucuları, preödipal çatışmalarını

az ya da çok etkili bir şekilde çözmüşlerdir ve kendi duygularının preödipal taraflarının algısına erişimi kaybettikleri bir süre sonunda ödipal safhaya doğru gelişim göstermişlerdir. Böylelikle kendi duygularının kapıları, çatışmalarının çözülmüş olmasının bir sonucu olarak kapanmıştır. Bu her zaman için mutlak bir psikopatoloji demek değildir, daha ziyade, çözülmenin bir parçası olarak preödipal çatışmalar ve duygularla iletişimin kesilmesidir. Bu yüzden preödipal malzemenin doğası, kendilerini kapadıkları şeyleri kamçılar ve anksiyeteye sebep olur. Sonuç olarak, kendi intrapsişik bütünlüklerini sağlamak adına bu dürtüye karşı gelmeleri gerekmektedir.

Diğer yandan Jung (1953) ve preödipal bakış açısının diğer savunucuları, ya (tıpkı Jung gibi) preödipal malzemeye karşı aşırı hassasiyet geliştirmeleriyle sonuçlanan preödipal psikopatolojiye sahiptirler ya da duygularının bu tarafıyla iletişim kurmayı başararak preödipal çatışmaları çözmüşlerdir. Bu yüzden, bunu algılamakta ve bu sorunla rahatlıkla ve minimum stresle başa çıkmakta başarılıdırlar. Böylelikle, ödipal ya da preödipal bakış açısını savunan her iki grup da, aynı klinik kanıtlara farklı mikroskoplardan bakmaya mecburdur. Ödipal bakış açısını savunanlar bu meseleyi herhangi bir iç yankılanıma sahip olmadıkları bir uyaran olarak hissederler; bu uyaran anksiyeteye neden olur ve bu yüzden de ortadan kaldırılmalıdır. Preödipal bakış açısını savunanlar bu uyarana içsel bir yankılanımla karşılık verebildikleri için onu rahatlık ve aşinalıkla kabul ederler.

Ödipal bakış açısına sahip olanların verdiği tepkiye bir örnek olarak; üç yıllık çalışma sonucunda borderline diye bir bozukluğun olmadığına ve terapötik teknikler açısından farklı alternatiflere gerek olmadığına karar veren bir analitik kuruluş verilebilir. Fazla makul delillere sahip olmadan ya da yeterli inceleme yapmaksızın, kritik kanıtların tamamen yok

sayılması, (kitapta) benim ileri sürdüğüm türden bir inkârın kanıtıymış gibi geliyor. Bunun da ötesinde, ödipal görüş taraftarı (Fierstein, 1978) bir araştırmacı tarafından yakın geçmişte yazılan bir kitap, bariz borderline bozukluğuna sahip hastaların, borderline olduklarına dair olguyu herhangi bir şekilde gözetmeksizin yaptıkları terapileri anlatmaktadır. Yazar, terapi sonuçlarının hiç de umduğu gibi çıkmadığını, çünkü kilit preödipal psikopatolojiyi teşhis etmediği için gerekli olan teknik alternatifleri uygulamadığını pişmanlık içinde itiraf ediyordu.

Benim tecrübelerime göre, kendileriyle ilgili preödipal evreye erişimleri olmayan terapistler; nevrotik hastalarla dikkat çekici ve başarılı sonuçlar alırken, borderline ve narsisistik kişilik bozukluğuna sahip hastalarla çalıştıklarında, uygun tekniği uygulamakta büyük zorluk çekiyorlar.

Bu yüzden terapistlerin başka terapistlerin fikirlerinden feyz almaları iyi bir şeydir, ancak alıntı yaptıkları terapistin bu mesele hakkındaki fikrinin dikkat çekici olması gerekir. Preödipal (ödipal öncesi) meselelerin hayatlarını yıkmaya devam ettiği gerçeği olmasa, aslında başarılı sayılacak analistler önderliğinde yıllarca klasik psikanaliz görmüş ve çeşitli analitik kurumlarda analist adayı olan hastalar da dâhil olmak üzere her çeşit hastayla deneyimlerim oldu. Artık bu tür şeylerin olmasına gerek yok. Günümüz psikoterapisi çok daha fazla şey önerecek kapasitededir.

Kişilik Bozukluklarının Psikoterapisinde Baştan Çıkarma Hipotezi ve Fantezi Görüntülü Gerçeklik

Freud'un bilinçaltını ve psikanalizi keşfedişine sebep olan "baştan çıkarma hipotezi"ni ünlü ve dramatik reddedişi, duygusal problemlerin üretilmesinde gerçekliğin rolüne karşı

bir çeşit tarafgirliğin ortaya çıkması şeklinde bir yan etkisi olmuştur. Sanki gerçekten meydana gelen şey çok önemli değilmiş, önemli olan tek şey hastanın olayı nasıl algıladığı ya da hissettiğiymiş gibi.

Bu mesele geçmişte, Freud'un Fliess ile yaptığı yazışmalar üzerine yazılan bir kitap sayesinde (Masson, 1984) yeniden gündeme gelmişti. Yazar, Freud'un baştan çıkarma hipotezini, bilimsel nedenlerden dolayı değil, kişisel nedenlerden dolayı, reddettiğini savunuyordu. Kitap ayrıca, etiyolojik girdinin gerçeklik mi yoksa fanteziden mi doğduğu tartışmasını da canlandırmıştı. Borderline ve narsisistik kişilik bozukluğu bulunanlarla yapılan psikoterapi çalışmaları da, bu meselenin üzerine bir nebze ışık tutmaktadır.

