

İçindekiler

- 7 • Gerekçe Yayın Kurulu
- 9 • Önsöz - Neslihan Zabcı
- 11 • Korkular, Fobiler ve Duyusal Takıntılara Dair Neslihan Zabcı
- 21 • Olağan Gelişimde Kaygının Akıbeti Funda Akkapulu
- 31 • Çocuk Odasındaki Canavarlar: Gece Korkuları Şeyda Postacı
- 47 • Ergen ve Korkuların Kavşağındaki Bedeni Özen Alemdar
- 57 • Seans Odasında Korkuların İki Ucu: Ergen ve Analist
Nergis Güleç
- 69 • Korkmamak İçin Unutmak Bianca Lechevalier
- 75 • Sigmund Freud'un Yapıtında Takıntı Nevrozu Talat Parman
- 97 • Obsesif-Kompulsif Nevrozda Manik Narsisistik Hazzın Ruhsal
İşleyişi Christos Zervis
- 109 • Ergenlik Döneminde Fobik-Nevrotik ve Obsesyonel (Takıntılı)
Yapılanmanın Metapsikolojisi Maurice Corcos, Philippe Jeammet
- 119 • Bion'un Nokta, Çizgi ve Bağ Kavramlarının Altı Yaşında Bir
Çocuğun Analizinde Kullanılması Giuseppe Civitarese, Chiara Berrini
- 135 • Dönüş; Hortlak Baba ve Korkusuz Evlatları İshak Saygılı
- 151 • Katkıda Bulunanlar

Gerekçe

Değerli okurlar,

Yirmi beş yıl önce başladığımız Türkiye’de psikanalizi ve psikanalitik uygulamayı kurumlaştırma çabamızda başarıya ulaştık. Hem ulusal hem de uluslararası düzlemlerde tanındık ve hayli önemli bir yer edindik. Çeyrek yüzyıl bireysel yaşamlar için uzun görünebilir. Ama insanı anlamakta devrim yaratmış bir kuramın uygulamasının Türkiye gibi büyük bir ülkede hızla yaygınlaşmasının başarılı olması açısından da göreceli olarak kısa bir süredir. Bu süre zarfında psikanaliz dernekleri kurduk, onların ulusal ve uluslararası düzeylerde tanınmasını sağladık. Aynı zamanda psikanalizi tanıtmayı ve geliştirmeyi hedefleyen çok sayıda etkinlik düzenledik ve onlarca yayın yaptık. Yirmi beş yıl önce ülkemizdeki psikanalist sayısı bir elin parmaklarını geçmezken, bugün Uluslararası Psikanaliz Birliği’ne bağlı olan İstanbul Psikanaliz Derneği ve Psike İstanbul bünyesinde yüzden çok üye ve aday psikanalist, alanda çalışmalarını sürdürmektedir.

Bugün bir önemli adım daha atıyor ve şimdiye kadar nispeten eksik bıraktığımız çocuk ve ergen psikanalizi alanında yayın ve etkinliklerden oluşacak bir çalışmayı başlatıyoruz. Elinizde tuttuğunuz ve düzenli olarak yayımlanacak olan *Psikanaliz Defterleri Çocuk ve Ergen Çalışmaları* bu çabanın ilk ürünü olarak, psikanalizin ayrılmaz bir parçası olan çocuk ve ergen psikanalizi alanında özgün yazılara ve çevirilere yer verecek. *Psikanaliz Defterleri*’ne yine aynı alanda özgün ve çeviri yapıtların yayımlanacağı ve Cogito Dizisi’nde yer alacak bir kitap dizisi de eşlik edecektir. Türkiye’de bir çocuk ve ergen psikanalizi kitaplığı oluşturmayı hedefleyen bu yayın çabamızı, çeşitli toplantı ve etkinlikler düzenleyerek de desteklemeyi planlıyoruz. 2018 sonbaharından bu yana, Yapı Kredi Kültür Merkezi’nde her ay düzenlediğimiz toplantılarda çocuk ve ergenlerin sorunlarını psikanaliz kuramından ve uygulamasından yola çıkarak tartışıyoruz.

