

Kohut'un Kendilik Nesnesi İhtiyaçları Bağlamında  
Kırılgan Narsisizmin İncelenmesi:  
Bir Vaka Örneği

Seray Akça\*  
Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Özet

DSM'de ele alınan Narsisistik Kişilik Bozukluğu, narsisizmin sadece bir boyutu olan açık, büyüklenmeci narsisizme odaklandığı için eleştirilmektedir. Büyüklenmeci narsisizmin yanında, diğer tip olarak eleştiriye aşırı hassasiyet, depresyon, kaygı gibi negatif duygular, düşük özgüven, örtük şekilde gözlemlenen büyüklenmecilik ve haklılık gibi özelliklerle tanımlanan kırılgan narsisizmin olduğu ileri sürülmektedir. Kohut narsisistik kişilikleri aynalanma, idealleştirme, ikizlik gibi kendilik nesnesi ihtiyaçları çerçevesinde kavramsallaştırmıştır. Bu ihtiyaçların kendilik nesnelere tarafından uygun şekilde doyurulması ve optimal hayal kırıklığına uğratılmasının dönüştürerek içselleştirme sürecini başlattığını, bunun da sağlıklı bir kendilik ve narsisizm için gerekli olduğunu vurgulamıştır. Kohut, bu kendilik nesnesi ihtiyaçlarının, erken dönem yaşantıda uygun şekilde karşılanmamasının kendilikteki rahatsızlıklarla ilgili olduğunu ileri sürmektedir. Karşılanmayan bu ihtiyaçların psikoterapi sürecinde aktarım yolu ile tekrar deneyimleneceğini savunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kırılgan Narsisizm, Kendilik Nesnesi İhtiyaçları, Kohut, Aynalanma, İdealizasyon, İkizlik, Aktarım

\*İletişim: serayakca@gmail.com

Gönderim Tarihi: 16 Aralık 2016

Kabul Tarihi: 17 Şubat 2017

## Kendilik Nesnesi İhtiyaçları Bağlamında Kırılgan Narsisistik Örüntünün İncelenmesi

Narsisistik Kişilik Bozukluğu (NKB), DSM-V'de (2013) büyüklenmecilik, teşhircilik, üstünlük fantezisi, onay ve takdir arayışı, empati yoksunluğu, diğerlerini sömürme, ilişkilerde şüphencilik ve kendi odaklılık ile tanımlanmıştır. NKB, DSM-III 'e (1980) girdiğinden bu yana, çoğu teorist ve klinisyen DSM'nin sadece büyüklenmeci narsisizme odaklanmasından dolayı narsisistik bozuklukları değerlendirmede yetersiz olduğunu öne sürmüştür (Levine ve Faust, 2013; Dickinson ve Pincus, 2003). Çoğu araştırmacının bugün vardıkları nokta, kırılgan narsisizm adında başka tipte bir narsisizmin de olduğu yönündedir (Hendin ve Cheek, 1997). Kırılgan narsisizm, aşırı duyarlılık, kırılganlık, diğerlerine bağımlılık, düşük özgüven, çalışma için isteksizlik, ürkeklik; depresyon, kaygı gibi yüksek negatif duygulanım; dağılımlık ve güvensizlik ile karakterize edilmiştir. Ayrıca tehdit olarak algılanan diğerlerinden kendini korumak için tetikte olma ve haklılık hissi; ruh halini kontrol etmedeki zorluktan kaynaklanan duygusal kırılganlık ve duyguları yoğun yaşama hali; hayal kırıklığı ve utançtan kormanın doğurduğu sosyal çekingenlik; sosyal olarak mesafeli, soğuk görünüm kırılgan narsisizmin diğer özellikleridir. Tüm bunların yanında büyüklenmeci narsisizmde bulunmayan empatinin varlığı, küçümsenmeye karşı hassasiyet, boyun eğme, haset, idealleştirmeye yatkınlık gibi özelliklerin de bulunduğunu ileri sürülmektedir (Dickinson ve Pincus, 2003; Given-Wilson, McIlwain ve Warburton, 2011; Hibbard, 1992; McWilliams, 2013; Rose, 2001; Wink, 1991). Bunun yanında Kernberg'in söylediği gibi sadece yakın ilişkilerde açıkça gözlemlenen bilinçdışı büyüklenmecilik hisleri ve fantezileri bulunduğu gözlenmiştir (aktaran, Wink, 1991, s. 591). Görüldüğü gibi aslında iki narsisizm tipi de büyüklenmecilik ve haklılık gibi ortak özelliklere sahiptir. Bu durum, sadece kırılgan narsisizmin, içinde büyüklenmeci narsisizm özelliklerini de barındırdığı gibi yorumlanabilir. Ancak terapi süreçlerinden her büyüklenmeci narsisistik bireyin içinde utangaç kırılgan bir tarafın, her kırılgan, özelleştirel narsisistik bireyin de içinde haklılık hisleri ile, büyüklenmeci hislerin ya da fantezilerin olduğu düşünülmektedir (McWilliams, 2013). Her iki tip de farklı görünümlerine rağmen bir madalyonun iki yüzü gibi düşünülebilir. Gözlemlenen narsisizm, kişinin hangi tarafı bastırıp hangi tarafı gösterdiğine göre değişiklik gösterebilmektedir. Diğer bir deyişle, büyüklenmeci narsisizmde kişi kusurluluk, eksiklik gibi özellikleri diğerlerine yansıtıp; mükemmellik, bütünlük gibi özellikleri kendisine atfederken, kırılgan narsisizmde kişi karşı tepki kurma yolu ile büyüklenmecilik, haklılık hislerini inkar eder ve düşük özgüvenli, utangaç bir profil sergiler (Dickinson ve Pincus, 2003; Given-Wilson ve ark., 2011). İnkâr edilen bu hisler, içeride fantezi ve istek boyutunda devam ederler ve gerçek hayatta karşılık bulamadıklarında, kişiler öfke, depresyon ve utanç hissedebilirler. Bu döngü sıklıkla yaşanabilmekte ve kişide duygusal kırılganlığa sebep olabilmektedir. Kırılgan narsisizme sahip kişilerin, hayal kırıklığı ve utanç korkusu nedeniyle büyüklenmecilik duygularını inkar ettiği düşünülmektedir. Bu şekilde kendilerini destekleyecek gerekli stratejilerden yoksun olmaları, onları büyüklenmecilik ihtiyaçları için diğer insanlara bağımlı hale getirmektedir. Diğer yandan, ilişkilerde diğerlerinin bu beklentilerini karşılamamaları durumunda yaşayabilecekleri hayal kırıklığı ve utanç, sosyal ilişkileri stresli olarak algılamalarına; ilişkilerinde sosyal kaygıya ya da kaçınmaya sebep olur (Dickinson ve Pincus, 2003).