Klinik kanıt o kadar yoğundur ki, hem gerçekten ne olduğunun (gerçeklik), hem de bu olayın hasta tarafından sonradan intrapsişik açıdan değerlendirilişinin (fantezi) önemi büyüktür. Gerçekten sırf gerçekliğe ya da fanteziyle alakalı bir vakayla karşılaşmak çok nadirdir. Borderline ergenlerin yaşadığı gerçek bir ebeveyn engelinin gerçek kanıtı çok yoğun ve sürekliydi. İlk olarak ergenler ve ebeveynleri tarafından anlatılan geçmişlerinden geliyordu. Bu durum; ebeveynlerin kendi ihtiyaçlarıyla çocuklarınınkini ayırmakta çektikleri büyük zorluk ve çocuklarına nasıl anne-babalık yapabileceklerini bilemedikleri gerçeğinin terapi esnasında gözlemlenmesiyle de doğrulanıyordu. Bu başlangıç bulguları, hasta terk depresyonunu derinlemesine çalıştığı esnada ortaya çıkan hatıralarıyla da pekiştiriliyordu. En son teyit de, problemin, ebeveynlerle müşterek yapılan görüşmelerde, canlı bir şekilde kendisini tekrarlamasıydı. Çatışmaların tarihine dair elde ettiklerimiz, ebeveyn ve ergenlerle ilgili gözlemlerimiz ve ergenlerin 'olup biten şeylere' dair hatıraları, doğrudan gözlemlenen ortak görüşmelerdeki tekrarlamalarla teyit edilmiş oluyordu.

Bu şekilde, gerçekliğin, yani 'neler olup bittiğinin' ve hastanın 'bu yaşananlarla' ilgili sonradan yaptığı fantezili değerlendirmesinin bir bileşimine sahip oluyoruz.

Özet

Gerçek kendilik, kendiliğin ve nesnenin intrapsişik temsillerinin ve bunlarla bağlantılı duygu durumlarının bir toplamı olarak tanımlanır. Bu terim, 'sağlıklı' ya da 'normal' kavramlarının eş anlamlısı olarak ve kendiliğin önemli bilinçli gerçeklik işlevini vurgulamak için kullanılır. Bu kavram, ilave bir gerçeklik bileşeni taşıması istisnasıyla, Winnicott'un (1965) hakiki kendilik kavramına benzerlik taşır. Aynı zamanda Erikson'un (1968) kimlik kavramın kendilik-kimliği tarafıyla da benzerlikler taşır. Gerçek kendiliğin kendine ait bir gelişimi, kendi kapasiteleri, kendi psikopatolojisi vardır ve kendine has bir terapötik müdahale gerektirir. Egoyla paralel ortaklığı vardır ve bu ikili, ayrı düşünülemeyecek kadar birbirlerine teğet çalışırlar.

Gerçek kendilik, ikili sembiyotik anne-çocuk biriminden ortaya çıkar ve ayrılma-bireyleşme evrelerinden geçerek, ayrı, bütün ve bağımsız hale gelir ve kendisine ait aşağıdaki kapasiteleri kazanır:

Duyguların akıcılığı, uyanıklığı ve canlılığı;
Kendilik kimliği, kendilik aktivasyonu, kendilik ifadesi ve desteği;
Kendilik aktivasyonunun kabulü ve kendilik saygısının sürdürülmesi;
Acı veren duyguların yatıştırılması;
Kendiliğin sürekliliği;
Kararlılık;
Yaratıcılık.

Yaşamın ilk üç yılı içinde, ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendiliğin bu kendine has özelliklerinin ebeveynlerce (özellikle anne tarafından) cesaretlendirilmesi ve desteklenmesi, onun gelişimi, bütünleşmesi ve işlevlerini üstlenmesi için hayati önem taşımaktadır. Bu ebeveyn işlevlerinde meydana gelebilecek başarısızlıklar, kendiliğin gelişiminin başarısızlığına ve dolayısıyla bir narsisistik ya da borderline bozukluğun ortaya çıkmasına önemli katkıda bulunur. Bu varsayımı kesinleştirmek için herhangi bir hipotez testi yapılmamış olsa da, geçerliliği benim ve diğer araştırmacılar tarafından yapılan klinik çalışmalarla tekrar tekrar ispatlanmıştır.

Özetlemek gerekirse gerçek kendilik; egonun yanında ve egoyla birlikte, kendine has ya da bireyleşme isteklerini gerçek dünyada yaratıcı bir şekilde belirledikten sonra ifade etme ya da dile getirebilmenin yanında, kendilik saygısının özgürce düzenlemesi için devamlı bir kaynak sağlamak amacıyla etkili bir şekilde adaptasyon ve savunma yapmak için çalışır.

Borderline ve narsisistik kişilik bozukluklarında, gerçek kendiliğin bütün kapasiteleri bir dereceye kadar bozulmuş haldedir. Dış dünyayla başa çıkabilmek için gerçek kendiliklerini kullanamayan borderline ya da narsisistik hasta, bunun yerine bir sahte savunmacı kendiliğe döner. Borderline kişilik bozukluğunda bu sahte savunmacı kendilik, terk depresyonuna karşı gerileyici savunmalara dayanır. Narsisistik kişilik bozukluğunda ise savunmacı kendilik, büyüklenmeci, tümgüçlü nesne temsillerine ve bunlara bağlı savunmalara dayanan bir savunmacı kendilik vardır.

Psikoterapide, terk depresyonu derinlemesine çalışılırken ve gerçek kendilik ortaya çıkmaya başladığında, terapistin terapötik tekniğine, iletişimsel örtüşme tekniğini de eklemesi önemlidir. Hasta yeni düşünceleri, ilgileri ve aktivitelerinden bahsederken (ki bu ortaya çıkmaya başlayan kendiliğin ifa-

desidir), terapist de bu konuların gerçekliğini hastayla birlikte tartışır. Hasta bu müdahaleleri birer onaylanma ve gerçek kendiliğinin yeniden ateşlenmesi olarak deneyimler ve dolayısıyla yeni bir akıcılık, kendinden eminlik hissi ve gayretle gerçek kendiliğinin peşinden koşmaya yeniden başlar. İletişimsel örtüşme tekniği, hastanın duygusal durumuna uygun olacak şekilde, empati, ayırım ve dikkatle uygulanmalıdır. Hastanın gerçek kendiliği sürekli bir şekilde aktif hale geldikten sonra, terapistin, daha fazla gerekli olmayacağı ve devam edilirse gerilemeye yol açacağı için iletişimsel örtüşme yapmayı kesmesi gerekmektedir.