Mesleki yaşamlarında çok uzun süredir çocuk ve ergen analizanlarla çalışan bizler, psikanalizin bir “bütün” olduğuna inanıyoruz. Evet, psikanalizin ilk uygulamaları erişkin bireylerle yapılmıştır ve psikanalitik çerçeve ve düzenek de bu yaş grubuna göre düzenlenmiştir. Ve şüphesiz çocuk ve ergenlerle çalışırken analitik çerçeve ve düzenekte bazı değişiklikler yapmak

gerekmektedir. Ancak psikanalitik kuram ve süreç analizinin yaşına göre değişmez. Sigmund Freud'dan başlayarak hemen tüm psikanalistler, insan ruhsallığını doğumdan ölüme kadar bir süreklilik içinde gelişen dinamik bir yapı olarak ele almışlardır. Bugünün sorunlarının kaynağının geçmişte yattığını öngören psikanalitik yaklaşıma göre, bir erişkinin psikanalizinde yalnızca günceli değil geçmişi yani çocukluk ve ergenlik dönemleri de zorunlu olarak ele alınır. O nedenle erişkinle yapılan psikanalitik çalışma bile bir anlamda bir çocuk ve ergen psikanalizi uygulamasıdır. Öte yandan çocuklarla, ergenlerle dahası bebeklerle yapılan psikanalitik çalışmalar, psikanalitik kuramın gelişimine çok önemli katkılar sağlamıştır.

Bugün ortaya çıkışının üzerinden yüzyıl geçtikten sonra, psikanalizin erişkin-çocuk-ergen-yaşlı bireylerle olan özgün uygulamalarının tek bir bütünü yani "psikanalizi" oluşturduğunu söyleyebiliriz.

O nedenle "tek bir psikanaliz var" diyor ve analizin yaşı ne olursa olsun onunla çalışanın da –seansta bilinçdışını, aktarım/karşı aktarım ilişkisini ve çerçeveyi dikkate aldıkça– "hep aynı psikanalist" olduğunu söylüyoruz.

Yayın Kurulu

Önsöz

Psikanaliz Defterleri: Çocuk ve Ergen Çalışmaları'nın on birinci kitabının temasını korkular ve takıntılar olarak belirledik. Çocuk ve ergenlerle çalışırken korku belki de en sık duyduğumuz kelimedir. Şüphesiz ki korkusuz bir çocuk, ergen veya yetişkin düşünülemez. Kimi zaman nedeni belirli ve bilinçli olan, kimi zaman da adı konamayan, inkâr edilen veya kılık değiştiren bilinçdışı korkular ruhsal işleyişe damgasını vurmakta ve klinik alanda en sık başvuru nedeni olmaktadır.

Bu kitapta, farklı gelişim dönemlerinde görülen olağan korkuların yanı sıra, patolojik durumlarda görülen korkuların altında yatan temel endişelere değinmek istedik. Çocukluk ve ergenlik döneminde, ruhsal aygıtta başedilemeyen endişelere yönelik olarak gelişen ve her ne kadar kimi zaman uyumu çok bozan yapısıyla patolojik bir nitelik kazansa da, korkular üzerinde bir denetim sağlama çabasına işaret eden takıntılara da geniş yer verdik. Bu kitaba, korkuları ve takıntıları metapsikolojik ve gelişimsel açıdan ele alan yazıların yanı sıra, seans odasına yansıyan korkuları ve bununla çalışma biçimlerini de gösteren, psikoterapi sürecinin içinden çıkan metinleri de dahil etmeye çalıştık. Korkuların ve takıntıların ruhsal işleyişteki yerini kuramsal, klinik ve farklı disiplinler aracılığıyla inceleyen tüm bölüm yazarlarına teşekkürlerimizi sunarken, bu ortak çalışmanın alana katkı sağlaması dileğiyle.