Kohut'un *kendilik psikolojisi* kuramında, narsisizm, bireyin sağlıklı, bütünlüğü olan, uyumlu bir kendilik oluşturabilmesi için gereken normal bir gelişimsel süreç olarak ele alınmaktadır. Kohut, kendiliği kişinin kendisi ve dünyayla ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını içeren, içsel deneyimlerini gerçeklikle uyumlu olarak yöneten bir sistem olarak tanımlamaktadır (aktaran, Banai, Mikulincer ve Shaver, 2005, s. 225). Kohut, analizin de amaçlarından biri olan sağlıklı bir kendilik için uyumluluğun ve tutarlılığın üzerinde durmaktadır. Bunun ise sağlıklı narsisizm, yani, kişinin gerçeklikle uyumlu şekilde kendiliğine yaptığı libidinal yatırım ile mümkün olduğunu savunmaktadır (Kohut, 1971). Sağlıklı narsisizm kendi içinde bebeğin bebeksi saldırganlığı, cinselliği ve haz ilkesi ile tanımlanan

birincil narsisizm süreci ile başlayan bir gelişimsel çizgiye sahiptir. Bebek kendisini mutlu, bütün olarak hissettiği birincil narsisizm döneminde, annesinin kısıtlılığını fark etmesi ile ilk hayal kırıklığını yaşamaktadır. Bebeğin kusursuz olarak algıladığı bu süreci devam ettirebilmesi için kendisinden bağımsız olmayan, kendisinin bir parçası olduğunu düşündüğü bakım veren tarafından karşılanabilecek bir takım ihtiyaçları ortaya çıkar. Kohut bebeğin ihtiyaçlarını karşılayacak olan bu bakımvereni *kendilik nesnesi*; *aynalanma idealleştirme ikizlik* ihtiyacı olarak ayırdığı ihtiyaçları ise *kendilik nesnesi ihtiyaçları* olarak adlandırmıştır. Kendilik nesnesi ilk yıllarda bakımveren olarak çoklukla anne olsa da ilerleyen yıllarda baba, babaanne, dede, öğretmen, yaşlılar, romantik partnerler ve meslek kendilik nesnesi olarak annenin yerini alabilmektedir (Baker ve Baker, 1987). Aynalanma ihtiyacında, çocuğun kendiliğine aşırı değer verdiğini, büyülenmeciliğinin ve mükemmelliğinin görülmesini, takdir almayı, kusursuzluğunun diğerleri tarafından onaylanmasını istediğini; annesinin gözündeki ışıltı olmayı arzularken annesinin de kendisinin eğlencesine katılmasını arzuladığını vurgulamaktadır (Kohut, 1966; Siegel, 1996). Dolayısıyla, aynalanma ihtiyacının, bebeğin ilk yıllarda kendiliğine odaklanarak, iyi ve kusursuz şeyleri kendisine, kusurlu, kötü özellikleri diğerlerine ait olarak görebileceği ‘narsisistik kendilik’ ya da ‘büyülenmeci kendilik’ yapısı ile ilişkili olduğunu ileri sürmüştür (Kohut, 1971). İdealleştirme ihtiyacında ise kusursuzluğunu dışsal başka bir figüre yansıttığını; bu dışsal figürün çoğunlukla tümgüçlü, kusursuz, sınırsız gücü olan, her şeyi bilen gibi özelliklerinin olduğuna inandığı idealleştirilen ebeveyn figürü olduğunu savunmaktadır. Çocuk böyle bir figüre bağlanarak, onun bir parçası olarak, birincil narsisizmin kırılması ile kaybettiği mutlu haline tekrar ulaşacağına inanır. İkizlik ihtiyacında ise, çocuk ilgi alanlarının, yeteneklerinin kabul göreceği, ait ve bağlantılı hissedebileceği, benzer bir ötekine ihtiyaç duymaktadır. Kohut, bu ihtiyaçlarının gelişimine uygun olarak doyurulmasının ve yine optimal düzeyde hayal kırıklığı yaşanmasının sağlıklı narsisizm için oldukça önemli olduğunu; böylece bebeğin kendisi ile ilgili kusursuzluk, tümgüçlülük algılarının gerçeklikle karşılaşarak değişikliğe uğrayarak kendilik oluşumu sürecinde benliğe entegre edileceğini ileri sürmektedir. Hayal kırıklığının yeterli düzeyde olmaması ya da travmatik düzeyde olmasının ise kendilik oluşumu sürecinde olumsuz etkiye sahip olacağını, çocuğun gerçeğe uygun olmayan iç deneyimler yaşayacağını, süreklilik hissinin yerini, parçalanmışlık hislerinin alacağını ve kendilikte bozuklukların gözlemlenebileceğini, dolayısıyla bireyin birincil narsisizm döneminde takılı kalacağını ileri sürmektedir. Aynalanma ihtiyacı uygun şekilde karşılanır ve sonrasında seçici tepkiler ile hayal kırıklığı yaşarsa, çocuğun teşhirci, ya da büyülenmeci, narsisizmi gerçeklikliğe uygun şekilde değişime uğracak, gerçeklik benliğine entegre edilecektir. Bu da çocuğun gerçek gücünü kısıtlılıkları ile birlikte fark etmesini, böylece sağlıklı, gerçekçi istekler geliştirmesini; kararlı şekilde, anlamlı ve kendisinin istediği hedefleri, görevleri takip edebilmesini sağlayacaktır (Banai ve ark., 2005). Eğer aynalanma ihtiyacı, travmatik derecede reddedilme, eleştiri gibi deneyimlerle karşılaşarsa, çocuk büyülenmeciliğini onaylayarak değişime uğramasını sağlayacak bir şahitten mahrum kalacaktır ve teşhirci narsisizmi narsisistik kendiliğe geri dönecektir. Narsisizminin olgunlaşması ve gelişimi sekteye uğrayacağı için ilkel halde kalarak benlikle bütünleşmesi engellenecektir. Kişi kendi sınır ve güçlerini bilemediği için de sağlıklı, spontan amaçlarının peşinden gidemeyecek bu isteklerini kabul edilemez bulacak ve inkar edecektir. İdealizasyon ihtiyacında ise, idealleştirilen figürün çocuğu kaçınılmaz olarak hayal kırıklığına uğratmasıyla, çocuğun idealleştirdiği figürden yatırımını çekerek karşısındaki kişide eksik olduğunu fark ettiği ihtiyacı içselleştireceğini ileri sürer. Böylece çocuk, sağlıklı ve sabit idealler, kişisel değerler oluşturmaya ve bunun yanında kendisini sakinleştirme, duygu düzenleme becerilerini oluşturmaya başlayacaktır. Eğer hayal kırıklığı ani ve büyük olursa, çocuk ilk idealleştirdiği figüre benzer olarak, zihninde kusursuz ve sınırsız gücü olan, idealleştirilen ebeveyn imagosuna bağlanacak, ilerleyen zamanlarda da bu imagoya benzer kendisini yönetecek ve onay alabileceği idealleştirilecek nesne arayışına devam edecektir. İkizlik ihtiyacında, süreç normal ilerlediği takdirde kişi hedeflerinin ve değerlerinin, özelliklerinin kabul edildiğini hissederek kendisini bir gruba, topluluğa ait hissedecek;

yakın ilişkiler kurabilecektir (Kohut,1984; Marmarosh ve Mann, 2014). Eğer hayal kırıklığı büyükse, kişi yalnızlık duyguları ve sosyal olarak izole bir tutum sergileyecektir.

Kohut, optimal düzeyde hayal kırıklığı yoluyla kişinin kendilik nesnesine daha önce yüklediği kendilik nesnesi ihtiyaçları kapsamındaki beklentilerini aşamalı olarak kaldıracağını, içselleştirme yoluyla kendisine çekeceğini; bu sürece de dönüşümsel içselleştirilme denildiğini söylemiştir. Böylece birey kendilik nesnesi ihtiyaçları için karşıdan almayı beklediği öz düzenleme becerilerini içselleştirir. Kendisi yetkin duruma gelerek uyumlu bir kendilik, özgüven ve idealler oluşturmaya başlar. Dolayısıyla zamanla kendilik nesnesine daha az ihtiyaç duymaya da başlayacaktır. Stresli yaşam olayları gibi durumlarda ihtiyaç duysa da, genel olarak, diğerlerinden kendilik nesnesi olmaları yönünde bir beklentisi olmadan onlarla iletişim kuracaktır (aktaran, Banai ve ark., 2005, s. 228).