Peki bu iletişimsel örtüşme süreci nasıl işler? Bu soruya cevap vermek için ilk olarak Ferenczi (1932) ve sonra Anna Freud (1937) tarafından belgelenen, agresörle özdeşleşme savunma mekanizmasının işleyişini anlamamız gerekir. Hem borderline hem de narsisistik bozukluk hastaları, dehşet ve çaresizlik altında bunalma eğilimlerini kontrol etmek adına bir çabayla agresörle/saldırganla özdeşleşirler ve bu dışsal dramı kendi zihinlerinde içselleştirir ve kurumsallaştırırlar. Ne var ki, bu içselleştirmeye bağlı olan duygulanımlar o kadar acı vericidir ki, hasta bu hisleri içine alıp tecrübe edemez. Dolayısıyla, içselleştirilmiş dramayı hissetmemek için çevreye yansıtma ve eyleme vurma yapmaktan oluşan bir dışsallaştırma süreci başlar. Uyumsuz davranış ve gerçek kendiliğin feda edilmesiyle ödenen bu bedel de inkâr edilir. Daha da ötesi, fazlasıyla dışsallaştırılan bu duygu durumları hastanın zihninde ihtiva edilmezler ve bu yüzden terapötik çalışmadaki görüşmelerde de kendilerine erişilemez.

Terapinin ilk amacı, hastaların bu duygu durumlarını yeniden sindirmelerine yardımcı olmaktır. Borderline hastalarda bu, savunmaların uyumsuz işlevleri ve inkârıyla hastanın yüzleştirilmesi terapi tekniği aracılığıyla yapılır. Narsisistik kişilik bozukluğu hastasında ise, hastanın narsisistik zayıflı-

ğına yapılan yorumlamalar aracılığıyla başarılır. İnkâr ve eyleme vurmanın üstesinden gelinmesi, hastaların savunmalarının hedefleri için ne kadar yıkıcı olduğunu algılamalarını sağlar ve bu da duygulanımın sindirilmesiyle sonuçlanır yani artık bu duygulanım, terapötik çalışma için hastanın zihninde yer etmiş demektir. Terk depresyonunun artık sindirilmiş ve mevcut durumdaki bu acı veren duygulanımının derinlemesine çalışılması; ortaya çıkmaya başlayan gerçek kendilik üzerindeki olumsuz yükü azaltır ve ortaya çıkmasını hızlandırır. Bu tablo da, ortaya çıkışı daha da hızlandırmak için iletişimsel örtüşme tekniğini kullanmaya uygun bir ortam hazırlar.

İletişimsel örtüşmenin nesnel bir terapötik mesafeden ve tarafsız bir şekilde yapılması gerekliliğinin önemini ne kadar vurgulasam azdır. Aksi takdirde, terapötik ittifak sabit olduğunda yapılan iletişimsel örtüşme, ödüllendirici birimi ya da büyüklenmeci kendilik savunmalarını pekiştirecek ve direnci artıracaktır.

Terapist kendi karşı aktarımıyla başa çıkabilmek için iletişimsel örtüşmeyi uygunsuz bir şekilde kullanmaya meyledebilir. Örneğin, bir borderline hastayla haftada bir yapılan yüzleştirmeci psikoterapide, çalışmanın bu seviyesindeki sınırları ve hayal kırıklıkları, terapisti kendi hayal kırıklığıyla başa çıkabilmek için iletişimsel örtüşme ekleme konusunda baştan çıkarabilir. Ya da sıkılma ya da kişiliksizleşme gibi karşı aktarım duyguları içindeki bir narsisistik terapist, bu duygulardan kurtulmak için iletişimsel örtüşme yapabilir. Bu tür ayartmalar en kısa sürede tespit edilip karşı konulmalıdır, yoksa psikoterapi süreci sekteye uğrar.

İletişimsel örtüşmenin neden borderline hastanın ödüllendirici birim savunmalarını pekiştirmediği ya da narsisistik hastanın idealleştirme aktarımını tetiklemediği sorusu akıllara gelebilir. Bu sorunun cevabı, iletişimsel örtüşmenin ger-

çek kendiliği hedeflediği ve eğer bütünleştirilirse, gerçek kendiliği pekiştirip daha büyük bir savunmaya değil, daha büyük bir bunaltıya neden olacağıdır. Terapist ödüllendirici birimi ve büyüklenmeci kendiliği pekiştirmez, tam tersi onları hayal kırıklığını uğratır.

Ben, bir kendilik kavramının eklenmenin, gelişimsel nesne ilişkileri teorisini zenginleştirdiğine ve onu bütün ve tutarlı olmaya daha da yaklaştırdığına inanıyorum. Geriye dönüp bakarsak, bu teorinin yararlı olduğu kadar, sorunun bütününü hesaba katmadığı olgusu, yani sadece depresyon, ego savunmaları ve nesne ilişkilerine odaklandığı olgusu tarafından engellendiğini de görüyoruz. Bütün bunların arasında kendilik küçük görülür ya da arka tarafta bırakılıp sadece başka terapötik aktivitelerden dolaylı yönden yarar sağlayacak şekilde zayıflar. Bu kitapta ortaya konulan yeni eklemeyle, gelişimsel nesne ilişkileri teorisi artık, kendilik bozukluklarının sorunları üzerinde, nesne ilişkilerine olduğu kadar kendiliğe de uygun dikkatin nasıl verilmesi gerektiğini gösteren, bütün bir perspektife sahip olmaktadır. Eğer uygun bir şekilde uygulanırsa bu terapötik perspektif, her bir terapistin hastasıyla yaptığı çalışmayı da zenginleştirecektir.