Neslihan Zabcı

Neslihan Zabcı*

Korkular, Fobiler ve Duyusal Takıntılara Dair

Korku ve fobinin çoğu zaman eşanlamlı olarak kullanıldığını, bu iki terimin sıklıkla içiçe olduğunu fark ederiz. Bu terimler kaygı/endişe ile de bağlantılandırılır zira her ne kadar her içsel endişe fobiye dönüşmese de her fobi endişe kaynaklıdır. Korku; olası tehlikeli durum ile orantılı ve rasyoneldir (akla uygun/haklı çıkarılabilir) oysa fobi mevcut durum veya yaş dönemi ile orantısız ve mantıksal olarak anlam verilemeyen bir korku duygulanımına işaret eder. Bu açıdan bakıldığında, köpek tarafından ısırılan bir çocuğun köpektен korkması orantılı ve mantıklı olduğundan fobi değil korku olarak adlandırılacak ancak hiçbir neden olmaksızın sineklerden korkması fobi olarak nitelendirilecektir. Fobi, işitsel veya görsel bir algıya değin olabileceği gibi (hayvanlar, yüksek ses vb) duyusal-algısal durumlarla ilgili (su, şimşek, gölgeler vb) veya yerler, mekanlara yönelik olabilir. Çocuklukta ve ergenlikte çok çeşitlilik gösteren bu fobiler kimi zaman döneme özgü ve geçici olmakla birlikte, bazıları –özellikle çocuğun güncel yaşamına yoğun ve olumsuz etkileri olan/kısıtlayıcı– tahammülü zor içsel çatışmalara, kaygılara işaret edip patolojik nitelik taşırlar.

Bir çocukta veya ergende fobilerin varlığı ile fobik-nevrotik ruhsal işleyiş arasında da ayırım yapmak gerekir. Fobik-nevrotik işleyiş kendine özgü bir ruhsal örgütlenmeye işaret eder; bu işleyiş biçiminde kaçınma/geri çekilme, inhibisyon (ketlenme) ve pasif özdeşim ön plandadır. Oidipal sorunsala takılı kalma, dürtülerin ve duygulanımların bastırılması, kastrasyon kaygısı ve katı üstbenlik yapılanması söz konusudur. Fobik-nevrotik işleyişi olan bir çocuk edilgendir, az ve/veya tutuk konuşur, tüm aktif faaliyetlerden kaçınır, birçok alanda kendini geri çeker; bununla birlikte nesne ilişkilerine bakıldığında bağ sorunsalı yoktur, hep yönetilmeyi tercih etse de ilişkilerden yaturımı geri çekmez. Fobilerin varlığı ise her zaman fobik-nevrotik ruhsal işleyişe özgü değildir; normal veya

* Doç. Dr., Yeditepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi

her tür patolojik ruhsal işleyişte (psikotik-sınır-nevrotik) gözlenebilir. Önemli olan fobinin ardındaki endişenin niteliğini tespit etmektir; bu endişe persekütif, depresif (kayıp endişesi), istilaya uğrama veya kastrasyon temelli olabilir.

Özellikle şunu belirtmek gerekir ki, güncel yaşamı kısıtlamayan bir fobik nesne oluşumu (böcek, fare, yılan vb) hem çocuk ve ergenlerde hem de yetişkinlerde görülen olağan bir durumdur. Hemen hemen herkesin bir fobisi olabilir! Bu Freud'a (1909) göre her zaman patolojik olmadığı gibi faydalı bile kabul edilebilir zira insanoğluna özgü temel endişeler (ölüm, kayıp, nüfuz edilme, kastrasyon vb) simgesel bir nesnede ifade bulur ve ekonomik bir işlev görür. Endişe böylelikle dışavurulabilmekte ve özne fobik nesneye rastlamadıkça bu temel endişelerden kaçınabilmektedir. Bu anlamda endişenin bir tasarıma bağlanabilmesi önemli ve üst düzey bir ruhsal işlev olarak kabul edilir. Bir yetişkin hastanın davranışçı yöntemlerle böcek fobisi ortadan kaldırıldığında panik ataklarının başladığını ve bu nedenle başvurduğunu hatırlıyorum!