Kohut (1971), özellikle aynalanma ve idealleştirme olmak üzere, kendilik nesnesi ihtiyaçlarının narsisistik kişilik bozukluğunun gelişiminde önemli olduğunu ileri sürmüştür. Bu kişilerin kendilik bozuklukları, geçmişte yaşadıkları kendilik nesnesi deneyimlerinden kaynaklanmaktadır. Kohut, bu kişilerin tutarlı ve sabit şekilde zayıf bir kendilikten şikayet ettiklerini; uyarıcı ve canlandırıcı aktiviteleri içeren fantezilere sahip oldukları ve depresyon yaşadıkları ya da hipokondriyada olduğu gibi yapay semptomlara eşlik eden yaşamdan zevk almadan uyarılma ihtiyacını çağrıştıran cansız bir profil sergilediklerini ileri sürmektedir. Bu kişilerin olgunlaşmamış narsisizmlerinden ve kendilik değerlerini düzenlemede yaşadıkları zorluklardan dolayı tutarlı bir kendilikten de yoksun oldukları öne sürülmektedir. Bu yüzden dağılmaya ve kırılma eğilimine olan yatkınlıklarının farkındadırlar. Dolayısıyla kaygı yaşamaktadırlar. Bu rahatsızlıklar sabit ve tutarlı şekilde kendilik nesnesiyle etkileşimi çağrıştıran belli durumlarda olduğu için, Kohut'un narsisistik kişilik bozukluğu için bir tanı kriteri olarak da görülebileceğini ileri sürdüğü şekilde, terapi sürecinde de kendilik nesnesi ihtiyaçlarının terapistte aktarım yoluyla çıkabileceği savunulmuştur (Siegel, 1996; Kohut, 1971).

İdealizasyon aktarımında, kırılma hissedilen kişi terapisti yatıştırılmak, kendilik değerini devam ettirmesi, duygularını düzenlenmesi amacıyla idealleştirilecektir. Başlarda, danışan erken dönemdeki tutarsız, karşılık vermeyen kendilik nesnesi ile yaşadığı deneyim ve travmayı tekrar yaşamaktan korktuğu için direnç gösterirken, idealleştirme aktarımı kurulduktan sonra, terapist tümgüçlü, güçlü, her şeyi bilen, korumacı, destekleyici biri olarak görülebilmektedir. Fakat, süreçteki yüzleştirmeler, terapist kaynaklı saat değişiklikleri, terapistin gerçekçi şekildeki empatik sınırlılığı gibi unsurlarla kaçınılmaz olan optimal hayal kırıklıkları yaşanacaktır. Bunlar karşısında danışanın önce kavramış bir görüntü sergileyebileceği, daha sonra tepkisel büyülenmeci kendilik formunda soğuk, mesafeli bir tutum sergileyebileceği vurgulanmıştır. Bu durumun danışanın narsisistik yatırımını aşamalı olarak idealleştirilmiş kendilik nesnesi olan terapistten kendisine çekmesine, yani daha önce sekteye uğrayan dönüştürerek içselleştirme sürecinin başlamasına katkı sağlayacağı; bu nedenle arzu edilebilir bir süreç olduğu ileri sürülmektedir (Kohut, 1971). Tepkisel büyülenmeci kendilik modunun ele alınması ilişkinin tekrar kurulmasını sağladığı için bu süreç döngüsel olarak devam etmektedir.

Kohut, ayna aktarımının idealleştirme sürecindeki tepkisel şekilde ortaya çıkan büyülenmeci kendilikten farklı olarak, kişinin erken yaşam deneyimini, travmalarını, başa çıkma yollarını anlatırken normal bir şekilde oluşan bir süreç olduğunu ileri sürmektedir. Bu aktarımın, seans içinde aktive olmasıyla danışan, terapistin kendi teşhirciliğine katılmasını, tanık olmasını dilemektedir. Terapistin seanslar süresince tutarlı şekilde varlık göstermesi, dinlemesi, duyduğunu göstermesi danışanın tutarlı bir kendilik geliştirmesi için etkili olacaktır. Böylece, danışan bütünlük, birlik ve kusursuzluk hislerini yaşayacak, fakat aynalanmaya dair olan tepkilerin süreç içinde seçici hal alması ile kişinin büyülenmeci kendiliği gerçeklikle birlikte değişime uğrayacaktır. Kişi erken yaşam deneyimlerinden dolayı, büyülenmeci ihtiyaçlarını utandırıcı, kabul edilemez, aşırı uyarıcı, aşağılayıcı bularak bu isteklerini bastırıp inkar etme yoluna gidebilmektedir. Fakat kendiliği gerçeklik egosundan uzak tutmaya çalışırken, büyülenmecilik istekleri fantezi boyutunda

devam edebilmektedir. Bu ihtiyaçlar görüldüğü ve takdir edildiği zaman ise utanç ortaya çıkabilir. Süreç içinde bunların doğal ihtiyaçlar olduğu üzerinde durularak ve zamanla seçici olarak aynalanarak kişinin benliğe entegre etmesi sağlanmaktadır. Böylece bastırma için kullanılan sağlıklı narsistik enerji, büyüklenmeci kendiliğinin teşhirci isteklerini egodan ayırıştırma çabası üzerinden çekilerek egonun güçlenmesine ve kendilik değerinin artmasına, kişinin depresyon ve ilkel teşhirciliği ile daha yetkin şekilde başa çıkabilmesine olanak sağlamaktadır (Kohut, 1971). Kısaca, bu süreçte terapistin gelişimsel isteklerin farkında olarak bunları kabul etmesi ve terapide aktarım oluşmaya başlaması ile danışan fantezilerini anlatmaya ve açmaya başlayacak, büyüklenmeciliği için gerçeklik kanalı açılmış olacak ve bu sayede içsel olarak entegrasyon sağlanabilecektir.

Kohut'un kendilik psikolojisindeki kendilik nesnesi ihtiyaçları çerçevesinde kırılan narsisizme bakıldığında, kişiler erken dönemde kendilik nesnesi ihtiyaçlarına reddedilme, inkar, eleştiri gibi travmatik yanıtlar almakta; optimal düzeyin üzerinde hayal kırıklığı yaşamaktadırlar. Bunun sonucunda kişiler görülme, onaylanma, kabul alma, güçlü bir figürün parçası olma, bir gruba ait hissetme gibi ihtiyaçları kabul edilemez bulup utanç deneyimleyebilmektedir. Uygun şekilde doyurulmayan ve kendiliğın oluşmasındaki doğal süreci oluşturan bu ihtiyaçlar ise utanç dolayısı ile kabul edilemez bulunup inkar edilebileceğinden, bu kişiler ihtiyaçlarını ifade etmekten kaçınabilmektedirler. Doyurulmayı bekleyen bu ihtiyaçlar, gerçeklikle karşılaşmadan fantezi ve hayal boyutunda devam etmektedirler. Kişiler ihtiyaçlarını ifade ettiğinde tekrar travmatize olmaktan korktukları için ifade etmekten kaçınıp, ihtiyaçlarını yok sayarak yaşanan gerilimi azaltırken, içeride de doyurulmayı bekleyen ihtiyaçları kendi fantezi ve hayalleri boyutunda doyurmaktadırlar. Dolayısıyla, gerçeklik ve dış dünya ile etkileşim sırasında içeride oluşturulan benliğin kırılmasından kaygı duymakta ve utangaç, düşük özgüvenli bir profil sergilemektedirler (Dickinson ve Pincus, 2003).