DİZİN

A

adaptasyon, 92, 235
Adler, 32, 33, 249
agresif yatırım, 34
agresör/saldırgan, 110, 236
agresörle özdeşleşme savunması, 156
ağıtsal, 22
aktarım eyleme vurumu, 24, 86
aktarım yansıtmaları, 81
aktive etme, 32, 37, 38, 54, 67, 72, 73, 104, 108, 112, 113, 119, 120, 124, 125, 166, 177, 197, 198, 201, 209, 210
Aline Bernstein, 7, 186, 189, 190, 210, 223, 226
alter ego, 223
alt-evre, 9, 47, 48
Amae, 138, 143, 144, 145
Amae psikolojisi, 144
Amae teorisi, 138
Amerika, 21, 135, 136, 137, 142, 144, 210, 221, 226, 227
anaerkil, 134
analist, 31, 232
androjenlik, 152
anksiyete, 50, 59, 94, 98, 104, 106, 107, 149, 162, 191
anne-çocuk bağı, 134
anne-çocuk birliği, 138
anne-çocuk etkileşim modeli, 140
anoreksik, 63
apati, 125
arketip, 32
aşırı telafi, 32
Athena, 18
aynalama, 34, 51
aynalayıcı nesne, 74, 175, 176
aynılık/özdeşlik, 45
ayrılma anksiyetesi, 32, 39, 97
ayrılma-bireyleşme, 9, 18, 22, 47, 234
ayrılma bireyleşme süreci, 36
ayrılma/bireyleşme evresi, 47, 162
ayrılma/bireyleşme hasarları, 162

B

bağımsız/özerk, 178
bağımsızlık, 116, 135, 136, 138, 142, 146, 148, 162, 182
bağımsızlık kapasitesi, 208
Balzac, 99
bastırma, 48
Ben, 17, 21, 27, 28, 29, 41, 43, 44, 49, 63, 73, 78, 79, 96, 98, 106, 109, 111, 136, 174, 186, 191, 198, 200, 238
benmerkezci, 137, 138, 150, 193
benmerkezci büyüklenme, 138
Ben-üstü, 28
Bettelheim, 5, 21, 27, 133, 134, 135, 249
bilinç öncesi, 33, 45
bilinçaltı, 29
bilinçdışı, 28, 33, 38, 41, 42, 156
bilinçli, 17, 29, 33, 41, 43, 45, 168, 230, 234
bilinçli intrapsişik temsiller, 33
bilinçsiz, 38, 41
bireyleşme, 10, 36, 44, 47, 48, 54, 65, 67, 88, 90, 92, 116, 117, 118, 171, 180, 235
bireyleşme kapasiteleri, 23
bireyleştirme, 24
bireysel bağımsızlık, 142
borderline, 11, 19, 22, 23, 35, 36, 38, 39, 43, 48, 49, 52, 55, 57, 64, 65, 69, 70, 80, 82, 83, 85, 90, 91, 96, 103, 118, 130, 142, 150, 154, 155, 156, 157, 163, 165, 167, 171, 182, 187, 212, 214, 215, 231, 232, 235, 236, 237
borderline ergen, 19, 38, 150, 171
borderline hasta, 11, 19, 36, 55, 70, 84, 90, 154, 155, 156, 163, 164, 165, 167, 182, 187, 212, 214, 215, 237
borderline kişilik bozukluğu, 22, 35, 64, 142, 154
borderline üçlüsü, 64, 118
Bowlby, 153, 249
bozulmuş gerçek kendilik, 24, 71, 177, 178, 214
bozulmuş kendilik, 55
bozulmuş kendilik terapisi, 107
bölme savunması, 67, 167, 171
bulimik, 63
bütüncül, 33, 38, 48
büyüklenmeci, 69, 70, 71, 72, 73, 75, 119, 120, 122, 123, 125, 128, 129, 137, 139, 142, 145, 175, 177, 235, 237, 238
büyüklenmeci kendilik, 69, 71, 72, 73, 75, 119, 120, 122, 123, 125, 128, 137, 177, 238

büyüklenmeci kendilik savunmaları, 237
büyüklenmecilik dışavurumu, 137

Ç

çarpıklık, 24
çekirdek aile, 154
çevresel, 23, 49, 55, 64, 69, 86, 117, 123, 125, 183
çevresel travma, 69
çığlık, 179
çocuk gözlem çalışmaları, 23
çocuk yetiştirme, 20, 21, 134, 135, 136, 143, 144, 145, 148, 151
çocukluk özdeşimleri, 50
çocuksu büyüklenmecilik, 137, 142
çocuksu narsisizm, 136

D

Darvinci, 143
davranış terapistleri, 229
depresif, 22, 56, 61, 65, 77, 78, 94, 95, 103, 108, 111, 112, 115, 198
depresyon, 56, 64, 65, 68, 91, 110, 111, 116, 118, 125, 141, 144, 184, 219, 225, 238
destekleyici kendilik, 54
direktif yaklaşımlar, 229
doğal/bakıcı güçler, 51
doğum travması, 32
duraklama, 37
duygusal deneyim, 24
duyusal modalite, 47
dürtüsel teorik mefhum, 230

E

ebeveyn-çocuk psikopatolojisi, 144
Edward Munch, 173, 178
ego, 19, 20, 27, 28, 29, 31, 33, 36, 37, 38, 41, 43, 44, 45, 48, 51, 53, 85, 87, 88, 112, 126, 153, 154, 155, 156, 173, 209, 238, 250
ego hasarları, 88
ego ideali, 44
ego işlevi, 154
ego kaynakları, 156
ego kimliği, 19, 43, 44, 45, 51, 87
ego kusurları, 37, 209
ego saplanması, 37
ego savunmaları, 38, 238
ego sınırları, 48, 209
ego yapısı, 153
egonun gelişimsel duraklaması, 88
embriyonal, 90
empatik, 63, 93, 145
endorfin, 123
entelektualize, 96
entelektüel, 22, 76, 177, 186
ergenlik, 18, 50, 136

ergenlik dönemi, 50
Erikson, 43, 44, 45, 50, 51, 53, 87, 234, 249
erken çocukluk, 32
erken dönem bağ, 135, 136
eyleme vurma, 76, 85, 113, 115, 117, 182, 184, 209, 210, 212, 213, 220, 225, 228, 236, 237

F

fallik-ödipal dönem, 50
fantezi imgesi, 55
farklılaşma alt-evresi, 46
fiziksel kendilik, 32
Freud, 5, 11, 27, 28, 29, 30, 31, 230, 232, 233, 236, 249, 250, 251, 252