Bir çocuk korkusundan bahsettiğinde, fobik nesneye atfedilen hareketin analizi önemlidir. Bu hareketler çoğu zaman pasif nitelikleriyle karşımıza çıkarlar: Isırılma, kaçırılma, bir şeyin çalınması, boğulma vb. Bu düşlemsel korkular genellikle öznenin kendi aktif/saldırgan düşlemlerinin dışarı yansıtılmasından ibarettir. Örneğin, ısırılma korkusu çocuğun anneye yönelik oral agresif düşlemlerine işaret edebilir veya kaçırılma korkusu kendi el koyma/nüfuz etme düşlemlerine gönderme yapabilir. Şüphesiz, bu düşlemlerin bu denli yoğun şekilde ortaya çıkışı çocuğun nesne ilişkilerinin niteliğinden (anne-baba ile olan ilişkiler) bağımsız değildir ve anlamı analiz edilmelidir. Oral içeriklerde (biri tarafından veya denizde boğulma, boğazına bir şey kaçması korkusu vb) genellikle anne ile olan ilişkiyi incelemek gerekir; klinik alanda, nüfuz edici/istila edici nitelik taşıyan içiçe geçmiş anne-çocuk ilişkilerinde, bu tür korkulara sık rastlanır. Kendi benliğinin sınırlarını koruma ile anneye çatışma durumunda ortaya çıkacak kayıp endişesi (yaslandığı annenin sevgisini kaybetme, yalnız kalma endişesi) arasında sıkışan çocuk, anneye yönelik saldırgan dürtüyü dışarı yansıtır: Dış dünyada kendisini yakalamak, kaçırmak ve ısırılmak isteyen tehlikeli şeyler vardır!

Korkuların bazıları da gelişim dönemine bağlı olarak ortaya çıkar. Örneğin oedipal dönemde (3-6 yaş), çocuğun anneyi babadan, babayı anneden çalma düşlemleri olduğundan, hırsız korkusu çok yaygındır. Bu dönemde çocuk eve bir hırsız girmesinden çok korkar oysa ki hırsızlık düşlemi çocuğun kendisine aittir!

Bazen fobik süreçlerin varlığına rağmen (altta yatan endişe bir tasarıma bağlanmış ve nispeten denetleniyor olsa da) altta yatan endişenin yoğunluğu o denli yüksektir ki, çocuğun veya ergenin güncel faaliyetlerini veya ilişkilere

rini ketler. Örneğin, artık okula gidemez veya evden dışarı çıkamayacak hale gelir. Altta yatan endişeyi dengelemek için bazı takıntılar oluşmaya başlar: Takıntılar, her zaman endişeye yönelik bir savunma işlevi görürler. Örneğin, ayırışamayan istila edici bir anne çocuğunun özerk bir kendilik gelişmesini engellediğinde ve bireysel sınırlarına nüfuz ettiğinde (bedene çok fazla müdahale, yemek yedirme ısrarı, seçim yapma/erteleme hakkı tanımama, evde kameraların varlığı ve sürekli göz altında olma vb) çocukta yemeklerin birbirine “bulaşmaması”, çeşit “seçme” konusunda aşırılık, her şeyin bedenini “sıktığını” düşünme, düğmeli, etiketli giysileri “sıkıyor” “batıyor” diyerek giymek istememe gibi takıntılar oluşabilir. Bu örneklerde, benliğini anneden ayırıştırmada güçlük yaşayan çocuğun duyusal/bedensel takıntılar üzerinden bir dengeleme sağlamaya çalıştığını görüyoruz. Diğer bir deyişle, ruhsal yollarla azaltulamayan öteki tarafından istila/nüfuz edilme endişesi, bedensel/duyusal yol üzerinden ortaya çıkan bu takıntılarla hafifletilmektedir. Aslında mesele etiket, düğme, çorap değil, ötekinin benliğin sınırlarına “bulaşmasını” engelleme çabasıdır. Maalesef bu duyusal takıntıların ruhsal anlamı düşünülmeden devreye sokulan ve alt yapısında salt nörolojik açıklamalar olan “duyu bütünleme” teknikleri, semptomlara bütünsel yaklaşımın gerekliliğinin oldukça dışındadır ve bedensel/duyusal hassasiyetlerde ruhsal kökenlerin kaçınılmaz etkisini devre dışı bırakmaktadır. Aslında içsel bir endişeyi hafifletme işlevi gören bu takıntılar, birtakım fiziksel/davranışçı yaklaşımlarla ortadan kaldırıldığında, çocukta uyumu daha fazla bozan –örneğin okulda davranış bozuklukları, ilişkilere mesafe alma, öfke krizleri, tırnak yeme vb– başka semptomlar ortaya çıkmaktadır. Yüksek ses korkusu olan bir çocukta, çocuğun agresif dürtüden neden bu denli korktuğunu analiz etmeden ve bu korkuyu anne-baba-çocuk üçgenindeki ilişkinin niteliği bağlamında düşünmeden sadece belirtiyi yok etme bağlamında müdahalede bulunmak, çocuğun saldırgan dürtüye yönelik korkusunu geçirmemekte ve başka belirti veya fobiler/takıntılar yoluyla ifade bulmasına engel olmamaktadır.