## Vakanın Tanıtılması

Bayan R., 36 yaşında, evli, ODTÜ'de memur olarak çalışmakta, Ankara'da yaşamaktadır. AYNA'ya kaygı şikayeti ile başvurmuştur. Daha önce de aynı şikayetle psikiyatriste gittiğini, iki yıl boyunca Misol (100mg) kullandığını, ilerleme sağladığını düşündüğü için ilacı doktora danışarak bıraktığını söylemiştir. Sonrasında, kendisinin ilerleme için çabalamadığını, kaçınmaya başladığını, aynı şeyleri deneyimlediğini, iş yerinde kendisine iletişim kurması gereken sunum, telefon konuşmaları gibi işler verilince zorlandığını, bir yıl kadar önce Mediko'ya başvurduğunu, Mediko'nun yoğunluğundan dolayı sadece bir görüşme yapabildiklerini, sonra Ayna'ya başvurduğunu söylemiştir. Kendisinde sosyal fobi gibi kaygının olduğunu söyleyen Bayan R., performans göstermesi gereken yerlerde ellerinin, sesinin titrediğini, kollarının ve yüzünün uyuştüğünü, odaklanamadığını dile getirmiştir. Aşırı özgüven ile aşırı özgüvensizlik arasında sıkışmış hissettiğini, daha önce "Bunu en iyi ben yaparım." diyebilirken, ODTÜ'ye geldiğinden beri kendisinden daha iyi kişileri görünce aşırı özgüveni artık hissedemediğini, yapabileceğini düşünse de "Ya başaramazsam?" şeklinde düşüncelerin de zihnine geldiğini dile getirmiştir. Hayatı ile ilgili konularda ve sosyal ilişkilerindeki sorunlarını eşi ile konuşurken, eşinin daha rahat ve ılımlı olduğu için kendisini "felaket tellahı, sevimsiz, mızmız bir" gördüğünü düşündüğünü, buna çok üzüldüğünü, değişmek istediğini belirtmiştir. Terapiden beklentileri olarak sorulduğunda, tam olarak bilemediğini, kendisi hakkında konuşmanın zor geldiğini, kendisini sevmeme gibi bir hissin beraberinde geldiğini, bunu yapabileceğinden emin olmadığını, kaygısı olmadan misafir ağırlamayı, ofiste vakit geçirmeyi istediğini belirtmiştir.

Bayan R., dört çocuklu ailenin en büyük çocuğu olduğunu dile getirmiştir. Annesini, sessiz, sakin, sevecen, kendi halinde, sadece ders konusunda sert olarak tanımlamaktadır. Çocukluk yıllarında, köyde babaannesi, dedesi ve diğer amcalarının aileleri ile birlikte yaşadıklarını, bu zamanlarda annesine dair çok şey hatırlayamadığını, sadece annesinin babaannenin sevmediği gelin olduğunu, annesi babaannesine

küsüp sofradan kalktığı zamanlarda kendisinin de kalkıp yemediğini hatırladığını söylemiştir. Annesinin evde sürekli iş yaptığını, amca ve dedenin kendisinin ve kardeşlerinin çok üstüne geldiği zamanlarda kültürlerinde kayınpeder ve kayınbiraderle konuşmama olduğu için annesinin kendilerini savunmadığını, sadece izlediğini, zaman zaman annesinin de dedesinden şiddet gördüğünü hatırladığını dile getirmiştir. Son seanslarda kendisinin çocukken çok hasta olduğu zamanlarda evdekilerin kendisine ölecek gözüyle baktıkları ve çabalamadıkları zaman da sadece annesinin kendisi için çabaladığını, bu yüzden annesini 'sessiz kahraman' olarak gördüğünü dile getirmiştir. Bunun yanında, annesini kendi ailesi ile görüşmemesinden dolayı evde yalnız, arkası olmayan, zayıf biri olarak gördüğünü; bu yüzden kendisini de aynı şekilde zayıf, arkası olmayan biri olarak görmüş olabileceğini; annesinin sessizliğini anladığını fakat küçük yengesinin tüm adetlere uyarken yine de çok boyun eğmediğini, güçlü olarak durabildiğini görünce annesini sorguladığını; kendisinin yengesine daha çok itaat etmeye meyilli olduğunu hatırladığını dile getirmiştir. On beş yaşında Ankara'ya taşındıklarında annesinin çok kaygılı olduğunu, ne yapmak istese ilk tepkisinin "Yapma" "Gitme" olduğunu, bu yüzden kendisinin de emin olamayıp yaptığı şeyleri sorguladığını, hata yaparsa annesini üzeceğini düşündüğünü, annesinin bu tavrının kendisine yük gibi geldiğini dile getirmiştir. Çocukluk döneminde babasının inşaat işçisi olmasından dolayı sürekli şehir dışında bulunduğunu, genel olarak mülayim, sevecen olduğunu; fakat evde fazla kaldığında evdeki diğer büyüklere benzediğini, bu yüzden kalmasını çok istemediklerini dile getirmiştir. Babasının evde olmamasının annesinin, kardeşlerinin ve kendisinin ev içinde arkasını kollayan, koruyan güçlü bir figürün eksikliğine sebep olmasından dolayı evde daha zayıf bir konuma düşmüş olabileceklerini düşünse de, babasının evde olduğunda da kendilerine çok sahip çıkmadığını düşündüğünü dile getirmiştir. Ankara'ya taşındıklarında babasının genel olarak eğitimi ile ilgilenmediğini, sadece okul kaydı ile ilgili bir konuda babasından yardım istediğini, babasının destek olmaya çalıştığını ama beceremediği için yine kendisini uğraşmak zorunda kaldığını, babasıyla ilişkilerinin çok yakın olmadığını nadiren karşı karşıya geldiklerini, bu zamanlarda da kendisinin boyun eğme yoluna gittiğini dile getirmiştir.

Evdeki diğer büyüklerin dedesi, amcası olduğunu; amcasının sert, kendinden emin, geçirgen olmayan biri olduğunu, aynı evde yaşarken kendisine ev işleri konusunda "beceriksiz" olduğunu söylediğini, azarladığını, ondan çok korkmasından dolayı sevmek istediği zamanlarda da yanına gitmek istemediğini, sustuğunu, konuşmadığını dile getirmiştir. Dedesinin ise çoğunlukla çocuklara karşı iyi olmasına rağmen ummadığı bir anda bir şeye kızıp dayak atabileceğini gördüğünü ifade etmiştir. Yaşadığı bu deneyimlerden dolayı evde kuralları tam anlayamadığını, kimin ne zaman ne yapacağını bilemediğini, azarlandığında neye kızdıklarını, doğrusunu nasıl yapacağını söylemediklerini, doğru olanı anlayamadığını, bu zamanlarda kendisini koruyacak kimsenin olmadığını düşündüğünü söylemiştir. Evde çocukların 'baş belası' olarak görüldüklerini, tüm çocuklardan beklenildiğini düşündüğü şekilde sessiz, sakin, konuşmayan bir çocuk olduğunu böylece zaman içinde sevilen takdir gören bir çocuk olduğunu dile getirmiştir. Aile ile ilişkisinde sonrasında da susmayı, görülmemeyi tercih ettiğini, karşı karşıya gelmekten korktuğunu söylemiştir. Bu yüzden başka bölüm okumak için tekrar sınava girmek istediğinde bunu kimseye söylemeden tek başına yaptığını, aileyi ikna etmek zorunda kalmak istemediğini, bunun gerilim vereceğini, bundan kaçmak istediğini dile getirmiştir. Zorluk yaşadığı zamanlarda da diğerlerine bir şey anlatmadığını, annesinin babasının çok bir şey yapamayacağını düşündüğünü, sadece üzüleceklerini, bunun da bir yük gibi hissettireceğini ifade etmiştir. Amcası ya da aileden biri tarafından görülmek zorunda kalacağı misafir ağırlama gibi ortamlarda ise çok kaygılandığını, ilk seansta söylemiş olduğu fiziksel belirtileri yaşadığını dile getirmiştir. Yine aile tarafından görüldüğü zamanlarda da kendisinin o an niyeti olmasa bile aile meclisinde alınan karara karşı çıkmadığını, onayladığını dile getirmiştir.