G

gelişen kendilik, 35
gelişimin ayrılma/bireyleşme evresi, 186
gelişimsel duraklama, 9, 11, 23, 36, 95, 182, 209
gelişimsel nesne ilişkileri teorisi, 20, 36, 38, 189, 238
genetik-biyolojik baskı, 51
gerçek kendilik, 17, 19, 20, 21, 23, 25, 29, 35, 37, 39, 43, 45, 51, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 64, 67, 68, 70, 72, 73, 75, 77, 80, 85, 86, 87, 89, 91, 92, 95, 97, 99, 101, 103, 104, 105, 106, 111, 113, 117, 119, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 131, 133, 135, 137, 142, 143, 145, 147, 149, 150, 151, 155, 161, 163, 165, 167, 173, 175, 177, 178, 180, 181, 183, 186, 187, 189, 191, 193, 198, 201, 202, 203, 204, 208, 209, 210, 212, 213, 214, 217, 220, 222, 224, 227, 235, 236, 238
gerçek kendilik aktivasyonu, 66, 67, 90, 93, 96, 97, 106
gerçek kendilik gelişimi, 20, 21, 37, 51, 133
gerçek kendilik işlevi, 21, 70
gerçek yaratıcı kendilik, 219
geri çekilen birim fantezileri, 204
geri çekilen nesne ilişkileri parça birimi, 55, 114, 115
geri çekilen parça-birim, 66
gerileme, 30, 61, 112
gerileyici ilişkiler, 120
gizil embriyonik, 85
gizli narsisistik kişi, 138
GNİP, 10, 67
grup terapisi, 229
güçlü ego, 53

H

hak görme, 70
hakiki kendilik kavramı, 43, 234
Hare Krishna tarikatı, 155
Hartmann, 33, 250
Harvard, 189, 202, 203, 209
Horney, 33, 250
hüsran toleransı, 209

I

ICH, 11, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 36, 38

İ

içgözlem, 29
içsel nesne, 9, 10, 139
içselleştirilmiş drama, 236
id, 28, 29, 31, 33
ideal kendilik, 44
idealize edilmiş, 33
idealleştirme, 35, 139, 175, 186, 237
ikincil kendilik temsilleri, 43
iletişimsel örtüşme, 19, 20, 24, 25, 37, 88, 89, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 99, 103, 104, 106, 119, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 129, 130, 235, 236, 237
iletişimsel örtüşme formu, 88
iletişimsel örtüşme müdahaleleri, 91, 92, 94
iletişimsel örtüşme tekniği, 20, 103, 106, 123, 235, 237
iletişimsel örtüşme tepkileri, 88
ilkel savunma mekanizmaları, 37, 88
İngiliz monarşisi, 148
İngilizce, 27
inkâr, 55, 69, 72, 90, 93, 102, 119, 152, 167, 171, 196, 213, 236
intrapsişik/içruhsal, 17, 34, 38, 42, 43, 48, 50, 53, 64, 66, 119, 137, 138, 139, 141, 144, 145, 154, 157, 182, 183, 201, 229, 231, 233, 234
intrapsişik boyut, 38
intrapsişik kendilik temsilleri, 34
intrapsişik nesne ilişkileri, 138
intrapsişik yapı, 66, 119, 137, 139, 141, 144, 154, 229
İsrail Kibutz'ları, 21
İsrail köyleri, 21, 134
İsrailliler, 134, 146
itaatkâr, 65, 67, 101, 112, 116, 120, 191

J

Jacobson, 33, 250
Japon ergenler, 136

Japonya, 6, 21, 133, 136, 137, 138, 140, 142, 143, 144, 147
Jean Paul Sartre, 13, 173, 174
Julius Caesar, 93
Jung, 30, 31, 32, 33, 230, 231, 250, 251

K

karakter bozukluğu, 30
kararlılık kapasiteleri, 54
karşı-aktarım, 24
karşı aktarım duyguları, 237
kastrasyon anksiyetesi, 93
kaynaşmış kendilik nesnesi, 34, 42, 68, 141, 143
kaynaşmış kendilik nesnesi temsili, 144
kendiliğe odaklanma, 38
kendiliğin gelişimi, 12, 21, 35, 52, 87, 133, 136, 142, 149, 153, 191, 208, 235
kendiliğin gelişimsel duraklaması, 22, 50
kendiliğin intrapsişik temsili, 33
kendiliğin kabulü, 86
kendiliğin psikanalitik teorileri, 20
kendiliğin psikolojisi, 34
kendiliğin psikopatolojisi, 34, 39, 55
kendiliğin sembiyotik birliği, 23
kendiliğin yaratıcı deneyimleri, 21
kendilik, 10, 11, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 64, 65, 66, 67, 68, 70, 74, 78, 85, 86, 88, 89, 91, 93, 99, 111, 113, 115, 116, 118, 122, 130, 133, 137, 138, 139, 143, 147, 149, 153, 157, 162, 173, 177, 183, 203, 213, 221, 224, 235, 238
kendilik aktivasyonu, 10, 19, 24, 36, 67, 86, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 100, 115, 116, 118, 137, 182, 183, 234
kendilik aktivasyonunun kabulü, 137
kendilik algısı, 45, 46, 47, 188, 203
kendilik bilinci, 35, 36, 45
kendilik bozuklukları, 10, 18, 20, 21, 38, 238
kendilik iddiası, 19, 37, 52, 54, 56, 66
kendilik imajı, 19
kendilik imgeleri, 55
kendilik işlevselliği, 37
kendilik kavramı, 23, 29, 30, 31, 34, 35, 38, 39, 238
kendilik nesneleri, 34