Gelişimsel Erken Dönem Korkuları

En erken dönem korkuları arasında, Freud’un (1926) tanımladığı yalnızlık, karanlık ve sessizlik korkuları sayılabilir. Bebek, annesinin varlığı olmadan korkmakta ve ona yaslanmak istemektedir. Erken döneme ait arkaik endişeler temelde ölüm, zarar görme ve 5-6. aylardan itibaren ortaya çıkan nesne (ötekinin) kaybı (Klein, 1935) ve yalnızlık endişeleridir. Bu dönemde benlik son derece zayıf olduğundan anneye yaslanmaya olan ihtiyaç çok yüksektir ve çocuk ağladığında yanına gitmemeyi ve ondan uzak durmayı

öneren uyku eğitimi yöntemleri son derece olumsuz etkilere neden olmaktadır. Çocuğu çok erken dönemde tüm bu arkaik korkularla başbaşa bırakmak, iç dünyadaki kaygı ve korkuların kalıcı olmasına yol açmakta, yakın/güvenilir bir ilişkiden destek alıp yatışmasına engel olmaktadır. Esasında uykuya karşı direnç, uykuya geçişte ve uyanınca destek isteme, uzun bir dönem –ergenliğe dek– sürebilmekte ve benliğin ruhsal gelişiminde olağan kabul edilmektedir. Bunun nedeni, uykunun bilinçdışı ölüm ve yalnızlık korkularını tetikleyen (yaşama gözlerini kapama ve tek başına kalma) bir deneyim olmasıdır. Çocuğa destek vermek ve geçişi kolaylaştırmak (uykuya geçişte dokunsal temas kurma, kitap okuma, kısa da olsa bir süre yanında kalma, küçük bir ışığı açık bırakma vb) uzun dönemde hem kaygı ve korkuları hem de uykuya direnci azaltıcı işlev görür: Destek olan ve terk etmeyen sağlam anne imagosu içe alınır ve giderek çocuk, bu güven verici içsel nesneye yaslanarak, annenin somut varlığına ihtiyaç duymaksızın, anneden ayrılığa tahammül edebilmeye başlar.

Erken dönemde, yaklaşık 8-9. aylarda ortaya çıkan yabancı korkusu Spitz'e (1965) göre ilk fobidir; korkulan nesne (yabancı) arzulanan nesnenin (annenin) yerine geçtiği için korkutucudur. Endişe, tasarım (arzulanan anne tasarımı) ile algı (yabancıyı görme) arasındaki farklılıktan kaynaklanır. Bu yabancınnın anne yüzü ile ortak noktaları vardır, ona benziyordur ama farklıdır ve o değildir; benzerlik ve farklı olmanın bu çelişkisi, annenin sürekliliğinin kesintiye uğrayabileceğini hatırlatır ki tekinsizlik duygusu yaratan budur; aynı çocuk hiç görmediği bir hayvanla karşılaştığında korkmayabilir zira hayvan anneye benzemediği için onun eksikliğini de hatırlatmaz!

Oidipal Dönemin Korkuları

3-6 yaş dönemindeki çocuk, duvarda gördüğü gölgelerden, duyduğu bir takım seslerden bahsedebilir. Boşluğu doldurmaya yarayan bu hayali algılar genellikle endişe verici değildir ve küçük yaşlarda olağandır.

Oidipal dönemdeki çocuklarda en tipik korku hırsız korkusudur. Evine hiç hırsız girmiş olmasa da çoğu çocuk bu dönemde bir hırsız korkusundan bahsedebilir. Yine bu dönemde, erkek çocuklarda kesilmeye dair bir korku (saç, tırnak kestirmekten kaçınma) ortaya çıkabilir. Bu korkular, bu yaş dönemine özgü öidipal düşlemler ve kastrasyon kaygısına bağlı olarak ortaya çıkarlar.

Bilindiği gibi, erkek çocuğun oidipal dönemdeki ruhsal işleyişi (Freud, 1905) kısaca şöyle gelişir:

– Genital bölge erojen bölge olarak ön plana çıkar. Çocuk henüz cinsler arası anatomik farklılığın farkında değildir, herkesin penisi olduğunu zanneder.