Sosyal ortamlarda aslında kaygılandığını ama dışarıdan soğuk ve mesafeli olarak algılandığını; ilişki kurmakta zorlandığını, diğerlerinin ilk adımı atmalarını beklediğini; kendisini tanıyan arkadaşlarının kendisinin kaygı sorunu olduğunu duyunca çok şaşırıldıklarını, kendisini çok sakin biri olarak

tanımladıklarını dile getirmiştir. Sosyal yaşamında özellikle bakıldığı yerlerde kaygılandığını, konuşurken zorlandığını dile getirmiştir. Hangi durumlarda olduğuna bakıldığında, ortamda net, sert, kendinden emin, dominant, soru soran biri olduğunda yaşadığını, bu özellikteki insanların amcasına benzediğini, bu anlarda kendisinden emin olamadığını, her an eleştirilebileceğinden çekindiğini, rezil olabileceğini düşündüğü için kaygılandığını ifade etmiştir. Karşısındaki kişinin kendisini daha aşağıda gördüğünü düşündüğü ya da kendisinin kendisini daha aşağı konumda hissettiği kişilerle konuşurken kaygılandığını, karşıdakinin ne düşündüğünden emin olamadığını, içinden eleştiriyor olabileceğini düşündüğünü, bazen kendisinin de kendisine göre daha dar, düz hayatı olan insanlardan sıkıldığını, içinden eleştirdiğini, bu insanları komik bulduğunu, böyle görünüyor olabileceğinden korktuğunu dile getirmiştir. Biriyle konuşurken sohbet içinde yanlış bir şey söylediğini ya da karşı tarafı kırdığını düşündüğü zamanlarda kendisini kötü hissedip kaygılandıktan sonra, yalnız kaldığında, aklına sürekli konuşmanın geldiğini, bu sürede o dönem içinde birlikte olduğu erkek arkadaşının ismini sayıkladığını ifade etmiştir. Romantik partnerleri değiştikçe ismin de değiştiğini fakat durumun değişmediğini belirtmiştir. Bu tekrarlanmanın ne yapacağını bilemez ve düşünceler içinde kaybolmuşken tutunacak bir dal gibi olduğunu, söz konusu konuşma ile ilgili olarak kaygısı ile baş edemez durumda iken kendisini düzenlediğini, sakinleştirdiğini, bu sayede yalnızlık duygusunu ortadan kaldırdığını, rahatsız eden düşünceden kopup iyi hissettiren, güven verici, yeni bir başlangıç yapmasını sağladığını dile getirmiştir.

Eşi ile ilişkisinin genel olarak iyi olduğunu bazen kendisinin sürekli eleştirel, şikayet eden durumunda olduğunu düşündüğünü, zaman zaman fikir çatışmaları yaşadıklarını; kendisinin bu zamanlarda aslında her ikisinin de haklı çıkmak istediklerini fark ettiğini; uzlaşma yoluna kolay gidemediklerini, eşinin kendisini dinlemediğini fark ettiğini; kendisinin de inada bindirdiğini, eşinin bu tartışmalar sırasındaki tutumunu komik bulduğunu; konu hakkında bilgisiz olduğunu düşündüğünü dile getirmiştir.

Performans gereken yerlerde, diğerlerinden iyi yaptığını gördüğünde “Ya bozarsam? Acaba düşündüğüm kadar iyi miyim? Yanılsama mı? Dalga geçerler mi ciddiye alıyorum diye?” şeklinde kendisini sorgulamaya başladığını, kaygılandığını, fiziksel belirtileri yaşamaya başladığını dile getirmiştir. Kendisini öne çıkaracağı için en iyi, en güçlü olma gibi özellikleri istemediğini; dikkatler üzerindeyken eksik, yeterli olmayan yanlarının da görüleceğinden korktuğunu, bu yüzden hep “en iyi ikinci” olmayı istediğini dile getirmiştir. Bunun yanında olumlu geribildirim, onaylanma aldığı da beklenti olduğu anlamına geldiği için aynı sürecin işlediğini dile getirmiştir. Kendisinin erken dönem yaşamında azarlandığında çok utandığını, daha iyi yapmak için hiç uğraşmadığını, nasıl yapacağını da bilmediğini, sadece azarlanmaktan, eleştirilmekten kaçmaya odaklandığını, karşıdan iyi geribildirim almayacağını bildiğini dile getirmiştir. Şu anda da destek alamadığı, onaylanmadığı, nötr tepki aldığı da iyi hissetmeyip, kendisini kapattığını dile getirmiştir. Özgüvenli, kaygı yaşamadığı, yaşasa da bunu kontrol altına alabildiği zamanlarının Bursa’da üniversitede okurken olduğunu, arkadaş grubuna göre kendisini daha ufku açık, daha iyi konumda gördüğünü, aranan biri olduğunu, ayrıca ortamda saygı duyulan, sevilen, dinlenen, beklentileri yüksek Deniz adında bir erkek arkadaşının olduğunu, öyle birinin parçası olmanın da kendisini daha da güçlendirdiğini ifade etmiştir.

Bunun yanında ilişkilerinde yalnızlık, mutsuzluk, ait hissedememe ile bütünleşemeyerek akışın dışında hissettiğini dile getirmiştir. Bu durumun şu anki arkadaş ortamında yaşadığı asimetri hissinden kaynaklandığını dile getirmiştir. Asimetri hissini biraz daha açması istendiğinde kendisinin eğitim düzeyi bakımından daha düşük seviyede olduğunu, arkadaşlarının müzik ve spor gibi çeşitli ilgili alanları ile daha geniş bir hayata sahip iken kendisinin hayatının sadece evliliğinden ibaret olduğunu ve bu yüzden daha düz ve dar bir hayata sahip olduğunu düşündüğünü dile getirmiştir. Onlarla konuşurken, kendisini rahat hissedemediğini, akışa girmek için çabalasa da yetersiz ve değersiz hissettiği için içine çekilmeyi seçtiğini; fakat onun da bir zaman sonra kaygılandığını dile getirmiştir. Diğerleri ile ortak amaç ve duygusu olmadığında da aynı şekilde hissettiğini, köydeyken insanların saçma Brezilya dizilerini izlerken,

kendisinin yazı yazmak, bebek dikmek gibi daha entelektüel ilgileri olduğu için evde yalnız kalmayı tercih ettiğini, çevresinin kendisini yargılamasından dolayı utandığını dile getirmiştir. Ankara'ya taşındıklarında yaşadıkları mahallenin de hayalindeki şehir ortamına benzememesi, insanların daha geri kalmış, lümpen olmasından; lisede öğrencilerin kendisi gibi ideallerinin olmamasından dolayı yalnız hissettiğini ve akışın dışında kaldığını dile getirmiştir. Bir arkadaşı ile İngilizce dersi alırken, kendisini hocanın göz ardı edip diğer arkadaşına özel ilgi gösterdiğini burada da akışın dışında hissettiğini, önce ses çıkarmadığını sonunda öfkelenerek hoca ile tartıştığını ve kursu bıraktığını dile getirmiştir. Akışın içinde olduğu zamanlar için Bursa'daki üniversite yıllarını belirtmiş, hayalindeki akışın sıcak, şefkatli, sevimli olduğunu, tüm bunları aynı zamanda Deniz'de bulduğunu dile getirmiştir. Hayalindeki akışı bulduğunda da girmek istediğinde aslında çabalamayacağını, Deniz ile birlikteyken de sürekli "Yeterli miyim?" diye düşündüğünü ifade etmiştir.