kendilik saygısı, 49, 53, 55, 90, 234, 235
kendilik saygısı eksikliği, 55
kendilik tasarımı, 41, 42, 46, 54, 58, 64, 80, 102
kendilik temsili, 33, 41, 42, 48, 66, 68, 70, 92, 111, 113, 116, 137
kendilik ve nesne temsilleri, 36, 48, 85
kendilik-değeri, 54
kendilik-ifadesi, 24
kendilik-kabulü, 37
kendilik-kimliği algısı, 54
kendilik-kimliği kavramı, 50
kendilik-nesnesi temsili, 70, 137
kendilik-tasarımı, 37, 78
kendini-haklı görme, 37
Kennedy, 93
Kernberg, 33, 250
kızgınlığın yansıtılması, 167, 171
Kibutz çocukları, 134
Kibutz işçileri, 134
Kibutz köyleri, 142
Kibutz modeli, 134
kimlik algısı, 148
kimlik tespiti, 23
kişilerarası çatışma, 30
kişilerarası ilişkiler, 138, 139, 143
klinik çalışma, 9, 23, 38, 48, 86, 131, 235
klinik gözlem, 34
klinik hipotez, 20
klinik materyal, 19
klinik problem, 29, 116
Kohut, 19, 34, 42, 250
Kore, 156
kurtarma fantezisi, 166, 171
Külkedisi, 6, 163, 164, 168, 169, 170, 171
kültür karakterleri, 21
kültürel, 22, 131
kültürlerarası, 22, 131

L

latent evre, 17
libidinal, 10, 33, 46, 133
libidinal nesne, 10, 46
Lincoln, 105

M

Mahler, 9, 18, 35, 36, 46, 87, 153, 251
Malcolm Cowley, 17, 18
manik, 69, 75, 123
manik depresif, 69
manik evre, 69
Masterson, 1, 2, 3, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 38, 85, 96, 251
maternal libidinal, 133, 142

maternal libidinal ulaşılabilirlik, 133, 142
maternal nesne, 153, 184, 186, 187, 193, 202, 210, 213
maternal parça nesnesi, 66
materyal, 23
McDevitt, 18, 35, 46, 251
Michael, 96, 101
Munch, 22, 178, 179, 180, 249, 252

N

narsisistik amaç, 69, 127
narsisistik hasta, 35, 36, 43, 48, 50, 85, 86, 87, 235, 237
narsisistik kaynak, 75, 77, 120, 124, 129
narsisistik kaynaşmış kendilik nesne temsili, 144
narsisistik kırılma, 71
narsisistik kişilik bozukluğu, 23, 34, 68, 70, 75, 82, 137, 138, 142, 144, 164, 175, 232, 233
narsisistik libido, 34
narsisizm, 47
Narsisizm Kültürü, 150
nesne ilişkileri, 18, 20, 23, 33, 34, 36, 38, 42, 68, 85, 92, 138, 154, 163, 175, 182, 189, 238
nesne ilişkileri teorisi, 20, 23, 33, 34, 36, 85, 238
nesne libidosu, 34
nesne temsili, 42, 46, 48, 68, 138, 200
nesnel, 25, 27, 32, 38, 81, 82, 140, 218, 237
nesnellik, 32, 81
nevrotik, 81, 82, 232
Norfolk, 198, 202, 209
normal gelişim, 23, 87, 137, 153
Nowell, 181, 183, 185, 186, 189, 190, 191, 193, 194, 195, 199, 202, 203, 205, 207, 211, 215, 216, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 251

O

otistik çocuklar, 133
otobiyografik, 22, 224
otoriteyi kabul etme, 54

Ö

ödipal, 29, 30, 31, 32, 187, 230, 231, 232
ödipal çatışma, 30, 31
ödipal öncesi, 30, 32, 232
ödipal öncesi safha, 30, 32
ödipal safha, 30, 230, 231
ödipal teori, 30
ödüllendirici birim, 37, 64, 85, 95, 116, 166, 195, 197, 200, 208, 210, 213, 237

ödüllendirici birim fantezisi, 116
ödüllendirici nesne ilişkileri parça birimi, 55
ödüllendirici parça birim, 66
ÖNİP, 10, 67
öznel deneysel, 27, 38
öznel-deneysel, 29

P

Pamuk Prenses, 6, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 171
paranoyak kıskançlık patlamaları, 222
parça-kendilik temsili, 66
parça-nesne temsili, 66
patolojik ego, 55, 182
patolojik narsisizm, 137, 150
patolojik savunma, 64, 118, 148
pekiştirme, 69
Philip Roth, 135
preödipal, 30, 230, 231, 232
preödipal (ödipal öncesi), 230
preödipal çatışma, 230, 231
preödipal malzeme, 230, 231
preödipal psikopatoloji, 231, 232
propriyoseptif, 46
psikanalitik, 18, 19, 25, 30, 229
psikanalitik teori, 19, 25
psikanalitik yaklaşım, 18
psikanaliz, 232
psikobiyografik, 22
psikodinamik, 163
psikopatoloji, 23, 55, 157, 231
psikososyal, 44, 50, 51, 87
psikoterapi, 23, 116, 156, 175, 187, 212, 233, 237
psikoterapist, 21
psikotik, 30
psikoz, 30

R

regresif/gerileyici, 24, 37
Rodin, 99
rol model, 83, 151
ruh aygıtı, 28
ruhun doğası, 27
ruhun düzeni, 28
ruhun yapısı, 28
Rus Ruleti, 156
Rüya Çocukları, 21, 134

S

sahte savunmacı kendilik, 55, 56, 65, 68, 72, 116, 174, 235
Sartre, 22, 174, 175, 176, 177, 178, 251

savunma, 10, 37, 48, 53, 65, 68, 85, 90, 110, 114, 144, 149, 162, 165, 168, 175, 177, 184, 188, 193, 196, 210, 215, 220, 235, 236
savunma mekanizmaları, 36, 85
savunmacı kaynaşma, 175
savunmacı kendilik, 57, 59, 64, 67, 70, 86, 91, 96, 97, 101, 103, 105, 107, 109, 110, 113, 201, 235
sembiyotik (ortak yaşamsal), 46, 188, 193, 197, 221, 226
sembiyotik evre, 47
sembiyotik anne-çocuk birimi, 234
sembiyotik bağımlılık, 183, 207, 211, 212, 219, 223
sembiyotik birleşme, 193
sembiyotik fantezi, 221
semptomatik, 59
serbest agresyon, 69
Shakespeare, 129
sıkıntı tecrübesi, 23
sıkıyönetim, 148
sistem teorisyenleri, 229
Sisyphus, 103
sosyal alışkanlık, 148
sosyal davranış, 144
sosyal davranış psikolojisi, 138
sosyal ilişki, 178
sosyal rol, 51, 149, 151
sosyokültürel değerler, 147
sosyokültürel etki, 148
sosyokültürel güç, 147, 157
sosyokültürel olaylar, 154, 157
Sovyetler Birliği, 147
Strachey, 27, 250, 252
Sullivan, 33, 251
süperego, 31
süpervizyon, 83