Bayan R.'nin ilk seansta belirttiği şikayetleri kaygı bozukluğunu çağırırsa da çocukluğundan beri bu sorunu yaşamasına rağmen tam tersi şekilde özgüveninin yüksek olduğu zamanlarının olması dikkat çekmiştir. İlerleyen seanslarda odak noktasının kişilerarası ilişkilerde yaşadığı aşağıda olma hissini verdiği yetersizlik, değersizlik, mutsuzluk ve yalnızlık hisleri ile birlikte kendisinin diğerlerinin beklentilerini karşılayamayacak düzeyde olmasını düşünme, utanç, mükemmeliyetçilik, yüksek standartlar, diğerlerinden onay alma, alamayınca kaygılanıp kendini geri çekme, izole olma isteği gibi konulara kaymıştır. Bunların yanında ortamda dikkati üzerine çeken, duygusunu, isteğini açıkça ifade eden kişilere karşı duyduğu haseti dile getirmiş olup; açıkça belirtmediği ihtiyacını alamadığı ortamlarda önce sessiz kalıp sonrasında öfke patlamaları yaşadığını ya da içe çekildiğini ifade etmiştir. Sosyal ilişkilerde soğuk ve mesafeli bir duruşunun olduğunu fakat bunun çekingenlikten, kaygıdan kaynaklandığını belirtmiştir. Ayrıca eleştirilme konusunda hassas olduğu, sadece eleştirileceğini hissettiği, kendisi hakkında ne düşündüğünden emin olamadığı, kendisinden üstte gördüğü kişilerin karşısında, karşının beklentilerini karşılayıp karşılayamadığını bilemediği durumlarda kaygılandığı görülmüştür. Tüm bunlara ek olarak kendisine göre düz hayatı olan insanlara karşı üstünlük hislerinin ortaya çıktığı, iyi olduğu fark edildiğinde gözlerin üzerinde olacağından rahatsız olduğu, ancak eşi, kardeşleri gibi yakın ilişkilerde dile getirilen ve açıkça gözlemlenen büyülenmecilik istekleri, bir yanda takdir karşısında büyülenmeci isteklerinin fark edilmesinden dolayı utanç yaşadığı gözlenmiştir. Yine eleştirilme korkusundan dolayı 'en iyi ikinci' olma isteği gibi örtük ve Gabbard'ın (1989) deyiimi ile sessiz bir büyülenmeciliğinin olduğunu akla getirmektedir. Bu yüzden yukarıda sözü edilen tüm gözlemlere ek olarak eleştirileceği, değerlendirileceği yerlerden kaçınması gibi durumlar göz önüne alındığında da kırılğan, örtük narsisizmi düşündürmektedir.

Kohut'un kendilik teorisi, erken dönemde uygun şekilde doyurulmayan kendilik nesnesi ihtiyaçlarının ilerleyen yıllarda kendiliği etkilemeye devam ettiğini ileri sürmektedir. Eğer kişi kendilik nesnelere tarafından reddedilmiş, ihmal edilmiş ya da travmatik deneyimler yaşamışsa bu isteklerini kabul edilemez bulup yaşadığı büyük hayal kırıklığı ve utanç ile yine kendi ilkel narsisizmine döndürmektedir. Bu ihtiyaçların kişinin fantezi düzeyinde devam ettiğini, tekrar travmatize olmaktan, hayal kırıklığına uğramaktan kendini korumak için ise kişinin yok sayma yolunu seçebileceğini ileri sürmüştür. Erken dönem yaşantısına bakıldığında Bayan R.'nin kalabalık, akrabalarla yaşadığı, annenin ve babanın ekonomik, kültürel sebeplerden dolayı kısıtlı şekilde ulaşılabilir olduğu, kısıtlı güçlere sahip olduğunu fark ettiği, ailedeki baskın büyükler tarafından çocukların genel olarak ev işi üzerinden değer verildiği, eleştirildiği, yadırgandığı, fiziksel şiddetin de bulunduğu, sabit tutarlı olmayan kuralların olduğu bir evde büyümesinin kendilik nesnesi ihtiyaçlarının uygun ve yeterince karşılanmadığını düşündürmektedir. Buradaki azarlanmadan, yadırganmadan korktuğu, utandığı için görülme, susma, izole olma yolunu seçerek kendilik nesnesi ihtiyacı olarak aynalanma ihtiyacını yok sayma yoluna gittiği düşünülmektedir. Diğerlerine göre daha 'entelektüel' olarak tanımladığı yazarlık, bebek dikme gibi ilgilerinin olması, ilerleyen yıllarda verilen işleri 'en iyi' kendisinin yaptığını düşünmesi ile büyülenmeciliği içsel, düşünsel



düzye sürdürdüğü düşünölmektedir. Göröldüğü ortamlarda, eleştirilme, dalga geçilme gibi düşönceler sonucu yaşadığı kaygı ve utançın kaynağında evdeki erken dönem yaşantısında eleştiri, azarlanma, şiddet gibi travmatik deneyimlerle karşılaşması ve bu yüzden yoğun utanç duyduğu büyükleme ihtiyacının görölməsi ve yine yıkıma uğraması korkusu olduğı düşünölmektedir. İyi olduğunu fark ettiğı, takdir edildiğı ortamlarda ayrıca beklentiyi karşılayamama, iyilik halini sürdürememe gibi kaygılarının da yine aynalanma sürecindeki eksiklik sonucu sürekliliğı sağlayamama, kendisinden emin olamama ile ilgili olduğı düşünölmektedir. Bayan R.'nin, sadece güvendiğı ortamlarda kendini açabildiğı, buralarda kendilik nesnesi ihtiyaçlarını ifade edebildiğı gözlenmiştir. Bunun da daha çok yumuşak, sevecen, duru gibi idealleştirdiğı özelliklerin bulunduğı partnerlerle olan romantik ilişkilerinde olduğı gözlenmiştir. Bu imajın aslında annesinin ilk idealleştirildiğı dönemdeki özelliklere benzerlik göstermekle birlikte, idealleştirilen annenin büyük aile ortamında şiddet gören, koruyamayan, yalnız, zayıf, gücü olmayan anne olduğunu görməsi ile birlikte idealleştirme figürü ile ilgili hayal kırıklığının optimal düzyeden fazla olduğunu düşöndürmektedir. Ayrıca, özellikle Deniz gibi biriyle birlikte olarak, onun bir parçası olmanın kendisine iyi geldiğini ifade etmesi; bir hafta süren bu ilişkide onun bir sözü ile tekrar üniversiteye hazırlanıp yeni bir bölüme geçmesi; Deniz'in ideallerine göre hayatını yönlendirmesi; sosyal ilişkilerde kaygılandığı zamanlarda içinden o sürede birlikte olduğı erkek arkadaşının ismini tekrarlaması; bu sayede boşlukta akışın içinde süröklenip giderken, bir dala tutunmuş gibi hissetmesi; kendisini düzenleyen, toplayan bir işlevi olduğunu dile getirmesi, Bayan R.'nin romantik ilişkilerinde idealleştirme ihtiyacının karşılandığını düşünölmektedir. Başka deyişle idealleştirme dönemindeki hayal kırıklığı sonucu, Bayan R. kafasında ilk idealleştirilen figüre atfedilen özelliklere sahip imagoya bağı kalıp, ilerleyen yıllarda da bu özelliklere benzer kişileri aramış ve idealleştirme ihtiyacı duymuştur.

Bunun yanında, ortak amaç ve duygusunun olmadığı kişilerle bulunduğı ortamlarda yalnız ve akışın dışıda hissetmesinin yine erken dönemde ilgi alanlarının, becerilerinin yadırgandığı deneyimlerle sekteye uğrayan ikizlik, ait olma ihtiyacıyla ilgili olduğı düşünölmektedir. Ayrıca, Bayan R. akışın içine girmek istemeyerek ihtiyacı ile inkar yoluyla başa çıkmakta; akışın dışıda kalmanın onda kaygı uyandırmasının da bunu desteklediğı düşünölmektedir. İnkâr etmenin büyükleme şeklinde olduğı gözlenmiştir. Kohut, narsisistik kişilik bozukluklarındaki kaygının kişinin kendi büyüklemeçiliğini kontrol edememe kaygısı olduğunu ileri sürmektedir (aktaran, Siegel, 1996, s. 94). Akışın dışıda kalmanın da kendisini kaygılandırmasının bunu desteklediğı düşünölmektedir. Böylece aslında bir parçası olmak istese de geçmişte yaşadığı eleştirilme, yadırganma gibi deneyimleri tekrar yaşamaktan korktuğı için bu ihtiyacını yok sayarak bir yandan da akışı değersizleştirerek aslında büyüklemeçi yanı ile başa çıktığı düşünölmektedir. Akış ile ilgili büyüklemeçi tarafının değersizleştirdiğı noktada kaygının arttığı gözlenmesi de Kohut'un öne sürdüğü gibi büyüklemeçi tarafının akışla olan temasını kati şekilde keseceğı kaygısı olarak düşünölmektedir.

### **Tedavi Akışı ve Sürecin Değerlendirilmesi**

Bayan R. ile psikoterapi devam etmekte olup şu ana kadar 26 seans yapılmıştır. Kaygısı için başvuran danışanın bu sorununu çocukluğundan beri yaşamasına rağmen, her zaman yaşamadığını, aşırı güvenli zamanlarının olduğunu söylemesi, ilerleyen seanslarda kaygıyla ilişkili olarak daha çok ilişkilerinde yaşadığı mutsuzluk, yabancılık, yalnızlık hislerinden de bahsetmesi ve kaygıyı tetikleyen unsurlar üzerinde durulmuştur. Danışanın bu duyguları amcası ile benzer özellikleri paylaşan kişilerin karşısında yaşadığını söylemesi üzerine danışanın erken dönem yaşantılarına odaklanılmıştır. Erken dönem yaşantısına bakıldığında danışanın aile içerisinde yaşadığı deneyimlerin merkezinde eleştirilme, azarlanma, fiziksel şiddetin olduğı, çocukların gerekli ve yeterli ilgiyi alamadığı, ihtiyaçlarının görölmediğı bir tablo ortaya çıkması üzerine danışanın sağlıklı narsisizminin oluşmadığı akla gelmektedir. Kendisinin bu dönemde yaşadığı eleştiriler, ev ortamında yaşadığı güvensizlik, kuralları bilmeme hissi, koruyucu, kendisine ait bir

figür olan anneye istediği zaman ulaşamaması, annesinin gücünün kısıtlı olduğunu fark etmesi sonucunda Bayan R.'nin bu sürece dair duyguları üzerinde durulmuştur. Buralarda sıklıkla korkuyu ve belirsizliği yaşadığını, bu yüzden hiç ses çıkarmama, eleştirildiği zaman daha sonra yine eleştirilme korkusu ile iyi yapmak için uğraşmama, sessiz kalma, görünmek istememe yolunu seçtiğini böylece korktuğu şeylerden korunmuş olduğunu, evde de sessiz olmanın, istekleri yerine getirmenin kendisine iyi gelmesi, koruyucu rolü üzerinde durulmuştur.

Seanslar başladığında da sesi titreyen, cümleleri tamamlamada zorluk, kendini anlatmakta güçlük çeken Bayan R.'nin ürkek, korunmasız bir tutum içinde olduğu gözlenmiştir. Bu tutum terapistin korumacı, destekleyici bir tutum içine girmesine sebep olmuştur. Bayan R.'nin seanslar ilerledikçe zorlanmaya devam etse de seans içinde kaygısının azalmaya başladığı gözlenmiştir. Yine de terapiste karşı tüm düşüncelerini, duygularını söylemediği, seans içinde de kendisini sakladığı izlenimi edinilmiştir. Seanslarda yanlış anlaşılmaktan korktuğu için düzeltmeler yapmış, konu ele alındığında yanlış bir şey yaptığını düşünüp özür dileyerek konuyu kapatma eğilimi göstermiş ve terapötik ilişkinin konuşulması konusunda direnç göstermiştir. Bu sürede ilişki kurmakta zorlandığını hisseden terapist danışanın geçmiş dönem yaşantıları, ihtiyaçları üzerinde durmaya devam etmiştir. Bu süre içerisinde danışanın terapisti yücelten idealleştirmelere başladığı gözlenmiştir. Kohut, bir kendilik nesnesi ihtiyacı olan idealleştirmenin erken dönemde güçlü bir şekilde hayal kırıklığı ile karşılaşmasının kişinin kafasında yarattığı idealleştirdiği ebeveyn imagosuna bağlanmasına ve idealleştireceği figürü aramasına sebep olacağına bunun da spontan olarak seans içinde aktarım şeklinde çıkacağını ileri sürmüştür. Bayan R.'nin seans sonlarında terapisti çok sevdiğini, kendisinin terapisti olmasından dolayı kendisini şanslı hissettiği söylemlerini içeren idealleştirme aktarımı oluşması ile birlikte isteklerini, düşüncelerini, hayallerini, sıkıntılarını dile getirmeye başladığı gözlemlenmiştir. Bu bağlamda R. Hanım'ın idealleştirme aktarımının oluşması ile birlikte isteklerini, düşüncelerini, hayallerini, sıkıntılarını dile getirmeye başladığı gözlemlenmiştir. Bu süreçte terapist de karşı aktarım olarak danışanın koruyan, rahatlatan, iyi terapist olma isteği üzerine girdiğini ve yüzleştirme yapmaktan kaçındığını fark etmiş sonrasında ise danışanın ihtiyacına yönelik yüzleştirmeler yapmaya başlamıştır. Sosyal olarak dışarıda durmasına ilişkin kendi rolü üzerinde durulan, yüzleştirme yapılan seanslarda zorlandığı, kaygılandığı gözlenmiş olmasına rağmen ufuk açıcı olduğunu, iyi geldiğini söylemesi dikkat çekmiştir. Diğer seansta arkadaşları ile tatilinde eskisinden farklı olarak kaygısız, rahat ve daha kontrollü, güvenli olduğunu fakat kaygı varken olumlu anlamda yaşadığı heyecan ve coşkuyu yaşayamadığını dile getirmiştir. Bu seansta aynı zamanda soğuk, kapalı bir tutum sergilediği gözlemlenen Bayan R., bu ve sonraki seanslarda önce seansların sıklığını azaltmak sonra da bitirmek istediğini, buradan alacağı başka bir şey kalmadığını, destek alamadığını düşündüğünü dile getirmiştir. Süreç ele alındığında danışanın desteği eskisi kadar görememesinin kendisinde hayal kırıklığı yarattığı, seanslarda daha aktif olmasının kendisini zorladığı, yalnız kaldığını düşündüğü için öfkelenildiğini dile getirmiştir. Kohut (1971) terapistin idealleştirilmesinden sonra terapi içerisindeki yüzleştirmeler ve kısıtlı şekilde yapılan empati gibi optimal düzeydeki hayal kırıklıklarının kişinin tepkisel olarak büyülenme kendilik modunu bir savunma mekanizması gibi kullanmasına sebep olduğunu; bu sürecin aslında danışanın idealleştirilen kendilik nesnesi olarak terapistten yatırımını, farklı zamanlarda yaşadığı hayal kırıklıkları ile aşamalı olarak çekmesine ve kendisine yatırım yapmasına katkıda bulunacağını; bunun da danışanın gelişimi için olumlu bir süreç olduğunu öne sürmektedir. Yine bu açıdan bakıldığında danışanın soğuk tutumunun yanında eskisi gibi heyecanlanmaması, kontrollü olduğunu söylemesi olumlu bir değerlendirme olarak alınabilir. Danışan bu süreçteki duygularının ve ihtiyaçlarının ele alınması sonucu seanslara devam etmek istemiştir. Terapist bundan sonraki süreçte daha önce kendi ihtiyacından kaynaklanan koruma, destekleme, kaygılandırmamak için yüzleştirmeden kaçınma eğilimlerinin farkında olarak konuları ele almaya çalışmaktadır. Danışanın ihtiyaçlarının anlaşılmasının yanında problem yaşadığı alanlardaki kendi rolü üzerinde durulması, danışanın içgörü kazanmaya başladığını düşündürmektedir. Gündelik hayatta zorluk yaşadığı belli kişilere selam

verme gibi davranışları üzerinde çalışması, duygusunu biriktirip öfke patlaması yaşamak yerine duygusunu ifade etmeye çalışması bu durumu destekler niteliktedir. Ayrıca kendisinin önem verdiği ve ertelediği diksiyon kursuna kendi isteği ile gitmesi, daha önce kaygılandığı, izlendiği hissine kapıldığı düğün gibi ortamlarda sakin, rahat olduğunu gözlemlediğini dile getirmesinin de kendisine yatırım yaparak kendi içine çekilmekten çıkıp sosyal anlamda kabul edilebilir aktivitelere yöneldiğini düşündürmüştür.