Ş

şiirsel, 22

T

terapist, 35, 81, 82, 83, 84, 85, 91, 94, 119, 236, 237
terapötik aktivite, 85, 238
terapötik çıkarım, 19
terapötik duygusal tarafsızlık, 81
terapötik ilişki, 81
terapötik ittifak, 81, 82, 94, 111, 214, 237
terapötik mesafe, 237
terapötik müdahale, 87, 94, 234
terapötik nesnellik, 37
terapötik perspektif, 238
terapötik tarafsızlık, 24, 82, 83
terapötik teknik, 19, 24, 95, 96, 118, 231, 235

terapötik yüzleştirilme, 36
terk depresyonu, 10, 11, 22, 36, 37, 39, 55, 66, 68, 75, 80, 83, 86, 88, 91, 94, 96, 103, 105, 108, 112, 115, 118, 120, 125, 145, 167, 171, 179, 180, 183, 187, 191, 192, 195, 198, 203, 209, 213, 217, 219, 227, 233, 235
terk depresyonu duygulanımı, 22
terk edilme korkusu, 167, 193
teşhirci, 124
teşhircilik dışavurumu, 137
Thomas Wolfe, 7, 13, 22, 173, 178, 181, 187, 189, 196, 207, 213, 227, 251, 252
tümgüçlü, 71, 137, 155, 175, 186, 187, 193, 201, 202, 223, 235
tümgüçlü maternal, 187, 193
tümgüçlü nesne, 71, 175, 201, 202, 223, 235
tümgüçlü nesneyi idealleştirme, 222
tümgüçlülük, 69

U

utanç, 136, 137, 139, 141

Ü

üst-ben, 28

V

Vietnam, 156
Viktoryen idealler, 151
Viktoryen tavır, 150

Y

Yalnızlık Hapishanesi, 212
yaratıcı kendilik, 32, 196, 197, 213, 219, 224
yaratıcılık, 21, 33, 35, 55, 69, 75, 80, 135, 136, 142, 146, 161, 173, 182, 189
yaratıcılık kapasiteleri, 75, 80, 142, 146
yaratıcı-teşhirci eylem, 69
yetersiz gerçeklik algısı, 209
yetersiz kendilik algısı, 56
yetişkinlik, 21, 187
yetişkinlik işlevi, 21
yorumlama, 11, 24
yüzleştirme, 24, 130

Z

Zaman ve Nehir, 185, 219, 225
zayıf dürtü kontrolü, 209
Zeus, 18
zihin düzeni, 28
zihinsel aygıt, 28

BİBLİYOGRAFYA

Adler, A. *The Theory and Practice of Individual Psychology.* New York: Harcourt Brace, 1940.

American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (3. Baskı). Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 1980.

Atwood, G. E. The pursuit of being in the life and thought of Jean Paul Satre. *Psychoanalytic Review,* 70, Summer 1983.

Benedict, R. *The Chrysanthemum and the Word: Patterns of Japanese Culture.* New York: New American Library, 1974. (Orijinal baskı 1946.)

Bettelheim, B. *Children of the Dream.* New York: Macmillan, 1969.

Bettelheim, B. *Freud and Man's Soul* New York: Alfred A. Knopf, 1982.

Bowlby, J. *Attachment and Loss: Vol. 1, Attachment.* New York: Basic Books, 1969.

Chess, S., Thomas, A., & Birch, H. *Temperament and Behavior Problems in Childhood.* New York: New York University Press, 1968.

Cinderella. *The Complete Grimms Fairy Tales.* New York: Random House, 1974.

Cowley, M, Looking for the essential me. *New York Times Book Review,* June 17, 1984.

Doi, T. *The Anatomy of Dependence,* Tokyo, Japan: Kodansha International, 1977.

Eggum, A. *Edvard Munch: Painting, Sketches, and Studies.* New York: Clarkson Potter, 1983.

Erikson, E, *Identity, Youth, and Crisis,* New York: W. W. Norton, 1968, ss. 208-231.

Ferenczi, S. Confusion of tongues between adults and the child (the language of tenderness and the language of passion). Paper presented to the International Psychoanalytic Congress, Wiesbaden, September 1932.

Fierstein, S. K. *Termination in Psychoanalysis.* New York: International Universities Press, 1978.

Freud, A. *The Ego and the Mechanisms of Defense.* London: Hogarth Press, 1937.

Freud, S. The question of lay analysis. J. Strachey (Ed.), *Standard Edition,* 20:183-258 içinde. London: Hogarth Press, 1959.

Freud, S. New introductory lectures on psychoanalysis. Lecture XXXI: The dissection of the psychical personality. J. Strachey (Ed.), *Standard Edition,* 22:57-80 içinde. London: Hogarth Press, 1964.

Hartmann, H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation.* New York: International Universities Press, 1958.

Hartmann, H. Comments on the psychoanalytic theory of the ego. *Essays on Ego Psychology, Selected Problems in Psychoanalytic Theory* içinde. New York: International Universities Press, 1964, ss. 118-141.

Horney, K. *Our Inner Conflicts.* New York: W. W. Norton, 1946.

Homey, K. *Neurosis and Human Growth.* New York: W. W. Norton, 1950.

Horowitz, M., & Zilber, N. Regressive alterations in the self concept. *American Journal of Psychiatry,* 140 (3), March 1983.

Jahoda, M. Toward a social psychology of mental health. Symposium on the Healthy Personality: Supplement II. Problems of Infancy, Childhood. Transactions of Fourth Conference, March 1950.

Jacobson, E. *The Self and the Object World.* New York: International Universities Press, 1964.

Jung, C. G. Two essays on analytic psychology. *Collected Works, 7* içinde. New York: Pantheon, 1953.

Jung, C. G. *Memories, Dreams, Reflections.* New York: Pantheon, 1973a.

Jung, C. G. *Letters 1906-1950* (çev. R. F. C. Hull). Princeton: Princeton Press, 1973b.

Kernberg, O. Self, ego, affects, drives. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* 30:893-917, 1982.

Kohut, H. *The Analysis of the Self.* New York: International Universities Press, 1971.

Kohut, H. *The Restoration of the Self.* New York: International Universities Press, 1977.

Lasch, C. *The Culture of Narcissism.* New York: Norton, 1978.

Mahler, M. *The Psychological Birth of the Human Infant.* New York: Basic Books, 1975.

Mahler, M., & McDevitt, J. Thoughts on the emergence of the self with particular emphasis on the body self. *Journal of the American Psychoanalytic Association,* 30:827-847, 1982.

Masson, J. *The Assault on Truth.* New York: Farrar, Straus, Giroux, 1984.

Masterson, J. *The Psychiatric Dilemma of Adolescence.* Boston: Little, Brown, 1967.

Masterson, J. *Treatment of the Borderline Adolescent: A Developmental Approach.* New York: John Wiley, 1972; Brunner/Mazel, 1985.

Masterson, J. *Psychotherapy of the Borderline Adult: A Developmental Approach.* New York: Brunner/Mazel, 1976.

Masterson, J., with Costello, J. *From Borderline Adolescent to Functioning Adult: The Test of Time.* New York: Brunner/Mazel, 1980.

Masterson, J. *Narcissistic and Borderline Disorders: An Integrated Developmental Approach.* New York: Brunner/Mazel, 1981.

Masterson, J. *Countertransference and Psychotherapeutic Technique.* New York: Brunner/Mazel, 1983.

McGuire, W. (Ed.). *The Freud and Jung Letters.* Princeton: Bollingen, 1974.

Moore, B., & Fine, B. (Eds,), *Glossary of Psychoanalytic Terms and Concepts,* New York: American Psychoanalytic Association, 1968.

Mullahy, P. *Psychoanalysis and Interpersonal Psychiatry: The Concepts of H. S. Sullivan.* New York: Science House, 1970.

Nowell, E. *Thomas Wolfe, A Biography.* New York: Doubleday, 1960.

Rank, O. *The Trauma of Birth.* New York: Harcourt, Brace, 1929.

Rinsley, D. B. *Treatment of the Severely Disturbed Adolescent.* New York: Jason Aronson, 1980.

Rinsley, D. B. *Borderline and Other Self Disorders: A Developmental-Object Relations Perspective.* New York: Jason Aronson, 1982.

Roth, P. *Portnoy's Complaint.* New York: Random House, 1969.

Sartre, J. *No Exit* (çev. S. Gilbert). New York: Alfred A. Knopf, 1946.

Sartre, J. *The Words.* New York: Fawcett, 1964.

Sartre, J. *Being and Nothingness* (çev. A. Barnes). New York: Simon & Schuster, 1966.

Snow White and the Seven Dwarfs (çev. & res. W. Gaz). New York: Coward, 1932.

Stang, R. *Edvard Munch.* New York: Abbeville Press, 1977.

Strachey, J. (Ed.), in collaboration with Freud, A. *The Complete Psychological Works of Sigmund Freud.* London: Hogarth Press, 1966.

Turnbull, A. *Thomas Wolfe.* New York: Scribners, 1968.

Winnicott, D. *Ego Distortions in Terms of True and False Self: In the Maturational Processes and the Facilitating Environment.* New York: International Universities Press, 1965.

Wolfe, T. *Look Homeward Angel.* New York: Scribners, 1929.

Wolfe, T. *You Can't Go Home Again.* New York: Harper Bros., 1934.

Wolfe, T. *Of Time and the River,* New York: Scribners, 1935.

Wolfe, T. *The Story of a Novel* New York: Scribners, 1936.

Wolfe, T. *The Web and the Rock.* New York: Harper Bros., 1937.

GERÇEK KENDİLİK

Masterson, gelişimsel duraklamaların, Kendiliğin gelişimini duraklattığını tespit etti. Bütün kişilik bozukluklarının aslında birer kendilik bozukluğu olduğunu ifade etti. Kendilik kavramının ayrı bir zihinsel yapı olduğunu, kendine ait bir gelişim çizgisi olduğunu, kendine ait psiko-patolojisi bulunduğunu ve kendine ait tanımlanabilen kapasiteleri olduğunu gösterdi. Elinizdeki bu kitapta, sahte kendiliğin karşısındaki, sağlıklı bir bireyin gerçek kendiliğinin hikâyesini bulacaksınız.

Freud'un ICH kavramıyla yola çıkılan, EGO ve KENDİLİK farklılığında bir tarihsel süreçteki Kendilik açılımı detaylı bir şekilde incelenmektedir. Masterson'un öne sürdüğü Gerçek Kendilik kavramının, diğer kavramlara benzerlikleri ve farklılıkları ortaya konmuştur.

Kitabı önemli kılan diğer iki husus, kendiliğin gelişimindeki sosyo-kültürel etmenler ve kendiliğin sanatsal yaratıcılıktaki rolüdür. Masterson'un bu bağlamda, İsrail'deki bölgesel bir uygulama ve özellikle Japon Kültürü üzerine yaptığı ayrıntılı tespit ve gözlemleri büyük önem arz etmektedir. Özellikle Japon Kültürü ve Türkiye Kültürü'nün benzerlikleri ve klinik tabloları, bizi çok farklı düşünce ve uygulamalara kanalize edecektir. Sanatsal yaratıcılığın gerçek kendilikle ilişkisini görmek de okuyucu için çok önemli olsa gerek.

LITERA
YAYINCILIK