Bunların yanında seanslarda sık sık duygu ve düşüncelerinin doğruluğundan emin olmadığını dile getirmesi terapisti yanlış bir varsayım üzerinden gittiğine dair endişelendirmiştir. Bu konu ele alındığında kendisini doğru anlatmak istediğini dile getiren danışanın bu isteğinin “Yanlış anlamayın. En iyi arkadaş olmak istemiyorum.” gibi söylemlerle de benzeştiği gözlenmiştir. Her iki süreç de ele alındığında, bunun Kohut’un aynalanma ihtiyacı ile ilgili olarak büyülenmeci kendiliğinin gelişim sürecinde travmatik deneyimlerle karşılaşması sonucu kabul edilemez olarak algılanıp bastırılması ve büyülenmecilik hayallerinin, isteklerinin fark edilir durumda olduğunda yaşadığı rahatsızlıkla ilgili olduğunu düşünülmüştür. Bayan R.’nin de ayna aktarımı ile inkar ettiği, kabullenemez bulduğu diksiyon kursunda en iyi ikinci olma isteği gibi büyülenmecilik isteklerinin seans içerisinde fark edilmesi ile bu tepkileri verdiği; seans içinde de geçmişte yaşadığı hayal kırıklığını yaşayacağı yönündeki korkularının tetiklendiği düşünülmektedir. Bu yüzden, ifade ettiği duyguların, düşüncelerin önemli ve geçerli olduğu; yanlış anlaşılmaktan çekindiği isteklerinin de doğal ihtiyacı olduğu üzerinde durulmuştur. Danışanın süreç içinde onaylanma, görülme, kabul edilme, desteklenme ile birlikte büyülenmeci istekleri ve bunlar hakkındaki endişeleri konusunda konuşabilmeye başladığı gözlenmiştir. Ayrıca Bayan R., diğerlerinden daha iyi yapabilmek gibi isteklerinin olduğunu; fakat bunların yine geçmişteki gibi eleştirilme, düşündüğü kadar iyi olmadığını görme, hata yapma gibi endişelerinden dolayı yapmamayı seçtiğini, bu yüzden hep en iyi ikinci olmayı istediğini dile getirmiştir. Diğerlerinden iyi olduğunu fark ettiği, takdir aldığı anda utandığını, endişelendiğini, insanların kendini gördüğü noktada olduğunda, iyi olma halini sürdüremediği takdirde eksik, kusurlu olduğu yerlerinin de görüleceği için kaygılandığını, dağılacığını düşündüğünü ifade etmiştir. Bunun da yine aynalanma ihtiyaçlarının karşılanmaması ve bununla ilişkili olarak bir kendilik uyumunun, bütünlük ve süreklilik algısının olmadığı düşünülmüştür. Kohut’a (1971) göre terapist, burada kendilik nesnesi sürekliliğine büyük ölçüde karşılık gelen figür olarak kişinin kendilik uyumunun devamlılığına katkıda bulunur. Buralarda danışanın büyülenmecilik isteklerinin hata kabul etmeyen, kusursuz imajının üzerinde durularak hata yapmasına rağmen iyi olmaya devam edebildiği durumlar üzerinde durulmuştur. İlerleyen seanslarda heyecanlandığı noktalarda “Heyecanlanmamam gerek. Ne yapıyorum ben? Kendine gel. Rezil oldum.” tarzı eleştirel içsel konuşmaların yerini “Sakin ol. Hata da yapabilirsin. Normal bir süreç.” şeklinde söylemlerin aldığı gözlenmiştir.

Aslında terapist her iki durumda da bir kendilik nesnesi görevi görmekte olup, erken dönemde kendilik nesnesi ihtiyaçlarının yeterli ve uygun şekilde alınmadığı, travmatik deneyimlerle kesintiye uğramasından dolayı kişinin kendiliğini oluşturacak sürece olan geçişi sağlayan dönüşümsel içselleştirme sürecine geçişi başlatarak, bir yandan da gerekli olan hayal kırıklığını yaşaması ile bu süreçte kendiliğin oluşturulmasına katkıda bulunmaktadır.

Bayan R. halen seanslara devam etmektedir. Seanslar süresince kendisini geride tutması, saklanması sebepleri ve bunun şu an yarattığı sıkıntılar ile, görülmenin verdiği kaygı ve insan ilişkileri konusunda iç görü kazandığı, bu konuda kendi ihtiyaçlarının, isteklerinin peşinden gittiği, diğerleri ile olan ilişkilerinde kendi algısının, tutumunun diğerleri üzerindeki etkisi üzerinde düşünmeye başladığı ve diğerleri ile gittikçe daha yakın ilişkiler kurmaya, kendisini heyecanlandıran, tutan noktalar üzerinde düşünmeye başladığı gözlenmiştir.

## Kaynaklar

- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-III*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistick manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Baker, H. S. ve Baker, M. N. (1987). Heinz Kohut's self psychology: an overview. *The American Journal of Psychiatry*, 144 (1), 1-9.
- Banai, E., Mikulincer, M. ve Shaver, P. R., (2005). "Selfobject" needs in Kohut's self psychology: links with attachment, self-cohesion, affect regulation, and adjustment. *Psychoanalytic Psychology*, 22 (2), 224-260.
- Dickinson, K. A. ve Pincus, A.L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorder*, 17 (3), 188-207.
- Gabbard, G. O. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of Meninger clinic*, 53, 527-532.
- Given,-Wilson, Z., Mcllwain, D. ve Warburton, W. (2011). Meta-cognitive and interpersonal difficulties in overt and covert narcissism. *Personality and Individual Differences*, 50, 1000-1005.
- Hendin, H. M. ve Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: a reexamination of Murray's narcissism scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599.
- Hibbard S. (1992). Narcissism, shame, masochism, and object relations: an exploratory correlational study. *Psychoanalytic Psychology*, 9 (4), 489-508.
- Kohut H. (1977). *The Restoration of Self*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Kohut, H. ( 1971). *The Analysis of The Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. Chicago: The University of Chicago Press
- Kohut, H. (1966). Forms and transformations of narcissism. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 14, 243-272.
- Levine, A. B. ve Faust, J. (2013). A psychodynamic approach to the diagnosis and treatment of closet narcissism. *Clinical Case Studies*,12 (3), 199-212.
- Marmarosh, C. L. ve Mann, S. (2014). Patients' selfobject needs in psychodynamic psychotherapy: how they relate to client attachment symptoms, and therapy alliance. *Psychoanalytic Psychology*, 31 (3), 297-313.
- McWilliams, N. (2013). *Psikanalitik Tanı. Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak* (E. Kalem, Çev.) . İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Rose, P. (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33, 379-391.
- Siegel, A. (1996). *Heinz Kohut and the Psychology of the Self*. New York, NY: Routledge.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (4), 590-597.

## Summary

Narcissistic Personality Disorder in DSM has been criticized for years due to focus on just one type of narcissism, namely overt, or grandiose, narcissism. Beyond overt narcissism, other type is vulnerable narcissism which is characterized with hypersensitivity to criticism, negative affect such as depression, anxiety, low self-confidence, covert grandiosity and entitlement. Kohut conceptualizes narcissistic personalities with regard to unmet self object needs, namely mirroring, idealization, twinship. He emphasized the importance of appropriate gratification and frustration of these needs by self object for healthy narcissism which is essential for a healthy developed self which is mediated by transmuting internalization process. The inappropriate responses from self objects in early phase of development could be related to self disturbance. Also, these self object needs could be reexperienced during psychotherapy session as in the form of transference.

Keywords: Vulnerable Narcissism, Self Object Needs, Kohut, Mirroring, Idealization, Twinship, Transference